

**Plán činnosti**

**Výchova k manželstvu a rodičovstvu**

Školský rok 2015/2016

Koordinátor: Mgr. Mária Ofčáková

## **Plán činnosti**

### **VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU**

#### **Plán výchovy k manželstvu a k rodičovstvu 2015/2016**

Rodina je v našich kultúrnych podmienkach najdôležitejšou hodnotou, je miestom odovzdávania základných životných skúseností, ekonomického bohatstva, kultúrneho, sociálneho i duchovného cítenia. Rodičovstvo ako jedna z najdôležitejších sociálnych funkcií človeka má v našej spoločnosti stále väčší význam. Rodič svojim pôsobením na vlastné dieťa rozhoduje o osobnosti dieťaťa - budúceho človeka. Rodina má nenahraditeľné miesto v sociálnom systéme a podľa kvality fungovania jej vzťahov možno identifikovať jej vplyv na človeka, ktorý v nej vyrástol, bol ňou formovaný. Súčasťou pôsobenia školy je i výchova k manželstvu a rodičovstvu a teda aj k rodine. **Výchova k manželstvu a rodičovstvu** má v školskom systéme svoje opodstatnenie.

Ciele výchovy k manželstvu a rodičovstvu sú zamerané tak, aby prispievali k výchove celej osobnosti dospelujúceho dieťaťa a chlapca, aby boli schopní poznávať a chápať mravné, sociálne, psychologické a fyziologické zvláštnosti ľudských jedincov podľa pohlavia a tak vytvoriť optimálne medziľudské vzťahy s ľuďmi svojho a opačného pohlavia.

#### **Ciele VMR:**

- rozvíjať zodpovednosť žiakov voči sebe a iným, aby boli schopní prevziať zodpovednosť za vlastné správanie,
- pomáhať žiakom/kam rozvíjať pozitívne sebavedomie, pestovať sebaúctu,
- pestovať v žiakoch schopnosť výberu na základe správneho rozhodnutia, a to i v prípade, že budú vystavení negatívnemu tlaku (asertivita),
- formovať sociálne zručnosti žiakov v interakcii s inými: vytvárať a zvládnuť vzťahy, odhaľovať a riešiť problémy, jasne a výstižne formulovať myšlienky, vypočúť mienku iných v diskusii, potláčať vulgarizáciu jazyka,

## Plán koordinátora VMR

2015/2016

---

- zdôrazňovať význam kamarátstva a priateľstva, ktoré pomáha rozvíjať interpersonálne vzťahy – empatiu, komunikačné schopnosti,
- poukazovať na rodinu ako na základnú a funkčnú jednotku spoločnosti,
- formovať postoje k bezpečnému správaniu vo vzťahu k zdraviu, špeciálne v otázkach prevencie AIDS,
- oboznámiť žiakov s negatívnymi účinkami fajčenia, alkoholu a iných drog na zdravie a správanie jednotlivca,
- poskytnúť žiakom prvotné informácie o vzniku a vývine ľudského jedinca, o starostlivosti rodičov o dieťa (výživa a opatera),
- poskytnúť žiakom základné poznatky o biologických, emocionálnych a sociálnych zmenách v puberte,
- viesť žiakov k utváraniu personálnej bezpečnosti, poznať rozdiely medzi vhodnými a nedovolenými telesnými dotykmi,
- viesť žiakov k tomu, aby si postupne uvedomovali a osvojili svoju pohlavnú rolu so zreteľom na spoločensko-mravné normy vzájomného správania,
- posilňovať sebahodnotenie a sebaurčenie (dieťa hodnotné a hodné lásky, zachovávanie osobnej sféry),
- poukazovať na rodovú rovnosť, že všetci žiaci majú rovnakú príležitosť rozvíjať svoju osobnosť,
- rozvíjať v nich toleranciu, rešpekt a prosociálne správanie a konanie vo vzťahu ku kultúrnej odlišnosti,
- zvyšovať angažovanosť rodičov pri VMR.

### **Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu**

#### **1.Manželstvo a rodina**

Vlastnosti potrebné pre manželstvo (zdravotné a psychické predpoklady).

Voľba manželského partnera.

Význam harmonického manželstva pre zdravý vývoj dieťaťa.

Názory na manželstvo.

Rozpad manželstva - príčiny a dôsledky najmä na deti.

Vplyv nevery na rozpad manželstva.

Rodina. Vzťahy, pravidlá a autorita v rodine.

Centrum poradensko-psychologických služieb.

*Termín: priebežne*

*Zodpovední: vyučujúci 1.2.3.4.roč.*

## **2. Rodičovstvo**

Gravidita, narodenie dieťaťa. Vývoj dieťaťa. Výchova dieťaťa v úplnej a neúplnej rodine.

Akceptácia postihnutého dieťaťa. Vzťah rodič - dieťa. Krása rodičovstva. Zodpovednosť rodičov za výchovu dieťaťa. Starostlivosť detí o rodičov v starobe. Antikonцепcia, dostupné prostriedky a metódy. Interrupcia, zdravotné a psychické dôsledky interrupcie. Význam plánovaného rodičovstva.

*Termín: priebežne*

*Zodpovední: vyučujúci 2. stupňa*

## **3. Intímne vzťahy**

Objasnenie pojmov vzájomná príťažlivosť, sexuálna príťažlivosť, fyzická príťažlivosť, láska, romantická láska.

Vývoj vzťahov medzi dvoma ľuďmi (chodenie, dvorenie, láska).

Predmanželská sexualita.

Pohlavná zdržanlivosť. Poučenie o petingu a masturbácii.

Pohlavné úchylky.

Pohlavná promiskuita, jej nepriaznivé dôsledky.

Pohlavné prenosné choroby, AIDS. Prevencia a ochrana.

Nebezpečenstvo drogovej závislosti.

Homosexuálne vzťahy.

*Termín: priebežne*

*Zodpovední: vyučujúci 2. stupňa*

#### **4.Zásady zdravého života**

Zásady zdravého života- hygiena tela, fyzické a sociálne aspekty zdravia.

Zachovanie zdravia závisí do istej miery od schopnosti robiť správny výber a zodpovedne konať.

Význam sociálnych zručností- presné a výstižné vyjadrovanie, schopnosť vypočuť mienku iných v diskusii, odhaľovať a riešiť problémy, asertívne správanie, sebaovládanie a iné.

Zdravé sebavedomie a sebaúcta človeka.

Nebezpečenstvo sexuálneho zneužívania detí, nácvik bezpečného správania v rizikových situáciách.

*Termín: priebežne*

*Zodpovední: vyučujúci*

#### **5.Negatívne dôsledky fajčenia, alkoholu a ďalších drog na zdravie a správanie človeka**

Fajčenie, alkohol a ďalšie drogy (napr. heroín) ohrozujú zdravie človeka – nervovú sústavu, srdce a cievy, pečeň, žalúdok.

Mimoriadne nebezpečné je užívanie drog v období dospievania (ohrozuje aj zdravý vývin rozmnožovacích ústrojov) a v tehotenstve.

Budúca matka fajčením a pitím alkoholu ohrozuje zdravý vývin plodu.

Správanie človeka pod vplyvom alkoholu a iných drog - strata zábran, uvoľnené správanie.

Riziko prenosu AIDS.

Nácvik asertívneho správania – odmietnutie alkoholického nápoja a iných drog.

*Termín: priebežne*

*Zodpovední: všetci vyučujúci 1. a 2.stupňa*

#### **6.Rovnoprávnosť pohlaví**

Rovnocennosť muža a ženy a ich špecifickosť.

Vzájomné správanie sa chlapcov a dievčat, slušnosť, ohľaduplnosť, čestnosť, ochota vzájomne si pomáhať, gavalierstvo, odvaha.

Význam blízkeho človeka pre život jednotlivca.

Kamarátstvo a priateľstvo.

## Plán koordinátora VMR

2015/2016

---

**Termín:** priebežne

**Zodpovední:** vyučujúci 1. a 2.stupňa

- 7. Anatómia a fyziológia pohlavných orgánov** – oplodnenie, priebeh gravidity, vývin plodu, pôrod, starostlivosť o gravidnú ženu, úcta a ohľaduplnosť k nej, starostlivosť o novorodenca, prirodzená výživa dieťaťa, plánované rodičovstvo.

**Termín:** podľa TVVP BIO 7. ročník

**Zodpovední:** vyučujúci predmetu

- 8. Zodpovedný prístup k sexualite** – vzťah: láska – sex = zodpovednosť, nebezpečenstvo, význam vernosti ako prevencie AIDS a pohlavných chorôb.

**Termín:** podľa TVVP BIO 7. ročník a OBN v 7. a 9. ročníku

**Zodpovední:** vyučujúci predmetov

- 9. Negatívny vplyv drogových závislostí na sexuálne a reprodukčné zdravie**- strata zábran, predčasné sexuálne aktivity a ich negatívne dôsledky (neželané tehotenstvo – jeho riešenie, drogový závislý jedinec – novorodenec), zdravotné riziká.

**Termín:** podľa TVVP OBN 7. ročník a CHE v 8. a 9. ročníku

**Zodpovední:** vyučujúci predmetov

- 9. Zásady bezpečného správania** – týranie a zneužívanie detí – sexuálne zneužívanie a detská pornografia, aktívna sebaobrana a schopnosť riešiť krízové situácie. Práva dieťaťa.

**Termín:** podľa TVVP OBN, ETV v 7. – 8. ročníku

**Zodpovední:** vyučujúci predmetu

Okrem menovaných učiteľov sú za plnenie úloh v rámci VMR spoluzodpovední aj učitelia ostatných predmetov, predovšetkým náboženskej výchovy, literatúry a slohu, telesnej výchovy, etickej výchovy ako aj všetci triedni učitelia.

### **Plnenie čiastkových úloh:**

- naučiť žiakov odolávať negatívnym vplyvom rovesníckych skupín, médií, ochrane pred sexuálnym zneužitím
- dať žiakom primerané informácie o anatómii a fyziológii rozmnožovacieho ústrojenstva ženy a muža,
- vysvetliť možné rizika predčasných a rizikových sexuálnych aktivít (gravidita, interrupcia, pohlavné choroby, AIDS),
- nebezpečenstvo drog pre reprodukčné zdravie,
- pomáhať žiakom v procese sebauvedomovania a sebaúcty, rozvíjanie tolerancie a zodpovednosti ako základných podmienok humánnych vzťahov medzi pohlaviami,
- dať žiakom ucelený etický systém
- pripraviť žiakov na zodpovedné rozhodovanie v kritických oblastiach psycho – sexuálneho vývinu na základe všeobecne platných hodnôt a noriem,
- prispieť k poznatkom o sexuálnom rozmere nášho života a k jeho pochopeniu,
- sprostredkovať žiakom základné poznatky o biologických, psychických a sociálnych zmenách v puberte,

### **Spolupráca s rodičmi**

Spolupráca s rodičmi musí byť založená na zásade dobrovoľnosti a citlivom prístupe. Učiteľ nemá rodičom vnucovať svoje názory a rady.

Z učebných osnov vyplýva povinnosť školy oboznámiť rodičov s cieľmi a úlohami VMR na škole.

Vo vzťahu školy k rodičom je potrebné splniť nasledovné:

1. Porozprávať s matkami o potrebe otvoreného rozhovoru s dcérami o hygiene počas menštruácie, o používaní hygienických potrieb.
2. Vysvetľovať rodičom, že fajčenie a alkohol sú drogy vyvolávajúce závislosť a nie sú normálnou súčasťou života.

**Termín:** priebežne

**Zodpovední:** vyučujúci a triedni učitelia

## Plán koordinátora VMR

2015/2016

---

### Úlohy koordinátora VMR

- smerom k vedeniu školy

- predložiť plán práce školy v oblasti výchovy k manželstvu a rodičovstvu,
- poskytovať informácie o možnostiach spolupráce s vedením ako aj s nadväznými inštitúciami a organizáciami.

- smerom k triednym učiteľom a ostatným pedagogickým pracovníkom

- pomáhať triednym učiteľom v otázkach poradenstva pri riešení problémov súvisiacich so sexuálnym správaním,
- pomáhať pri organizovaní a zabezpečovaní preventívnych aktivít so žiakmi.

- smerom k žiakom:

- zabezpečovať realizáciu preventívnych aktivít a programov pre žiakov
- realizovať individuálne poradenstvo pre ohrozených žiakov.

### Plánované aktivity

#### September

- oboznámenie sa s problematikou manželstva a rodičovstva vo všetkých ročníkoch v rámci predmetov: náboženská výchova, etická výchova, občianska náuka, biológia (zodpovední: vyučujúci týchto predmetov, triedni učitelia)

#### Október

- tvorba nástenných novín
- „Október – mesiac úcty k starším“ – výchovné využitie na hodinách SJL a triednických hodinách ( zodp. : vyučujúci SJL, triedni učitelia) Príprava programu pre starších občanov v našej obci.
- V rámci týždňa Zdravej výživy – uskutočniť besedu o správnom stravovaní na prvom a druhom stupni.

## Plán koordinátora VMR

2015/2016

---

### November

- Pamiatka zosnulých: informácie o sviatku v rámci triednických hodinách.
- **Deň bez fajčenia a škodlivín** Tematická nástenka (+ verejná požiadavka detí, aby ich rodičia, súrodenci,.. dodržali tento deň, pozitívny príklad v prekonávaní závislosti)

V spolupráci s CPPP a koordinátorom prevencie proti drogám uskutočniť besedu. Mimoriadne nebezpečné je užívanie drog v období dospievania (ohrozuje aj zdravý vývin rozmnožovacích ústrojov) a v tehotenstve (budúca matka fajčením a pitím alkoholu ohrozuje zdravý vývin plodu).

### December

- oboznámenie žiakov a možnosťami prevencie nákazy vírusom HIV/AIDS pri príležitosti

#### **Svetového dňa AIDS (1. december)**

- Vianoce ako sviatkov rodinnej lásky a pohody ( zodpovední: všetci v rámci triednických hodín, NAB, ETV: zodpovední: vyučujúci predmetov)

### Január

*Novoročné prania*– symbolické vypustenie prianí, želaní SJL

### Február

- TOLERANCIA medzi ľuďmi, nové formy spolužitia – učiť žiakov odolávať negatívnym vplyvom rovesníckych skupín, učiť ich ochrane pred sexuálnym zneužitím.

### Marec

- **Medzinárodného dňa žien** (8.marec) - uvedomenie si úlohy a poslania žien v rámci
- manželstvo a rodičovstvo v literatúre (v rámci SJL, ETV, NAB v príslušných ročníkoch)

## Plán koordinátora VMR

2015/2016

---

- prednáška o činnosti **UNICEF**, adopcia na diaľku , zodp.: vyučujúci OBN
- *Mesiac knihy*– Súťaživé hry v rámci školskej knižnice. Návšteva obecnej knižnice, čítanie knižiek, článkov, hravé aktivity.

### Apríl

Tematika zdravého životného štýlu a prevencie infekčných prenosných chorôb pri príležitosti **Svetového dňa zdravia**

- **Deklarácia práv dieťaťa** – beseda ( zodp. vyučujúci OBN)

### Máj

- výtvarné výstavky pri príležitosti **DŇA MATIEK** ( 2. májová nedeľa)
- 15. máj – **Svetový deň rodiny** -tvorba ďakovných pohľadníc pre mamy v rámci Výtvarnej výchovy

### Jún

- Deň detí – spoluorganizácia MŠ s ZŠ – rôzne športové a zábavné aktivity.

V Holumnici 03.09.2015

Vypracovala : Mgr. Mária Ofčáková