**WYMAGANIA EDUKACYJNE WDŻ W KLASIE 7 W ROKU SZKOLNYM 2021/2022**

**LEKCJA 1 – ROZWÓJ CZŁOWIEKA**

**Uczeń potrafi:**

• zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ,

• formułować reguły pracy na zajęciach WDŻ,

• przedstawić fazy rozwoju człowieka od narodzin do późnej starości,

• omówić charakterystyczne zmiany rozwojowe w kolejnych okresach życia człowieka,

• opisać czynniki wspomagające i zaburzające rozwój fizyczny, psychiczny, duchowy i społeczny człowieka,

• wskazać na mocne i słabsze strony różnych okresów życia człowieka.

**Uczeń uświadomi sobie:**

• istotną rolę rodziny w kształtowaniu postaw, tworzeniu hierarchii wartości oraz przyswajaniu norm i zgodnych z nimi zachowań.

**LEKCJA 2 – DOJRZAŁOŚĆ TO ZNACZY…**

**Uczeń potrafi:**

• wymienić kryteria dojrzałości człowieka,

• uzasadnić konieczność samowychowania.

**Uczeń uświadomi sobie:**

• potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych,

• że samowychowanie i samosterowanie może być satysfakcjonujące.

**LEKCJA 3 – DOJRZEWANIE, ROZWÓJ FIZYCZNY (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

• przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych kobiety i mężczyzny,

• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie adolescencji,

• uzasadnić celowość zmian zachodzących w jej organizmie,

• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dojrzewającego chłopca,

• uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania.

**Uczennica uświadomi sobie:**

• potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,

• celowość przemian zachodzących w jej organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.

**LEKCJA 4 – DOJRZEWANIE, ROZWÓJ FIZYCZNY (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

• przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych mężczyzny i kobiety,

• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie adolescencji, • uzasadnić celowość zmian zachodzących w jego organizmie,

• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dojrzewającej dziewczyny,

• uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania.

**Uczeń uświadomi sobie:**

• potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,

• celowość przemian zachodzących w jego organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.

**LEKCJA 5 – ZMIANY PSYCHICZNE W OKRESIE DOJRZEWANIA (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

• rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u dziewcząt w okresie dojrzewania,

• znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji,

• rozeznać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów,

• podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

• w sytuacji napotkanych trudności powinna zaufać rodzicom lub innym osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc,

• istnieją specjalistyczne poradnie oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie.

**LEKCJA 6 – ZMIANY PSYCHICZNE W OKRESIE DOJRZEWANIA (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

• rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u chłopców w okresie dojrzewania,

• znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji,

• rozeznać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów,

• podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• w sytuacji napotkanych trudności powinien zaufać rodzicom lub innym osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc,

• istnieją specjalistyczne poradnie oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie.

**LEKCJA 7 – PIERWSZE UCZUCIA**

**Uczeń potrafi:**

• opisać emocje towarzyszące młodzieńczym zauroczeniom,

• określić rolę empatii w poznawaniu siebie nawzajem,

• przedstawić komunikaty niewerbalne i werbalne i ich rolę w budowaniu bliższych relacji,

• wymienić dojrzałe i niedojrzałe motywacje umawiania się na randki.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• rozstania bywają bolesne, ale powinny być kulturalne.

**LEKCJA 8 – PRZEKAZYWANIE ŻYCIA (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

• określić funkcje współżycia seksualnego,

• przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego rodzicielstwa,

• uzasadnić, dlaczego powołanie do życia nowego człowieka powinno być decyzją świadomą i odpowiedzialną,

• wymienić warunki, które powinny być stworzone dla mającego się narodzić dziecka,

• opisać działanie gruczołów płciowych i wytwarzanych przez nie hormonów.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

• podejmowanie decyzji o współżyciu seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością nie tylko za siebie i drugą osobę, ale także za ewentualne poczęcie dziecka,

• seksualność i intymność wymaga poważnego traktowania.

**LEKCJA 9 – PRZEKAZYWANIE ŻYCIA (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

• określić funkcje współżycia seksualnego,

• przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego rodzicielstwa,

• uzasadnić, dlaczego powołanie do życia nowego człowieka powinno być decyzją świadomą i odpowiedzialną,

• wymienić warunki, które powinny być stworzone dla mającego się narodzić dziecka,

• opisać działanie gruczołów płciowych i wytwarzanych przez nie hormonów.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• podejmowanie decyzji o współżyciu seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością nie tylko za siebie i drugą osobę, ale także za ewentualne poczęcie dziecka.

• męskość to także zdolność przewidywania skutków działań również w sferze seksualnej.

**LEKCJA 10 – MĘŻCZYZNA I KOBIETA-UKŁAD ROZRODCZY (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

• opisać przemiany w organizmie kobiety i mężczyzny, od których zależy ich płodność,

• rozpoznać dwie fazy cyklu owulacyjnego kobiety,

• wskazać w cyklu kobiety najważniejszy moment – owulację oraz wyróżnić fazę przed- i poowulacyjną,

• skorelować wiedzę biologiczną dotyczącą fizjologii i endokrynologii z zaobserwowanymi zmianami w jej cyklu.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

• poznanie zmian, które zachodzą w jej organizmie, daje szansę na ekologiczny styl życia w małżeństwie,

• współczesny człowiek może świadomie wybierać: czas na poczęcie dziecka lub czas na współżycie seksualne, kiedy do poczęcia dziecka nie dojdzie.

**LEKCJA 11 – MĘZCZYZNA I KOBIETA-UKŁAD ROZRODCZY (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

• opisać przemiany w organizmie mężczyzny i kobiety, od których zależy ich płodność,

• przedstawić funkcjonowanie męskiego układu rozrodczego,

• omówić budowę i funkcjonowanie żeńskiego układu rozrodczego,

• dokonać charakterystyki płodności mężczyzny i kobiety.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• poznanie zmian, które zachodzą w organizmie kobiety daje szansę na ekologiczny styl życia w małżeństwie,

• współczesny człowiek może świadomie wybierać: czas na poczęcie dziecka lub czas na współżycie seksualne, kiedy do poczęcia dziecka nie dojdzie.

**LEKCJA 12 – CZAS OCZEKIWANIA**

**Uczeń potrafi:**

• opisać budowę komórki jajowej i plemnika oraz proces zapłodnienia,

• przedstawić zmiany fizjologiczne w organizmie kobiety w czasie ciąży,

• uzasadnić konieczność przestrzegania higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka, • omówić etapy rozwoju prenatalnego dziecka (zygota zarodek płód).

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• rodzice powinni od samego początku zapewnić dziecku jak najlepsze warunki życia i rozwoju.

**LEKCJA 13 – PIERWSZE KROKI W SZCZĘSLIWE DZIECIŃSTWO (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

• uzasadnić, dlaczego ważny jest w okresie ciąży kontakt matki z dzieckiem,

• podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia,

• określić, czym jest naturalny poród i wskazać jego znaczenie dla dziecka,

• wymienić korzyści karmienia naturalnego zarówno dla dziecka, jak i dla matki,

• wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia,

• opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

• macierzyństwo i ojcostwo jest darem i życiowym zadaniem,

• miłość do dziecka jest bezwarunkowa.

**LEKCJA 14 – PIERWSZE KROKI W SZCEŚLIWE DZIECIŃSTWO (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

• przedstawić argumenty, dlaczego dla rozwijającego się w pierwszych 9 miesiącach życia dziecka ważna jest miłość i troska ojca, zarówno o dziecko, jak i o jego matkę,

• podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia,

• określić rolę mężczyzny przy porodzie,

• opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego,

• wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• ojcostwo jest szczęściem, ale i trudem, czyli poważnym życiowym zadaniem.

**LEKCJA 15 – KOMUNIKACJA W RODZINIE**

**Uczeń potrafi:**

• przedstawić zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się,

• omówić najważniejsze czynniki kontaktu międzyludzkiego,

• określić rolę emocji i uczuć w życiu człowieka,

• wymienić rodzaje uczuć,

• nazywać swoje uczucia oraz wypowiadać je poprzez komunikat JA,

• hierarchicznie usystematyzować swoje uczucia,

• rozpoznawać uczucia w przekazie werbalnym i mowy ciała.

**Uczeń uświadomi sobie:**

• potrzebę pielęgnowania więzi rodzinnych i budowania bliskich relacji międzyludzkich,

• potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych.

**LEKCJA 16 – SAVOIR-VIVRE CZYLI ZASADY DOBREGO WYCHOWANIA**

**Uczeń potrafi:**

• zdefiniować pojęcie savoir–vivre’u,

• wymienić sytuacje, w których stosowanie form grzecznościowych ułatwia kontakty społeczne i uwalnia od negatywnych emocji i konfliktów,

• przedstawić różne postacie etykiety,

• przedstawić zasady savoir- -vivre’u w konkretnych sytuacjach rodzinnych, towarzyskich i społecznych,

• wymienić pięć zasad asertywności (sztuka dobrej odmowy).

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• kompromitujące zachowania są nietaktowne i utrudniają kontakty społeczne,

• przestrzeganie dobrych manier to także troska o innych, aby czuli się dobrze w naszej obecności.

**LEKCJA 17 – UTRATA WOLNOŚCI. ZAGROŻENIA. UZALEZNIENIA CHEMICZNE.**

**Uczeń potrafi:**

• wymienić rodzaje uzależnień,

• przedstawić czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom,

• omówić skutki palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków i dopalaczy,

• uzasadnić, że wartość życia jest najistotniejsza,

• odmówić uczestnictwa w sytuacji, która prowadzi do uzależnienia.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• jego zdrowie i przyszłość zależą od obecnych wyborów,

• bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień.

**LEKCJA 18 – UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE**

**Uczeń potrafi:**

• wymienić rodzaje uzależnień behawioralnych,

• opisać objawy uzależnienia od komputera i internetu,

• wymienić sygnały ostrzegawcze uzależniania od smartfona,

• opisać, na czym polega wewnętrzny przymus robienia zakupów,

• przedstawić problem samookaleczeń, • opisać niszczący wpływ pornografii.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• oprócz czynników ryzyka, istnieją także czynniki chroniące przed uzależnieniami.

**LEKCJA 19 – LUDZIE DROGOWSKAZY**

**Uczeń potrafi:**

• zdefiniować pojęcie autorytetu,

• określić znaczenie autorytetu w życiu człowieka,

• wymienić cechy osobowości, które budują autorytet,

• odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów,

• dokonać wyboru właściwego autorytetu,

• przedstawić problem upadku autorytetu.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

• wybór autorytetu to samodzielna i ważna decyzja,

• istnieją różnice między autorytetem a idolem.