

Data publikacji: 31 maja 2020 r.

Tydzień obowiązywania: 1–5 czerwca 2020 r.

Lekcja 10

Temat: Moje ciało. Zajęcia dla chłopców.

Cel: Dowiemy się, jakie zmiany zachodzą u chłopców w czasie dojrzewania.

Opis lekcji: praca z tekstem przygotowanym przez nauczyciela.

Pamiętaj, że nic z tej lekcji nie jest do zanotowania, bo przecież nie ma zeszytu przedmiotowego. Nie ma też podręcznika, stąd materiał pisany przeze mnie. Nie musisz czytać wszystkiego od razu. A może jednak wyda Ci się ciekawy? Zadania domowe to po prostu zadania dotyczące codziennego życia, nie musisz pokazywać mi, że zostały wykonane.

Dojrzewanie to czas w życiu człowieka, w którym ciało dziecka zmienia się w ciało osoby dorosłej. Zmiany te są zupełnie naturalne, mimo to niektóre z nich mogą być dla chłopców prawdziwym źródłem niepokoju.

Kiedy ciało chłopaka zaczyna produkować więcej męskiego hormonu zwanego testosteronem, pojawiają się u niego polucje – mokre sny. Ta zmiana ma dla chłopców duże znaczenie. To znak, że chłopiec dorasta i jego ciało przygotowuje się do tego, żeby w przyszłości mógł zostać ojcem. Nasienie zawiera plemniki. Mogą one zapłodnić komórkę jajową kobiety i rozpocząć proces ciąży, który zakończy się narodzinami dziecka. Chociaż niektórzy chłopcy mogą czuć zakłopotanie, gdy mają polucje, to jednak nie mają żadnego na to wpływu. Może pocieszające będzie, że prawie wszyscy chłopcy w okresie dojrzewania mają polucje.

Czas dojrzewania jest czasem odkrywania siebie, może być trudny, ponieważ nastolatek nie jest przygotowany do odpowiednich zachowań, zwłaszcza, że otoczenie przepętnione jest seksualną presją. Być może znalazłeś się w przedstawionych niżej sytuacjach:

- Presja, by śmiać się z żartów seksualnych, mimo że się tego wstydzisz.
- Przekazywanie w telewizji, nawet w przypadkowych programach (reklamy, filmy, teledyski) informacji o podtekście seksualnym, a Ty nie masz ochoty tego oglądać.
- Wulgarnie zachowania wobec dziewczyn – zaczepki, gesty, poklepywania. Przyłączyć się do tego, co robią inni, czy też nie?
- Łatwa dostępność nieodpowiednich stron o treściach pornograficznych w cyberprzestrzeni.

I tu pojawiają się ważne pytania:

- Jak ustanowić granice?
- Jak rozwijać zdrowy szacunek dla własnego ciała, własnej seksualności i płciowości innych?
- Jak mówić „NIE”, gdy doświadczamy presji?

To bardzo ważne kwestie, nad którymi warto głęboko się zastanowić. Odpowiedzi na postawione tu pytania mogą mieć wpływ na całe Twoje życie!