PIERWSZA ŁAWKA · GODZINY WYCHOWAWCZE · KLASY IV–VI

Przemoc rówieśnicza i cyberprzemoc – jak reagować

Scenariusz godziny wychowawczej (45 minut) dla klas IV–VI. Uczniowie odróżniają kłótnię od dokuczania i przemocy, poznają cztery kroki, gdy w sieci dzieje się coś złego, ćwiczą, co może zrobić świadek, i zapisują, do kogo mogą się zwrócić. Pracujemy na wymyślonych sytuacjach – nikt nie musi mówić o sobie.



Co jest w materiale

1	**Zanim zaczniesz i zasady rozmowy** Co sprawdzić w szkole przed zajęciami i jak rozmawiać bez wymuszania zwierzeń.	2 strony
2	**Scenariusz „Kłótnia czy krzywda? Co robię, gdy ktoś dokucza”** 45 minut: kłótnia czy krzywda, karty sytuacji, cztery kroki w sieci, co może zrobić świadek.	45 min
3	**Karta ucznia „Umiem reagować”** Zadania o kłótni i krzywdzie, czterech krokach i wsparciu – z kluczem.	1 karta
4	**Do druku** Karty sytuacji, plakat „Cztery kroki”, mapa pomocy.	3 strony

Zanim zaczniesz



Sprawdź procedury swojej szkoły. Każda szkoła ma standardy ochrony małoletnich (obowiązkowe od 15.02.2024 r.). Zapytaj pedagoga, kto w szkole przyjmuje zgłoszenia o przemocy i cyberprzemocy, i wpisz tę osobę na plakat „Cztery kroki”.

Zapytaj pedagoga lub psychologa, czy w klasie toczy się teraz sprawa przemocy. Jeśli tak – ustalcie, czy zajęcia przeprowadzić teraz i w jakiej formie. Nie prowadź ich „przeciwko” konkretnym uczniom i nie wykorzystuj prawdziwych zdarzeń z klasy jako przykładów.

Przemoc to nie to samo co konflikt. W konflikcie strony mają podobną siłę i spierają się o coś. O przemocy mówimy, gdy ktoś celowo krzywdzi drugą osobę, przewaga jest po jednej stronie, a krzywdzona osoba nie umie się obronić; przemoc rówieśnicza często się powtarza. To rozróżnienie jest osią zajęć.

Wskazówki dla nauczyciela

Przygotowanie

- Wydrukuj karty sytuacji (komplet na klasę, jedna karta na grupę), kartę „Umiem reagować” i „Moją mapę pomocy” dla każdego ucznia i plakat „Cztery kroki” (A3). Przygotuj małe karteczki i kopertę na koniec zajęć.
- Wpisz na plakacie, do kogo w Waszej szkole zgłasza się przemoc (wychowawca, pedagog, psycholog – imiona i nazwiska, gabinet).
- Przeczytaj przykładowe odpowiedzi do kart sytuacji – zwłaszcza o zdjęciu rozesłanym dla żartu i o wiadomości od nieznajomego.

Zasady rozmowy z uczniami

- **Nikt nie musi mówić o sobie.** Pytamy o sytuacje z kart i o to, co „ktoś w tej sytuacji” mógłby zrobić – nie o przeżycia uczniów. Każdy może powiedzieć „nie chcę o tym mówić” i wtedy nie dopytujemy.
- **Mówimy o zachowaniach, nie o osobach.** Nie podajemy imion, nie pokazujemy palcem, nie oceniamy kolegów z klasy.
- **Karty pracy są dla ucznia.** Nie zbieramy ich i nie czytamy na głos bez zgody autora.
- **Jeśli uczeń powie o krzywdzie** (swojej albo czyjejś) – podziękuj, nie obiecuj tajemnicy, porozmawiaj z nim po zajęciach w cztery oczy i postępuj według szkolnych standardów ochrony małoletnich.
- **Nie pokazujemy prawdziwych wpisów, zdjęć ani filmów** – nawet zamazanych. Wszystkie przykłady są wymyślone.

Podstawa programowa i zadania wychowawcze szkoły

- N26, cz. IV „Zadania wychowawczo-profilaktyczne szkoły” – zagadnienia zajęć z wychowawcą, pkt 1, 3, 4 (kl. IV) – „tworzenie dobrych relacji w różnych społecznościach i przygotowanie do pełnienia różnych ról, w tym w rodzinie”; „rozwiązywanie konfliktów i zapobieganie sytuacjom konfliktowym”; „rozpoznawanie zachowań ryzykownych i wykorzystywanie strategii ich unikania”
- S24, część ogólna – cele kształcenia, pkt 3 – „formowanie u uczniów poczucia godności własnej osoby i szacunku dla godności innych osób”
- S24, część ogólna – zadania szkoły – szkoła ma przygotowywać uczniów do „krytycznej analizy informacji, bezpiecznego poruszania się w przestrzeni cyfrowej, w tym nawiązywania i utrzymywania opartych na wzajemnym szacunku relacji z innymi użytkownikami sieci”
- Podstawowe kierunki polityki oświatowej państwa 2026/2027 – nr 6 – „Profilaktyka uzależnień behawioralnych i przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej”; nr 4 – „Promowanie higieny cyfrowej i aktywności off-line” (m.in. bezpieczne poruszanie się w sieci i krytyczne myślenie)

Stan prawny w roku szkolnym 2026/2027

W roku szkolnym 2026/2027 klasa IV uczy się według nowej podstawy (N26 – Dz.U. 2026 poz. 378), a klasy V–VI według podstawy z 2017 r. w brzmieniu Dz.U. 2024 poz. 996 (S24). Zajęcia z wychowawcą nie mają osobnej podstawy – poniżej wymagania, które te zajęcia wspierają. Dopisz cel z programu wychowawczo-profilaktycznego swojej szkoły.

Standardy ochrony małoletnich są obowiązkowe w każdej szkole (Dz.U. 2023 poz. 1606). Przemoc rówieśnicza i higiena cyfrowa są wśród kierunków polityki oświatowej na rok 2026/2027 (nr 4 i 6).

Kryteria sukcesu

- Umiem powiedzieć, czym krzywda różni się od kłótni.
- Znam cztery kroki: stop, zrzut ekranu, zablokuj, powiedz dorosłemu.
- Wiem, co może zrobić świadek.
- Wiem, komu w szkole mogę powiedzieć, i znam numer 116 111.

Karty sytuacji – przykładowe odpowiedzi

- **Na grupie klasowej** – to krzywda, bo się powtarza i jest wielu na jedną. Świadek nie dokłada komentarzy, pisze do Zuzi coś miłego, mówi wychowawcy.
- **Zdjęcie** – nie przesyłam dalej. Robię zrzut ekranu i mówię dorosłemu. Nie wolno rozsyłać czyjegoś zdjęcia, żeby się z niego śmiać.
- **Kłótnia o piłkę** – to kłótnia, nie przemoc: zdarzyła się raz, obie strony były równe i się pogodziły.
- **Plecak** – to przemoc. Świadek od razu mówi nauczycielowi dyżurnemu; nie musi sam rozdzielać grupy.
- **Nie bawimy się z nią** – wykluczanie też rani. Zapraszam Lenę do zabawy, mówię dorosłemu, jeśli to się powtarza.
- **Wiadomość od nieznajomego** – nie odpisuję, robię zrzut ekranu, blokuję i od razu mówię rodzicowi.

Podgląd • Pierwsza Ławka

Umiem reagować

Pamiętaj: stop – zrzut ekranu – zablokuj i zgłoś – powiedz dorosłemu. To nie skarżenie, to pomoc.

1 **Przeczytaj zdania. Zaznacz K, jeśli to krzywda (przemoc), albo Z, jeśli to zwykła kłótnia.**

1. Codziennie ta sama grupa chowa koledze piórnik i śmieje się, gdy go szuka.	K	Z
2. Dwie koleżanki pokłóciły się o miejsce w ławce i po lekcji się pogodziły.	K	Z
3. Ktoś wysyła innym ośmieszające zdjęcie kolegi.	K	Z
4. Dwie drużyny spierają się, czy był faul.	K	Z

2 **Widzisz, że ktoś wysyła ośmieszające zdjęcie twojego kolegi. Co robisz najpierw? Zaznacz najlepszą odpowiedź.**

A. Przesyłam koledze, żeby wiedział.

B. Udaję, że nic nie widziałem.

C. Piszę autorowi coś brzydkiego.

D. Nie przesyłam dalej i mówię dorosłemu.

3 **Napisz jedno zdanie, które możesz powiedzieć koledze lub koleżance, którym ktoś dokucza.**

PIERWSZA ŁAWKA

CO JESZCZE JEST W ŚRODKU

Godzina wychowawcza: Przemoc rówieśnicza i cyberprzemoc – scenariusz z kartami dla uczniów, klasy 4–6

Podgląd pokazał 4 z 12 stron. Pełna wersja: 12 stron A4, PDF do druku i DOCX do edycji.

- „Zanim zaczniesz” – co przygotować i zasady bezpiecznej rozmowy (nikt nie musi mówić o sobie)
- scenariusz na 45 minut krok po kroku
- karty dla uczniów z kluczem i materiały do druku.

Kup pełną wersję – plik od razu na e-mail
pierwszalawka.pl/material/godzina-wychowawcza-przemoc-rowiesnicza-i-cyberprzemoc-klasy-4-6