



Spojená škola, Hlavná 1, Pohronská Polhora

PRÍLOHA 10

Plán výchovy k manželstvu a rodičovstvu /VMaR/

Stratégia.:

Rôznymi formami, metódami a prostriedkami sa podieľať a napomáhať výchove a vzdelávaniu žiakov so zameraním na prvotné poslanie človeka – zdravý sebarozvoj, sebaopätie, sebaúcta, komunikácia a vytváranie zdravých vzťahov na všetkých predmetoch, triednických hodinách a triednych akciách a aktivitách.

Cieľ:

Vychovávať sociálne, morálne a emocionálne zrelé osobnosti, schopné konať a správať sa v súlade s etickými normami a hodnotami uznávanými našou spoločnosťou vo svojom sexuálnom a rodinnom živote

Obsah výchovy na I. stupni tvoria témy:

- * Výchova v rodine
- * Zásady zdravého života
- * Negatívne vplyvy drogových závislostí
- * Rovnoprávnosť pohlaví
- * Vznik a vývin jedinca

Obsah výchovy na II. stupni tvoria témy:

- * Priateľstvo
- * Kultivované dospievanie
- * Anatómia a fyziológia rozmnožovacích ústrojov
- * Negatívny vplyv drogových závislostí na reprodukčné a sexuálne zdravie človeka
- * Zásady bezpečného správania

Časový harmonogram v ročníkoch a vo vyučovacích predmetoch

Mesiac	Ročník	
September:	4.ročník	prázdninové priateľstvá
	8.ročník	SJL - prehľadovanie vzťahov v rodine vo voľných chvíľach
	9.ročník	OV – Prehľadovanie povedomia vlastnej dôstojnosti a hodnoty ľudskej bytosti
Október:	1.-4.ročník	„Mesiac úcty k starším“, práca s informačnými materiálmi, beseda s dôchodcom, príprava darčiekov
	5.-9.ročník	LV-„Mesiac úcty k starším“, beseda so staršími občanmi našej obce
	8.ročník	LV – Charakterové črty a vlastnosti ľudí
	9.ročník	OV - Prehľadovanie komunikačných zručností
November:	1.-4.ročník	„Deň bez fajčenia a škodlivín“, prevencia a prieskum
	5.-9.ročník	„Deň bez fajčenia a škodlivín“, nebezpečenstvo drog a následných závislostí
	8.ročník	OV- Základy duševnej hygieny
	9.ročník	OV- Zdravý životný štýl
December:	1.-4.ročník	emocionálna výchova s blížiacimi sa sviatkami, prežívanie Vianoc



Spojená škola, Hlavná 1, Pohronská Polhora

		v rodine
	5.-9.ročník	Výchovné využitie témy Vianoc na jednotlivých VH
	8.ročník	EV- Etické aspekty manželstva, rodiny a sexuálneho života
	9.ročník	OV- Ako hospodárime v štáte a v rodine, rodinný rozpočet
Január:	4.ročník	P- Rozmnožovanie, starostlivosť o zdravie
	9.ročník	OV- Závislosti, ktoré ohrozujú život
Február:	1.-4.ročník	Oddych a práca, hobby
	5.-9.ročník	Osobná hygiena a jej zásady
	8.ročník	EV- Ekonomické hodnoty a etika
	9.ročník	EV- Vplyv televízie a kritické hodnotenie
		Beseda s psychológom: Sebapoznanie a sebahodnotenie
Marec:	1.-9.ročník	„Mesiac knihy“, vlastnosti hrdinov a ich vzájomné vzťahy
Apríl:	1.-9.ročník	„Svetový deň zdravia“
	7.ročník	OV-Kultúra reči, správanie a obliekanie, priateľstvo a láska
		BIO- Žľazy s vnútornou sekréciou
Máj:	1.-9.ročník	„Deň matiek“
	5.-9.ročník	Prosociálne správanie na hodinách
Jún:	1.-9.ročník	Príprava na prázdniny, nebezpečenstvá číhajúce na nás

Obsah a ciele v jednotlivých ročníkoch:

1.ročník

Na svete sa každý deň niekoľko stotisíc ráz stane zázrak

Zvieracia a ľudská rodina

Materinská a otcovská láska a jej podoby

Ciele:

- Vzbudiť pocit zodpovednosti za svoje správanie.
- Vedieť budovať vzťahy vo svojej rodine.
- Rozpoznať svoje nevhodné správanie voči rodičom a súrodencom
- Pomenovať svoje práva a povinnosti
- Vysvetliť pojmy odpúšťať a robiť dobro.
- Vedieť vymenovať svoje zlé a dobré vlastnosti.
- Vedieť rozlíšiť kedy je trest spravodlivý
- Rozlíšiť povinnosti/zodpovednosť matky a povinnosti otca

2.ročník

Moja úloha v rodine, slušné správanie, úcta, dôvera, starostlivosť o zdravie.

Doterajšie obdobia môjho života.

Bezpodmienečná láska mojich rodičov a podmienená súrodenecká láska.

Ciele:

- Vedieť pomenovať doterajšie významné udalosti vo svojom živote- narodenie, krst, materská škola, škola.
- Vedieť definovať vzťah.
- Vedieť pomenovať rozdiely vo vzťahoch- s učiteľmi, s mamou, s otcom a so súrodencami.



Spojená škola, Hlavná 1, Pohronská Polhora

- Pochopiť/oboznámiť sa, čo znamená pojem bezpodmienečná láska.
- Vedieť vymenovať, aké mám práva, ale aj povinnosti a ich plnenie v rodine.
- Pomenovať spôsoby starostlivosti o zdravie zo strany rodičov a zo strany dieťaťa.
- Fixovať základné zdvorilostné frázy- poďakovať aj za veci, ktoré sa mi nepáčia, aj za stravu, ktorá mi nechutí.

3.ročník

Narodeniny v našej rodine.

Nemenia sa rodičia, ale ja.

Desatoro nielen pre veriacich- odpoveď na otázku ako konať dobro: "Cti otca svojho..."

Televízia a reklama.

Ciele:

- Oboznámiť sa s dôležitými dátumami v našej rodine.
- Pochopiť význam slova obdarovať z lásky.
- Rozlíšiť zmeny v mojom správaní oproti predchádzajúcim rokom vo vzťahu k nim.
- Učiť sa vysloviť svoj názor.
- Pochopiť význam desatora- konať len dobro, hlavne 4. prikázanie.
- Vedieť pomenovať klady a zápory televízie a reklamy.

4.ročník

Sviatosť manželstva a plodenie detí v manželstve, rodinná výchova.

Ohrozenie môjho zdravia v rodine a vo svete.

Dodržiavanie pravidiel bezpečného správania.

Chlapec a dievča.

Poslanie otca a poslanie matky v rodine

Ciele:

- Poznať znaky dospievania u chlapcov a u dievčat.
- Oboznámiť sa s významom úcty vo vzťahu chlapec- dievča, spolužiak- spolužiačka.
- Oboznámiť sa s psychickými a fyzickými zmenami, ktoré čoskoro prídu.
- Vedieť rozpoznať nebezpečné situácie, asociálne javy a vytváranie nevhodných priateľstiev.
- Vedieť rozpoznať ponižovanie, ubližovanie alebo tyranizovanie.
- Pomenovať význam rodiny vo výchove detí.
- Hygienické zásady a prevencia pred virózami a infekciami

5.ročník

Zdravé sebavedomie a jeho budovanie.

Zodpovednosť otca a matky v rodine.

Hnev a láska.

Dospievanie- začínajúce krízy.

46 chromozómov nesie tvoju identitu.

Ciele:

- Prečítať O.Wilde- Slávik a ruža, úryvky.
- Vedieť rozlíšiť spravodlivý hnev od nespravodlivého.
- Oboznámiť sa s poslaním otca a jeho zodpovednosťou za rodinu.
- Pochopiť význam komunikácie citov vo všetkých stupňoch.
- Uvedomiť si približovanie prvých kríz v rodine s dospievajúcim dieťaťom.
- Naučiť sa korigovať impulzivnosť a krutosť vo vzťahu k sebe aj ostatným v rodine.
- Vedieť pomenovať klady aj zápory v správaní.

6.ročník



Spojená škola, Hlavná 1, Pohronská Polhora

Formovanie a udržovanie dobrých medziľudských vzťahov.

Vzťah k sebe.

Vzťah k opačnému pohlaviu.

Sexuálne správanie- odkiaľ- pokiaľ.

Negatívne vplyvy drogových závislostí - strácanie vlastnej identity.

Ciele:

- Rozvíjať a upevniť základné pravidlá komunikácie.
- Rozvíjať toleranciu a zodpovednosť.
- Vedieť obhájiť svoj názor.
- Pochopiť význam úcty a váženía si jeden druhého.
- Charakterizovať pojem láska.
- Vedieť pracovať s informačnými zdrojmi.
- Vedieť charakterizovať prejavy podceňovania, ponižovania, psychického týrania.
- Pomenovať rôzne druhy závislostí a ich vplyv a následky na budúci život v rodine- ekonomika, reprodukcia.
- Oboznámiť sa so základmi kultivovaného správania v začínajúcej láske.

7.ročník

Pohlavná zrelosť, reprodukcia.

Rozdiely a fyzické i psychické zmeny chlapca a dievčaťa- symptómy.

Zdravý životný štýl- hobby, relax, stravovanie.

Psychická a fyzická hygiena.

Drogy a ich vplyv na organizmus.

Sklamanie a citové otupenie.

Pocit vlastnej hodnoty.

Dorastanie v láske, flirt, sympatia a priateľstvo.

Ciele:

- Viest' k samostatnosti a zodpovednosti.
- Posilňovať sebavedomie.
- Vedieť si utvárať hodnotový rebríček.
- Vedieť formulovať vlastné ciele a túžby otvorene.
- Oboznámiť sa s citovou a zmyselnou vrstvou v období puberty.
- Vysvetliť pojem sexualita.
- Definovať pojem sexuálna zrelosť –nesenie zodpovednosti.
- Poznať následky skorého sexuálneho života.
- Sprostredkovať zákl. poznatky o symptómoch- osobitne CH a D.
- Popísať fázy narastania v láske.

8.ročník

Láska je jediná skutočná potreba ľudskej bytosti.

Chlapec- otec, dievča- matka.

Budovanie vzťahov medzi dospelievajúcimi.

Nástrahy a ponuky sveta- skorý sex.

Komunikácia v puberte s rodičmi a s kamarátmi navzájom.

Idoly a napodobňovanie.

List rodičom.

Nie rodičia, ale ty sa musíš meniť rýchlosťou svetla.

Dievčatá milujú srdcom a muži rozumom.



Spojená škola, Hlavná 1, Pohronská Polhora

Dokazovanie lásky- pravé hodnoty.

Ciele:

- Premýšľať nad významom slova láska.
- Oboznámiť sa s krehkosťou citov v tomto období.
- Vysvetliť si jednotlivé fázy dozrievania v láske.
- Poznať rozdiely medzi rodičovskou, priateľskou, snúbeneckou a manželskou láskou.
- Oboznámiť sa s pojmom falošná láska.
- Pomenovať následky nedbalého sexuálneho života.
- Oboznámiť sa s následkami falošnej lásky- drogy, citová labilita, strach z nových vzťahov.
- Vedieť presadiť samého seba a nechcieť napodobňovať idoly.
- Rozvíjať komunikáciu vo všetkých sférach.
- Vedieť uznať svoje chyby.
- Napísať list svojim rodičom a svojom prežívaní.
- Pochopiť význam slova pokora a pýcha.

9.ročník

Vernosť

Odpúšťanie

Obeta

Láska

Manželstvo a rozvod

Zodpovedné rodičovstvo

Pohlavné ochorenia

Stretnutie so psychologičkou

Stretnutie s gynekologičkou

Ciele:

- Oboznámiť sa s jednotlivými krízovými situáciami medzi mužom a ženou.
- Uvedomiť si potrebu neustáleho odpúšťania v manželstve.
- Pochopiť zmeny vývinu v každom vzťahu.
- Pochopiť význam obetovania sa pre milovaného človeka.
- Rozlíšiť následky zlyhania.
- Oboznámiť sa s význam vernosti v manželstve.
- Poznať podstatu výchovy detí v jednotlivých obdobiach života.
- Klasifikovať jednotlivé druhy antikoncepcie.

Vypracovala: PaedDr. Drahomíra Tereňová