PIERWSZA ŁAWKA · GODZINA WYCHOWAWCZA
I AKCJA · KLASY VII–VIII

Życzliwość, która nie udaje

Dzień Życzliwości i Pozdrowień w klasach VII–VIII: scenariusz godziny wychowawczej (45 minut) z bajką Ignacego Krasickiego „Przyjaciele", analizą komentarzy w sieci i ćwiczeniem życzliwej odmowy, projekt klasy dla całej szkoły z eksperymentem „Dzień dobry – i co dalej?" oraz karty do druku.



Co jest w materiale

1	**Scenariusz zajęć „Życzliwość, która nie udaje"** 45 minut: geneza święta (1973), bajka „Przyjaciele", życzliwość w komentarzach, odmowa życzliwa i stanowcza, planowanie projektu.	45 min
2	**Projekt „Dzień dobry – i co dalej?"** Klasa organizuje akcję dla szkoły i prowadzi eksperyment z pozdrowieniami: plan dnia, role, zasady badania, omówienie wyników, pomiar po dwóch tygodniach.	1 dzień + 2 tygodnie
3	**Karty pracy** „Przyjaciele", „Komentarze pod filmem", „Życzliwie i stanowczo" – z kluczem.	3 karty
4	**Materiały do druku** Karta projektu, karta obserwacji do eksperymentu, zestawienie wyników klasy, kodeks czatu klasowego, plakat „Dzień dobry po…".	5 stron

Dzień Życzliwości i Pozdrowień – co warto wiedzieć



21 listopada to Światowy Dzień Pozdrowień (ang. *World Hello Day*). Wymyślili go w 1973 r. dwaj amerykańscy bracia, Brian i Michael McCormackowie, w odpowiedzi na wojnę, która jesienią tego roku wybuchła na Bliskim Wschodzie (wojna Jom Kippur). Rozesłali 1360 listów w siedmiu językach do przywódców państw z prośbą o poparcie nowego święta. Wziąć w nim udział może każdy: wystarczy tego dnia pozdrowić co najmniej dziesięć osób – na znak, że spory lepiej rozwiązywać rozmową niż siłą.

W Polsce pierwszy zaczął go obchodzić Wrocław (od 2006 r.). Dziś obchodzi go wiele szkół, najczęściej pod nazwą **Dzień Życzliwości i Pozdrowień**. To święto nieoficjalne: nie ustanowiła go żadna ustawa ani uchwała i nie jest dniem wolnym od zajęć.

W 2026 r. 21 listopada wypada w sobotę. Akcję najlepiej przeprowadzić w piątek 20 listopada albo w poniedziałek 23 listopada. 20 listopada to także Ogólnopolski Dzień Praw Dziecka – oba dni łączy szacunek dla drugiej osoby, także dla jej prawa do odmowy i do własnego zdania.

Nie myl: 13 listopada to Światowy Dzień Życzliwości (*World Kindness Day*, obchodzony od 1998 r.), a 17 lutego – amerykański Dzień Spontanicznej Życzliwości (*Random Acts of Kindness Day*). W Polsce 21 listopada też bywa nazywany „Światowym Dniem Życzliwości" – chodzi wtedy o Dzień Pozdrowień.

Wskazówki dla nauczyciela

Przygotowanie

- Wydrukuj trzy karty pracy (po jednej dla każdego ucznia), kartę projektu (jedna na grupę), kartę obserwacji (dwa egzemplarze dla każdego ucznia – na pomiar w dniu akcji i po dwóch tygodniach), zestawienie wyników (jedno na klasę) oraz małe karteczki do podsumowania zajęć (po jednej dla każdego ucznia) i kopertę.
- Uzgodnij z dyrekcją akcję w szkole: powitania przy wejściu, podziękowania dla pracowników, eksperyment na korytarzach. Poproś o miejsce na plakat z wynikami.
- Zajęcia przeprowadź około tygodnia przed akcją – grupy potrzebują kilku dni na przygotowanie swoich zadań. Zaplanuj na to czas w szkole (np. przerwy w klasie albo kilkanaście minut innych zajęć z wychowawcą) – nic nie robimy poza szkołą.
- Jeśli możesz, poproś dwie osoby z klasy o współprowadzenie części zajęć (np. czytanie bajki, pilnowanie czasu w grupach) – starsi uczniowie chętniej rozmawiają, gdy zajęcia nie są wykładem dorosłego.

Zasady, które chronią uczniów

- **Bez nagród, punktów i rankingów.** Nie wybieramy „najżyczliwszego ucznia", nie liczymy kartek, nie rozdajemy dyplomów. W badaniu z niespełna dwuletnimi dziećmi te, które za pomoc dostawały zabawkę, pomagały później rzadziej niż te, które pochwalono albo którym nic nie dano (Warneken i Tomasello 2008). Zamiast nagrody – konkretne słowo nauczyciela, np. „Widzę, że pomogłeś grupie skończyć plakat".
- **Kartki dla pracowników szkoły czyta wychowawca przed wręczeniem.** Karteczki z podsumowania zajęć są anonimowe i nie czytamy ich na głos.
- **Doceniamy to, co ktoś robi, a nie jak wygląda.** „Dzięki, że wytłumaczyłaś mi zadanie" zamiast „Masz ładne włosy".

- **Prawo do „pas”.** W każdej rozmowie można nic nie mówić. Nikt nie musi występować ani czytać na głos. W eksperymencie nie trzeba pozdrawiać nieznajomych – można w tym czasie liczyć i zapisywać wyniki.
- **Języki uczniów.** Jeśli ktoś w klasie mówi w innym języku, zapytaj go wcześniej w cztery oczy, czy chce nauczyć klasę swojego powitania. Nie wywołuj nikogo przy wszystkich.
- **Gdy uczeń powie o krzywdzie** (przezwiska, wykluczanie, przemoc), wysłuchaj go po zajęciach i postępuj według szkolnych standardów ochrony małoletnich, we współpracy z pedagogiem lub psychologiem szkolnym.

Zdjęcia i gazetka

- Na gazetce i tablicy w szkole umieszczamy kartki bez nazwisk (same imiona albo bez podpisu).
- Fotografujemy ręce, kartki i plakaty albo ujęcia ogólne. Zdjęcia, na których widać twarze, szkoła publikuje tylko wtedy, gdy ma zgodę rodziców (art. 81 prawa autorskiego; poradnik Fundacji Orange i UODO „Wizerunek dziecka w internecie”, 2024).
- Uczniowie nie robią zdjęć telefonami – od 1 września 2026 r. uczniowie szkół podstawowych nie korzystają z telefonów podczas zajęć i pobytu w szkole (wyjątki określa art. 98a ustawy – Prawo oświatowe, np. zgoda nauczyciela, gdy telefon służy zajęciom). Zdjęcia robi nauczyciel sprzętem szkoły.

Ocenianie

- Zajęć nie oceniamy stopniami. Karty pracy omawiamy wspólnie – w zadaniach otwartych liczy się uzasadnienie, a nie „jedyna dobra odpowiedź”.
- Projekt podsumowujemy rozmową: co się udało, co zrobilibyśmy inaczej, czego dowiedzieliśmy się z wyników. Doceniaj konkretne działania grup, nie „najlepszą grupę”.

PIERWSZA ŁAWKA

SCENARIUSZ ZAJĘĆ · 45 MINUT · KLASY VII–VIII

Po czym poznać prawdziwą życzliwość?

Pytanie, wokół którego toczą się zajęcia: **Po czym poznać, że czyjaś życzliwość jest prawdziwa?** Na koniec zajęć klasa planuje projekt na Dzień Życzliwości i Pozdrowień, dlatego warto je przeprowadzić około tygodnia przed akcją.



Zajęcia	zajęcia z wychowawcą (można je też przeprowadzić na edukacji zdrowotnej – dział „Zdrowie społeczne”)
Klasy	VII–VIII (podstawa z 2017 r. w brzmieniu z 2024 r.; edukacja zdrowotna – Dz.U. 2026 poz. 378 w brzmieniu poz. 958)
Temat	**Po czym poznać prawdziwą życzliwość?**
Czas	45 minut
Metody	krótka opowieść nauczyciela, praca z tekstem literackim, omawianie przykładowych komentarzy, dyskusja, planowanie projektu w grupach
Formy pracy	cała klasa, praca w parach, praca w grupach 4–5-osobowych
Środki	karty pracy „Przyjaciele”, „Komentarze pod filmem”, „Życzliwie i stanowczo”, karta projektu, karta obserwacji, karteczki i koperta, tablica

Cel ogólny

Uczeń odróżnia życzliwość prawdziwą od życzliwości na pokaz i potrafi zareagować życzliwie, a zarazem stanowczo.

Cele operacyjne – uczeń po zajęciach:

- podaje, kiedy i dlaczego powstał Światowy Dzień Pozdrowień (A),
- wyjaśnia, na czym polega ironia w zakończeniu bajki „Przyjaciele” i czym różni się życzliwość deklarowana od rzeczywistej (B),
- klasyfikuje komentarze jako rzeczową uwagę, wsparcie, złośliwość albo życzliwość na pokaz i przeredagowuje złośliwy komentarz na rzeczowy (C),
- formułuje odmowę życzliwą i stanowczą oraz planuje z grupą działanie na rzecz społeczności szkolnej (D).

Cele w języku ucznia

- Dowiesz się, jak pozdrowienie stało się odpowiedzią na wojnę.
- Sprawdzisz, czego bajka Krasickiego uczy o przyjaciołach „tylko w słowach".
- Nauczysz się odróżniać krytykę od złośliwości – i zamieniać złośliwy komentarz w rzeczową uwagę.
- Poćwiczysz odmowę, która nikogo nie rani, i zaplanujesz z klasą akcję dla szkoły.

Powiązania z podstawą programową i programem wychowawczo-profilaktycznym

- Polski VII–VIII I.1.6, II.3.1, III.1.8 (S24) – „zna pojęcie ironii, rozpoznaje ją w tekstach"; „rozumie, na czym polega grzeczność językowa i stosuje ją w wypowiedziach"; „rozpoznaje manipulację językową i przeciwstawia jej zasady etyki wypowiedzi"
- Edukacja zdrowotna VII–VIII, dział 6 pkt 2–4 (EZ) – nawiązuje i utrzymuje relacje, „szanując potrzeby innych osób"; „rozpoznaje manipulację w najbliższym otoczeniu oraz asertywnie na nią reaguje"; „omawia sposoby rozwiązywania problemów i konfliktów"
- WOS VIII I.4 (S24, kl. VIII) – „podaje przykłady trudnych społecznie sytuacji, w których należy zachować się asertywnie; uzasadnia, że można zachować dystans wobec nieaprobowanych przez siebie zachowań innych ludzi lub przeciwstawić się im"
- Cele kształcenia ogólnego (S24) – wprowadzanie uczniów w świat wartości, „w tym ofiarności, współpracy, solidarności, altruizmu"; „szacunku dla godności innych osób"
- Kierunki polityki oświatowej 2026/2027 – nr 2 – „kształtowanie postaw patriotycznych, obywatelskich i prospołecznych"; nr 4 – „bezpiecznego poruszania się w sieci"; nr 6 – „przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej" i wspieranie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży; nr 8 – „pracy projektowej"
- Reforma26 (N26, Dz.U. 2026 poz. 378, zał. 2, cz. IV) – w klasach VII–VIII ta podstawa (poza edukacją zdrowotną) jeszcze nie obowiązuje, ale zajęcia są zgodne z zagadnieniami, które wskazuje dla zajęć z wychowawcą: „tworzenie dobrych relacji w różnych społecznościach" (pkt 1), „rozwiązywanie konfliktów i zapobieganie sytuacjom konfliktowym" (pkt 3), „kształtowanie kompetencji społecznych i rozwijanie uważności na potrzeby różnych osób i grup" (pkt 6)

Zajęcia z wychowawcą nie mają własnej podstawy programowej. Kody: N26 – podstawa z 2026 r. (Dz.U. 2026 poz. 378), w roku szkolnym 2026/2027 w klasach I i IV; S24 – podstawa z 2017 r. (Dz.U. 2017 poz. 356 z późn. zm., w tym Dz.U. 2024 poz. 996), stosowana w roku szkolnym 2026/2027 w klasach II–III i V–VIII (§ 4 ust. 2 rozporządzenia – Dz.U. 2026 poz. 378). Edukację zdrowotną w roku szkolnym 2026/2027 we wszystkich klasach IV–VIII realizuje się według N26 w brzmieniu Dz.U. 2026 poz. 958 (EZ). Wpisz też cel z programu wychowawczo-profilaktycznego swojej szkoły (art. 26 Prawa oświatowego).

Kryteria sukcesu

- Potrafię powiedzieć, kiedy i dlaczego powstał Światowy Dzień Pozdrowień.
- Umiem wyjaśnić ironię w ostatnim wersie bajki „Przyjaciele".
- Odróżniam rzeczową uwagę od złośliwości i potrafię przeredagować złośliwy komentarz.
- Potrafię odmówić tak, żeby nie ulec i nikogo nie zranić.
- Wiem, co moja grupa przygotuje na akcję i za co odpowiadam.

Opowieść na start (około 1 minuty)

„Jesień 1973 r. Na Bliskim Wschodzie wybucha wojna. Dwaj amerykańscy bracia, Brian i Michael McCormackowie, chcą coś zrobić w odpowiedzi. Wysyłają 1360 listów w siedmiu językach do przywódców państw i proszą o poparcie nowego święta: 21 listopada każdy może pozdrowić co najmniej dziesięć osób – na znak, że rozmowa jest lepsza niż siła. Tak powstał Światowy Dzień Pozdrowień. W Polsce od 2006 r. obchodzi się go jako Dzień Życzliwości i Pozdrowień".

Pytanie do klasy: **Co ma pozdrowienie wspólnego z wojną i pokojem?** *(Przykładowe odpowiedzi: kto się wita, ten zauważa drugiego człowieka; rozmowa zaczyna się od powitania; trudniej skrzywdzić kogoś, z kim się rozmawia.)*

Tekst do przeczytania

Ignacy Krasicki, *Przyjaciele* (z tomu *Bajki nowe*) – tekst w domenie publicznej, za wolnelektury.pl/katalog/lektura/przyjaciele-bajki-nowe.

Zajączek jeden młody
Korzystając z swobody
Pasł się trawką, ziółkami w polu i ogrodzie,
Z każdym w zgodzie.
A że był bardzo grzeczny, rozkoszny i miły,
Bardzo go inne zwierzęta lubiły.
I on też, używając wszystkiego z weselem,
Wszystkich był przyjacielem.
Raz, gdy wyszedł w świtanie i bujał po łące,
Słyszy przerażające
Głosy trąb, psów szczekania, trzask wielki po lesie.
Stanął… Słucha… Dziwuje się…
A gdy się coraz zbliżał ów hałas, wrzask srogi,
Zając w nogi.
Wspojźrzy się poza siebie: aż tuż psy i strzelce!
Strwożon wielce,
Przecież wypadł na drogę, od psów się oddalił.
Spotkał konia, prosi go, iżby się użalił:
«Weź mnie na grzbiet i unieś!» Koń na to: «Nie mogę,
Ale od innych będziesz miał pewną załogę».
Jakoż wół się nadarzył. «Ratuj, przyjacielu!»
Wół na to: «Takich jak ja zapewne niewielu
Znajdziesz, ale poczekaj i ukryj się w trawie,
Jałowica mnie czeka, niedługo zabawię.
A tymczasem masz kozła, co ci dopomoże».
Kozieł: «Żal mi cię, niebożę!
Ale ci grzbietu nie dam, twardy, nie dogodzi:
Oto wełniasta owca niedaleko chodzi,
Będzie ci miętko siedzieć». Owca rzecze:
«Ja nie przeczę,
Ale choć cię uniosę pomiędzy manowce,
Psy dogonią i zjedzą zająca i owcę:
Udaj się do cielęcia, które się tu pasie».
«Jak ja ciebie mam wziąć na się,
Kiedy starsi nie wzięli?» — cielę na to rzekło
I uciekło.
Gdy więc wszystkie sposoby ratunku upadły,
Wśród serdecznych przyjaciół psy zająca zjadły.

Słowniczek: *rozkoszny* – uroczy, miły; *z weselem* – z radością; *strzelce* – myśliwi; *wspojźrzy się* – obejrzy się; *użalił się* – zlitował się; *załoga* – tu: pomoc, obrona; *jałowica* – młoda krowa; *niebożę* – biedaku; *manowce* – bezdroża; *strwożon* – przestraszony; *przecież* – tu: jednak; *jakoż* – i rzeczywiście; *niedługo zabawię* – nie zostanę tam długo; *na się* – na siebie.

PIERWSZA ŁAWKA

4–14 min	„Przyjaciele” – deklaracje a pomoc	• Przed czytaniem objaśnia cztery słowa (zabawię, strwożon, jakoż, załoga) – resztę uczniowie mają w słowniczku pod tekstem. Prosi ochotnika (albo współprowadzącego ucznia) o przeczytanie bajki. • Prosi o wykonanie w parach zadań 1.1 i 1.2 z karty „Przyjaciele”. Omawia ironię ostatniego wersu. • Pyta: „Kto bywa dziś takim »serdecznym przyjacielem«?” (zadanie 1.3 – ustnie). Pokazuje w minutę pięć bezpiecznych ruchów świadka.	• Słuchają bajki. W parach wypisują wymówki zwierząt i wybierają, co znaczy ostatni wers. • Podają przykłady życzliwości „tylko w słowach”. Wskazują, który ruch świadka jest dla nich najłatwiejszy.
14–24 min	Komentarze pod filmem	• Rozdaje kartę „Komentarze pod filmem”. Odczytuje objaśnienia czterech rodzajów komentarzy wydrukowane na karcie. • Po 5 minutach omawia klasyfikację. Prosi chętnych o odczytanie przeredagowanego komentarza 2 albo 4.	• W parach przyporządkowują komentarze do kategorii (zadanie 1). • Samodzielnie przeredagowują jeden złośliwy komentarz na rzeczową uwagę (zadanie 2). Chętni czytają swoje wersje.
24–31 min	Życzliwie i stanowczo	• Rozdaje kartę „Życzliwie i stanowczo”. Czyta sytuację: kolega prosi o wrzucenie na czat klasowy zdjęcia innej osoby, „bo będzie beka”. • Pyta, która z trzech odpowiedzi na karcie jest uległa, która agresywna, a która życzliwa i stanowcza – i dlaczego.	• Rozpoznają trzy rodzaje odpowiedzi (zadanie 1). • Piszą własną odmowę życzliwą i stanowczą do nowej sytuacji (zadanie 2); dwie, trzy osoby ją czytają.
31–41 min	Planujemy projekt dla szkoły	• Przedstawia cztery zadania projektu: eksperyment „Dzień dobry – i co dalej?”, powitania w językach przy wejściu do szkoły, podziękowania dla pracowników szkoły, kodeks czatu klasowego. • Dzieli klasę na grupy (uczniowie wybierają zadanie). Rozdaje karty projektu, krąży między grupami i ustala, kiedy w szkole grupy dokończą przygotowania.	• W grupach wypełniają trzy pierwsze pola karty projektu: zadanie, cel, co dokładnie zrobimy. Pozostałe pola uzupełnią w szkole w ciągu najbliższych dni – w czasie, który wskaże wychowawca. • Lider grupy w jednym zdaniu mówi klasie, co grupa przygotuje.
41–45 min	Podsumowanie	• Wraca do pytania: „Po czym poznać prawdziwą życzliwość?”. Rozdaje karteczki. • Zbiera karteczki do koperty – nie odczytuje ich na głos.	• Dokańczają na karteczce bez podpisu zdanie: „Prawdziwą życzliwość poznam po tym, że…”. • Mówią (chętni), które zadanie z dzisiejszych zajęć przyda im się najbardziej.

PIERWSZA ŁAWKA

CO JESZCZE JEST W ŚRODKU

Dzień Życzliwości i Pozdrowień (21 listopada) – scenariusz godziny wychowawczej i projekt klasy „Dzień dobry – i co dalej?”, klasy 7–8

Podgląd pokazał 7 z 22 stron. Pełna wersja: 22 stron A4, PDF do druku i DOCX do edycji.

- fakty o święcie i wskazówki dla wychowawcy (przygotowanie, zasady bezpieczeństwa, wizerunek, ciąg dalszy po akcji)
- scenariusz minuta po minucie z celami, powiązaniami z podstawą programową (polski, edukacja zdrowotna, WOS), kryteriami sukcesu, trudnymi sytuacjami i ewaluacją; pięć bezpiecznych
- projekt „Dzień dobry – i co dalej?”: klasa przygotowuje akcję dla całej szkoły i prowadzi prosty eksperyment z pozdrowieniami – pomiar w dniu akcji i po dwóch tygodniach, zestawien
- karty pracy „Przyjaciele”, „Komentarze pod filmem” i „Życzliwie i stanowczo”, karta projektu, karta obserwacji, zestawienie wyników, kodeks czatu klasowego, plakat „Dzień dobry po…

Kup pełną wersję – plik od razu na e-mail
pierwszalawka.pl/material/dzien-zyczliwosci-i-pozdrowien-scenariusz-i-akcja-klasy-7-8