

**Temat: Człowiek istota płciowa – grupa dziewczyn.**

*Ciało człowieka i jego płęć to dar,  
który należy chronić i szanować,  
aby mógł w przyszłości stać się źródłem radości i szczęścia*

Nieraz możemy usłyszeć twierdzenia o wyjątkowości człowieka. Człowiek:

- Jest istotą rozumną, bo potrafi myśleć, dokonywać nowych odkryć i konstruować różne urządzenia.
- Potrafi też oceniać, co dobre, a co złe i podejmować decyzje.
- Zdolny jest też do przeżywania różnych emocji i wyrażania uczuć. To nasza wewnętrzna sfera i sami decydujemy czy ją komuś ujawnić. Natomiast to co zewnętrzne (np. wygląd, sylwetka, włosy, twarz) każdy może zobaczyć.

**A teraz wybierz odpowiedzi, które pasują do Ciebie i pomyśl, czy akceptujesz siebie i swoje ciało.**

1. **Jestem dziewczyną/ chłopcem** i chodzę do V klasy.
2. **Lubię/ Nie lubię** przeglądać się w lustrze.
3. **Mam brzydkie/ ładne** włosy, które **nadają się/ nie nadają się** do zrobienia ciekawych fryzur.
4. **Podoba mi się/ Nie podoba mi się** to, jak wyglądam i jak traktują mnie koleżanki i koledzy.
5. **Rozumiem, że wygląd decyduje/ nie decyduje** o wartości człowieka.
6. **Wiem/ Nie wiem**, że moje ciało niedługo się zmieni.
7. **Nie wierzę/ Wierzę** w to, że wyrosnę na wartościowego człowieka.



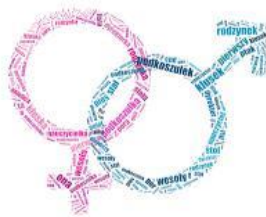
## Wartość naszego ciała

Ciało człowieka jest „mieszkanem” dla jego psychiki i duszy. Dzięki ciału człowiek kontaktuje się ze światem zewnętrznym: rozmawia, uśmiecha się, przytula, itp. W naszych ciałach zachodzą procesy biologiczne, umożliwiające życie, np. oddychanie czy trawienie, a także takie, które pozwolą w przyszłości zostać rodzicami.



## Tożsamość płciowa

Nie mamy wpływu na wybór płci. Jest ona darem. Co z nim zrobię – zależy ode mnie. Akceptacja siebie i swojego ciała pozwala utożsamić się z własną płcią, czyli cieszyć się, że jestem dziewczynką/ kobietą.



## Funkcje płci

- budowanie więzi,
- wyrażanie miłości,
- przekazywanie życia.

Fakt, że jesteśmy osobami różnej płci, czyni nas zdolnymi do miłości i rodzicielstwa.

## **Prawo do godności**

Każdy człowiek ma prawo do godności, czyli do tego, by inni traktowali go z szacunkiem. Oznacza to, że szanuję intymność (osobistą sferę życia) swoją i drugiego człowieka.



## **Rola wstydu**

Wstyd jest wpisany w naturę człowieka i chroni jego intymność, dlatego zakrywamy intymne części ciała.

**PAMIĘTAJMY!!!**, że okres dojrzewania to czas, w którym nasze ciała przechodzą gwałtowne zmiany. Bywa, że nie akceptujemy tych zmian. Mimo wszystko należy pamiętać, że ciało jest czymś cennym. Służy nie tylko do oddychania czy trawienia, ale również do wyrażania miłości. I choćby dlatego warto się z nim zaprzyjaźnić.