

Ministerstvo školstva Slovenskej republiky

Učebné osnovy

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

Schválilo Ministerstvo školstva Slovenskej republiky dňa 29. júna 1988 pod číslom  
2493/1998 – 41 s platnosťou od 1. septembra 1998

## Obsah

Učebné osnovy pre 1. stupeň základnej školy .....	1
Ciele .....	2
Obsah .....	2
Proces .....	5
Učebné osnovy pre 2. stupeň základnej školy .....	7
Ciele .....	8
Obsah .....	9
Proces .....	11
Učebné osnovy pre stredné školy .....	13
Ciele .....	14
Obsah .....	15
Proces .....	16

# UČEBNÉ OSNOVY

pre 1. stupeň základnej školy

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

## Ciele

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.

Na 1. stupni základnej školy 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,
- pestovať v žiakoch schopnosť výberu na základe správneho rozhodnutia, a to i v prípade, že budú vystavení negatívnemu tlaku (asertivita),
- formovať sociálne zručnosti žiakov v interakcii s inými: vytvárať a zvládnuť vzťahy, odhaľovať a riešiť problémy, jasne a výstižne formulovať myšlienky, vypočúť mienku iných v diskusii 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 na 1. stupni ZŠ sa prezentuje vo vyučovaní viacerých učebných predmetov, avšak kľúčové postavenie má spoločenskovedné učivo prvouky – tematický celok Domov a jeho okolie v 1. ročníku ZŠ, Rodina a spoločnosť v 2. ročníku Človek a jeho životné prostredie vo 4. ročníku ZŠ a literárna výchova.

Obsah výchovy k manželstvu a rodičovstvu na 1. stupni ZŠ 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**

Úloha rodiny v spoločnosti.  
Príbuzenské vzťahy.  
Rodičovská láska a jej význam v živote dieťaťa.  
Úcta k rodičom.

### **2. Zásady zdravého života**

Zásady zdravého života- hygiena tela, fyzické a sociálne aspekty zdravia.  
Zachovanie zdravia závisí do istej miery od schopnosti robiť správny výber a zodpovedne konať.  
Význam sociálnych zručností- presné a výstižné vyjadrovanie, schopnosť vypočítať mienku iných v diskusii, odhaľovať a riešiť problémy, asertívne správanie, sebaovládanie a iné.  
Zdravé sebavedomie a sebaúcta človeka.  
Nebezpečenstvo sexuálneho zneužívania detí, nácvik bezpečného správania v rizikových situáciách.

### **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**

Rovnocennosť muža a ženy a ich špecifickosť.  
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.  
Priateľstvo je viac ako kamarátstvo (správne a falošné priateľstvo).

### **5. Vznik a vývoj ľudského jedinca**

Telo všetkých živých organizmov (rastlín, živočíchov a húb) sa skladá z buniek.  
Mikroskopovanie buniek.  
Tvorba mužských pohlavných buniek – spermii v semeníkoch.  
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.

Vzťah 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.

Vývojové štádiá: dojča, batol'a dieťa predškolského veku, školák, mladistvý, dospelý.

Úcta a ohľaduplnosť k tehotnej žene.

## **7. Zmeny v organizme dieťaťa v období puberty**

Dôležité zmeny v organizme dieťaťa v období puberty- vonkajšie pohlavné znaky, tvorba spermií a vajíčok, prvá menštruácia.

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.

Lahká 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. Dosiahnutie cieľov výchovy k manželstvu a rodičovstvu prostredníctvom prezentácie obsahu vo vybraných vyučovacích predmetoch na 1. stupni ZŠ umožňuje prednostné uplatňovanie týchto metód a foriem práce: výklad, riadený rozhovor, beseda, práca s knihou, dramatizácia, problémová metóda, brainstorming a skupinová forma práce.

Dôležitým 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 držať sa 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, 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. Odporúčame učivo o prvej menštruácii prezentovať na vyučovacej hodine iba dievčatám.

## ODPORÚČANÁ LITERATÚRA

1. Baradeuová, Ch.: Co ještě nevím. Praha, Albatros 1989.
2. Lennart Nilsson: Ako sa nepoznáme. Martin, Osveta 1989.
3. Mayle,P.: Odkiaľ som prišiel. Bratislava, Amos 1991.
4. Parker, S.: Ľudské telo. Martin, Osveta1991.
5. Poliaková, E.: Keď dospievam. Bratislava, SPN 1983.
6. Raynerová,C.: Nenič svoje múdre telo. Banská Bystrica, Sonus 1996.
7. Rozinajová, H.: Etika heterosexuálnych vzťahov. Bratislava, SPN 1989.
8. Rozinajová, H.: Základy rodinnej výchovy. Bratislava, SPN 1992.
9. Ugrocká, M.: Sexuálna výchova v 3. a 4. ročníku ZŠ. Bratislava, ŠPÚ 1995.
10. Verdouxová, CH.: Encyklopédia pohlavného života (7.-9. roč.). Martin, Slovart 1992

# UČEBNÉ OSNOVY

pre 2. stupeň základnej školy

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

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 dospievajúceho 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.

Na druhom stupni ZŠ 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 poznatkom 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 metódy plánovaného rodičovstva a metódy antikoncepcie a ich vplyv na zdravotný stav,
- 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,
- 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

Na druhom stupni základnej školy je ťažisko vyučovania výchovy k manželstvu a rodičovstvu v predmetoch etická výchova a náboženská výchova. Učiteľ etickej výchovy dôsledne realizuje výchovu k manželstvu a rodičovstvu v súlade s učebnými osnovami etickej výchovy schválenými 3. apríla 1997 pod číslom 1640/97- 151.

Biologický aspekt výchovy k manželstvu a rodičovstvu sa realizuje v predmete prírodopis a spoločensko-občiansky aspekt v predmete občianska výchova. Pri vhodných témach sa aplikuje aj v iných učebných predmetoch (literárna výchova, telesná výchova). 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 na 2. stupni ZŠ tvoria tieto tematické celky:

- 1. Priateľstvo**
- 2. Kultivované dospievanie**
- 3. Anatómia a fyziológia rozmnožovacích ústrojov**
- 4. Zodpovedný prístup k sexualite**
- 5. Negatívny vplyv drogových 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.

### 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 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. 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.

Oddialenie sexuálnych aktivít do nadviazania trvalého partnerského vzťahu – zdravotné a psychologické riziká striedania sexuálnych partnerov. 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. Plánované rodičovstvo. Základné poučenie o prirodzených 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. Formy aplikácie drogy a možnosť nákazy HIV/AIDS. Drogy v období gravidity a počas dojčenia. Riziká pre plod a novorodenca.

#### 6. Zásady bezpečného správania

Prejavy týrania 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.

### Proces výchovy k manželstvu a rodičovstvu

Výchova k manželstvu a rodičovstvu musí predovšetkým vychádzať z potrieb dospelujúceho dievčaťa a chlapca v závislosti na ich veku a štádiách sexuálneho vývinu.

Úspech výchovy k manželstvu a rodičovstvu závisí predovšetkým od osobnosti učiteľa, od jeho odbornej, profesionálnej pripravenosti, ale aj od jeho osobnostných predpokladov a postojov k danej výchovnej problematike. 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 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 apod.), besedy ( s lekárom, psychológom, iným odborníkom), problémové metódy

pre uvedenie 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 („slniečnica“, „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.

Riaditeľ školy prostredníctvom triedneho učiteľa (učiteľa etickej výchovy, prírodopisu) 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.: Být sám sebou. Návrat domů. Praha 1994
3. Dobson, J.: Rodičovství chce odvahu. Návrat domů. Praha 1995
4. Dobson, J.: Láska a kázeň ve výchově dětí. Návrat domů. Praha 1997
5. Gordon, Th.: P.E.T. Úspěšná rodičovská výchova. MIND CONTROL EDITION 1995
6. Lencz, L., Ivanová, E.: Metodický materiál III k predmetu etický výchova. Metodické centrum Bratislava 1995
7. Ľudské telo. Encyklopédia. FORTUNA PRINT Bratislavy 1996
8. Ondrejko, P.: Socializácia mládeže ako východisková kategória sociológie výchovy a socializácie mládeže. VEDA, vydavateľstvo SAV Bratislava 1997
9. Poliaková, E. a kol.: Profesionálna príprava pre výchovné a vzdelávacie pôsobenie na deti v otázkach rodičovstva a etiky intímnych vzťahov. SlovDidac Nitra 1996
10. Poliaková, E.: Najťažšie otázky. Predškolská výchova 1991/92
11. Poliaková, E., Poradovský, K.: Keď dospievam. SPN Bratislava 1983
12. Prevendárová, J., Kubíčková, G.: Základy rodinnej a sexuálnej výchovy. APN Bratislava 1995
13. Rozinajová, H.: Etika heterosexuálnych vzťahov (pre mládež). SPN Bratislava 1989
14. Zelina, M.: Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa. IRIS 1996
15. Verdouxová, Ch.: Encyklopédia pohlavného života (7.- 9.roč.). Martin Slovart 1992
16. Kapella, A.: Prirodzená cesta. ZRNO 1991
17. Rozinajová, H.: Sex, manželstvo, rodičovstvo. Osveta 1980

UČEBNÉ OSNOVY

pre stredné školy

VÝCHOVA K MANŽELSTVU A RODIČOVSTVU

## Ciele

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,
- 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 vplýva rozvod rodičov na duševný stav a ďalší vývin dieťaťa,
- objasniť sociálne a zdravotné aspekty plánovaného rodičovstva,
- pripraviť žiakov na rolu rodiča, pritom zdôrazniť ako podmienku osobnostnú zrelosť,
- poukázať na krásu rodičovstva,
- zdôrazniť zodpovednosť rodičov za výchovu 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 metódami regulácie počatia,
- zdôrazniť žiakom nepriaznivé zdravotné a psychické dôsledky interrupcie,
- viesť žiakov 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,
- viesť žiakov k pohlavnej zdržanlivosti, učiť ich sebaovládaniu, sebavýchove, v tej súvislosti ich poučiť o petingu 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. Význam pre výchovu k manželstvu a rodičovstvu majú aj ďalšie predmety, najmä náuka o spoločnosti, občianska náuka a biológia a 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 na gymnáziách, stredných odborných školách a stredných odborných učilištiach tvoria tieto tematické celky:

- 1. Manželstvo a rodina**
- 2. Rodičovstvo**
- 3. Intímne vzťahy**

### **1. Manželstvo a rodina**

Vlastnosti potrebné pre manželstvo (zdravotné a psychické predpoklady).

Voľba manželského partnera.

Význam harmonického manželstva pre zdravý vývoj dieťaťa.

Názory na manželstvo.

Rozpad partnerstva – príčiny a dôsledky najmä na deti.

Vplyv nevery na rozpad manželstva.

Rodina. Vzťahy, pravidlá a autorita 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.

Zodpovednosť rodičov za výchovu dieťaťa.

Starostlivosť detí o rodičov v starobe.

Antikoncepcia, 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.

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

Predmanželská sexualita.

Pohlavná zdržanlivosť. Poučenie o petingu a masturbácii.

Pohlavné úchylky.

Pohlavná promiskuita, jej nepriaznivé dôsledky.

Pohlavne prenosné ochorenia, AIDS. Prevencia a ochrana.  
Nebezpečenstvo drogovej závislosti.  
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.

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 a manželským párom vychovávajúcim viac detí. Pre dievčatá 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.

## ODPORUČNÁ LITERATÚRA

1. Brtníková, M. a kol.: Sex? AIDS! Praha, Horizont 1989.
2. Brtníková, M.: Množiny lásky. Praha, Avicenum 1984.
3. Nilsson, L. a kol.: Čakáme dieťaťko. Martin, Osveta 1986.
4. Prevendárová, J., Kubičková, G.: Základy rodinnej a sexuálnej výchovy. Bratislava, SPN 1995.
5. Prevendárová, J.: Výchova k manželstvu a rodičovstvu. Bratislava, UK 1994.
6. Rozinajová, H.: Pedagogika rodinného života. Bratislava, SPN 1998.
7. Rozinajová, H.: Etika heterosexuálnych vzťahov. Bratislava, SPN 1989.
8. Šulová, L.: Jak učiť výchovu k manželství a rodičovství? Praha, GRADA 1995
9. Lencz, L., Ivanová, E.: Metodický materiál III k predmetu etická výchova, Metodické centrum Bratislava 1995.
10. Kapella, A.: Prirodzená cesta. Zrno 1991

