

WDŻ kl. 8

Cel: uświadomienie istoty planowania rodziny i odpowiedzialnego rodzicielstwa

NaCoBeZu:

- uczeń potrafi wskazać różne aspekty planowania rodziny
- wie czym przejawia się odpowiedzialne rodzicielstwo
- zna metody rozpoznawania płodności

Temat: **Metody rozpoznawania płodności.**

Proszę zapoznać się z prezentacją , którą zamieściłam przy temacie.

Planowanie rodziny obejmuje całokształt zagadnień biologicznych, psychologicznych, wychowawczych, ekonomicznych i medycznych związanych z rodziną.

Wychowanie dzieci to ogromny wysiłek, ale też radość, satysfakcja i poczucie sensu. Dzieci to najcenniejszy „dorobek”, który zostaje po rodzicach. One są kolejnym ogniwem w łańcuchu pokoleń.

Odpowiedzialne rodzicielstwo to postawa świadomego przekazywania życia nowemu człowiekowi, akceptowanie go i odpowiedzialność za jego los.

Trzeba być świadomym wspólnej płodności, posiadać wiedzę na temat rozwoju dziecka oraz mieć możliwości mieszkaniowe i finansowe na utrzymanie rodziny.

Metody naturalnego planowania rodziny opierają się na rozpoznawaniu biologicznego rytmu płodności i niepłodności wpisanego w kobiecy cykl. Zdrowy mężczyzna jest zawsze płodny, natomiast u kobiety komórka jajowa żyje tylko 12-24 godzin w ciągu całego cyklu.

Monitorowanie cyklu miesięczkowego jest możliwe dzięki codziennym obserwacjom. Codziennie rano kobieta mierzy temperaturę swojego organizmu i ocenia jakość śluzu wydzielanego z szyjki macicy. Rozpoznanie dni płodnych i niepłodnych w cyklu jest możliwe pod warunkiem, że wiemy jak funkcjonuje nasz organizm i potrafimy go obserwować. Jeśli nie planujemy poczęcia dziecka, powstrzymujemy się od współżycia w dniach płodnych (tj. około 9 dni w cyklu kobiety). Jeśli w tych dniach zdecydujemy się na współżycie możemy stać się rodzicami.

Istnieje kilka metod rozpoznawania płodności, które mają ściśle opracowane reguły postępowania. Najbardziej znane to:

- metoda termiczna- oparta na pomiarach temperatury
- metoda owulacji Billingsa- oparta na obserwacji śluzu
- metoda objawowo- termiczna- łącząca obserwację temperatury, śluzu oraz innych objawów pomocniczych

Pozdrawiam. Iza Wróblewska