

Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU
Učebné osnovy

Obsah
Charakteristika učebných osnov VMR

Učebné osnovy pre primárne vzdelávanie – ISCED 1.....	4
Ciele	5
Obsah	5
Proces	6
Učebné osnovy pre nižšie sekundárne vzdelávanie – ISCED 2.....	8
Ciele	8
Obsah	9
Proces	11
Učebne osnovy pre vyššie sekundárne vzdelávanie – ISCED 3.....	13
Ciele	13
Obsah	14
Proces	15

Charakteristika učebných osnov Výchovy k manželstvu a rodičovstvu

Učebné osnovy Výchovy k manželstvu a rodičovstvu vychádzajú z Koncepcie Výchovy k manželstvu a rodičovstvu (ďalej VMR), ktorá vyplýva z potreby riešiť aktuálne otázky súčasnej spoločnosti. Neexistuje ľudské spoločenstvo, ktoré by nemalo svoj étos a v rámci neho aj usporiadanie vzájomných vzťahov, súčasťou ktorých sú primárne vymedzené sexuálne vzťahy, spôsob spoluzitia generácií i formálne uznaný zväzok muža a ženy predstavujúci určitú formu manželstva. Doterajšie formy uzatvárania manželstva boli viac-menej motivované rodinnými, statusovými, náboženskými a ekonomickými záujmami. V súčasnosti preferuje mladá generácia skôr základnú motiváciu lásky k realizácii manželstva, ku ktorej potrebuje byť kompetentne pripravovaná.

Ľudská sexualita „priamo či nepriamo zasahuje do života každého človeka, usmerňuje jeho myslenie a ovplyvňuje i jeho správanie. Je dôležité, aby všetci mladí ľudia, žiaci základných a stredných škôl, dostali kvalitné a plnohodnotné informácie z oblasti partnerských a manželských vzťahov i z výchovy k rodičovstvu predtým, ako sa stretnú s konkrétnymi životnými, spoločenskými i partnerskými situáciami“ (Koncepcia VMR). Východiskovými materiálmi pre tvorbu VMR boli Koncepcia štátnej rodinnej politiky (Uznesenie vlády č. 389/1996), Komplexný program prevencie nákazy HIV/AIDS, (Uznesenie č. 390/1996 a Národný program podpory zdravia 659/1991).

Táto koncepcia implicitne v sebe zahŕňa i problematiku sexuálnej výchovy spracovanú v učebných osnovách pre základné a stredné školy v roku 1994 (č. 4028/94-212) a predstavuje návrh akceptovateľný rôznymi názorovými skupinami. Jej základnou ambíciou je pomáhať deťom a mládeži uvedomiť si, „že príprava na rodinný život nie je menej dôležitá ako príprava na povolanie a poskytnúť jej účinnú pomoc. Podstatnou časťou prípravy je také zvládnutie vlastnej sexuality, aby v zmysle definície sexuálneho zdravia „obohacovala“ osobnosť, zlepšovala jej vzťahy k ľuďom a rozvíjala schopnosť lásky“ (WHO Kodaň, 1974) (detto)

Formovanie osobnosti žiakov neovplyvňujú len vedomosti, ale aj ich morálno-vôľové vlastnosti a potrebné sociálne zručnosti. To sú aj základné predpoklady, ktoré umožňujú realizovať cieľ VMR na školách, t.j. „... vychovávať sociálne, morálne a emocionálne zrelé osobnosti, schopné konať a správať sa v súlade s etickými normami a hodnotami uznávanými danou spoločnosťou vo svojom sexuálnom, manželskom a rodinnom živote (detto)“. V oblasti VMR sa prelínajú tri oblasti: kognitívna (poznávací) – spočívajúca v pochopení a získavaní istého množstva poznatkov, emocionálna (citová) – charakterizovaná akceptáciou a utváraním názorov a postojov, vôľová – prejavujúca sa v konaní a správaní, v ktorých cieľovou oblasťou je oblasť vôľová. Cieľom VMR je dosiahnuť „aby žiak základnej a strednej školy na základe získaných poznatkov a vybudovaného hodnotového rebríčka konal a správal sa v súlade s morálnymi zásadami spoločnosti, vedel odolávať negatívnym vplyvom okolia a dokázal v dospelosti vybudovať harmonické partnerské vzťahy založené na láske, úcte, vernosti, tolerancii a zodpovednosti, dokázal byť zodpovedným a láskavým rodičom“ (koncepcia VMR).

Koncepcia VMR má multidisciplinárny charakter. Obsahovo v sebe integruje filozofické, sociologické, psychologické a biologické poznatky o manželstve, rodinnom živote a intímnych vzťahoch. Je to ucelený systém výchovy a pôsobenia na žiakov, koncipovaná ako nadpredmetový a realizovaný cez jednotlivé edukačné predmety podľa špecifik a možnosti daného školského vzdelávacieho stupňa. Na každej škole je odporúčaný koordinátor VMR, ktorý zodpovedá za jej

implemantáciu do školskej edukácie i harmonizáciu časovo tematických plánov v rámci jednotlivých ročníkov.

UČEBNÉ OSNOVY VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODICOVSTVU Primárne vzdelávanie – ISCED 1

Ciele

Štátny vzdelávací program pre primárne vzdelávanie (1.stupeň základnej školy) vymedzuje všeobecné ciele škôl ako kľúčové kompetencie vo vyváženom rozvoji osobnosti žiakov. Podporuje komplexný prístup pri rozvíjaní žiackych spôsobilostí poznávať, konať, hodnotiť a dorozumieť sa i porozumieť si.

Výchova k manželstvu a rodičovstvu je na tomto vzdelávacom stupni zacielená na utváranie základných vedomostí a zodpovedných postojov v oblasti partnerských vzťahov a rodičovstva v súlade s vedeckými poznatkami a etickými normami. Bazálnym východiskom je uvedomovanie si, že človek je spoločenská bytosť, rozvíjajúca vzťahy. V primárnom vzdelávaní je možné uvedený projektívny zámer dosiahnuť prostredníctvom plnenia týchto čiastkových cieľov:

- rozvíjať zodpovednosť žiakov voči sebe a iným, aby boli schopní prevziať zodpovednosť za vlastné správanie,
- pomáhať žiakom rozvíjať pozitívne sebavedomie, pestovať sebaúctu žiakov, rozvíjať úctu k druhým,
- pestovať v žiakoch schopnosť výberu na základe správneho rozhodnutia, a to i v prípade, že budú vystavení negatívnejmu 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 a iné,
- 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,
- zdôrazňovať význam kamarátstva a priateľstva, ktoré pomáha rozvíjať interpersonálne vzťahy – empatiu, komunikačné schopnosti,
- pestovať v žiakoch túžbu založiť si v dospelosti rodinu, mať vlastné deti a tieto s láskou vychovávať,
- 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, starostlivosť rodičov o dieťa (výživa a opatera),
- poskytnúť žiakom základné poznatky o biologických, emocionálnych a sociálnych zmenách v puberte.

Obsah

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu v primárnom vzdelávaní sa prezentuje v rámci vzdelávacej oblasti Jazyk a komunikácia cez predmet slovenský jazyk a literatúra, vo vzdelávacej oblasti Príroda a spoločnosť cez predmety prírodoveda a vlastiveda a v oblasti Človek a hodnoty cez povinne voliteľné predmety etická alebo náboženská výchova, avšak kľúčové postavenie má spoločenskovedné učivo vlastivedy a prírodovedy – tematické celky v 1. a 2. ročníku ZŠ a nadväzne prírodoveda tematický celok Človek v 3.roč. ZŠ a Človek a jeho životné prostredie vo 4. ročníku ZŠ a literárna výchova.

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu v primárnom vzdelávaní tvoria tieto témy:

- 1. Výchova v rodine**
- 2. Zásady zdravého života**
- 3. Negatívne dôsledky fajčenia, alkoholu a ďalších drog na zdravie a správanie človeka**
- 4. Rovnoprávnosť pohlaví**
- 5. Vznik a vývoj ľudského jedinca**
- 6. Zmeny v organizme dieťaťa v období puberty**

1. Výchova v rodine

Moja rodina a ja, naše vzťahy v rodine

Rodičovská láska a jej význam v živote dieťaťa

Úcta a správanie sa k rodičom, medzigeneračné vzťahy v rodine

Príbuzenské vzťahy, význam rozvíjania vzťahov v širšom spoločenstve

Úloha manželstva a rodiny v spoločnosti.

2. Zásady zdravého života

Zásady zdravého života – starostlivosť o vlastné telesné a duševné zdravie, hygiena tela, fyzické a sociálne aspekty zdravia.

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

Význam sociálnych zručností pre budovanie zdravých medziľudských i potencionálnych partnerských vzťahov – presné a výstižné vyjadrovanie, schopnosť vypočítať mienku iných v diskusii, odhaľovať a riešiť problémy, asertívne správanie, sebaovládanie a iné.

Zdravé sebavedomie a sebaúcta človeka. Pozitívne sebahodnotenie.

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

3. 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.

4. Rovnoprávnosť pohlaví a budovanie vzťahov medzi chlapcami a dievčatami

Rovnocennosť muža a ženy a ich špecifickosť, možnosti vzájomnej komplementarity a spolupráce.

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

Význam blízkeho človeka pre život jednotlivca.

Kamarátstvo a priateľstvo. Komunikácia ako cesta spoznávania seba i druhých.

Priateľstvo je viac ako kamarátstvo (správne a falošné priateľstvo).

Vedieť identifikovať i komunikovať svoje city. Učiť sa vnímať problémy i radosti druhých.

5. Vznik a vývoj ľudského jedinca, príprava organizmu ženy na jeho prijatie a rozvoj

Telo všetkých živých organizmov (rastlín, živočíchov a húb) sa skladá z buniek.

Mikroskopovanie buniek.

Tvorba mužských pohlavných buniek – spermii v semenníkoch.

Tvorba ženských pohlavných buniek – vajíčok vo vaječníkoch.

Oplodnenie – splynutie vajíčka a spermie, vznik oplodneného vajíčka.

Rast a vývoj oplodneného vajíčka,

Výživa plodu krvou matky cez steny maternice.

Vytváranie citového vzťahu dieťaťa a matky počas vnútromaternicového vývinu.

Tehotenstvo, dĺžka tehotenstva, pôrod.

Životospráva ženy počas tehotenstva – zdravá výživa, pohyb na čerstvom vzduchu, škodlivosť fajčenia a alkoholu, psychická pohoda.

Starostlivosť matky o narodené dieťa – kŕmenie, prebaľovanie, umývanie, pravidelná návšteva poradne.

Význam materinskej lásky pre zdravý vývin dieťaťa

Vývojové štádiá: dojča, batola, dieťa predškolského veku, školák, mladistvý, dospelý.

Úcta a ohľaduplnosť k tehotnej žene.

6. Zmeny v organizme dieťaťa v období puberty

Príprava na dôležité zmeny v organizme dieťaťa v období puberty – vonkajšie pohlavné znaky, tvorba spermii a vajíčok, prvá menštruácia, prvá polúcia.

Vplyv fyzických zmien na emocionálnu a sociálnu oblasť duševného života dospievajúcich snaha o preberanie zodpovednosti za svoj život, častá mrzutosť a popudlivosť, nehody s rodičmi.

Ľahké skamarátenie sa s inými.

Vyvarovať sa napodobňovať nevhodné správanie iných, asertivita.

Potreba zvýšenej hygieny v období dospievania.

Proces

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu a strategické postupy jeho sprístupňovania sú základným predpokladom kvality výchovno-vzdelávacej práce. Dosiachnutie stanovených cieľov výchovy k manželstvu a rodičovstvu prostredníctvom prezentácie obsahu vo vybraných vyučovacích predmetoch v primárnom vzdelávaní umožňuje prednostné uplatňovanie týchto metód a foriem práce: výklad, riadený rozhovor, beseda, práca s knihou, dramatizácia, problémová metóda, brainstorming a skupinová forma práce.

Dôležitým aspektom efektívnej realizácie stanovených cieľov VMR je aj zvolený výchovný štýl učiteľa, vyžadujúci si nielen rešpektovanie individuality žiaka, jeho prostredia, z ktorého vychádza a vývinových špecifik, ale i pedagogický takt, porozumenie, citlivosť a vytvorenie atmosféry dôvery.

Ďalším predpokladom optimalizácie učebnej činnosti žiaka je dostatok učebných pomôcok, najmä obrazov (napr. z knižných publikácií). Zadávanie úloh formou dotazníkov, kvízov alebo testov posilňuje aktivitu žiakov a podporuje rozvoj poznávacích schopností. Významovým prostriedkom realizácie výchovy k manželstvu a rodičovstvu je riešenie problémov v priebehu samostatnej činnosti žiakov alebo brainstormingu.

Sústavne vedieme žiakov k tomu, aby dokázali svoje názory vyjadriť a zdôvodniť vlastné postoje k rozličným situáciám: v priebehu diskusie sa držať námetu a vzájomne sa načúvať. Nabádame žiakov diskutovať s rodičmi o jednotlivých témach výchovy k manželstvu a rodičovstvu.

Výchova k manželstvu a rodičovstvu sa realizuje v úzkej spolupráci školy a rodiny. Učiteľ informuje rodičov o cieľoch, obsahu a metódach výchovy k manželstvu a rodičovstvu, o zaradení učiva do ročníkov, do učebných predmetov. Pri zohľadnení mentálnej úrovne žiakov a materiálnych podmienok školy učiteľ zostaví vlastný tematický plán a tento, po prerokovaní s rodičmi žiakov, a po zvážení ich pripomienok a prerokovaní v metodickom združení, predloží na schválenie riaditeľovi školy. Vedenie školy v spolupráci s kontaktným učiteľom riadi, koordinuje a kontroluje realizáciu VMR vo výchovno-vzdelávacom procese. Učivo o prvej menštruácii odporúčame prezentovať na vyučovacej hodine iba dievčatám a o prvej polúcii samostatne chlapcom.

ODPORÚČANÁ LITERATÚRA

1. Baradeuová, Ch.: Co ještě nevím. Praha, Albatros 1989.
2. Lennart Nilsson: Ako sa nepoznáme. Martin, Osveta 1989.
3. Lencz, L.- Ivanová, E.: Metodický materiál pre etickú výchovu č. III., Bratislava: MPC 1995, Praha: LUXPRES, 2002
4. Lenczová, T.: Zborník metodických cvičení Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Bratislava: MPC, Slovenská spoločnosť pre rodinu a zodpovedné rodičovstvo 2006
5. Mayle, P.: Odkiaľ som prišiel. Bratislava, Amos 1991.
6. Parker, S.: Ľudské telo. Martin, Osveta 1991.
7. Podmanický, I.- Glasa, J.: Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Bratislava: MPC 1999
8. Poliaková, E.: Keď dospievam. Bratislava, SPN 1983.
9. Raynerová, C.: Nenič svoje múdre telo. Banská Bystrica, Sonus 1996.
10. Rozinajová, H.: Etika heterosexuálnych vzťahov. Bratislava, SPN 1989.
11. Rozinajová, H.: Základy rodinnej výchovy. Bratislava, SPN 1992.
12. Ugrocká, M.: Sexuálna výchova v 3. a 4. ročníku ZŠ. Bratislava, ŠPÚ 1995.
13. Verdouxová, CH.: Encyklopédia pohlavného života (7.-9. roc.). Martin, Slovart 1992

UČEBNÉ OSNOVY

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

Nižšie sekundárne vzdelávanie – ISCED 2

Základom nižšieho sekundárneho vzdelania (2. stupeň základnej školy) je medzipredmetový prístup pri osvojovaní znalostí a osobitostí žiakov a rozvoj ich analytických a kritických schopností.

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 sociologické poznatky a aspekty o dospievaní, sexualite, o sociálnych vzťahoch a ich hodnote v ľudskom živote.

Ciele

Ciele výchovy k manželstvu a rodičovstvu sú zamerané tak, aby prispievali k výchove celej osobnosti dospelujúceho dievčaťa 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.

V rámci nižšieho sekundárneho vzdelávania je 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 hodnôt a noriem,
- prispievať k prehĺbeniu poznatkov o sexuálnom rozmere nášho života a k jeho pochopeniu. V tomto procese sú podstatné city, hodnoty a kultivovaná komunikácia,
- sprostredkovať žiakom základné poznatky o biologických, psychických a sociálnych zmenách v puberte,
- v týchto súvislostiach dať žiakom aj primerané informácie o anatómii a fyziológii rozmnožovacieho ústrojenstva ženy a muža, priblížiť im proces rozmnožovania, vnútromaternicový vývin plodu vrátane priebehu gravidity a pôrodu,
- vysvetliť žiakom význam plánovaného rodičovstva, význam harmonickej a zdravej 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,
- zoznámiť žiakov s metódami plánovaného rodičovstva – prirodzené ekologické metódy plánovaného rodičovstva založené na poznaní zákonitostí plodnosti ženy a rôzne metódy

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 naučiť ich aj aktívnej obrane pred možným sexuálnym zneužitím,

- rozvíjať u žiakov kritické myslenie pri hodnotení mediálnych produktov ponúkajúce rôzne životné štýly, modely správania sa muža a ženy i komercializáciu ľudskej sexuality.

□ naučiť žiakov potrebným sociálnym zručnostiam, asertívnemu správaniu a empatie. V týchto súvislostiach im zdôrazniť význam sebaovládania a sebadisciplíny pri vytváraní kvalitných a rovnocenných medziľudských vzťahov.

Obsah

V programe nižšieho sekundárneho vzdelávania je ťažisko vyučovania výchovy k manželstvu a rodičovstvu vo vzdelávacej oblasti človeka a hodnoty prostredníctvom predmetov etická výchova a náboženská výchova. Učiteľ etickej výchovy dôsledne realizuje výchovu k manželstvu a rodičovstvu v súlade so ŠVP.

Biologický aspekt výchovy k manželstvu a rodičovstvu sa realizuje vo vzdelávacej oblasti Človek a príroda v predmete biológia a spoločensko-občiansky aspekt v oblasti Človek a spoločnosť cez predmet občianska náuka. Pri vhodných témach sa aplikuje aj v iných učebných predmetoch ako napr. slovenský jazyk a literatúra (oblasť Jazyk a komunikácia), či telesná výchova (oblasť Zdravie a pohyb). Výchova k manželstvu a rodičovstvu je ucelený systém výchovy a vzdelávania žiakov, preto sa dá pri relevantných témach aplikovať aj v ostatných učebných predmetoch.

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

1. Priateľstvo

2. Kultivované dospievanie a vývinové úlohy tohto obdobia, chcem byť sám sebou v názoroch, postojoch i v správaní

3. Anatómia a fyziológia rozmnožovacích ústrojov

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

5. Negatívny vplyv alkoholu, drogových i vzťahových závislostí 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 dievčaťa a chlapca. Priateľstvo medzi chlapcami a dievčatami. Náklonnosť, zamilovanosť a láska. Význam citov pre zdravý psychosexuálny rozvoj dievčat a chlapcov. Empatia ako dôležitý predpoklad dobrých vzťahov. Otvorená komunikácia, tvorivé riešenie problémov vo vzťahoch.

2. Kultivované dospievanie

Psychické a fyzické zmeny v období dospievania. Menštruácia, polúcia. Masturbácia. Potreba zvýšenej hygieny v období dospievania. Vplyv telesných a psychických zmien v puberte na zmenu postojov dievčat a chlapcov k svojmu telu a zmeny v 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 zdržanlivosti (pohlavnej abstinencie) v období dospievania ako podmienka udržania a posilňovania sexuálneho (v zmysle definície WHO, 1974) a reprodukčného zdravia. Rozdiely medzi biologickou, psychologickou a sociálnou zrelosťou.

3. Anatómia a fyziológia rozmnožovacích ústrojov

Stavba a funkcia rozmnožovacích ústrojov. Oplodnenie. Priebeh gravidity. Vývin plodu. Pôrod. Zásady starostlivosti o gravidnú ženu a plod. Úcta a ohľaduplnosť k tehotnej žene. Starostlivosť o novorodenca vyžaduje nielen poznanie ale i trpezlivosť a obetavosť. Prirodzená výživa dieťaťa. Negatívne vplyvy ohrozujúce zdravie a život plodu: drogy (alkohol, fajčenie, ďalšie drogové závislosti), stres, nesprávna výživa, rizikový spôsob života.

4. Zodpovedný prístup k sexualite

Sexualita ako prirodzený prejav ľudského jedinca, ale aj 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, oddialenie sexuálnych aktivít do nadviazania trvalého partnerského vzťahu. Vernosť a poznanie sexuálneho partnera a jeho zdravotného stavu ako najlepšia prevencia pred infekciou HIV/AIDS a pred pohlavnými chorobami. Riziká riskantného sexuálneho 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 drogových závislostí na sexuálne a reprodukčné zdravie

Drogy a ich vplyv na sexuálne správanie – strata zábran, riziko predčasných sexuálnych aktivít s ich negatívnymi dôsledkami. Zdravotné a sociálne riziká zneužívania drog. Súvislosti medzi aplikáciou drogy a možnosťou nákazy HIV/AIDS. Drogy v období gravidity a počas dojčenia. Riziká pre plod a novorodenca. Učiť sa odolávať tlaku okolia. Rozvíjanie asertívnych techník. Vedieť povedať nie.

6. Zásady bezpečného správania

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

Proces výchovy k manželstvu a rodičovstvu

Výchova k manželstvu a rodičovstvu musí predovšetkým vychádzať z potrieb dospievajúceho dievčaťa a chlapca v závislosti na ich veku a štádiách psychosexuálneho vývinu. Úspech výchovy k manželstvu a rodičovstvu závisí predovšetkým od osobnosti učiteľa, od jeho odbornej, profesionálnej pripravenosti, ale aj od jeho osobnostných predpokladov, postojov k danej výchovnej problematike, a najmä od jeho vzťahu úcty k žiakom / žiačkam.

Efektívnosť výchovy k manželstvu a rodičovstvu je podmienená aj jej obsahom, cieľmi, rozmanitosťou a vhodnosťou aplikovaných metód a techník vo výchovnom procese. Všetky informácie, ktoré učiteľ žiakom sprostredkúva, musia zodpovedať súčasnej úrovni vedeckého poznania a musia byť primerané veku z hľadiska biologického, psychického a sociálneho vývinu žiaka. Je to nevyhnutné preto, že učiteľ odovzdáva žiakom nielen vedecké fakty a poznatky, ale predovšetkým formuje ich postoje, pomáha im vytvárať žiaduci hodnotový systém, učí ich správaniu v reálnych životných situáciách aktuálnych i očakávaných.

Ciele výchovy k manželstvu a rodičovstvu môžeme dosiahnuť aplikáciou vhodných metód a foriem výchovnej práce. V kognitívnej oblasti (vedomostnej) využíva predovšetkým výklad, prácu s informačnými zdrojmi, brainstorming, učebné pomôcky (obrazy, modely, video film a pod.), besedy (s lekárom, psychológom, iným odborníkom), problémové metódy pre uvedomenie si problémov. V afektívnej oblasti (postojovej, hodnotovej), môže učiteľ využívať efektívne metódy na motiváciu žiakov situačné hry, rolové hry, diskusie, rozprávky, pojmové cvičenia (láska je..., priateľstvo je... a pod.), pojmové mapy, didaktické techniky („slnečnica“, „strom poznania“, „labyrint“, „strom príbuzenstva“ a ďalšie). V osvojovaní si sociálnych zručností odporúčame učiteľom využívať dostupné sociálno-psychologické metódy a techniky, ako sú: hranie rolí, nácvik efektívnej komunikácie (počúvanie, akceptácia druhého), techniky empatickej výchovy, metódy výcviku asertívneho správania a ďalšie.

Je dôležité, aby žiaci v tomto vývinovom období mali možnosť formou diskusií, ankiet, scénok, hraním rolí, atď. nielen formulovať vlastné názory na oblasť ľudskej sexuality, ale aj rozoznávať niekedy až manipulatívny vplyv masmédií na verejnú mienku svojím komerčným a hedonistickým ladeným pohľadom. Žiaci potrebujú poznať nezaujatú pravdu o dôsledkoch rôznych alternatívnych foriem správania sa, aby si mohli slobodne a informovane zvoliť svoju cestu. Výchova k slobode je základnou úlohou rodičov i pedagógov v súčasnej kultúre.

Riaditeľ školy, prostredníctvom triedneho učiteľa (učiteľa etickej výchovy, náboženskej výchovy, biológie, občianskej náuky, ...), alebo osobne informuje rodičov žiakov o obsahu, cieľoch a metódach výchovy k manželstvu a rodičovstvu v jednotlivých ročníkoch, spolupracuje s nimi a akceptuje ich pripomienky.

ODPORÚČANÁ LITERATÚRA

1. Kačáni, Vl., Pavlovičová, G. „ Sociálna psychológia pre učiteľa. UK Bratislava 1993
2. Dobson, J.: Byť sám sebou. Praha : Návrat domu, 1994
3. Dobson, J.: Rodičovství chce odvahu. Praha: Návrat domu, 1995
4. Dobson, J.: Láska a kázeň ve výchove dětí. Praha: Návrat domu,1997
5. Gordon, Th.: P.E.T. Úspěšná rodičovská výchova. MIND CONTROL EDITION 1995
6. Krížová,O.: Aktivita na hodinu etickej výchovy. Bratislava: MPC, 2005
- 7.Lencz, L., Ivanová, E.: Metodický materiál III k predmetu etický výchova. Bratislava: Metodické centrum 1995

8. Lenczová, T.: Zborník metodických cvičení Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Bratislava: MPC, Slovenská spoločnosť pre rodinu a zodpovedné rodičovstvo 2006
 9. Ľudské telo. Encyklopédia. Bratislava: FORTUNA PRINT, 1996
 10. Ondrejko, P.: Socializácia mládeže ako východisková kategória sociológie výchovy a socializácie mládeže. Bratislava : VEDA, vydavateľstvo SAV 1997
 11. Poliaková, E. a kol.: Profesionálna príprava pre výchovné a vzdelávacie pôsobenie na deti v otázkach rodičovstva a etiky intímnych vzťahov. Nitra : SlovDidac 1996
 12. Poliaková, E.: Najťažšie otázky. Predškolská výchova 1991/92
 13. Poliaková, E., Poradovský, K.: Keď dospievam. Bratislava : SPN 1983
 14. Podmanický, I.- Glasa, J.: Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Bratislava: MPC 1999
 15. Prevedárová, J., Kubíčková, G.: Základy rodinnej a sexuálnej výchovy. Bratislava: APN Bratislava 1995
 16. Rozinajová, H.: Etika heterosexuálnych vzťahov (pre mládež). Bratislava: SPN 1989
 17. Zelina, M.: Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa. Bratislava: IRIS 1996
 18. Verdouxová, Ch.: Encyklopédia pohlavného života (7.- 9.roc.). Martin: Slovart 1992
 19. Kapella, A.: Prirodzená cesta. ZRNO 1991
 20. Rozinajová, H.: Sex, manželstvo, rodičovstvo. Bratislava: Osveta 1980
- 10- dielny video film Vážim si ťa, láska, Štúdio ALEF v spolupráci s MPC Tomašikova, Bratislava, Trenčín

UČEBNÉ OSNOVY

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

Vyššie sekundárne vzdelávanie – ISCED 3

Ciele

Medzi prioritné ciele vyššieho sekundárneho vzdelávania (stredné školy) vzhľadom na problematiku VMR patrí rozvíjanie takých schopností, znalostí a hodnotových postojov, ktoré umožnia žiakom byť pripravení na pracovný i mimopracovný život. Z kategórie personálnych cieľov dominuje rozvinutie potenciálu každého žiaka pre osobnostné zrenie a stávanie sa svojskou, samostatnou (nezávislou) a tvorivou osobnosťou.

Výchova k manželstvu a rodičovstvu je zacielená na utváranie základných vedomostí a zodpovedných postojov v oblasti partnerských vzťahov a rodičovstva v súlade s vedeckými poznatkami a etickými normami.

Tento perspektívny zámer možno dosiahnuť prostredníctvom plnenia nasledovných čiastkových cieľov:

- objasniť žiakom obsah pojmov priateľstvo, láska, manželstvo, rodina, sex,
- poučiť žiakov o psychologických a sociálnych aspektoch manželstva, rodiny a rodičovstva, vzťahov v manželstve, v rodine, v rodičovskej starostlivosti a výchove,
- vychovávať žiakov k osobnej a občianskej zodpovednosti a k príprave na manželstvo a rodičovstvo,
- vysvetliť význam dodržiavania vernosti v manželstve (spoločenský, etický, psychologický, zdravotný),
- zvýrazniť vlastnosti potrebné pre manželstvo (tolerancia, vzájomné pochopenie, pomoc, ...),
- poukázať, ako vplyva rozvod rodičov na duševný stav a ďalší vývin dieťaťa,
- objasniť sociálne i zdravotné aspekty, motiváciu a voľbu metód plánovaného rodičovstva,
- pripraviť žiakov na rolu rodiča, pritom zdôrazniť ako podmienku osobnostnú zrelosť,
- poukázať na krásu rodičovstva, osobnú dimenziu materstva a otcovstva,
- zdôrazniť zodpovednosť rodičov za výchovu dieťaťa, význam pozitívneho príkladu a kultivovanej komunikácie pre optimálny vývin dieťaťa,
- oboznámiť žiakov s priebehom tehotenstva, narodením dieťaťa v úplnej rodine,
- oboznámiť žiakov s dostupnými prostriedkami a metódami antikoncepcie a ich vplyvom na zdravotný stav, zoznámiť ich aj s prirodzenými ekologickými metódami regulácie počatia,
- zdôrazniť žiakom nepriaznivé zdravotné a psychické dôsledky interrupcie,
- viesť žiakov k pochopeniu medzigeneračnej solidarity a k povinnosti postarať sa o rodičov v starobe,
- zdôrazniť žiakom nevyhnutnosť dodržiavať osobnú hygienu,
- poučiť žiakov o etike intímneho života,
- upozorniť na problémy súvisiace s predčasným sexuálnym životom a jeho vplyvom na celkový vývin osobnosti, zdôrazniť najmä negatíva predčasného pohlavného života i možný vznik rôznych duševných zranení,
- viesť žiakov k pohlavnej zdržanlivosti, učiť ich sebaovládaniu, sebavýchove, v tej súvislosti ich poučiť o pettingu a masturbácii,
- upozorniť žiakov na následky pohlavnej promiskuity a s tým súvisiaci častý výskyt pohlavných chorôb,

- objasniť žiakom vznik a podstatu nevyliciteľnej choroby AIDS a spôsoby prevencie,
- upozorniť na nebezpečenstvo drogovej závislosti,
- upozorniť žiakov na najčastejšie pohlavné úchyľky a nezvyčajné sexuálne správanie, naučiť ich odmietať akékoľvek sexuálne aktivity, ktoré nie sú v súlade s ich presvedčením a cítením.

Obsah

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu sa realizuje vo vyučovaní viacerých predmetov, avšak kľúčové postavenie majú povinne voliteľné predmety etická výchova a náboženská výchova v 1.a 2. ročníku (oblasť Človek a hodnoty). Význam pre výchovu k manželstvu a rodičovstvu majú aj ďalšie predmety, najmä v oblastiach Človek a spoločnosť (občianska náuka) a človek a príroda (biológia) i mimovyučovacie výchovno-vzdelávacie aktivity triednych učiteľov so žiakmi. Vedenie školy v spolupráci s kontaktným učiteľom riadi, koordinuje a kontroluje realizáciu výchovy k manželstvu a rodičovstvu vo výchovno-vzdelávacom procese.

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu vo vyššom sekundárnom vzdelávaní tvoria tieto tematické celky:

1. Manželstvo a rodina

2. Rodičovstvo

3. Intímne vzťahy muža a ženy

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.

Manželstvo ako základný predpoklad vzťahovo stabilnej rodiny. Komunikácia a rozvíjanie vzťahu v partnerskom živote. Učiť sa riešiť konflikty.

Rozpad partnerstva – príčiny a dôsledky, najmä na deti.

Vplyv nevery na rozpad manželstva.

Rodina. Vzťahy, pravidlá a autorita v rodine. Zodpovednosť za vzťahy v rodine.

Centrum poradensko–psychologických služieb.

2. Rodičovstvo

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

Akceptácia postihnutého dieťaťa. Vzťah rodič – dieťa. Krása rodičovstva, materstva a otcovstva.

Interpersonálne vzťahy, ktorých základom je filiácia (plodenie a rodenie), germanita (súrodenecko), aliancia (napr. kamarátstvo, priateľstvo, partnerstvo, snúbenectvo, manželstvo...)

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.

3. Intímne vzťahy

Objasnenie pojmov vzájomná príťažlivosť, sexuálna príťažlivosť, fyzická príťažlivosť, láska, romantická láska. Psychosexuálne rozdiely v intímnom prežívaní medzi mužom a ženou. Funkcie sexuality. Vývoj vzťahov medzi dvoma ľuďmi (chodenie, dvorenie, láska). Štádiá vývinu intímneho vzťahu.

Sexuálna výchova ako súčasť výchovy k láske.

Predmanželská sexualita a možné problémy súvisiace s predčasným sexuálnym životom.

Pohlavná zdržanlivosť. Poučenie o pettingu a masturbácii.

Pohlavné úchylky.

Pohlavná promiskuita, jej nepriaznivé dôsledky na osobnostné dozrievanie chlapcov a dievčat

Pohlavne prenosné ochorenia, AIDS. Prevencia a ochrana, odporúčania WHO.

Nebezpečenstvo drogovej závislosti, ich vplyv na osobnosť človeka, tvorbu jeho vzťahov i spolužitie v rodine

Homosexuálne vzťahy. Lesbické vzťahy.

Proces

Výchova žiakov k manželstvu a rodičovstvu sa realizuje v úzkej spolupráci školy a rodiny. Riaditeľ školy prostredníctvom triednych učiteľov alebo aj osobne informuje rodičov o realizácii výchovy k manželstvu a rodičovstvu vo výchovno-vzdelávacom procese školy. Oboznámi ich s cieľmi, obsahom a procesom výchovy k manželstvu a rodičovstvu.

Pri realizácii výchovy k manželstvu a rodičovstvu je nevyhnutné brať do úvahy vekovú kategóriu žiakov a stupeň ich telesnej, duševnej a sociálnej vyspelosti, ako aj špecifické podmienky školy (prevažne dievčatá, prevažne chlapci a pod.). Treba pritom rátať aj s výchovnými vplyvmi rodinného prostredia i danej lokality, v ktorej sa škola nachádza.

Pri špecifikácii cieľov i obsahov je dôležité brať do úvahy aj spoločenskú realitu, vplyv masmédií, preerotizované prostredie, tlak vrstovníckej skupiny, rôznych dílerov, preexponovanú orientáciu na internet, ...

K osvedčeným metódam práce v tomto vývinovom období v závislosti od danej témy patria rozhovory či diskusie o postojoch žiakov k zvoleným problémom, je možné ich realizovať v pléne triedy, v skupinách, medzi skupinami, prípadne je vhodné ponúknuť im možnosť individuálnych rozhovorov.

Rozsah a rôznorodosť tém tvoriacich obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu je predpokladom, že túto zložku výchovy môžu realizovať všetci učitelia školy na vyučovaní i mimo neho na rôznych podujatiach i v každodennom bežnom kontakte so žiakmi. Aby sa splnili stanovené ciele, treba úzko spolupracovať s viacerými odborníkmi zo spoločenskej i odbornej oblasti, týkajúcej sa danej problematiky. Na hodinách predmetov vhodných pre výchovu k manželstvu a rodičovstvu, prípadne i mimo vyučovania, sa odporúča organizovať besedy a prednášky so sexuológom, lekárom, psychológom, prípadne aj manželským párom vychovávajúcim viac detí. Pre žiakov môže byť podnetná aj návšteva dojčenského ústavu, detského domova.

Žiakov treba viesť k osvojeniu takých životných zásad a postojov, aby v reálnych životných situáciách konali zodpovedne, správne a v súlade s mravnými, etickými, zdravotnými a spoločenskými požiadavkami. Súčasne s obsahom vzdelávania je vhodné rozvíjať potrebné zručnosti umožňujúce im prijímať slobodné rozhodnutia i zodpovednosť za ne, podporovať a posmeľovať ich v snahe byť sebou samým.

ODPORÚČANÁ LITERATÚRA

1. Brtníková, M. a kol.: Sex? AIDS! Praha, Horizont 1989.

2. Brtníková, M.: Množiny lásky. Praha, Avicenum 1984.

3. Lencz, L., Ivanová, E.: Metodický materiál III k predmetu etická výchova, Metodické

centrum Bratislava 1995.

4. Krížová, O.: Aktivity na hodinu etickej výchovy. Bratislava: MPC, 2005

5. Lenczová, T.: Zborník metodických cvičení Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Bratislava: MPC, Slovenská spoločnosť pre rodinu a zodpovedné rodičovstvo 2006

6. Nilsson, L. a kol.: Čakáme dieťaťatko. Martin, Osveta 1986.

7. Podmanický, I.- Glasa, J.: Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Bratislava: MPC 1999

8. Prevendárová, J., Kubičková, G.: Základy rodinnej a sexuálnej výchovy. Bratislava, SPN 1995.

9. Prevendárová, J.: Výchova k manželstvu a rodičovstvu. Bratislava, UK 1994.

10. Rozinajová, H.: Pedagogika rodinného života. Bratislava, SPN 1998.

11. Rozinajová, H.: Etika heterosexuálnych vzťahov. Bratislava, SPN 1989.

12. Šulová, L.: Jak učiť výchovu k manželstvu a rodičovstvu? Praha, GRADA 1995

13. Kapella, A.: Prirodzená cesta. Zrno 1991

Vydal ARIMES v roku 1998, náklad 15.000ks

ISBN 80-967734-9-6