

## 16. Troszczę się o życie i zdrowie

### Cele katechetyczne – wymagania ogólne:

- zapoznanie z treścią i znaczeniem V przykazania *Dekalogu*;
- uwrażliwienie na potrzebę wypełniania przykazań;
- kształtowanie postawy ucznia Jezusa żyjącego zgodnie z przykazaniami;
- doskonalenie umiejętności oceny swojego postępowania w świetle przykazań.

### Treści nauczania – wymagania szczegółowe. Uczeń:

- kieruje się w życiu przykazaniami;
- recytuje V przykazanie, wyjaśnia i interpretuje jego znaczenie;
- wyjaśnia, co to znaczy, że życie powinniśmy traktować jak dar Boży;
- wyjaśnia, jak troszczyć się o zdrowie i życie swoje i innych osób;
- dziękuje w modlitwie za dar życia i zdrowia;
- umie uzasadnić, dlaczego życie jest podstawową wartością, darem Bożym, nie wolno go nikomu odbierać;
- wymienia różne sposoby dbania o życie, zdrowie, przyrodę, umie wskazać miejsca, osoby, postawy, sytuacje sprzyjające zachowywaniu V przykazania;
- wskazuje, jak w codziennym życiu wypełniać V przykazanie;
- czuje się zachęcony do troski o życie swoje i innych poprzez dążenie do zgody i dbałość o higienę osobistą, bezpieczeństwo.

### Pojęcia, postaci:

cywilizacja życia.

### Wartości:

życie, wolność.

### Propozycja realizacji:

**Modlitwa:** *Duchu Święty, który oświecasz serca..., Anioł Pański.*

1. Katechezę można rozpocząć od przypięcia na tablicy kartki z napisem: ŻYCIE – DAR PANA BOGA lub od napisania tego hasła na tablicy. Następnie nauczyciel rozkłada na biurku ilustracje przedstawiające różne sceny z życia (choroba, zabawa, przemoc, sport itp.) i prosi, by uczniowie wybrali te, które przedstawiają troskę o życie, i przypięli do tablicy. Uświadomienie dzieciom, że życie jest najdoskonalszym darem, który otrzymaliśmy od Pana Boga.
2. Można w miarę rozeznania posłużyć się wybranym opowiadaniem, bajką o zgodzie, szukaniu przyjaźni, rozwoju swoich talentów, mądrym wykorzystywaniu czasu, konfliktach między rówieśnikami, problemach w życiu dzieci. Na tej podstawie pomóc dzieciom wyciągnąć wnioski: Do czego zobowiązuje V przykazanie, przed czym chroni, czego zabrania dla naszego dobra?
3. Opowiadanie o szacunku do życia, dbaniu o zdrowie, wartości ludzkiego życia, gniewaniu się albo życzliwości lub pomocy w jakiejś katastrofie, powodzi czy innym nieszczęściu.
4. Następnie omawiamy V przykazanie – Mt 5, 21–26, s. 49. Można pogłębić temat poprzez wytłumaczenie, że niszczenie zdrowia i życia jest grzechem, a więc sprzeciwia się woli Pana Boga, krzywdzi człowieka.
5. Korzystając z tej prawdy powinno się uświadomić dzieciom (dialog), jak i dlaczego mamy troszczyć się o zdrowie i życie swoje i innych; można skorzystać z tekstu i ilustracji w podręczniku – wypisujemy wraz z dziećmi na tablicy zachowania, które służą zdrowiu ciała i duszy, można wypisać lub tylko omówić to, co niszczy życie i zdrowie (aby tego nie propagować). Wytłumaczenie, dlaczego niektóre ludzkie zachowania są grzechem (bo szkodzą człowiekowi). Ćwiczenie. 1, s. 48 i 2 ze s. 49.
6. Można zapisać notatkę: Życie i zdrowie są darem Pana Boga. W V przykazaniu Bóg wzywa nas, abyśmy troszczyli się o zdrowie swoje i innych oraz dbali o zwierzęta i przyrodę. Wyjaśnienie tekstu „Zapamiętaj”.
7. Wspólna modlitwa dziękczynna za dar życia i wszystko, co z nim jest związane. Warto nawiązać do modlitwy *Anioł Pański* i pokazać, jak przyjęcie życia pozwala rozwijać różne dary Boże.
8. Śpiew, np. *Dziękuję, o Panie...*
9. Praca domowa:
  - Ułóż modlitwę dziękczynną za dar życia wraz z prośbą o zdrowie dla swojej rodziny, dla kogoś chorego.

- Wyjdź na spacer, pogimnastykuj się, pomyśl z wdzięcznością o życiu i zdrowiu, które dał Ci Bóg i chce, abyś o nie dbał.
- Uzupełnij tekst notatki: Życie i zdrowie są darem Pana Boga. W V przykazaniu Bóg wzywa nas, abyśmy troszczyli się o zdrowie swoje i innych oraz dbali o zwierzęta i przyrodę.

10. Dla bardziej zaawansowanej grupy uczniów można wprowadzić rozważanie 1 Kor 3, 16–17; Mt 25, 40. Do czego zachęcają słowa Pisma Świętego?

10. Warto przeczytać wiersz E. Mamcarz *Jestem*, w: *Wierszobajki*, Warszawa 2011.