

TERESA KRÓL

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

## PROGRAM NAUCZANIA

3

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 3 liceum, technikum  
oraz szkoły branżowej I stopnia

Wydawnictwo Rubikon 2021

© Copyright 2021 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Kowalska

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

---

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon  
ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków  
tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44  
[www.KsiegarniaRubikon.pl](http://www.KsiegarniaRubikon.pl)

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

# Spis treści

Lekcja 1	Mój rozwój – moja odpowiedzialność .....	4
Lekcja 2	Z myślą o małżeństwie .....	5
Lekcja 3/4	Narzeczeństwo – czas najważniejszych decyzji (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .....	6
Lekcja 5	Małżeństwo – zadanie na całe życie .....	7
Lekcja 6/7	W rodzinnym kręgu (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .....	8
Lekcja 8	Najwyższa wartość – życie .....	9
Lekcja 9	Miejsce dziecka w rodzinie .....	10
Lekcja 10	Tradycja – przeżytek czy wartość .....	11
Lekcja 11/12	Co pomaga rodzinie? (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .....	12
Lekcja 13/14	Co szkodzi rodzinie? (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .....	13
Lekcja 15	Konflikty i trudne sytuacje w rodzinie .....	14
Lekcja 16	Gdy rodzinie trzeba pomóc .....	15
Lekcja 17/18	Zaplątani w sieci. O mediach (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .....	16
Lekcja 19	Moje życie w moich rękach .....	17

## Lekcja 1      Mój rozwój – moja odpowiedzialność

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP.II.8; VI. 3, VI. 7	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić oczekiwania związane z realizacją zajęć WDŻ oraz określić zasady pracy na tych lekcjach,</li> <li>• zidentyfikować cechy swojego temperamentu, lepiej poznać i zrozumieć siebie,</li> <li>• wskazać znaczenie samoświadomości i samopoznania w pracy nad charakterem,</li> <li>• dokonać oceny swojej samodzielności myślenia i uległości wobec manipulacji, szczególnie cyfrowej (fake newsy),</li> <li>• podać definicję stresu, określić jego objawy i dostrzec w nim elementy konstruktywne,</li> <li>• wymienić sposoby radzenia sobie ze stresem.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Samoświadomość i samopoznanie – pomocne w ustalaniu celów życiowych i pracy nad swoim charakterem.</li> <li>2. Cztery typy temperamentów; krótka charakterystyka. Mocne i słabe strony każdego z nich.</li> <li>3. Manipulacja a samodzielność myślenia.</li> <li>4. Fake newsy – jak ich się ustrzec?</li> <li>5. Stres i jego objawy.</li> <li>6. Stresory – życiowe wyzwania; kategorie stresu – eustres i dystres.</li> <li>7. Sposoby radzenia sobie ze stresem.</li> <li>8. Symptomy odpowiedzialności: samodzielność myślenia, samoświadomość i samowychowanie oraz praca nad charakterem.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Wizualizacja.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Autorefleksja.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Prawie prawda” z serii „Cyfrowy świat”.</li> <li>• Kartki A4 w czterech kolorach, masa mocująca, cenki, mazaki, duże arkusze papieru.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 2 Z myślą o małżeństwie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.3	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazać czynniki warunkujące dojrzałość do zawarcia małżeństwa,</li> <li>• opisać naturę i charakterystyczne cechy miłości dojrzałej,</li> <li>• przedstawić cechy osoby emocjonalnie niedojrzałej,</li> <li>• określić, na czym polega dojrzałość i niedojrzałość społeczna,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego w życiu małżeńskim istotną rolę odgrywa także dojrzałość socjalna,</li> <li>• wskazać wagę decyzji zawarcia małżeństwa z wybraną osobą.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dojrzały wybór współmałżonka w aspekcie: <ul style="list-style-type: none"> <li>– fizycznym,</li> <li>– prawnym,</li> <li>– psychicznym,</li> <li>– umysłowym,</li> <li>– uczuciowym,</li> <li>– społecznym,</li> <li>– socjalnym.</li> </ul> </li> <li>2. Osobowość dojrzała i niedojrzała – różnice postaw i ich wpływ na trwałość małżeństwa.</li> <li>3. Warunki udanego związku małżeńskiego.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• 6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono.</li> <li>• Praca w małych grupach.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna.</li> <li>• Ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Lubi” z serii „Zakochany Jasiek”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże kapelusze w 6 kolorach; małe kapelusze w 6 kolorach; instrukcja dla każdej grupy wg wylosowanych kolorów.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 3/4 Narzeczeństwo – czas najważniejszych decyzji (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP. I.5	<p><b>Uczeń/uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić znaczenie okresu narzeczeństwa,</li> <li>• przedstawić różnice między okresem narzeczeństwa a małżeństwem,</li> <li>• wskazać różne motywacje zawarcia małżeństwa i odróżnić motywacje dojrzałe od niedojrzałych,</li> <li>• uzasadnić, że miłość małżeńska sprzyja rozwojowi człowieka,</li> <li>• przedstawić okres narzeczeństwa jako czas weryfikacji i właściwego wyboru współmałżonka.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Narzeczeństwo – czasem budowania dojrzałej więzi i lepszego poznania siebie.</li> <li>2. Wizja życia w małżeństwie i związane z tym oczekiwania a rzeczywistość.</li> <li>3. Motywy, którymi kierują się młodzi ludzie do zawarcia małżeństwa:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) dojrzałe,</li> <li>b) niedojrzałe.</li> </ol> </li> <li>4. Czynniki, które są istotne bądź mniej istotne dla udanego związku małżeńskiego.</li> <li>5. Znaczenie miłości małżeńskiej dla rozwoju człowieka.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Gra dydaktyczna.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Ćwiczenia.</li> <li>• Praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Nie dba” z serii „Zakończony Jasiek”.</li> <li>• Duże arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• 3 pudełka lub tabliczki z napisami.</li> <li>• Karty do gry „Motywacja do zawarcia małżeństwa”.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 5      Małżeństwo – zadanie na całe życie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PPI.1, I.2, I.4, I.6	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego dojrzałość osób zawierających małżeństwo jest podstawowym warunkiem udanego związku,</li> <li>• przedstawić znaczenie i wagę przysięgi małżeńskiej,</li> <li>• scharakteryzować cechy miłości małżeńskiej,</li> <li>• omówić zasady prawa małżeńskiego,</li> <li>• wymienić przeszkody uniemożliwiające zawarcie małżeństwa,</li> <li>• przedstawić prawa i obowiązki małżonków uregulowane i zapisane w <i>Kodeksie rodzinnym i opiekuńczym</i>.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dojrzałość narzeczonych – fundament udanego małżeństwa.</li> <li>2. Znaczenie przyrzeczeń małżeńskich.</li> <li>3. Miłość małżeńska i jej cechy.</li> <li>4. Prawna ochrona małżeństwa i rodziny – podstawowe akty prawne.</li> <li>5. Zasady prawa małżeńskiego.</li> <li>6. Prawa i obowiązki małżonków ustanowione w polskim prawodawstwie.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Zdania niedokończone.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wizualizacja.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Kocha” z serii „Zakochany Jasiek”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, mazaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia</i>.</li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3</i>.</li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia</i>.</li> </ul>



## Lekcja 6/7 W rodzinnym kręgu

(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.8, I.9	<p><b>Uczeń/uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić rodzinę jako wspólnotę, którą łączą uczucia, wspólne cele i wzajemna pomoc,</li> <li>• scharakteryzować różne typy rodzin,</li> <li>• wymienić i określić funkcje rodziny,</li> <li>• uzasadnić potrzebę współdziałania i współpracy wszystkich członków rodziny celem wypełniania przyjętych zadań.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rodzina – najmniejszą społecznością i swoistą wspólnotą, realizującą określone cele.</li> <li>2. Miłość – niezbędnym spoiwem rodzinnej wspólnoty.</li> <li>3. Struktura i typy współczesnej rodziny.</li> <li>4. Funkcje rodziny: <ul style="list-style-type: none"> <li>• prokreacyjna,</li> <li>• opiekuńcza,</li> <li>• wychowawcza,</li> <li>• ekonomiczna,</li> <li>• profilaktyczna,</li> <li>• socjalizacyjna,</li> <li>• religijna.</li> </ul> </li> <li>5. Współdziałanie i współpraca – niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania rodziny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Metoda kuli śnieżnej.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Kocham życie” z serii „Jasiek Mela – człowiek na piątkę”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Karta pracy.</li> <li>• Zadania do pracy w parach lub trójkach.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia</i></li> </ul>

## Lekcja 8 Najwyższa wartość – życie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągania celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP IV.4	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić początek i koniec życia człowieka,</li> <li>• opisać tempo przemian rozwojowych dziecka w okresie prenatalnym,</li> <li>• uzasadnić, że prawo do życia jest prawem podstawowym i niezbywalnym,</li> <li>• opisać sytuację rodziny, gdy najprawdopodobniej urodzi się dziecko chore,</li> <li>• wskazać na znaczenie pomocy medycznej, psychologicznej i społecznej w sytuacji narodzin dziecka chorego,</li> <li>• zaprezentować możliwość opieki perinatalnej nad matką i dzieckiem,</li> <li>• scharakteryzować system rodzicielstwa zastępczego i adopcji.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozwój prenatalny człowieka – sekwencją intensywnych zmian zaprogramowanych genetycznie.</li> <li>2. Potrzeba stworzenia optymalnych warunków biologicznych i psychologicznych rozwijającemu się dziecku.</li> <li>3. Opieka medyczna w okresie prekonceptyjnym i w okresie ciąży.</li> <li>4. Gotowość przyjęcia dziecka i jego prawo do życia.</li> <li>5. Sytuacja rodziny, gdy ma się urodzić dziecko chore; pomoc medyczna, psychologiczna i społeczna.</li> <li>6. Opieka perinatalna, czyli zapewnienie bezpieczeństwa matce i dziecku.</li> <li>7. Zdarzające się przypadki wczesnej śmierci dziecka; hospicja perinatalne.</li> <li>8. Rodzicielstwo zastępcze i adopcja.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Dyskusja.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Metaplan.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Cud miłości” (fragmenty).</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Instrukcja do pracy grupowej.</li> <li>• Duże arkusze papieru, masa mocująca lub magnesy, kartki A4 w czterech kolorach, nożyczki, klej.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 9 Miejsce dziecka w rodzinie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.15	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazać znaczenie prawidłowych postaw rodzicielskich w rozwoju dzieci,</li> <li>• scharakteryzować prawidłowe i nieprawidłowe postawy rodzicielskie,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego dziecko ma prawo do szacunku,</li> <li>• wymienić prawa dziecka w aktach prawnych,</li> <li>• przedstawić zadania Rzecznika Praw Dziecka,</li> <li>• wymienić prawa rodziców zapisane w <i>Konstytucji RP</i> oraz w <i>Kodeksie rodzinnym i opiekuńczym</i>,</li> <li>• przedstawić sytuacje, w których może nastąpić ograniczenie władzy rodzicielskiej,</li> <li>• określić obowiązki państwa wobec rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Waga prawidłowych postaw rodzicielskich w wychowaniu dzieci.</li> <li>2. Prawidłowe postawy rodzicielskie: <ul style="list-style-type: none"> <li>– akceptacji i miłości,</li> <li>– współdziałania z dzieckiem,</li> <li>– autonomia,</li> <li>– uznanie praw dziecka i mądre stawianie granic oraz wymagań.</li> </ul> </li> <li>3. Nieprawidłowe postawy rodzicielskie: <ul style="list-style-type: none"> <li>– odrzucenie,</li> <li>– postawa nadmiernie ochraniająca,</li> <li>– postawa nadmiernie wymagająca,</li> <li>– postawa niekonsekwentna.</li> </ul> </li> <li>4. Prawo dziecka do szacunku (Janusz Korczak).</li> <li>5. Prawa dziecka i rodziców w aktach prawnych.</li> <li>6. Zadania Rzecznika Praw Dziecka.</li> <li>7. Sytuacje, w których rodzice mogą być pozbawieni władzy rodzicielskiej.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Puzzle.</li> <li>• Mapa mentalna.</li> <li>• Praca w parach.</li> <li>• „Mówiąca ściana”.</li> <li>• Praca w grupach metodą 6–3–5.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „O jeden film za daleko” <a href="https://www.edukator.pl/resources/page/o-jeden-film-za-daleko/10259">https://www.edukator.pl/resources/page/o-jeden-film-za-daleko/10259</a>.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, mazaki, magnesy lub masa mocująca, karteczki samoprzylepne.</li> <li>• 6 formularzy pracy – metoda 6–3–5.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia</i>.</li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3</i>.</li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia</i>.</li> </ul>

## Lekcja 10 Tradycja – przeżytek czy wartość?

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.10	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić potrzebę zasad, norm i wartości w życiu rodzinnym i społecznym,</li> <li>• wskazać wagę hierarchii wartości w rozwoju osobowym,</li> <li>• przedstawić prawdę, dobro i piękno jako podstawę cywilizacji łańskiejskiej,</li> <li>• podjąć refleksję o potrzebie budowania wspólnoty rodzinnej opartej na empatii, wrażliwości i zrozumieniu,</li> <li>• określić znaczenie świętowania i tradycji rodzinnych w tworzeniu kultury oraz tożsamości narodowej.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Znaczenie przekazywanych w rodzinie zasad, norm i wartości duchowych w życiu rodzinnym i społecznym.</li> <li>2. Hierarchia wartości a dokonywane życiowe wybory.</li> <li>3. Klasyczna triada – prawda, dobro i piękno w rzeczywistości materialnej i duchowej.</li> <li>4. Budowanie wspólnoty rodzinnej opartej na empatii, wrażliwości i zrozumieniu.</li> <li>5. Odpoczynek i świętowanie spoiwem życia rodzinnego.</li> <li>6. Kulturowa funkcja rodziny: celebrowanie uroczystości, przekazywanie zwyczajów i tradycji uznanych za społecznie ważne.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• „Mówiąca ściana”.</li> <li>• Mapa mentalna.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Kula śnieżna.</li> <li>• Sonda.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Płynę ponad” z serii „Jasiek Mela – człowiek na piątce”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca, karteczki samoprzylepne.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 11/12 Co pomaga rodzinie?

(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.2, I.6, I.11	<p><b>Uczeń/uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, że życie rodzinne wymaga zaangażowania wszystkich jej członków,</li> <li>• przedstawić partnerstwo i szacunek jako istotne czynniki w budowaniu prawidłowych relacji rodzinnych,</li> <li>• przedstawić sztukę dialogu i zasady jego prowadzenia, które ułatwiają komunikację wśród najbliższych,</li> <li>• praktycznie wypracować sztukę prawidłowego dialogowania,</li> <li>• podjąć refleksję o potrzebie otwartości, zaufania, bezinteresowności, empatii i życzliwości, które budują szczęście rodzinne,</li> <li>• uzasadnić, że trwałość małżeństwa i rodziny ma wielką wartość nie tylko dla współmałżonków i ich dzieci, ale też dla całego społeczeństwa.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Współodpowiedzialność domowników za atmosferę panującą w rodzinie.</li> <li>2. Partnerstwo, symetryczne relacje i szacunek – budulcami miłości małżonków.</li> <li>3. Otwartość na dialog i praktyczne przestrzeganie zasad sztuki rozmowy – sposobem na porozumienie i dobrą atmosferę w rodzinie.</li> <li>4. Poczucie bezpieczeństwa i wolność.</li> <li>5. Zaufanie, postawa otwartości, empatia, życzliwość i bezinteresowność – komponentami szczęścia w rodzinie.</li> <li>6. Znaczenie trwałości małżeństwa i rodziny – nie tylko dla domowników, lecz także społeczeństwa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca w parach i w grupach.</li> <li>• Metoda ABC.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Szanuje” z serii „Zakochany Jasiu”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca, pisaki.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Karta pracy metodą ABC.</li> <li>• Tekst do analizy.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 13/14 Co szkodzi rodzinie?

(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.11	<p><b>Uczeń/uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, co zagraża rodzinie i co ją osłabia,</li> <li>• przedstawić problemy, które wynikają z nadużywania alkoholu,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego całkowita abstynencja jest najlepszym sposobem uchronienia się przed problemami alkoholowymi,</li> <li>• wskazać na niebezpieczeństwo innych uzależnień chemicznych i behawioralnych,</li> <li>• opisać psychologiczne mechanizmy uzależnienia,</li> <li>• uzasadnić szkodliwość pornografii dla życia małżeńskiego i rodzinnego,</li> <li>• przedstawić problem zdrady jako czynnika osłabiającego małżeństwo i rodzinę,</li> <li>• wskazać, że obecne wybory mogą znacząco wpływać na przyszłe życie człowieka i jego najbliższych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czynniki zagrażające i osłabiające współczesną rodzinę.</li> <li>2. Alkoholizm – śmiertelna choroba, która krzywdzi uzależnionego i jego najbliższych.</li> <li>3. Abstynencja od alkoholu do 18 r.ż. – szansą na życie bez ryzyka uzależnienia.</li> <li>4. Inne uzależnienia chemiczne i behawioralne.</li> <li>5. Psychologiczne mechanizmy uzależnienia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• system iluzji i zaprzeczeń,</li> <li>• system nałogowego regulowania uczuć,</li> <li>• system dumy i kontroli.</li> </ul> </li> <li>6. Pornografia, czyli niezgodne z rzeczywistością wyobrażenia o ludzkiej seksualności i miłości.</li> <li>7. Szkodliwość pornografii.</li> <li>8. Trudne kontakty z rodziną pochodzenia.</li> <li>9. Zdrada – krzywda dla wszystkich.</li> <li>10. Obecne wybory – kreacją przyszłości.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Ranking.</li> <li>• Metoda trójkąta.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Refleksja.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Seksoholizm” z serii „Mówię wam, nie warto”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca, mazaki.</li> <li>• Instrukcja do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>



## Lekcja 15 Konflikty i trudne sytuacje w rodzinie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.7	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, że najkorzystniejszą dla dzieci jest wierna miłość rodziców i zgoda w rodzinie,</li> <li>• wymienić czynniki, które zaogniają konflikty i je eskalują,</li> <li>• wskazać sposoby dojrzałego rozwiązywania konfliktów,</li> <li>• uświadomić sobie rolę przebaczenia – uwolnienia drugiego człowieka od poczucia winy,</li> <li>• dostrzec, że warto przeciwdziałać konfliktom i uczyć się je rozwiązywać,</li> <li>• wymienić najczęstsze przyczyny rozwodów i podać ich skutki,</li> <li>• opisać sytuacje, kiedy rozstanie jest konieczne,</li> <li>• przestawić różnice między rozwodem a separacją,</li> <li>• omówić fazy przemocy (błędne koło przemocy),</li> <li>• wskazać w sytuacji kryzysowej miejsca i sposoby uzyskania pomocy.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prewencja kryzysów: troska o małżeństwo.</li> <li>2. Dojrzałe rozwiązywanie konfliktów.</li> <li>3. Etapy rozwiązywania konfliktów.</li> <li>4. Rola przebaczenia – przerwanie łańcucha odwetu i zemsty.</li> <li>5. Atuty zachowań, które nie wywołują sporów.</li> <li>6. Najczęstsze przyczyny rozwodów.</li> <li>7. Skutki rozwodów dla członków rodziny i dalekosiężne skutki społeczne.</li> <li>8. Separacja.</li> <li>9. Błędne koło przemocy; gdzie można znaleźć pomoc?</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca w parach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film (do wyboru) „Mistrzowie słowa” z serii „Budowanie relacji” lub „Martwa cisza” z serii „Rodzina na piątkę”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Duże arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca, mazaki.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 16 Gdy rodzinie trzeba pomóc

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP I.16	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić różne życiowe sytuacje osób, które potrzebują pomocy i wsparcia,</li> <li>• dostrzec przeżywane przez wielu ludzi problemy natury psychicznej: samotność, odrzucenie czy wykluczenie,</li> <li>• uświadomić sobie, że osoby starsze i niepełne (z bliższego i dalszego otoczenia) liczą na pomoc i zainteresowanie ich problemami ze strony młodych,</li> <li>• określić możliwość pomocy osobom uzależnionym i ich rodzinom,</li> <li>• wskazać organizacje społeczne, instytucje samorządowe i rządowe, które umożliwiają przezwyciężenie trudnych sytuacji życiowych,</li> <li>• dostrzec ludzi ubogich, bezrobotnych; uświadomić sobie potrzebę zaangażowania, wsparcia, porady itp.,</li> <li>• uświadomić sobie, że poprzez zaangażowanie zyskuje osoba przyjmująca pomoc, ale też osoba pomagająca.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trudne, kryzysowe sytuacje, w których inni potrzebują pomocy.</li> <li>2. Bieda nie zawsze musi być materialna, istnieją też potrzeby natury psychicznej, emocjonalnej.</li> <li>3. Problemy ludzi starszych, niepełnych, potrzeba niesienia im wsparcia.</li> <li>4. Możliwość pomocy ludziom uzależnionym i ich rodzinom.</li> <li>5. Instytucje wspierające rodziny i ludzi samotnych – tych, którzy potrzebują przezwyciężenia trudnych sytuacji życiowych.</li> <li>6. Ubóstwo i bezrobocie – jak pokonać te problemy?</li> <li>7. Co zyskuje osoba przyjmująca pomoc, a co osoba pomagająca?</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Gra dydaktyczna.</li> <li>• Praca w parach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Oswajanie nieobecności” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Gra dydaktyczna „Potrzebna pomoc”.</li> <li>• Duże arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca, mazaki.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>



## Lekcja 17/18 Zaplątani w sieci. O mediach

(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
PP VI.6	<p><b>Uczeń/uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uświadomić sobie, że sam/sama jest odpowiedzialny/a za własny rozwój,</li> <li>• dostrzec wagę samopoznania i samowychowywania,</li> <li>• przedstawić zasady mądrego korzystania z mediów,</li> <li>• uzasadnić, że cyberuzależnienie jest jednym z największych zagrożeń postępującej cyfryzacji,</li> <li>• rozpoznać niepokojące sygnały świadczące o cyberuzależnieniu,</li> <li>• opisać objawy współczesnych chorób cywilizacyjnych (mechanizm FOMO oraz cybermobbingu, cyberbullyingu, agresji elektronicznej),</li> <li>• przedstawić argumenty za niepoddawaniem się napływającym informacjom, manipulacjom i aktom cyberprzemocy,</li> <li>• uświadomić osobistą odpowiedzialność w kreowaniu swojego stosunku do elektronicznych mediów.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Samowychowanie i samorealizacja – świadomym kształtowaniem siebie i dążeniem do doskonałości.</li> <li>2. Samoświadomość a cyberchoroby.</li> <li>3. Cyberuzależnienie, czyli niekontrolowane korzystanie z komputera, smartfona lub innych urządzeń elektronicznych, które wyrządza szkody w sferze psychicznej, fizycznej, społecznej i ekonomicznej.</li> <li>4. Niepokojące sygnały, świadczące o cyberuzależnieniu.</li> <li>5. Choroby cywilizacyjne związane z aktywnością w świecie wirtualnym: <ul style="list-style-type: none"> <li>• mechanizm FOMO,</li> <li>• cyberprzemoc: cybermobbing, cyberbullying, agresja elektroniczna; jak się im nie poddawać.</li> </ul> </li> <li>6. Świadome kreowanie swojego stosunku do elektronicznych mediów; osobista odpowiedzialność.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Dyskusja.</li> <li>• Niedokończone zdania.</li> <li>• Kolaż.</li> <li>• Medytacja.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film (do wyboru) „Amputacja” z serii „Cyfrowy świat” lub „Mózg na siłowni” z serii „W pułapkach netu”.</li> <li>• Plakaty z niedokończonymi zdaniami.</li> <li>• Duże arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca, mazaki, kolorowe czasopisma, klej.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

## Lekcja 19    Moje życie w moich rękach

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
VI.5, VI.6	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podjąć refleksję nt. kontaktów z innymi ludźmi – ubogacających (budzących sympatię, życzliwość) lub odwrotnie (budzących antypatię, niechęć),</li> <li>• przedstawić rolę zaufania wobec innych ludzi, które jest niezbędne w rozwoju przyjaźni i miłości,</li> <li>• wskazać szanse na rozwój młodego człowieka, zarówno intelektualny, ale także psychiczny i duchowy,</li> <li>• uzasadnić, że życzliwość wobec innych ludzi i zaangażowanie, altruizm – to postawy, które przybliżają ludzi do siebie, nadają sens życiu,</li> <li>• określić znaczenie autorytetu (mistrza) własnego życia, dzięki któremu rozwijamy intelekt i wzbogacamy osobowość,</li> <li>• zinterpretować myśl, że miarą człowieczeństwa jest nasz stosunek do drugiego człowieka,</li> <li>• podsumować zajęcia wychowania do życia w rodzinie w szkole średniej.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ja i inni, czyli kontakty z ludźmi – budujące i ubogacające lub budzące niechęć i antypatię.</li> <li>2. Własna samoocena w kontekście spotkań z drugim człowiekiem.</li> <li>3. Rola zaufania w koleżeństwie, przyjaźni i miłości.</li> <li>4. Samowychowanie i odpowiedzialność za własny rozwój – również w sferze psychicznej i duchowej.</li> <li>5. Dojrzewanie w życzliwości, altruizmie, zaangażowaniu, rzetelnym wykonywaniu swoich ról – szansą na rozwój człowieka.</li> <li>6. Poszukiwanie własnego mistrza życia, czyli osobowości nieprzeciętnej, która może pociągać, wzbogacać osobowość, rozwijać intelekt.</li> <li>7. Sprawdzian człowieczeństwa, czyli nasz stosunek do innych ludzi oraz realizacja dewizy, że więcej szczęścia jest w dawaniu aniżeli w braniu.</li> <li>8. WDŻ w szkole średniej – podsumowanie zajęć.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Gra edukacyjna.</li> <li>• Refleksja.</li> <li>• Ćwiczenia – praca indywidualna.</li> <li>• Ewaluacja zajęć/ankieta/swobodne wypowiedzi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Jestem z kimś” z serii „Jasiek Mela – człowiek na piątkę”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Gra edukacyjna „Wyprawa życia”.</li> <li>• Arkusz – ewaluacja zajęć.</li> <li>• Podręcznik: Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> <li>• Ćwiczenia: <i>Wędrując ku dorosłości, klasa 3.</i></li> <li>• Barbara Charczuk: <i>Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Scenariusze lekcji i prezentacje multimedialne dla uczniów klasy 3 liceum ogólnokształcącego, technikum, szkoły branżowej I stopnia.</i></li> </ul>

KsięgarniaRUBIKON.pl