

Základná škola s materskou školou Kolárovice

Výchova k manželstvu a rodičovstvu

Školský vzdelávací program

Školský rok: 2019/20

Vypracovala: Mgr. Andrea Dzúriková

CHARAKTERISTIKA

Formovanie osobnosti žiakov neovplyvňujú len vedomosti, ale aj ich morálno-vôľové vlastnosti a potrebné sociálne zručnosti. To sú zároveň predpoklady, ktoré umožňujú realizovať cieľ VMR na školách – vychovávať sociálne, morálne a emocionálne zrelé osobnosti, schopné konať a správať sa v súlade s etickými normami a hodnotami uznávanými danou spoločnosťou vo svojom rodinnom, sexuálnom a manželskom živote.

V oblasti VMR sa prelínajú tri roviny:

- Kognitívna – poznávacía – spočívajúca v získavaní a pochopení poznatkov,
- Emocionálna – citová – charakterizovaná akceptáciou a utváraním názorov a postojov,
- Vôľová – prejavujúca sa v konaní a správaní

Cieľom VMR je dosiahnuť, aby žiak základnej školy na základe získaných poznatkov a vybudovaného rebríčka hodnôt konal a správal sa v súlade s morálnymi zásadami spoločnosti, vedel odolávať negatívnym vplyvom okolia a v dospelosti dokázal vybudovať harmonické partnerské vzťahy, založené na láske, úcte, vernosti, tolerancii a zodpovednosti, aby dokázal byť vzorným a zodpovedným rodičom. Koncepcia VMR má multidisciplinárny charakter. Integruje v sebe poznatky filozofické, sociologické, psychologické a biologické, ako i poznatky o rodine, manželstve a intímnych vzťahoch. Tento ucelený systém výchovy a pôsobenia na žiakov je realizovaný cez jednotlivé edukačné predmety podľa špecifik a možností daného školského vzdelávacieho stupňa.

CIELE

Výchova k manželstvu a rodičovstvu má výrazne interdisciplinárny charakter, pretože sa dotýka všetkých oblastí a etáp ľudského života. Integruje v sebe pedagogické, biologické, psychologické i fyziologické poznatky a aspekty o dospievaní, sexualite, sociálnych vzťahoch a ich hodnote v živote.

Ciele výchovy k manželstvu a rodičovstvu sú zamerané tak, aby prispievali k výchove celej osobnosti dospievajúceho dievčaťa a chlapca, aby boli schopní poznávať a chápať mravné, sociálne, psychologické a fyziologické zvláštnosti ľudských jedincov podľa pohlavia, a tak vytvárať optimálna medzil'udské vzťahy s ľuďmi svojho a opačného pohlavia.

V rámci nižšieho sekundárneho vzdelávania jem možné navrhovaný cieľ dosiahnuť prostredníctvom plnenia nasledovných čiastkových cieľov:

- Pomáhať žiakom v procese sebauvedomovania a sebaúcty, rozvíjania tolerancie a zodpovednosti ako základných podmienok humánnych vzťahov medzi pohlaviami,

- Dať žiakom ucelený etický systém, ktorý im osobne umožní osvojiť si spoločensky žiaduce a eticky správne postoje, názory a presvedčenie, aby vedeli správne hodnotiť vzťahy medzi pohlaviami, vzťahy v manželstve a v rodine,
- Viesť žiakov k pochopeniu lásky ako základnej zložky sexuality,
- Pripraviť žiakov na zodpovedné rozhodovanie v kritických oblastiach psychosexuálneho vývinu na základe mravných a všeobecne platných noriem a hodnôt,
- Prispievať k prehĺbeniu poznatkov o sexuálnom rozmere nášho života a k jeho pochopeniu. V tomto procese sú podstatné city, hodnoty a komunikácia.
- Sprostredkovať žiakom základné poznatky o biologických, psychických a sociálnych zmenách v období puberty,
- Vysvetliť žiakom význam plánovaného rodičovstva, význam zdravej a harmonickej rodiny pre optimálny telesný a duševný vývin dieťaťa, zásady rodinnej výchovy, práva a povinnosti rodičov a detí, zoznámiť ich s medzinárodnými konvenciami o právach dieťaťa a s Deklaráciou práv dieťaťa,
- Vysvetliť žiakom možné riziká predčasných a rizikových sexuálnych aktivít, vrátane nežiaducej gravidity, interrupcie, pohlavných chorôb a nákazy HIV / AIDS
- Napriek vyskytujúcim sa negatívnym javom (rozvrátené manželstvá, opustené deti, drogové závislosti, šírenie pohlavných chorôb) je potrebné mladej generácii predložiť optimistickú víziu života.
- Zoznámiť žiakov s metódami plánovaného rodičovstva a antikoncepcie, ich pozitívny či negatívny vplyv na zdravotný stav a vzájomný vzťah medzi mužom a ženou či životné prostredie,
- Vysvetliť žiakom nebezpečenstvo zneužívania drog pre reprodukčné zdravie a možnosti nákazy HIV/AIDS,
- Naučiť žiakov odolávať negatívnym vplyvom rovesníckych skupín, rôznym médiám, ale zároveň ich naučiť aktívnej obrane pred možným sexuálnym zneužitím,
- Naučiť žiakov potrebným sociálnym zručnostiam, asertívnemu správaniu a empatii. Tu je dôležité zdôrazniť im význam sebaovládania a sebadisciplíny pri vytváraní kvalitných a rovnocenných medziľudských vzťahov.

OBSAH

Výchova k manželstvu a rodičovstvu v rámci nižšieho stredného vzdelávania sa realizuje najmä vo vzdelávacích oblastiach a prostredníctvom predmetov:

- Človek a hodnoty – etická výchova, náboženská výchova,
- Človek a príroda – biológia, chémia,
- Človek a spoločnosť – občianska náuka
- Jazyk a komunikácia – slovenský jazyk a literatúra, cudzie jazyky (ANJ, NEJ)
- Umenie a kultúra – hudobná výchova, výtvarná výchova
- Zdravie a pohyb – telesná a športová výchova

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu v nižšom strednom vzdelávaní tvoria tieto tematické celky:

1. Priateľstvo
2. Kultivované dospievanie
3. Anatómia a fyziológia rozmnožovacích orgánov
4. Zodpovedný prístup k sexualite, sebaúcta a úcta k druhým
5. Negatívny vplyv alkoholu a drog na sexuálne a reprodukčné zdravie človeka
6. Zásady bezpečného správania

1. Priateľstvo

- Citový vývin v období dospievania
- Poznanie a pozitívny vzťah k druhým
- Zmysel prvých priateľstiev a ich význam v živote dospievajúceho človeka
- Priateľstvo medzi chlapcami a dievčatami
- Náklonnosť, zamilovanosť a láska
- Význam citov pre zdravý psychosexuálny rozvoj
- Empatia ako dôležitý predpoklad dobrých vzťahov
- Otvorená komunikácia, riešenie problémov vo vzťahoch.

2. Kultivované dospievanie

- Psychické a fyzické zmeny v období dospievania
- Menštruácia
- Potreba zvýšenej hygieny v období dospievania
- Vplyv telesných a psychických zmien v puberte na zmenu postojov dievčat a chlapcov k svojmu telu a kvalite postojov k druhému pohlaviu
- Rozdiely v psychosexuálnom vývine dievčat a chlapcov v období dospievania
- Sexualita v živote človeka
- Kultivovaný a kultúrny prejav sexuality ako obraz mravného a sexuálne zrelého človeka.
- Požiadavka pohlavnej abstinencie v období dospievania ako podmienka udržania a posilňovania sexuálneho a reprodukčného zdravia.
- Rozdiely medzi biologickou, psychologickou a sociálnou zrelosťou.

3. Anatómia a fyziológia pohlavných orgánov

- Stavba a funkcia pohlavných orgánov
- Oplodnenie
- Priebeh gravidity
- Vývin plodu
- Pôrod
- Zásady starostlivosti o tehotnú ženu a plod
- Úcta a ohľaduplnosť k tehotnej žene

- Starostlivosť o novorodenca
- Prirodzená výživa dieťaťa
- Negatívne vplyvy ohrozujúce zdravie a život plodu: drogy, alkohol, fajčenie, stres, nesprávna výživa, rizikový spôsob života.

4. Zodpovedný prístup k sexualite, sebaúcta a úcta k druhým

- Sexualita ako prirodzený prejav ľudského jedinca, ale i ako prejav kultúrnosti a kultivovanosti osobnosti človeka
- Nebezpečenstvo citového otupenia pri odtrhnutí sexu od osobného vzťahu a zodpovednosti
- Zdravotné a psychologické riziká striedania sexuálnych partnerov
- Vernosť a poznanie sexuálneho partnera a jeho zdravotného stavu ako najlepšia prevencia pred infekciou HIV/AIDS a pred pohlavnými chorobami
- Riziká riskantného správania – šírenie AIDS a ďalších pohlavných chorôb, nežiaduca gravidita, nechcené deti, interrupcie, nezrelé manželstvá
- Optimálne podmienky pre zdravé a šťastné rodičovstvo
- Spôsoby predchádzania konfliktov
- Plánované rodičovstvo
- Základné poučenie o prirodzených, ekologických metódach plánovaného rodičovstva a o antikoncepcii.

5. Negatívny vplyv alkoholu a drog na sexuálne a reprodukčné zdravie

- drogy a ich vplyv na sexuálne správanie - strata zábran, riziko predčasných sexuálnych aktivít a ich negatívne dôsledky
- zdravotné a sociálne riziká zneužívania drog
- drogy v období gravidity a počas dojčenia
- riziká pre plod a novorodenca

6. Zásady bezpečného správania

- Prejav tyrania a zneužívania detí
- Nebezpečenstvo detskej pornografie a sexuálneho zneužívania detí
- Spoločenská a osobná ochrana pred týmito sociálno-patologickými javmi
- Príprava detí na aktívnu sebaobranu a naučenie bezpečného správania a riešenia krízových situácií

PROCES VÝCHOVY K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

Proces výchova k manželstvu a rodičovstvu musí predovšetkým vychádzať u potrieb dospelajúceho človeka v závislosti na jeho veku a štádiách psychosexuálneho vývinu. Efektívnosť VMR je podmienená jej obsahom, cieľmi, rozmanitosťou a vhodnosťou aplikovaných metód a techník vo výchovnom procese, ako i osobnosťou učiteľa, jeho odbornosťou, profesionalitou a postojom k danej problematike.

Ciele výchovy k manželstvu a rodičovstvu môžeme dosiahnuť aplikáciou vhodných metód a foriem práce.

V kognitívnej oblasti budeme využívať predovšetkým:

- Výklad
- Brainstorming
- Prácu s informačnými zdrojmi,
- Učebné pomôcky – obrázky, film,...
- Besedy – lekár, psychológ...

V afektívnej oblasti budeme využívať:

- Efektívne metódy na motiváciu žiakov,
- Diskusie,
- Situačné hry, pojmové mapy,
- Nácvik efektívnej komunikácie
- Pracovné metódy (napr. kúpanie či prebaľovanie novorodenca)
- Didaktické techniky (rodokmeň, strom poznania)

Ak má byť výchova k manželstvu a rodičovstvu dostatočne efektívna, musí sa uskutočňovať systematicky, dlhodobo, komplexne. VMR musí rešpektovať tematickú a obsahovú multidimenzionalnosť, nemožno k nej pristupovať jednostranne, napríklad preferovať iba biologické hľadisko bez pochopenia emocionálnych súvislostí.

ZAČLENENIE VÝCHOVY K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU DO VÝCHOVNO-VZDELÁVACIEHO PROCESU

Biológia, Chémia

- Úloha rodiny v spoločnosti, rodičovská láska, jej význam v živote dieťaťa, úcta k rodičom

- Príklady vzájomného spolunažívania v botanike (lišajníky), v zoológii (včelstvo)...
- Zmeny sprevádzajúce dospievanie, biologické zákonitosti, individuálne rozdiely
- Stavba ľudského tela
- Telesné a fyziologické zmeny v období puberty, denná hygiena
- Pohlavné choroby a ich dôsledky na ľudské zdravie
- Prevencia AIDS
- Prevencia drogovej závislosti, najbežnejšie drogy, vonkajšie prejavy závislosti, fajčenie alkohol, gamblerstvo a ich negatívne vplyvy na zdravie a spoločenský život

Etická výchova

- Životné hodnoty
- Psychológia dospievania, školské problémy v období dospievania
- Poskytnúť žiakom ucelený etický systém, správne postoje, názory a presvedčenie, aby vedeli správne hodnotiť vzťahy medzi pohlaviami, vzťahy v manželstve a v rodine

Náboženská výchova

- Formovať morálne a duchovne orientovanú zrelú osobnosť v súlade s Božími prikázaniami
- Hovoriť o láske, partnerstve a rodičovstve v kresťanskom duchu
- Výchova k mravným medziľudským vzťahom, k mravnému správaniu v oblasti sexuality
- Výchova k pohlavnej zdržanlivosti
- Úcta k žene, matke, dieťaťu, k rodičom

Slovenský jazyk a literatúra, cudzie jazyky

- V rámci tematicky blízkych hodín realizovať diskusie, dotazníky, projektové práce, využívať pracovné listy, CD nahrávky, výukové programy, internetové stránky k téme VMaR

Občianska náuka, Geografia

- Oboznámiť žiakov s právnymi normami týkajúcimi sa VMaR
- Vedieť poznať ľudské rasy, národy, svetové náboženstvá
- Naučiť žiakov vzájomnej tolerancii a rešpektovaniu iných kultúr a náboženstiev
- Vysvetliť problematiku migrácie obyvateľstva, natalitu, prirodzený prírastok obyvateľstva
- Dospievanie v rôznych kultúrach
- Spoločenský svet dospievajúcich

Telesná a športová výchova, Technika

- Formovať pozitívny prístup k sebe, svojmu telu a vzhľadu
- Upevňovať žiaduce hygienické návyky
- Vytvárať kladný vzťah k telesnej aktivite ako súčasť zdravého životného štýlu
- Venovať pozornosť otázkam zdravého stravovania
- Anorexia, bulímia, depresia v období dospievania

Hudobná výchova, Výtvarná výchova

- Na vyučovacích hodinách realizovať VMaR prostredníctvom hudobného a výtvarného prejavu

Triednická hodina

- Realizovať aktivity na podporu VMaR – besedy s odborníkmi, významné dni, sviatky...
- Zúčastňovať sa na kultúrnych podujatiach organizovaných školou (Vianočná akadémia, Deň detí, Deň matiek...)
- Zúčastňovať sa na športových podujatiach, podporovať zdravý životný štýl
- Plniť úlohy výchovného poradenstva – práca s nadanými žiakmi, pomoc deťom zo sociálne znevýhodneného prostredia, voľba povolania, prevencia šikanovania...
- Budovanie pozitívneho spôsobu života

PLÁN ČINNOSTI REALIZÁCIE VMaR POČAS ŠKOLSKÉHO ROKA / NÁMETY NA NÁPLŇ TRIEDNICKYCH HODÍN

September

- Národný deň abstinentov (5.9.)
- Deň pozitívneho myslenia (13.9.)
- Medziľudské vzťahy

Október

- Mesiac úcty k starším
- Svetový deň duševného zdravia (10.10.)
- Svetový deň výživy (16.10.)

November

- Prevencia šikanovania
- Medzinárodný deň tolerancie (16.11.)
- Svetový deň za odstránenie násilia voči ženám (25.11.)

December

- Svetový deň boja proti AIDS (1.12.)
- Deň ľudských práv (10.12.)
- Vianoce – zvyky a tradície, vianočná akadémia

Január

- Novoročné predsavzatia
- Dospievanie – zmeny, hygiena
- Školský karneval – školská akcia

Február

- Empatia, asertivita, tolerancia
- Svetový deň boja proti rakovine

Marec

- Mesiac knihy
- Medzinárodný deň žien (8.3.) – úcta k žene, k matke
- Deň zápasu za ľudské práva (25.3.)

Apríl

- Svetový deň zdravia (7.4.)
- Zdravý životný štýl
- Deň narcisov

Máj

- Mesiac lásky
- Deň matiek (2.nedeľa)
- Medzinárodný deň bez tabaku (31.5.) – beseda o škodlivosti fajčenia

Jún

- Deň detí (1.6.)
- Deň otcov
- Medzinárodný deň proti zneužívaniu drog (26.6.)
- STOP DROGÁM – poster – projektové práce