**WYMAGANIA EDUKACYJNE WDŻ W KLASIE 5 W ROKU SZKOLNYM 2021/2022**

**LEKCJA 1 – GDZIE DOM, TAM SERCE TWOJE**

**Uczeń potrafi:**

* przedstawić – w zarysie – zagadnienia, które będą omawiane na lekcjach WDŻ w klasieV
* omówić zasady pracy na lekcjach WDŻ,
* wymienić komponenty szczęścia rodzinnego, jak: okazywanie sobie szacunku, życzliwości, uprzejmości, wdzięczności, uczynności, itp.,
* uzasadnić potrzebę włączenia się wszystkich członków rodziny w budowanie prawidłowych relacji rodzinnych.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* jego odpowiedzialność i działania także przyczyniają się do tworzenia dobrej atmosfery w rodzinie.

**LEKCJA 2 – RODZINA MOJE OKNO NA ŚWIAT**

**Uczeń potrafi:**

* opisać rolę rodziny w zdobywaniu i poszerzaniu wiedzy o bliższym i dalszym otoczeniu, o świecie, o człowieku i o życiu,
* opisać, na czym polega pomoc rodziców i dziadków w przyswajaniu norm moralnych oraz w rozwijaniu talentów i zdolności,
* wskazać na oddziaływanie rodziców, dziadków, rodzeństwa w kształtowaniu pozytywnych postaw, np. empatii, miłości, szczerości, prawdomówności, itp.

**Uczeń uświadomi sobie:**

* rolę rodziców, dziadków, rodzeństwa w przyswajaniu norm moralnych i zgodnych z nimi zachowań.

**LEKCJA 3 – EMOCJE I UCZUCIA**

**Uczeń potrafi:**

* dostrzec bogactwo stanów emocjonalnych i uczuciowych towarzyszących życiu człowieka,
* określić różnice między emocjami a uczuciami,
* nazwać różne sposoby wyrażania emocji i uczuć,
* opisać biegunowość i stopień natężenia procesów emocjonalno-uczuciowych,
* wymienić rodzaje uczuć,
* określić rolę uczuć w życiu człowieka.

**Uczeń uświadomi sobie:**

* potrzebę wypracowania samokontroli i formułowania komunikatów społecznie akceptowalnych, m.in. komunikatu „ja”.

**LEKCJA 4 – POROZMAWIAJMY**

**Uczeń potrafi:**

* określić, czym jest komunikacja międzyosobowa,
* zdefiniować komunikację werbalną i niewerbalną,
* dostrzec atuty sztuki porozumiewania się w rodzinie,
* wskazać wagę miłości, szacunku i posłuszeństwa dzieci w rodzinie,
* określić, czym jest konflikt w rodzinie,
* przedstawić potrzebę rozwiązywania konfliktów oraz przepraszania i przebaczania.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* za dobrą atmosferę w rodzinie odpowiadają wszyscy jej członkowie.

**LEKCJA 5 – ŚWIĘTA CORAZ BLIŻEJ**

**Uczeń potrafi:**

* przedstawić wydarzenia rodzinne i rocznice, które najczęściej świętujemy i o których trzeba pamiętać,
* wymienić święta narodowe, regionalne, religijne,
* opisać sposoby przygotowania się i obchodzenia świąt,
* scharakteryzować atmosferę świąt,
* wskazać wartości, które daje nam świętowanie.

**Uczeń uświadomi sobie:**

* swoją rolę w tworzeniu atmosfery świętowania, w przygotowaniu świąt i rozwijaniu inwencji twórczej z tej okazji

**LEKCJA 6 – ZAPLANUJ ODPOCZYNEK**

**Uczeń potrafi:**

* zaplanować czas na zajęcia domowe, szkolne i rekreację,
* wskazać sposoby spędzania wolnego czasu,
* dostrzec atuty dobrze zorganizowanego odpoczynku,
* opisać korzyści z aktywnego odpoczynku,
* określić wagę kontaktów człowieka z przyrodą i światem kultury,
* uzasadnić potrzebę rozwijania swoich pasji, zainteresowań i hobby.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* umiejętność zorganizowania czasu wolnego przywraca siły, wzmacnia kontakty międzyludzkie i jest okazją do samorozwoju.

**LEKCJA 7 – MĄDRY WYBÓR W ŚWIECIE GIER**

**Uczeń potrafi:**

* scharakteryzować zjawisko gier komputerowych jako popularny sposób spędzania wolnego czasu,
* wskazać na atrakcyjność gier komputerowych dostarczających silnych emocji,
* określić rodzaje gier komputerowych,
* wymienić pozytywne skutki gier komputerowych,
* omówić zagrożenia i wskazać negatywne oddziaływania gier komputerowych.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* powinien ustalić racjonalne zasady korzystania z gier komputerowych

**LEKCJA 8 – UPRZEJMOŚĆ I UCZYNNOŚĆ**

**Uczeń potrafi:**

* wskazać, na czym polega istota uprzejmości i uczynności,
* uzasadnić, dlaczego uczynność, dobroć oraz uprzejmość sprzyjają pogłębianiu relacji międzyludzkich,
* przedstawić, dlaczego uczynność, dobroć i uprzejmość są istotne w kontaktach z osobami z niepełnosprawnością,
* dostrzec w osobach z niepełnosprawnościami wartościowych partnerów w koleżeństwie i przyjaźni.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* uczynność, uprzejmość i dobroć sprzyjają tworzeniu i pogłębianiu relacji międzyludzkich.

**LEKCJA 9 – POSZUKIWANY: PRZYJACIEL**

**Uczeń potrafi:**

* zdefiniować pojęcie przyjaźni,
* wskazać istotę i znaczenie przyjaźni w życiu człowieka,
* omówić warunki przyjaźni,
* wymienić cechy dobrego przyjaciela, uzasadnić, dlaczego przyjaźń sprzyja rozwijaniu zainteresowań i pasji,
* wskazać sposoby rozwijania przyjaźni.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* przyjaźń daje szanse na rozwijanie empatii, życzliwości, zaufania, szczerości – czyli może stać się szkołą charakteru.

**LEKCJA 10 – MOJE CIAŁO (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

* wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku,
* uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości,
* wymienić i omówić funkcje płciowości,
* uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci,
* zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

* nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany.

**LEKCJA 11 – MOJE CIAŁO (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

* wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku,
* uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości,
* wymienić i omówić funkcje płciowości,
* uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci,
* zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany.

**LEKCJA 12 – DOJRZEWAM (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

* podać definicję pokwitania i wiek dziewcząt, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach,
* omówić zmiany fizyczne zachodzące w organizmie dziewczynki w tym okresie,
* scharakteryzować proces rozwojowy cyklów miesiączkowych w okresie pokwitania.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

• każda dziewczynka ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.

**LEKCJA 13 – DOJRZEWAM (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

* podać definicję pokwitania i wiek chłopców, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach,
* omówić zmiany fizyczne chłopców charakterystyczne dla okresu pokwitania.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* każdy chłopiec ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.

**LEKCJA 14 – DBAM O HIGIENĘ (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

* przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatek,
* uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w celu ochrony zdrowia,
* przestawić typowe problemy związane z higieną i dorastaniem,
* wymienić podstawowe zasady higieny osobistej.

**Uczennica uświadomi sobie:**

* potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.

**LEKCJA 15 – DBAM O HIGIENĘ (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

* przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatków,
* uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia,
* przestawić typowe problemy nurtujące chłopców w okresie dojrzewania,
* wymienić podstawowe zasady higieny osobistej nastolatków.

**Uczeń uświadomi sobie:**

* potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.

**LEKCJA 16 – ZDROWY STYL ŻYCIA (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

* uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jej rozwój, przestawić zasady zdrowego odżywiania,
* omówić dobre nawyki żywieniowe,
* uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej.

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

* tryb życia nastolatki decyduje o jej zdrowiu i kondycji fizycznej.

**LEKCJA 17 – ZDROWY STYL ŻYCIA (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

* uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jego rozwój,
* przedstawić zasady zdrowego odżywiania,
* omówić dobre nawyki żywieniowe,
* uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

* tryb życia nastolatka decyduje o jego zdrowiu i kondycji fizycznej.

**LEKCJA 18 – ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH (LEKCJA DLA GRUPY DZIEWCZĄT)**

**Uczennica potrafi:**

* scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatek,
* wyartykułować niepokoje związane z okresem dojrzewania,
* przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich,
* wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno.

**Uczennica uświadomi sobie:**

* konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.

**LEKCJA 19 – ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH (LEKCJA DLA GRUPY CHŁOPCÓW)**

**Uczeń potrafi:**

* scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatków,
* wskazać niepokoje, których doświadcza nastolatek,
* przedstawić skłonność chłopców do zachowań agresywnych i walki o niezależność,
* przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich,
* wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno.

**Uczeń uświadomi sobie:**

* konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.