

Edukacja o zdrowiu seksualnym Zakres i kolejność zajęć od żłobka do IV klasy liceum

Żłobek–II klasa szkoły podstawowej — uzasadnienie

Dzieci od wieku żłobkowego aż do II klasy szkoły podstawowej są ciekawe wszystkiego i podatne na wpływy. Bardzo polegają na innych. Dzieci są z natury ciekawe tematu seksualności, chcą poznawać swoje ciała, a także podstawowe informacje o strukturach rodzinnych i rozmnażaniu. Ponadto dzieci muszą zrozumieć, że ich ciała są czymś prywatnym, a także nauczyć się szukać pomocy w razie potrzeby. Dlatego jednostki lekcyjne / zajęcia z kategorii żłobek–II klasa szkoły podstawowej zostały opracowane w celu przekazania uczniom podstawowej wiedzy o ludzkiej seksualności zgodnie z rekomendacjami National Sexuality Education Standards i Erin’s Law, a także wyćwiczenia pozytywnych zachowań, takich jak skuteczna komunikacja i odpowiedzialność za siebie (National Health Education Standards 4 i 7).

Żłobek i przedszkole

Temat: Nasza szczęśliwa i zdrowa klasa

Lekcja 1: Nasza szczęśliwa i zdrowa klasa — uczniowie ustalają wraz z nauczycielem reguły obowiązujące w klasie, dzięki którym wszyscy będą się czuć komfortowo i bezpiecznie podczas lekcji.

Lekcja 2: Różne rodzaje rodzin w naszych domach — uczniowie poznają różne struktury rodzin i uczą się, że wszystkie rodziny należy szanować.

Lekcja 3: Wyrażanie uczuć — uczniowie poznają słowa do opisywania emocji i uczą się je wyrażać, mówiąc „Czuję się...”.

Lekcja 4: Nasza sieć bezpieczeństwa — uczniowie wskazują zaufanych dorosłych w swoich sieciach bezpieczeństwa oraz w szkole.

Lekcja 5: Poznajmy nasze ciała — uczniowie rozpoznają widoczne publicznie i prywatne części ciała, nazywając je terminami medycznymi. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 6: Bezpieczny i niebezpieczny dotyk — uczniowie dowiadują się, że nikomu nie wolno dotykać ich prywatnych części ciała bez pozwolenia. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 7: Niespodzianki i wyjawianie sekretów — uczniowie poznają różnice między niespodziankami a sekretami, o których należy mówić zaufanym dorosłym. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 8: Ocena zdobytej wiedzy — uczniowie stosują wiedzę zdobytą na poprzednich lekcjach.

I klasa szkoły podstawowej

Temat: Nasza szczęśliwa i zdrowa klasa

Lekcja 1: Nasza szczęśliwa i zdrowa klasa — uczniowie ustalają wraz z nauczycielem reguły obowiązujące w klasie.

Lekcja 2: Mówienie o uczuciach — uczniowie poznają sposoby na wyrażanie emocji, mówiąc „Czuję się...”.

Lekcja 3: Rodziny w naszych domach — uczniowie poznają różne struktury rodzin i uczą się, że wszystkie rodziny należy szanować.

Lekcja 4: Zmiany w rodzinach — uczniowie poznają sposoby, w jakie rodzina może się zmienić, oraz dowiadują się, jak radzić sobie z uczuciami wynikającymi z tych zmian.

Lekcja 5: Nasze przyjaźnie — uczniowie opisują cechy swoich przyjaciół i dowiadują się, jak wyrażać uczucia w dobry sposób.

Lekcja 6: Bezpieczny i niebezpieczny dotyk — uczniowie uczą się odróżniać rodzaje dotyku — przyjazny, bezpieczny, niebezpieczny — oraz dowiadują się, jak reagować na niebezpieczny dotyk. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 7: Niespodzianki i wyjawianie sekretów — uczniowie poznają sposoby na mówienie zaufanym dorosłym o sekretach, które są dla nich straszne lub nieprzyjemne. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 8: Dzielenie się naszą wiedzą — uczniowie stosują wiedzę zdobytą na poprzednich lekcjach.

II klasa szkoły podstawowej

Temat: Nasza zdrowa i szczęśliwa klasa

Lekcja 1: Nasza szczęśliwa i zdrowa klasa — uczniowie ustalają wraz z nauczycielem reguły obowiązujące w klasie.

Lekcja 2: Co robić, gdy słowa lub działania sprawiają ból — uczniowie poznają formy nękania i dowiadują się, co robić, gdy ktoś jest na ich oczach nękanym.

Lekcja 3: Nasze ciała i nasza przestrzeń — uczniowie dowiadują się więcej o własnych ciałach; poznają m.in. medyczne nazwy genitaliów. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 4: Zatrzymywanie nękania z powodu płci kulturowej — uczniowie dowiadują się, jak rozpoznawać i reagować na nękanie z powodu płci kulturowej.

Lekcja 5: Zapobieganie rozprzestrzenianiu się zarazków — uczniowie dowiadują się o tym, jak rozprzestrzeniają się zarazki, a następnie poznają i ćwiczą sposoby na zapobieganie ich rozprzestrzenianiu.

Lekcja 6: Moje ciało należy do mnie — uczniowie przypominają sobie pojęcia niespodzianek i sekretów, które należy wyjawiać zaufanym dorosłym. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 7: Nasze rodziny — uczniowie jeszcze raz rozmawiają o różnorodności rodzin i o tym, jak odnosić się do każdej z nich z szacunkiem.

Lekcja 8: Żywe organizmy i rzeczy (+ rozmnażanie) — uczniowie porównują żywe organizmy i rzeczy; zwracają też uwagę na fakt, że żywe organizmy rozmnażają się.

Lekcja 9: Uczenie innych — uczniowie tworzą reklamy, za pomocą których nauczą innych tego, czego sami się nauczyli na poprzednich lekcjach.

III–V klasa szkoły podstawowej — uzasadnienie

Dzieci w III, IV i V klasie są ciekawe, podatne na wpływy, stają się bardziej samodzielne, a także zyskują większą świadomość swoich rówieśników. Dzieci są z natury ciekawe tematu seksualności, chcą poznawać swoje ciała, a także podstawowe informacje o strukturach rodzinnych, rozmnażaniu i związkach międzyludzkich. Ponadto dzieci muszą zrozumieć, że ich zachowanie ma wpływ na innych (w szczególności w przypadku nękania), ich ciała są czymś prywatnym, a także uczyć się szukać pomocy w razie potrzeby. Te jednostki lekcyjne/zajęcia zostały opracowane w celu przekazania uczniom w klasach III–V szkoły podstawowej wiedzy o ludzkiej seksualności zgodnie z rekomendacją National Sexuality Education Standards, a także uczenia skutecznej komunikacji, odpowiedzialności za siebie i umiejętności podejmowania decyzji (National Health Education Standards 4, 5 i 7).

III klasa szkoły podstawowej

Temat: Jak być CZYNNYM OBSERWATOREM

Lekcja 1: Jak być czynnym obserwatorem — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć i uczą się, jak traktować innych z szacunkiem, zostając czynnymi obserwatorami w swoich społecznościach.

Lekcja 2: Związki zdrowe i niezdrowe — uczniowie dowiadują się, jaki związek jest zdrowy, a jaki niezdrowy.

Lekcja 3: Wstawianie się za sobą — uczniowie poznają koncepcje samooceny i poczucia własnej skuteczności.

Lekcja 4: Jak być empatycznym kolegą — uczniowie uczą się o empatii i współczuciu, a następnie ćwiczą empatyczne zachowania w niewielkich grupach.

Lekcja 5: Jak być pomocnym kolegą — uczniowie dowiadują się, co mogą zrobić, aby pomóc nękananej osobie.

Lekcja 6: Moc słów — uczniowie dowiadują się, że słowa mogą być bolesne — zarówno podczas kontaktów bezpośrednich, jak i online — i poznają sposoby reagowania na bolesne słowa.

Lekcja 7: Moje ciało należy do mnie — uczniowie przypominają sobie niespodzianki i sekrety, które należy wyjawiać zaufanym dorosłym. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 8: Jak być czynnym obserwatorem i dbać o bezpieczeństwo — uczniowie poznają podstawowe pojęcia dotyczące bezpieczeństwa i analizują historię, aby nauczyć się wdrażania bezpiecznych nawyków. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 9: Uczenie innych, jak być czynnym obserwatorem — uczniowie tworzą historie, za pomocą których nauczą innych tego, czego sami się nauczyli na poprzednich lekcjach.

IV klasa szkoły podstawowej

Temat: Jednostka lekcyjna **Moje zdrowe nawyki / zdrowie seksualne**

Lekcja 1: Wprowadzenie do jednostki lekcyjnej **Moje zdrowe nawyki (życie w rodzinie / zdrowie seksualne)** — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć, analizują własne zdrowe nawyki, ćwiczą oddychanie.

Lekcja 2: **Dbanie o higienę ciała dzięki podstawowym nawykom** — uczniowie dowiadują się o podstawowych nawykach higieny i opracowują prezentacje.

Lekcja 3: **Okres dojrzewania — czym jest dojrzewanie? — część 1** — uczniowie dowiadują się o głównych zmianach fizycznych, psychicznych, emocjonalnych i społecznych, które zachodzą u większości osób w okresie dojrzewania.

Lekcja 4: **Okres dojrzewania — czym jest dojrzewanie? — część 2** — uczniowie pogłębiają wiedzę o zmianach zachodzących w okresie dojrzewania, a także dowiadują się o tym, że każdy doświadcza tego okresu inaczej.

Lekcja 5: **Okres dojrzewania — zmiany u większości chłopców i dziewcząt** — uczniowie pogłębiają wiedzę o zmianach zachodzących w okresie dojrzewania. Zajęcia skupiają się na zmianach fizycznych u większości chłopców i dziewcząt oraz na właściwych praktykach higienicznych zalecanych w okresie dojrzewania.

Lekcja 6: Stawanie w obronie naszego zdrowia społecznego — uczniowie uczą się rozpoznawać sytuacje, gdy ktoś jest nękanym, oraz poznają skuteczne metody interwencji.

Lekcja 7: Bezpieczne rozmowy w sieci — uczniowie wskazują różnice i podobieństwa między przyjaciółmi, z którymi rozmawiają osobiście i online, a także uczą się, jakich informacji prywatnych nie wolno udostępniać w Internecie.

Lekcja 8: Zdrowy nawyk: powiedz „NIE!”, odejdź, poinformuj — uczniowie uczą się o bezpiecznym i niebezpiecznym dotyku, a następnie ćwiczą sposoby na chronienie siebie w niebezpiecznych sytuacjach. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 9: Moje obecne zdrowe nawyki — uczniowie oceniają nawyki, które wpływają na ich zdrowie i dobre samopoczucie, a następnie wykonują ćwiczenia oddechowe.

V klasa szkoły podstawowej

Temat: Dbanie o zdrowie przed okresem dojrzewania (dla własnego zdrowia seksualnego)

Lekcja 1: Jednostka lekcyjna Podstawy podejmowania decyzji dotyczących zdrowia przed okresem dojrzewania — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć i analizują umiejętności podejmowania decyzji.

Lekcja 2: Podstawy przechodzenia przez okres dojrzewania — uczniowie poznają zmiany, które zachodzą u większości osób w okresie dojrzewania, niezależnie od płci.

Lekcja 3: Stosowanie kroków podejmowania decyzji DECIDE w odniesieniu do podstaw przechodzenia przez okres dojrzewania — uczniowie poznają kroki modelu podejmowania decyzji i stosują je w sytuacjach związanych z okresem dojrzewania.

Lekcja 4: Główne zmiany zachodzące u większości dziewcząt i chłopców (+ części ciała) — uczniowie wskazują części i funkcje układów rozrodczych występujących u większości dziewcząt i chłopców.

Lekcja 5: Stosowanie kroków podejmowania decyzji DECIDE w odniesieniu do głównych zmian zachodzących w okresie dojrzewania — uczniowie stosują kroki podejmowania decyzji DECIDE w sytuacjach związanych z okresem dojrzewania (scenariusz oparty na odgrywaniu ról).

Lekcja 6: Zarazki i HIV — fakty — uczniowie przypominają sobie, jak rozprzestrzeniają się zarazki, dowiadują się o chorobach zakaźnych i niezakaźnych, a także o wirusie HIV przenoszonym przez krew.

Lekcja 7: Zmiany społeczne: jak wyrażać się jasno, rozmawiając z przyjaciółmi — uczniowie poznają różne rodzaje komunikacji i ćwiczą odmawianie w sytuacjach, gdy są pod presją rówieśników.

Lekcja 8: Czym jest MIŁOŚĆ? — uczniowie poznają różnice między lubieniem a kochaniem kogoś i rozmawiają o orientacjach seksualnych.

Lekcja 9: Decyzje, które mogą podjąć piątoklasiści, oraz te, na które nie mają wpływu — uczniowie poznają prawa stanu Illinois dotyczące wyrażania zgody oraz przypominają sobie temat bezpiecznego i niebezpiecznego dotyku. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 10: Dlaczego dojrzewamy? — uczniowie poznają pojęcia dotyczące rozmnażania ludzi i dowiadują się, jak dojrzewanie przygotowuje ciało do rozmnażania.

Lekcja 11: Decyzje dotyczące zabezpieczania się — abstynencja seksualna jest podawana jako najwłaściwsze rozwiązanie. Uczniowie dowiadują się też o antykoncepcji mechanicznej i hormonalnej, która zapobiega ciąży i przenoszeniu chorób drogą płciową.

Lekcja 12: Stosowanie procesu podejmowania decyzji, aby dbać o własne zdrowie przed okresem dojrzewania — uczniowie dowiadują się, jak zastosować proces podejmowania decyzji podczas osobistego wyboru, którego prawdopodobnie wkrótce dokonają.

V klasa szkoły podstawowej — uzasadnienie

W miarę dorastania młodzi ludzie podejmują coraz więcej decyzji dotyczących swojego życia, w tym również związanych ze zdrowiem seksualnym. Jednostka o zdrowiu seksualnym w VI klasie szkoły podstawowej powraca do kroków podejmowania decyzji DECIDE wprowadzonych w klasie V, wzmacniając umiejętności uczniów w zakresie podejmowania słuszných decyzji (National Health Education Standard 5). Kroki te stosowane są do szeregu tematów zdrowotnych odpowiednich do wieku i rozwoju młodzieży przed okresem dojrzewania, zgodnie z rekomendacją National Sexuality Education Standards. Uczniowie są motywowani do poznawania samych siebie i przygotowania się do decyzji, które mogą podjąć jako młodzi ludzie przed okresem dojrzewania.

VI klasa szkoły podstawowej

Temat: Podejmowanie decyzji — kim jestem?

Lekcja 1: Zaawansowane podejmowanie decyzji: Kim jestem? — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć i analizują kroki procesu podejmowania decyzji.

Lekcja 2: Zmiany są czymś naturalnym u każdego z nas (powtórzenie tematu dojrzewania) — uczniowie omawiają częste zmiany, które zachodzą w okresie dojrzewania, i wskazują strony internetowe zawierające zgodne z prawdą informacje na ten temat dla szóstoklasistów.

Lekcja 3: Realia okresu dojrzewania i podejmowanie decyzji — uczniowie poznają sytuacje, których często doświadczają chłopcy i dziewczęta w okresie dojrzewania, oraz stosują proces podejmowania decyzji w tych sytuacjach.

Lekcja 4: Każdy zasługuje na akceptację i szacunek — uczniowie uczą się rozróżniać tożsamość płciową, wyrażanie płci oraz płęć przyznaną podczas narodzin. Analizują wytyczne dla publicznych szkół w Chicago dotyczące tożsamości.

Lekcja 5: Realia okresu dojrzewania i decyzje, które musimy podejmować — uczniowie poznają informacje o rozmnażaniu, ciąży, rozwoju płodu oraz praktykach prenatalnych umożliwiających dbanie o zdrowie podczas ciąży.

Lekcja 6: Ocenianie, jakim informacjom w Internecie należy ufać... bycie seksualnym detektywem — uczniowie wykazują znajomość tego, jak należy oceniać, czy strona internetowa jest medycznie dokładna, odpowiednia dla ich grupy wiekowej i przekazująca pozytywne informacje młodzieży.

Lekcja 7: Bezpieczne rozmowy w sieci — uczniowie rozważają, jakie informacje można bezpiecznie udostępnić online, i dowiadują się, jak rozpoznawać uczucia będące sygnałami ostrzegawczymi podczas rozmów w sieci, a także jak reagować w takich sytuacjach.

Lekcja 8: Czym są związki uczuciowe? — uczniowie omawiają podobieństwa i różnice między przyjaźniami a związkami uczuciowymi.

Lekcja 9: „Lubię” a „kocham” — teraz i za kilka lat — uczniowie omawiają asekualne sposoby na okazywanie sympatii, przypominają sobie rodzaje kontaktu seksualnego oraz definicje abstynencji, zgody i granic.

Lekcja 10: Wykazywanie asertywności podczas podejmowania decyzji — uczniowie dowiadują się o różnych formach komunikacji i podejmowania decyzji dotyczących zdrowia seksualnego i praktyk seksualnych. Uczniowie rozmawiają też o wyrażaniu zgody i wskazują zaufanego dorosłego, któremu mogą zgłosić napaść lub gwałt. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 11: Decyzje dotyczące zabezpieczenia się — uczniowie wskazują abstynencję jako odpowiednie zachowanie seksualne dla szóstoklasistów. Uczniowie poznają zalety, ryzyko i skuteczność różnych metod antykoncepcyjnych, w tym abstynencji, przerywania stosunku, antykoncepcji mechanicznej i hormonalnej. Uczniowie przypominają sobie oznaki i symptomy ciąży.

Lekcja 12: Stosowanie procesu podejmowania decyzji do jednostki lekcyjnej „Kim jestem?” — uczniowie stosują model podejmowania decyzji na przykładzie realistycznej sytuacji wymagającej podjęcia decyzji seksualnej.

VII klasa szkoły podstawowej — uzasadnienie

W miarę dorastania młodzi ludzie mają coraz większy kontakt z czynnikami wpływającymi na ich decyzje, takimi jak media czy kontakt z rówieśnikami. Jednostka lekcyjna dotycząca zdrowia seksualnego dla siódmoklasistów umożliwi uczniom przeanalizowanie tego, jak różne czynniki mogą wpływać na ich zdrowie seksualne i decyzje. Na zajęciach podawane są informacje na temat zdrowia seksualnego dostosowane do wieku i stopnia rozwoju uczniów, zgodnie z rekomendacją National Sexuality Education Standards. Uczniowie przeanalizują wpływ członków rodziny, rówieśników, kultury, mediów, technologii i innych czynników (National Health Education Standard 2), a następnie będą mogli podzielić się zdobytą wiedzą i będą mogli wyjaśniać sobie nawzajem, jak **nie** ulegać negatywnym wpływom i korzystać z pozytywnych wpływów.

VII klasa szkoły podstawowej

Temat: Co wpływa na moje zdrowie seksualne? Analizowanie wpływów

Lekcja 1: Co wpływa na moje zdrowie seksualne? Wprowadzenie (oczekiwania dot. jednostki + analizowanie wpływów) — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć oraz poznają koncepcję analizowania wpływów.

Lekcja 2: Zdrowie seksualne a model socioekologiczny (wiadomości wokół i w nas) — uczniowie wypisują wiadomości z różnych źródeł dotyczące zdrowia seksualnego i analizują, co ma na nich wpływ.

Lekcja 3: Powtórzenie tematu anatomii i fizjologii — wpływ intrapersonalny — uczniowie jeszcze raz omawiają podstawy dotyczące organów reprodukcyjnych i koncepcji fizjologicznych, a następnie analizują, jak ich ciała mogą wpływać na ich zdrowie seksualne.

Lekcja 4: Tożsamość płciowa, wyrażanie płci, orientacja seksualna — uczniowie odróżniają pojęcia tożsamości płciowej, wyrażania płci i orientacji seksualnej, a także wskazują, jak traktować osoby LGBTQ+ z szacunkiem.

Lekcja 5: Szanowanie siebie i innych — uczniowie omawiają, jak szkodliwe może być nękanie osób LGBTQ+, a także określają, jak mogą postulować za godnym traktowaniem wszystkich ludzi, w tym osób LGBTQ+.

Lekcja 6: Wpływ innych na nasze zdrowie seksualne — uczniowie podają osobiste wpływy na ich zdrowie seksualne i dyskutują o problemach dotyczących wyrażania zgody i wieku.

Lekcja 7: Pozytywne wpływanie na innych — kroki dotyczące biernych obserwatorów i realia wyrażania zgody — uczniowie rozmawiają, co należy robić w przypadku zauważenia niestosownych zachowań seksualnych, i demonstrują zrozumienie tego, że nikt nie ma

prawa do naruszania granic drugiej osoby. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 8: Nasza społeczność — dostępne zasoby dotyczące zdrowia seksualnego — uczniowie analizują lokalne zasoby dotyczące zdrowia seksualnego i tworzą broszurę na podstawie jednego z tych zasobów.

Lekcja 9: Prawda w mediach? — uczniowie podają definicje wizerunku ciała i kształtu ciała, a następnie rozmawiają o tym, jak media mogą wpływać na nasze postrzeganie wizerunków i kształtów ciała.

Lekcja 10: Zachęcanie rówieśników do używania prezerwatyw i badania się na obecność chorób przenoszonych drogą płciową — uczniowie opisują, jak należy używać prezerwatywy męskiej i damskiej, a następnie ćwiczą rozmawianie z rówieśnikami na temat używania prezerwatyw.

Lekcja 11: Polityka publiczna dotycząca młodzieży i zdrowia seksualnego — uczniowie dowiadują się, jak polityki publiczne mogą wpływać na zdrowie seksualne ludzi.

Lekcja 12: Analizowanie wpływów — wiadomość dla innych + osobista refleksja — uczniowie analizują czynnik, który może wpływać na zdrowie seksualne młodych ludzi.

Lekcja opcjonalna: Wielkie oczekiwania — oznaki i symptomy ciąży — uczniowie wskazują oznaki i symptomy ciąży, a także wymieniają praktyki prenatalne umożliwiające dbanie o zdrowie podczas ciąży.

VIII klasa szkoły podstawowej — uzasadnienie

Komunikacja jest codziennym elementem naszych relacji. Niektóre praktyki komunikacji mogą wpływać na nasze związki — pozytywnie i negatywnie. Jednostka dot. zdrowia seksualnego dla 8. klasy szkoły podstawowej przedstawia dostosowane do wieku i etapu rozwoju młodzieży informacje na temat zdrowia seksualnego, zgodnie z rekomendacją National Sexuality Education Standards, dodatkowo umożliwiając uczniom przećwiczenie zdolności komunikacyjnych, aby pozytywnie wpłynąć na ich zdrowie i zmniejszyć ryzyko w tym zakresie (National Sexuality Education Standard 4). Uczniowie będą mieć szansę podzielenia się tym, czego się nauczyli, a także przekonywania się wzajemnie, jak należy rozmawiać, aby dbać o swoje zdrowie seksualne.

VIII klasa szkoły podstawowej

Temat: Komunikacja z innymi i z samym sobą

Lekcja 1: Karta Praw Uczniów dotycząca zdrowia seksualnego oraz oczekiwania dot. jednostki — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć, przypominają sobie treść

Karty Praw Ucznia szkół publicznych w Chicago oraz wymieniają aspekty skutecznej komunikacji.

Lekcja 2: Częste przeszkody i ułatwienia podczas komunikacji — uczniowie szukają wspólnie przeszkód i ułatwień występujących podczas komunikacji, a następnie oceniają własną komunikację.

Lekcja 3: Ostrożne dobieranie słów — uczniowie analizują przyczyny powstawania nieporozumień i stosują swoje zrozumienie zdrowej komunikacji na przykładowym scenariuszu.

Lekcja 4: Rozmawianie bez mówienia: znaczenie wiadomości tekstowych w związkach — uczniowie analizują przyczyny powstawania nieporozumień podczas wymiany wiadomości tekstowych oraz ich potencjalny wpływ na związki. Uczniowie podają przykłady wiadomości tekstowych o jasnym przekazie, napisanych z szacunkiem, dzięki którym można uniknąć nieporozumień.

Lekcja 5: Mówienie o częściach ciała: powtórzenie systemów — uczniowie przypominają sobie podstawowe informacje o organach reprodukcyjnych i fizjologii, a następnie analizują, jak ich ciała wpływają na zdrowie seksualne.

Lekcja 6: Dbanie o własne zdrowie: określanie własnej tożsamości — uczniowie opisują orientacje seksualne i zachowania seksualne, a następnie wykazują różnice między tymi powiązаныmi koncepcjami.

Lekcja 7: „Zielone, żółte czy czerwone światło?” — jakie zachowanie jest właściwe? — uczniowie omawiają różnice między dopuszczalnymi, mylącymi i niestosownymi zachowaniami na przykładzie różnych scenariuszy. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 8: Sygnały ostrzegawcze: czym jest molestowanie seksualne i napaść — uczniowie wymieniają rodzaje napaści seksualnych, opisują ich skutki, a także mówią, jak należy zgłaszać napaści seksualne i niebezpieczne związki. Uczniowie wykazują znajomość sygnałów ostrzegających przed molestowaniem seksualnym. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 9: Choroby przenoszone drogą płciową — uczniowie poznają zgodne z prawdą informacje o chorobach przenoszonych drogą płciową i wirusie HIV.

Lekcja 10: Jak rozmawiać o zdrowiu seksualnym z lekarzem — uczniowie opisują proces badania lekarskiego i badania ginekologicznego. Uczniowie ćwiczą, jak należy rozmawiać o zdrowiu seksualnym z lekarzem.

Lekcja 11: Komunikowanie wyborów — uczniowie poznają zalety i ryzyko różnych metod antykoncepcyjnych, w tym abstynencji, przerywania stosunku, antykoncepcji mechanicznej i

hormonalnej. Uczniowie omawiają, czym jest antykoncepcja awaryjna. Uczniowie wskazują miejsca, gdzie mogą uzyskać opiekę zdrowotną w zakresie zdrowia reprodukcyjnego.

Lekcja 12: Skuteczna komunikacja wspierająca Twoje wartości — uczniowie omawiają faktyczne zachowania seksualne młodzieży w Chicago. Uczniowie analizują sytuację, w której jedna osoba nakłania drugą do rozpoczęcia zachowań seksualnych, a następnie poznają skuteczne strategie komunikacyjne pomocne w sytuacjach, gdy jesteśmy pod presją.

Lekcja 13: Ćwiczenie umiejętności komunikacyjnych wspierających zdrowie seksualne — uczniowie ćwiczą umiejętności komunikacyjne przydatne przy omawianiu danego tematu z zakresu zdrowia seksualnego.

I klasa szkoły średniej — uzasadnienie

W miarę dorastania młodzi ludzie podejmują coraz więcej decyzji dotyczących swojego życia, w tym również związanych ze zdrowiem seksualnym. Jednostka o zdrowiu seksualnym w I klasie szkoły średniej powraca do kroków podejmowania decyzji DECIDE wprowadzonych w klasie V i VI, wzmacniając umiejętności uczniów w zakresie podejmowania słusznych decyzji (National Health Education Standard 5). Kroki te stosowane są do szeregu tematów zdrowotnych odpowiednich do wieku i rozwoju nastolatków, zgodnie z rekomendacją National Sexuality Education Standards.

I klasa szkoły średniej

Temat: Decydowanie o byciu w zdrowych związkach

Lekcja 1: Jednostka Wprowadzenie do decydowania o byciu w zdrowych związkach — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć, zapoznają się z Kartą Praw Ucznia szkół publicznych w Chicago oraz dowiadują się, jak koncepcja podejmowania decyzji wiąże się ze zdrowiem seksualnym.

Lekcja 2: Czyj związek jest najzdrowszy? — uczniowie identyfikują cechy charakterystyczne zdrowych i niezdrowych związków.

Lekcja 3: Model podejmowania decyzji DECIDE — uczniowie odkrywają i stosują model podejmowania decyzji DECIDE.

Lekcja 4: Pytania dotyczące zdrowia seksualnego do rozważenia i przećwiczenia przez uczniów — uczniowie identyfikują powody, dla których nastolatki decydują się brać udział lub nie brać udziału w zachowaniach seksualnych. Uczniowie ćwiczą zadawanie pytań na temat decyzji dotyczących zdrowia seksualnego, które pomagają im określić, czy są

gotowi do konkretnych zachowań seksualnych. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 5: Orientacja seksualna, zachowanie i tożsamość: Jak się czuję, Co robię, Kim jestem — uczniowie poznają koncepcje orientacji seksualnej, zachowań seksualnych i tożsamości seksualnej.

Lekcja 6: Zrozumieć płęć kulturową — uczniowie uczą się o tożsamości płciowej oraz o płci przyznawanej podczas narodzin. Uczniowie poznają scenariusze przypisywane płciom — jakie są oczekiwania co do zachowań ludzi w oparciu o ich części ciała.

Lekcja 7: Pomaganie innym w podejmowaniu właściwych decyzji dot. zdrowia seksualnego — uczniowie ćwiczą udzielanie porad dotyczących zdrowia seksualnego fikcyjnym nastolatkom. Uczniowie sprawdzają wiarygodne źródła dotyczące zdrowia seksualnego. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 8: Opcje ochrony — uczniowie poznają formy ochrony oraz stosują model podejmowania decyzji w scenariuszu dotyczącym zapobiegania ciąży oraz przenoszenia chorób drogą płciową.

Lekcja 9: Pewność prezerwatywy — uczniowie opisują i/lub pokazują, jak poprawnie użyć prezerwatywy męskiej i damskiej.

Lekcja 10: A co, jeśli...? — uczniowie zapoznają się z objawami ciąży oraz poznają opcje, które ma osoba dowiadująca się, że jest w ciąży. Uczniowie dyskutują o praktykach prenatalnych umożliwiających dbanie o zdrowie podczas ciąży.

Lekcja 11: Kocha, nie kocha... — uczniowie poznają cechy charakterystyczne niezdrowych związków oraz co zrobić, aby wyrwać się z takiego związku. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 12: To nie była moja wina — uczniowie poznają skutki gwałtu i napaści seksualnej oraz ich uczucia z tym związane. Uczniowie wyjaśniają, dlaczego osoba zgwałcona lub będąca ofiarą napaści seksualnej nigdy nie jest winna.

Lekcje 13-14: Pomaganie innym w podejmowaniu właściwych decyzji dotyczących zdrowia seksualnego — uczniowie stosują model podejmowania decyzji w odniesieniu do realistycznego scenariusza i prezentują swoją ostateczną decyzję.

II klasa szkoły średniej — uzasadnienie

Jako młodzież, uczniowie muszą być uczeni umiejętności wzmacniających zdrowie zachowania oraz tego, jak unikać lub ograniczać ryzyka dla zdrowia. Jednostka dot. zdrowia seksualnego dla II klasy szkoły średniej przedstawia dostosowane do wieku i etapu rozwoju młodzieży informacje na temat zdrowia seksualnego, zgodnie z rekomendacją National

Sexuality Education Standards, dodatkowo promując wśród uczniów przyjęcie osobistej odpowiedzialności za własne zdrowie seksualne, jak również zasoby do wykorzystania w przypadku utraty zdrowia seksualnego (National Sexuality Education Standard 5). Uczniowie będą mieć szansę podzielenia się tym, czego się nauczyli, a także przekonywania się wzajemnie, jak zachować zdrowie oraz jak korzystać z zasobów dotyczących zdrowia seksualnego.

II klasa szkoły średniej

Temat: Świadome korzystanie z zasobów poświęconych zdrowiu seksualnemu

Lekcja 1: Karta Praw Ucznia oraz oczekiwania dot. jednostki — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć oraz swoją świadomość dotyczącą zachowań z zakresu zdrowia seksualnego. Uczniowie porównują Kartę Praw Ucznia publicznych szkół w Chicago z Kartą Praw Ucznia dot. zdrowia seksualnego organizacji Advocates for Youth.

Lekcja 2: Dbanie o swoje ciało — uczniowie poznają terminologię medyczną oraz powody, dla których uczeń może zechcieć udać się do specjalisty ze względu na potrzeby związane ze zdrowiem seksualnym.

Lekcja 3: Zasoby dot. zdrowia seksualnego w naszej społeczności — uczniowie poznają i oceniają lokalne zasoby dot. zdrowia seksualnego.

Lekcja 4: Do uwierzenia lub do wyrzucenia — uczniowie oceniają dokładność i rzetelność źródeł online dot. zdrowia seksualnego celem określenia ich wiarygodności.

Lekcja 5: Co to znaczy „być w zdrowym związku”? — uczniowie badają cechy zdrowych, niezdrowych i niebezpiecznych związków oraz identyfikują godnych zaufania dorosłych, do których mogą się zgłosić, jak również zasoby, z których mogą skorzystać, jeśli znajdą się w niezdrowym lub niebezpiecznym związku. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 6: Odpowiedzialne i oparte na szacunku korzystanie z technologii — uczniowie definiują sexting oraz poznają przepisy prawa i konsekwencje dotyczące sextingu poniżej 18 roku życia.

Lekcja 7: Realia napaści seksualnej — uczniowie demonstrują zrozumienie tego, że nikt nie ma prawa do naruszania granic drugiej osoby. Następnie uczą się, jak reagować, gdy są świadkami niestosownych zachowań seksualnych lub wejdą w posiadanie informacji dotyczących takich zachowań. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 8: Pytania dotyczące zdrowia seksualnego do rozważenia i przećwiczenia przez uczniów — uczniowie identyfikują powody, dla których nastolatki decydują się brać

udział lub nie brać udziału w zachowaniach seksualnych, a także ćwiczą komunikację związaną ze zdrowiem seksualnym.

Lekcja 9: Zdrowe związki i udzielanie zgody — uczniowie definiują zgodę oraz demonstrują zrozumienie procesu udzielania i otrzymywania jasnej zgody w różnych sytuacjach.

Uczniowie rozróżniają zgodę, przymus oraz brak świadomości.

Lekcja 10: Chcę Ci powiedzieć — uczniowie akceptują własne style komunikacji oraz demonstrują, jak rozmawiać z partnerem na tematy dotyczące chorób przenoszonych drogą płciową, a także jak chronić własne zdrowie seksualne. Uczniowie dowiadują się, jak i gdzie można się przebadac na obecność chorób przenoszonych drogą płciową.

Lekcja 11: Znaj swoje opcje — uczniowie analizują metody antykoncepcji oraz powody, dla których ich rówieśnicy mogliby chcieć korzystać z antykoncepcji.

Lekcja 12: Przyjemność seksualna — uczniowie poznają historię oraz etapy naukowe cyklu reakcji seksualnej.

Lekcja 13: Popieranie naszej bezpiecznej przestrzeni — uczniowie identyfikują inkluzywność osób LGBTQ+ w swojej szkole oraz uczą się tego, jak popierać zmiany oraz lobbować celem poprawy ogólnej inkluzywności.

Lekcja 14: Twoja kolej: Uczenie innych, aby byli świadomymi, zdrowymi seksualnie osobami — uczniowie ćwiczą uczenie innych o zdrowiu seksualnym omawianym podczas tych zajęć.

III klasa szkoły średniej — uzasadnienie

Jednostka dot. zdrowia seksualnego dla III klasy szkoły średniej omawia tematy dotyczące zdrowia seksualnego z poprzednich lat, a także dostarcza dodatkowych informacji dostosowanych do wieku i etapu rozwoju młodzieży, zgodnie z rekomendacją National Sexuality Education Standards. Co więcej, uczniowie nabędą umiejętności potrzebne do zapewnienia, że potrafią uzyskać dostęp do rzetelnych informacji, produktów i usług związanych ze zdrowiem seksualnym (National Health Education Standard 3). Uczniowie będą mieli szansę, aby zbadać jedną stronę istotnego problemu dotyczącego zdrowia seksualnego, a następnie omówić ją ze swoimi rówieśnikami.

III klasa szkoły średniej

Temat: Dostęp do rzetelnych i wiarygodnych zasobów na potrzeby argumentacji praw dotyczących zdrowia seksualnego

Lekcja 1: Karta Praw Uczniów dotycząca zdrowia seksualnego oraz oczekiwania dot. jednostki — uczniowie określają oczekiwania względem zajęć. Uczniowie porównują Kartę

Praw Ucznia publicznych szkół w Chicago z Kartą Praw Ucznia dot. zdrowia seksualnego organizacji Advocates for Youth.

Lekcja 2: Przegląd tego, czego dotyczy zdrowie seksualne — uczniowie przeglądają informacje dotyczące zdrowia seksualnego i zaczynają myśleć nad tematem, który przedstawiają podczas rozmowy grupowej.

Lekcja 3: Analizowanie stron internetowych traktujących o zdrowiu seksualnym pod kątem sygnałów ACCESS — uczniowie analizują zasoby online dotyczące zdrowia przy użyciu sygnałów ACCESS. ACCESS (skrót od Accuracy, Credibility, Current, Ease of use and access, Situations, Support, czyli dokładność, rzetelność, aktualność, łatwość użycia i dostępu, sytuacje oraz wsparcie) to umiejętności wykorzystywane do korzystania z prawdziwych i wiarygodnych informacji.

Lekcja 4: Moje życie, moje decyzje — uczniowie identyfikują komunikaty, które otrzymują od różnych ludzi, a także inne czynniki dotyczące zdrowia seksualnego oraz to, jak komunikaty te mogą wpływać na podejmowane przez nich decyzje.

Lekcja 5: Jak postrzegasz ludzi? — uczniowie opisują przyjmowane z góry kategorie oraz poznają, w jaki sposób obraz własnej osoby może wpływać na podejmowane decyzje dotyczące zdrowia seksualnego.

Lekcja 6: Jak możemy być pomocni i wiarygodni jako osoby postronne? — uczniowie poznają różne typy zachowań oraz to, jak wpływają one na ich związki. Uczniowie demonstrują, jak zachować się, będąc świadkiem niestosownych zachowań seksualnych. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin's Law.***

Lekcja 7: Sygnały ACCESS oraz bieżące badania — uczniowie analizują artykuły prasowe dotyczące zdrowia seksualnego, wykorzystując sygnały ACCESS.

Lekcja 8: Moje granice — uczniowie definiują granice i demonstrują zrozumienie potrzeby komunikowania tych granic partnerom w związkach.

Lekcje 9, 10 i 11: Zbieranie informacji i przygotowanie do rozmów na temat zdrowia seksualnego — uczniowie stosują sygnały ACCESS przy sprawdzaniu kwestii dotyczących zdrowia seksualnego. Uczniowie przygotowują argumenty dotyczące różnych kwestii związanych ze zdrowiem seksualnym.

Lekcje 12, 13 i 14: Rozmowy uczniów na temat zdrowia seksualnego — uczniowie rozmawiają na temat różnych aspektów zagadnienia związanego ze zdrowiem seksualnym celem poprawy zrozumienia własnych myśli i wartości dotyczących zdrowia seksualnego.

IV klasa szkoły średniej — uzasadnienie

Jednostka dotycząca zdrowia seksualnego dla IV klasy szkoły średniej skupia się na siedmiu (7) tematach związanych ze zdrowiem seksualnym odnotowanych w National Sexuality Education Standards. Uczniowie uczą się też podstawowych umiejętności potrzebnych do wspierania innych (National Health Education Standard 8) oraz otrzymują szansę zgromadzenia informacji dotyczących konkretnego, ważnego zagadnienia z zakresu zdrowia seksualnego. Uczniowie muszą przygotować prezentacje dla rówieśników, stosując w niej elementy składowe skrótu „I CARE”.

IV klasa szkoły średniej

Temat: Wspieranie pozytywnych zachowań z zakresu zdrowia seksualnego u siebie i u innych

Lekcja 1: Karta Praw Uczniów dotycząca zdrowia seksualnego oraz oczekiwania dot. jednostki — uczniowie formułują oczekiwania względem zajęć, zapoznają się z Kartą Praw Ucznia szkół publicznych w Chicago oraz definiują wsparcie.

Lekcja 2: Czym jest zdrowie seksualne? — uczniowie zapoznają się z informacjami dotyczącymi siedmiu tematów z zakresu zdrowia seksualnego wskazanych przez National Sexuality Education Standards oraz stosują elementy skrótu „I CARE” przy prezentowaniu wybranego tematu dotyczącego zdrowia seksualnego.

Lekcja 3: Zdrowe związki i udzielanie zgody — uczniowie poznają znaczenie udzielania jasnej zgody w związku opartym na szacunku. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 4: Czy to molestowanie? — uczniowie opisują charakterystykę różnych typów molestowania w związku oraz identyfikują zasoby, których można użyć w przypadku bycia ofiarą lub świadkiem molestowania. ***Ta lekcja jest zgodna z wymogami amerykańskiej ustawy Erin’s Law.***

Lekcja 5: Fantazja czy rzeczywistość? Jak materiały o charakterze seksualnym wpływają na postrzeganie przez nas związków — uczniowie omawiają materiały o charakterze seksualnym w mediach oraz to, w jaki sposób forma przedstawienia seksu i seksualności w mediach może wpływać na związki seksualne i uczuciowe.

Lekcja 6: Wspieranie badań na obecność chorób przenoszonych drogą płciową — uczniowie omawiają kwestię badań na obecność chorób przenoszonych drogą płciową, w tym ich prawo do bycia przebadanym, przyczyny chęci oraz niechęci do przebadania się, a także dostępne zasoby.



HEALTHY CPS

— OFFICE OF STUDENT HEALTH & WELLNESS —

Lekcja 7: Czym są moje prawa reprodukcyjne — uczniowie opisują prawa nastolatków związane ze zdrowiem seksualnym i reprodukcją oraz podejmowaniem decyzji.

Lekcje 8–10: Zbieranie informacji i przygotowanie do prezentacji uczniów na temat wspierania zdrowia seksualnego — uczniowie zbierają informacje i przygotowują prezentacje na konkretny, ważny temat związany ze zdrowiem seksualnym.

Lekcje 11–12: Prezentacje uczniów na temat wspierania zdrowia seksualnego — uczniowie przeprowadzają prezentację na wybrany temat dotyczący zdrowia seksualnego oraz oceniają prezentacje rówieśników.

Lekcja opcjonalna: HIV dziś — badania i leczenie — uczniowie uczą się, jak obniżyć ryzyko zarażenia HIV, oraz poznają opcje z zakresu badań i leczenia.