

Narzędziownik dla przedmiotu: **WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE**

Etap edukacyjny: szkoła podstawowa klasy IV-VIII, szkoła ponadpodstawowa

Autorka: Renata Maciejczyk

Wstęp

Narzędziownik został przygotowany z myślą o nauczycielach szkół podstawowych oraz szkół ponadpodstawowych, którzy poszukują materiałów, pomysłów czy wartych polecenia portali i aplikacji, których tematyką jest wychowanie do życia w rodzinie (WDŻ). Zebrane w materiale portale i aplikacje wspierają nowoczesną edukację seksualną, próbują wskazać na rozwiązania problemów dotyczących zdalnej edukacji seksualnej oraz przedstawiają aplikacje mobilne, mogące być pomocą dla młodzieży, a szczególnie dla kobiet.

Polecane portale, aplikacje, e-zasoby i dobre praktyki

1. Zintegrowana Platforma Edukacyjna - materiały dotyczące WDŻ

Kategoria: rekomendowane e-zasoby

Link: <https://zpe.gov.pl/scholaris?subject=wychowanie-do-zycia-w-rodzinie>

Materiały są dostosowane do wszystkich etapów kształcenia oraz zgodne z podstawą programową. Zasoby są bezpłatne i zawierają nie tylko scenariusze zajęć, lecz również poradniki dla nauczycieli.

2. wychowanie.pl

Kategoria: rekomendowane e-zasoby

Link: <http://wychowanie.pl/pobierz-darmowe-lekcje-do-wychowania-do-zycia-w-rodzinie-pomagamy-nauczycielom-w-czasach-covid-19/>

Wychowanie.pl to portal, zawierający materiały do pobrania, nastawiony na prowadzenie lekcji zdalnych z przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie w klasach 4-8.

3. Materiały Wydziału Wychowania i Profilaktyki Ośrodka Rozwoju Edukacji

Kategoria: rekomendowane e-zasoby

Link: <https://www.ore.edu.pl/2015/06/zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy-materialy-do-pobrania-2/>

Jeden z największych i najbogatszych w różnorodne zasoby portal edukacyjno-informacyjny Ośrodka Rozwoju Edukacji umieszcza na swojej stronie zarówno scenariusze zajęć, poradniki dla nauczycieli, jak również materiały, które mogą być przydatne dla rodziców. Pośród tematów scenariuszy lekcji znajdziemy m.in.: „Presja seksualna – jak sobie z nią radzić”, „Budowanie relacji. Oczekiwania dziewcząt i chłopców wobec siebie” czy „Formy cyberprzemocy”. Poradnik dla nauczycieli porusza m.in.: szczególne wyzwania dla nauczycieli WDŻ, jak również ogólną specyfikę wychowania do życia w rodzinie jako przedmiotu szkolnego. W poradniku dla rodziców, opiekunowie mogą zaś dowiedzieć się na przykład jak zachęcać dziecko do współpracy czy samodzielności lub też w jaki sposób mogą pomóc dziecku radzić sobie z uczuciami.

4. Wychowanie do życia w rodzinie – portal dla nauczycieli i rodziców

Kategoria: portal

Link: <https://www.wdz.edu.pl>

Portal dla nauczycieli, dyrektorów szkół i rodziców prowadzony przez Wydawnictwo Rubikon. Zawiera materiały, podręczniki, scenariusze, ćwiczenia, filmy i prezentacje dotyczące na przykład macierzyństwa i ojcostwa, poszanowania sfery intymnej osobistej i drugiego człowieka czy też rodziny i jej funkcji skierowane do nauczycieli dla klas IV-VIII szkół podstawowych oraz I-III szkół ponadpodstawowych. Część materiałów jest bezpłatna, część można za darmo przejrzeć w formie udostępnionego bezpłatnie fragmentu, a niektóre są do kupienia.

5. Księgarnia Rubikon – Teresa Król

Kategoria: rekomendowane e-zasoby

Link: <https://www.ksiegarniarubikon.pl/materialy,27>

Bezpłatne materiały edukacyjne, w tym scenariusze lekcji, programy nauczania dla klas IV – VIII szkoły podstawowej oraz szkół ponadpodstawowych, dostępne do pobrania. Księgarnia Rubikon ma w swojej ofercie również do kupienia szereg materiałów, takich jak książki, podręczniki, zeszyty ćwiczeń, materiały video, które są rekomendowane przez portal <https://www.wdz.edu.pl>

6. Ponton – rodzaje antykoncepcji

Kategoria: rekomendowane e-zasoby / dobre praktyki

Link: <https://ponton.org.pl/antykoncepcja/>

<https://federa.org.pl/broszura-antykoncepcja-w-pigulce/antykoncepcja-broszura-2/>

Grupa Ponton prowadzi zajęcia z edukacji seksualnej dla uczniów klas VIII szkoły podstawowej i starszych klas. W całości składa się z wolontariuszek i wolontariuszy. Materiały do pobrania będą przydatne zarówno dla nauczycieli podczas przygotowania lekcji, jak również samym uczniom, którzy samodzielnie mogą dowiedzieć się więcej o tematach, które ich zainteresują.

7. Niebieska Linia – materiały dotyczące przemocy w rodzinie

Kategoria: rekomendowane e-zasoby / dobre praktyki

Link: <http://www.niebieskalinia.info/index.php/przemoc-w-rodzinie/8-rodzaj-przemocy>

Niebieska Linia jest Ogólnopolskim Pogotowiem dla Ofiar Przemocy Instytutu Psychologii Zdrowia. Zajmuje się szczególnie wrażliwym tematem, jakim jest przemoc w rodzinie. Pod linkiem dostępne są materiały, dotyczące między innymi rodzajów przemocy, różnic pomiędzy agresją, a przemocą czy też takie, definiujące przemoc.

8. Flo Health – śledzenie cyklu menstruacyjnego i kalendarzyk owulacji

Kategoria: aplikacja / narzędzie

Link: <https://play.google.com/store/apps/details?id=org.iggymedia.periodtracker&hl=pl&gl=US>

Flo Health „Śledzenie Okresu i Owulacji” to w całości bezpłatna darmowa aplikacja w języku polskim skierowana do kobiet. Wbudowane kalkulatory pozwalają przewidywać daty menstruacji, owulacji i dni płodnych.

9. Eve – śledzenie cyklu menstruacyjnego i kalendarzyk owulacji

Kategoria: aplikacja / narzędzie

Link: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.glow.android.eve&hl=pl&gl=US>

Eve to aplikacja w języku angielskim skierowana głównie do kobiet, lecz nie tylko do nich. Wbudowane kalkulatory pozwalają przewidywać daty menstruacji, owulacji i dni płodnych. Aplikacja zawiera także funkcje społecznościowe skierowane do młodzieży, w tym porady. Ponadto umożliwia zapisywanie informacji o samopoczuciu, diecie czy ćwiczeniach. Do korzystania z aplikacji można zaprosić koleżanki, a później wzajemnie udostępnić sobie quizy, testy, porady.

10. Domowy test na HIV

Kategoria: rekomendowane e-zasoby / dobre praktyki

Link: <https://www.projekttest.pl>

Bezpłatny test na HIV, który można wykonać w warunkach domowych. Jedyne koszty to koszty wysyłki. Test jest anonimowy, jednakże wymaga telefonicznego zgłoszenia, kolejno otrzymuje się indywidualny numer testu, a po przeprowadzeniu badania należy przekazać telefonicznie informacje o swoim wyniku. Na stronie można znaleźć informacje dotyczące HIV/AIDS, odpowiedzi na pytania np. „Kiedy najczęściej można się zakazić HIV?”

11. Bezpłatne testy na HIV

Kategoria: rekomendowane e-zasoby / dobre praktyki

Link: https://aids.gov.pl/organizacje_pozarządowe/314/

Krajowe Centrum ds. AIDS działające pod Agendą Ministra Zdrowia jest organizacją pozarządową, która realizuje zadanie, mające na celu uświadamianie społeczeństwa w zakresie problemów społecznych i zdrowotnych, w tym: profilaktyki HIV/AIDS, edukacji seksualnej i zdrowotnej oraz profilaktyki uzależnień. W centrum funkcjonuje telefon zaufania HIV/AIDS, a ze strony można dowiedzieć się więcej o sposobach przeprowadzenia bezpłatnego testu w kierunku HIV.

12. Co z tym seksem? Edukacja seksualna w formie aplikacji

Kategoria: aplikacja / narzędzie

Link: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.coztymsekssem&hl=pl&gl=US>

Aplikacja do samodzielnej edukacji seksualnej, oferująca wyzwania oraz kursy, którą pomagają przyswoić wiedzę o życiu seksualnym. Każdy kurs omawia jedno zagadnienie i składa się z materiału video, zadania do wykonania oraz przedstawia najczęściej zadawane pytania wraz z odpowiedziami. Autorką treści oraz pomysłodawczynią jest seksuolożka Katarzyna Koczułap.

13. WDŹ dla zaawansowanych

Kategoria: dobra praktyka

Link: <https://www.facebook.com/wdz.dla.zaawansowanych/>

„WDŹ dla zaawansowanych” jest facebookowym fanpage’em prowadzonym przez edukatorkę seksualną i psycholożkę szkolną Tosię. Warto odwiedzić ten profil, ponieważ posty tworzone przez autorkę odnoszą się merytorycznie do wielu zagadnień, mogących interesować młode osoby. Na profilu można też uzyskać odpowiedź na pytanie, a pod postami wywiązują się ciekawe dyskusje, nie tylko o wychowaniu do życia w rodzinie. Autorka prowadzi też stronę internetową <https://wdzdlazaawansowanych.pl/> oraz inne kanały, np. na Spotify, których lista jest opublikowana pod adresem <https://linktr.ee/wdzdla>.

14. Sexed.pl

Kategoria: portal / dobra praktyka

Link: <https://sexed.pl>

Portal internetowy, zawierający artykuły dotyczące szeroko rozumianych zagadnień związanych z seksem i seksualnością. Może być przydatny nauczycielom podczas poszukiwań odpowiedzi na zadawane przez uczniów pytania, jak również sami uczniowie będą mogli dowiedzieć się z niego nieco więcej o tematach, które ich szczególnie interesują, a o których mogą wstydzić się mówić.

15. Mam ciało i co dalej

Kategoria: podcast / dobra praktyka

Link: <https://open.spotify.com/show/5zzsmkwrTvslFZ37MkGDC9>

Podcast o cielesności i wszystkim, co z ciałem związane. Oprócz podcastów, dostępnych przez Spotify oraz na stronie <https://mamcialo.wordpress.com>, autorki prowadzą również blog, którego tematyka wzajemnie uzupełnia się z podcastami.

16. Wordwall: materiały dotyczące WDŹ

Kategoria: portal/ dobra praktyka

Link: <https://wordwall.net/pl-pl/community/wd%C5%BC>

Portal internetowy, na którym można znaleźć przeglądarkowe ćwiczenia o tematyce związanej z WDŹ, takiej, jak na przykład dojrzewanie, higiena, ciało, seksualność czy czas wolny. Portal umożliwia tworzenie ćwiczeń interaktywnych, jak i do wydruku.

17. Quizizz: quizy dotyczące WDŻ

Kategoria: portal / dobra praktyka

Link: <https://quizizz.com/admin/quiz/5e80b32101f63e001b6814fc/wd-kl-5-porozmawiajmy>

Portal internetowy, na którym można znaleźć quizy związane z tematyką wychowania do życia w rodzinie. Może być przydatny w formie uzupełnienia informacji z lekcji bądź jako utrwalenie w domu przerobionego materiału.

18. LearningApps: zasoby dotyczące WDŻ

Kategoria: portal / dobra praktyka

Link: <https://learningapps.org/index.php?s=wychowanie+do+%C5%BCycia+w+rodzynie>

Portal internetowy, na którym można znaleźć quizy lub gry przeglądarkowe, poruszające tematykę wychowania do życia w rodzinie taką, jak chociażby dojrzewanie dziewcząt czy rodzina w życiu człowieka. Może być przydatny w formie uzupełnienia informacji z lekcji bądź jako utrwalenie w domu przerobionego materiału.

19. Kreatywny WDŻ

Kategoria: fanpage / dobra praktyka

Link: <https://www.facebook.com/KreatywnyWDZ>

Facebookowy fanpage przeznaczony dla nauczycieli WDŻ, określany jako miejsce wymiany poglądów, pomysłów i inspiracji. Oprócz interesujących linków do materiałów, które mogą być przydatne przy planowaniu lekcji można znaleźć tam również propozycje związane z rozwojem nauczycieli WDŻ, takie jak na przykład zaproszenia na konferencje czy kongresy.

20. Genially: zasoby dotyczące WDŻ

Kategoria: rekomendowane e-zasoby

Link: <https://www.genial.ly/>

Portal umożliwia tworzenie własnych prezentacji oraz wyszukiwanie prezentacji utworzonych przez innych użytkowników. Niemniej, korzystanie z wyszukiwarki aplikacji jest dość utrudnione przy wykorzystywaniu polskich znaków. W takim przypadku można wyszukiwać materiały z platformy, wykorzystując wyszukiwarkę Google, wpisując hasło „wychowanie do życia w rodzinie Genially”.
Przykład: <https://view.genial.ly/5ed371f1785906120efed79a/presentation-kolezenstwo>.

Podsumowanie

Cechą wyróżniającą składowe narzędziownika, tj. zestawu portali edukacyjnych oraz aplikacji i narzędzi, jest prostota i intuicyjność w użytkowaniu, przy jednoczesnym bogactwie treści.

Pomocnicza rola narzędzi sprzyja realizacji ciekawych projektów i lekcji przez uczniów wspieranych przez nauczyciela/nauczycielkę. Prezentowane zasoby należą do treści innowacyjnych, wykorzystują nowoczesne metody aktywizujące i angażujące uczniów, opierają się na korelacjach międzyprzedmiotowych oraz są „elastyczne” pozwalając nauczycielom na budowanie własnego,

indywidualnego narzędziownika pracy. Zasoby są dostępne w większości bez opłat, umożliwiają dostosowanie do indywidualnych potrzeb i możliwości uczniów, w tym uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych.

Proponowane narzędzia TIK, przetestowane przez nauczycieli praktyków, stanowić mogą swoiste uzupełnienie warsztatu nowoczesnych nauczycieli WDŻ.



Materiał dostępny na licencji Creative Commons: Uznanie autorstwa 4.0. Międzynarodowe. Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego i autorek. Zezwala się na dowolne wykorzystanie materiałów w tym utworów, tworzenia i rozpowszechniania ich kopii w całości lub we fragmentach, wprowadzania zmian i rozpowszechniania utworów zależnych - pod warunkiem zachowania niniejszej informacji licencyjnej i wskazania autorki oraz Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego jako właścicieli praw do tekstu. Tekst licencji dostępny na stronie: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pl>.