

**ZÁKLADNÁ ŠKOLA VINOHRADY NAD VÁHOM**

**Plán Výchovy k manželstvu a rodičovstvu**

Školský rok 2023/2024

Vypracovala: Mgr. Jana Kabátová  
koordinátor VMR

## I. ÚVOD

*„Rodina je oboje, ako základnou jednotkou spoločnosti, tak koreňom kultúry. Je to neutíchajúci zdroj podpory, obhajoby, uistenia a emocionálneho dobitia, ktoré dodáva dieťaťu silu, aby sa sebavedome odvážilo do väčšieho sveta a stalo sa všetkým, čím môže byť.“*

Problematika výchovy k manželstvu a rodičovstvu je dôležitou súčasťou nielen každodenného života, ale aj edukačného procesu. Je preto veľmi dôležité, aby už žiaci základnej školy získavali potrebné informácie pre svoj budúci partnerský a neskôr manželský život. Pri zisťovaní životných hodnôt žiakov je práve túžba po plnohodnotnej rodine na prvom mieste. Preto príprava na rodinný život je tak isto dôležitá, ako príprava na budúce povolanie.

Výchova k manželstvu a rodičovstvu je prierezovou témou, ktorá je zapracovaná do jednotlivých predmetov výchovno-vzdelávacieho procesu. K jednotlivým témam plánu budú počas školského roka realizované besedy, prednášky so žiakmi, samostatné práce žiakov a pod. samotnou koordinátorkou, ako aj jednotlivými vyučujúcimi počas triednických hodín.

## II. PROBLÉMOVÉ VÝCHODISKÁ

- ✓ Rodina je základná bunka spoločnosti.
- ✓ Rodina je základom pre každého človeka, je jeho domovom, istotou, útočiskom a miestom, kde sa môžeme vrátiť aj po prehratých bojoch.
- ✓ V spoločnosti je veľa neúplných a nefunkčných rodín, deti vyrastajú v prostredí, ktoré im neposkytuje naplnenie ich potrieb.
- ✓ Média tlačia mladých ľudí k predčasnému prebúdzaniu pohlavného pudu. Mladým ľuďom, mnohokrát ešte len deťom, chýba vôľa a schopnosť ovládať sa, nepoznajú sebazaprenie, nevedia odmietnuť lákavú ponuku a nie sú schopné niesť zodpovedne následky svojho konania.
- ✓ Každá rodina, funkčná i nefunkčná, úplná či neúplná, každá zanecháva svoju pečať v srdci dieťaťa.
- ✓ Rodičia sú povinní vychovávať svoje dieťa.
- ✓ Deti v mnohých rodinách nežijú so svojimi biologickými rodičmi (hlavne s otcom), veľa detí žije v rozvedených rodinách, mnohé žijú s druhmi a priateľmi svojho rodiča alebo v pestúnskej starostlivosti, či adoptívnej rodine.
- ✓ Rodinné vzťahy, pestúnske deti a ich postavenie v rodine.
- ✓ Základ výchovy dieťaťa spočíva v rodine.
- ✓ Rodič je zodpovedný za správanie a konanie svojho dieťaťa.
- ✓ Škola podáva pomocnú ruku a pomáha žiakom nájsť pozitívne hodnoty, uisťuje žiakov o dôležitosti rodinného zázemia, spolupracuje s rodičmi a podieľa sa na výchove a formovaní osobnosti každého žiaka.

## III. HLAVNÉ CIELE VÝCHOVY K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

- ✓ vychovávať sociálne, morálne a emocionálne zrelé osobnosti, schopné konať a správať sa v súlade s etickými normami a hodnotami uznávanými danou spoločnosťou vo svojom vzájomnom, manželskom a rodinnom živote,

- ✓ umožniť a podporovať čo najplnší rozvoj ľudskej osobnosti v tom smere, aby boli utvorené všetky predpoklady na zdravý citový a manželský život, založenie rodiny, obojstranne uspokojivé párové a manželské spolužitie, predpoklady na utvorenie stabilnej rodiny, upevňovanie rodinných vzťahov a optimálne plnenie rodičovského poslania.

*I. stupeň* - utvárať základné vedomosti a zodpovedné postoje v oblasti partnerských vzťahov a rodičovstva v súlade s vedeckými poznatkami a etickými normami

*II. stupeň* - prispieť k výchove celej osobnosti dievčaťa a chlapca, aby chápali odlišnosti opačného pohlavia a boli schopní s nimi vytvoriť optimálne medziľudské vzťahy

### ČIASTKOVÉ CIELE VÝCHOVY K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

- ✓ rozvíjať u žiakov city priateľstva, lásky a zodpovednosti voči sebe aj iným, učiť ich sebaovládaniu a sebadisciplíne pri vytváraní medziľudských vzťahov,
- ✓ viesť ich k tolerancii, vzájomnému pochopeniu a pomoci, čo sú všetko atribúty nevyhnutné na utvorenie harmonického manželstva a rodičovstva,
- ✓ pomáhať žiakom rozvíjať sebavedomie, pestovať v nich úctu k iným a sebaúctu,
- ✓ viesť žiakov k tomu, aby si postupne uvedomovali a osvojili svoju pohlavnú rolu so zreteľom na spoločensko-mravné normy vzájomného správania,
- ✓ poskytnúť žiakom poznatky týkajúce sa anatómie a fyziológie pohlavných orgánov, vzniku a vývinu ľudského jedinca,
- ✓ sprostredkovať im poznatky týkajúce sa dospievania,
- ✓ informovať ich o nebezpečenstve zneužívania drog v súvislosti s reprodukčným zdravím a možnosťou nákazy HIV/AIDS, vysvetliť riziká predčasného sexuálneho života,
- ✓ formovať ich kladný postoj k rodičovstvu, zdôrazniť význam harmonickej a zdravej rodiny,
- ✓ upevňovať dobré rodinné vzťahy.

### IV. ROVINY VKMR

- ✓ **Rozumová** – získanie a pochopenie určitej sumy poznatkov. Pomáha žiakovi pochopiť seba, orientovať sa vo svojom prostredí a vytvárať si k nemu vzťah.
- ✓ **Emocionálna** – utváranie názorov a postojov, ktoré sa neskôr premietnu do citového a vzájomného manželského života, ktoré môžu ovplyvniť citlivosť a vnímavosť.
- ✓ **Vôľová** – prejavuje sa v samotnom správaní žiaka. Túto roviny ovplyvňuje aj sociálny faktor, ktorý je dôležitý k tomu, aby sa žiak naučil odolávať negatívnym vplyvom okolia na základe poznania a vytvorenia si vlastného hodnotového rebríčka.

## V. REALIZÁCIA

VKMR nie je v základnej škole samostatným predmetom, preto je potrebné využívať rôzne formy školských a mimoškolských aktivít. Výchova k manželstvu a rodičovstvu je prierezovou témou, ktorá je zapracovaná do jednotlivých predmetov výchovno-vzdelávacieho procesu.

Na I. stupni je VKMR súčasťou predmetu prírodoveda a vlastiveda a tvoria ju témy:

- ✓ Rodina. Výchova v rodine.
- ✓ Národy a národnosti.
- ✓ Moje telo.
- ✓ Zásady zdravého života.
- ✓ Negatívne dôsledky fajčenia, alkoholu a ďalších drog na zdravie a správanie človeka.
- ✓ Rovnoprávnosť pohlaví.
- ✓ Vznik a vývoj ľudského jedinca.
- ✓ Zmeny v organizme dieťaťa v období puberty.

Na II. stupni je ťažisko VKMR v náboženstve. Biologický aspekt sa realizuje v predmete biológia, spoločensko-občiansky v predmete občianska náuka. No pri relevantných témach sa dá VKMR aplikovať aj do ostatných učebných predmetov (telesná výchova, literatúra atď.) a taktiež pri mnohých mimoškolských aktivitách organizovaných školou, niekedy aj v spolupráci s rodičmi.

VKMR na II. stupni tvoria témy:

- ✓ Priateľstvo
- ✓ Kultivované dospievanie
- ✓ Anatómia a fyziológia rozmnožovacích ústrojov
- ✓ Zodpovedný prístup k sexualite
- ✓ Negatívny vplyv drogových závislostí na sexuálne a reprodukčné zdravie človeka
- ✓ Zásady bezpečného správania

## VI. NEVYHNUTNÉ PRINCÍPY PRI REALIZÁCII VKMR

- ✓ **princíp úzkej spolupráce s rodičmi** – oboznámiť ich s obsahom a metódami VKMR a rešpektovať ich svetonázorovú orientáciu a prípadné výhrady,
- ✓ **princíp etickosti** - kladenie dôrazu na etické hodnoty, na úctu k žene, rodičom, deťom
- ✓ **princíp dôvery** – navodenie atmosféry priateľstva, úcty, tolerance

## VII. ZÁSADY VKMR

*Zásada komplexnosti:*

- ✓ VKMR nechápeme izolovane, ale ako prierezovú tému výchovno-vzdelávacieho procesu
- ✓ súčasťou je výchova k uznávaniu hodnôt, k vytváraniu postojov a medziludských vzťahov

*Zásada primeranosti:*

- ✓ obsah a množstvo informácií prispôbujeme špecifikám daného vývinového obdobia, biologickej i psychosociálnej zrelosti žiaka
- ✓ zohľadňovať individuálne schopnosti žiakov
- ✓ rešpektovať tradície regiónu a rodiny

*Zásada vedeckosti:*

- ✓ obsah a metódy zodpovedajú súčasnej rovine vedeckého poznania
- ✓ ide o hľadanie súvislosti medzi jednotlivými pojmami a javmi a ich vplyv a význam pre život človeka

*Zásada názornosti a samostatnej činnosti:*

- ✓ vytváranie takých modelových situácií zo strany pedagóga, ktoré by zaujali žiakov a viedli ich k samostatnému uvažovaniu a vytváraniu postojov.

*Zásada pravdivosti:*

- ✓ úplnosť a pravdivosť podávaných informácií je základným predpokladom formovania žiakov.

*Zásada úcty k človeku:*

- ✓ má výrazne mravný podtext, najmä v chápaní neprekročenia určitej hranice (napr. ľudskej dôstojnosti)

## **VIII. KONKRÉTNE PLÁNOVANÉ AKTIVITY**

Vychádzajúc z podmienok našej školy a z doteraz získaných skúseností pri realizácii tejto problematiky, začíname s výchovou k manželstvu a rodičovstvu už od 1. ročníka. Plánujeme iba také aktivity, ktoré sú primerané veku žiaka a u ktorých je predpoklad ich splnenia. Jedná sa o nasledovné plánované aktivity:

### **SEPTEMBER**

- ✓ *Úcta k rodine*
- ✓ *Človek ako súčasť živej prírody*
- ✓ *Ľudská dôstojnosť*

### **OKTÓBER**

- ✓ Október – mesiac úcty k starším –využiť aktuálnosť mesiaca na triednických hodinách (1. – 9. roč.)
- ✓ *Jeseň života*

- ✓ *Moja rodina, môj domov*

## **NOVEMBER**

Plánovanie založenia rodiny

- ✓ *Deň bez fajčenia a škodlivín*

Poskytnúť základné poznatky o tom, že fajčenie, alkohol a ďalšie drogy 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)

- ✓ *Nebezpečenstvo drog na reprodukciu a nákazy HIV*
- ✓ *Zodpovednosť za seba a za iných, Sebaovládanie*

## **DECEMBER**

- ✓ *Adventný čas a jeho význam pre nás*
- ✓ *Prišiel k nám sv. Mikuláš*
- ✓ *Posolstvo Vianoc – zvyky a tradície v rodine. Význam Vianoc pre kresťanskú rodinu – triedni učitelia besedujú so žiakmi na jednotlivých triednických hodinách*
- ✓ *Úcta k ľuďom, úcta k životu, úcta k pohlaviu*

## **JANUÁR**

- ✓ *V zdravom tele, zdravý duch - poukázať na dôležitosť hygieny a životosprávy*
- ✓ *Zásady zdravého spôsobu života: - základné hygienické návyky a pravidlá  
- osobná hygiena*
- ✓ *Zimné radovánky – guľovačka, stavanie snehuliakov (žiaci I. a II. stupňa)*

## **FEBRUÁR**

- ✓ *Kto bol sv. Valentín? – besedy na jednotlivých triednických hodinách s triednymi učiteľmi*
- ✓ *Tvorba darčeka alebo Valentínky pre svojich blízkych z lásky*
- ✓ *Dospievanie a prvé lásky - témy so žiakmi II. stupňa:  
Duševné a telesné zmeny v čase dospievania.  
Puberta a jej prejavy.  
Rozdiely medzi mužom a ženou.  
Kamarátstvo, priateľstvo a láska.*
- ✓ *Význam dedičnosti a premenlivosti pre život. Genetická výchova jedinca*

## **MAREC**

- ✓ *Manželstvo a podtémy:*

Spolužitie manželov a ich vernosť.  
Uvedomé a plánované rodičovstvo.  
Hygiena pohlavných orgánov, pohlavné choroby. Prevencia AIDS.  
Pohlavné zneužitie, znásilnenie.  
Antikoncepcia  
Prírodné metódy plánovaného rodičovstva.

- ✓ *Mesiac hlasného čítania* – čítanie detskej knihy rodiča svojmu dieťaťu

## **APRÍL**

Dotyky nie sú na rozkaz-rozhovory zamerané na prevenciu sexuálneho zneužívania,  
Dôraz na rovnoprávnosť pohlaví. Praktický nácvik, vedieť povedať rozhodné NIE.

- ✓ *Svetový deň zdravia* – deň bez sladkostí (vybrať si jeden deň v týždni, obmedziť konzumáciu sladkostí) – žiaci I. a II. stupňa
- ✓ *Deň Zeme* – aktivity na ochranu a skrášlenie prostredia, ochrana prírody – I. a II. stupeň, dozor triednych učiteľov

## **MÁJ**

- ✓ *Deň matiek* – využiť aktuálnosť mesiaca na triednických hodinách (I. a II. stupeň)
- ✓ *Tvorba darčeka pre mamičku*
- ✓ *Matka – najkrajší titul v živote ženy*
- ✓ Rodina, v ktorej žijem; Priateľstvo; Dialóg cez službu – som chlapec, som dievča – slúžim rodine;
- ✓ Rozmnožovanie a vývin jedinca. Rast jedinca. Obdobia v živote človeka. Pohlavné choroby a ich prevencia. – BIO
- ✓ Cesta lásky. Vzťah medzi chlapcom a dievčaťom – NBV a ETV

## **JÚN**

- ✓ *Deň detí* – školská akcia
- ✓ *Deti ako my* - všetky deti sveta majú sviatok, ale nie všetky ho naozaj prežívajú (dokumenty, rozhovory o trpiacich, chorých, opustených, hladných, týraných....deťoch). Snaha vyvolať v deťoch pochopenie, mnohé z nich strádajú materiálne a aj citovo – žiaci I. a II. stupňa
- ✓ *Deň otcov* – tvorba darčeka pre otecka VYV
- ✓ *Otec a ja* – rozhovory o význame a úlohe otcovstva

Plán práce sa môže v priebehu roka dopĺňať, resp. rozšíriť o besedu s odborníkmi na dané témy.

