PIERWSZA ŁAWKA · ZESTAW KART PRACY · EDUKACJA ZDROWOTNA · KLASA 6

Dział 7. Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty

AI i VR, deepfake, phishing, groźne kontakty, szantaż, cyberprzemoc, hejt, uzależnienie od gier, patostreaming, pomoc. Siedem kart: wiadomości z przykładami, ćwiczenia, zastosowanie w praktyce, dwie równoległe kartkówki (A/B), dwa równoległe sprawdziany (A/B) i pełny klucz odpowiedzi.

Karta	Temat	Zadania
1	**Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – najważniejsze wiadomości** Teoria w pigułce, przykłady i rozgrzewka	4 zad. 11 pkt
2	**Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – ćwiczenia** Sprawdzam, czy rozumiem	8 zad. 23 pkt
3	**Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – w praktyce** Sytuacje z życia, tekst, plan działania	4 zad. 14 pkt
4	**Kartkówka: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa A** 10 minut · 9 pkt	4 zad. 9 pkt
5	**Kartkówka: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa B** 10 minut · 9 pkt	4 zad. 9 pkt
6	**Sprawdzian: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa A** 35 minut · 25 pkt	8 zad. 25 pkt
7	**Sprawdzian: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa B** 35 minut · 25 pkt	8 zad. 25 pkt

JAK KORZYSTAĆ Z ZESTAWU

- Karta 1 zawiera najważniejsze wiadomości i przykłady – od niej warto zacząć.
- Karty 2 i 3 to ćwiczenia oraz zastosowanie wiedzy w sytuacji z życia, tekście lub planie działania.
- Karty 4 i 5 to równoległe kartkówki (grupa A i B, ok. 10 minut), karty 6 i 7 – równoległe sprawdziany (grupa A i B) z tymi samymi typami zadań i tą samą punktacją.
- Każda karta ma własną punktację i mieści się na osobnych stronach – można ją wydrukować osobno.
- Klucz odpowiedzi do wszystkich kart znajduje się na końcu zestawu. Wersja DOCX pozwala dowolnie edytować zadania.

Materiał oryginalny dla klasy 6 szkoły podstawowej (rok szkolny 2026/2027), zgodny z podstawą programową edukacji zdrowotnej (Dz.U. 2026 poz. 378 i 958). Do użytku własnego i pracy z własnymi uczniami.

Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – najważniejsze wiadomości

Teoria w pigułce, przykłady i rozgrzewka

KARTA 1/7

Imię i nazwisko: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 11 pkt

PRZYPOMNIJ SOBIE

- **Sztuczna inteligencja (AI)** to programy, które potrafią np. tłumaczyć, streszczać lub podpowiadać. **Korzyści**: pomoc w nauce i tłumaczeniu. **Zagrożenia**: AI może podać nieprawdziwą informację, która brzmi przekonująco, a wpisane do niej dane mogą zostać zapisane. Dlatego odpowiedzi **sprawdzamy** w wiarygodnych źródłach, **nie wpisujemy danych osobistych** (adres, telefon, szkoła, hasła), a z trudnymi sprawami idziemy do dorosłego.
- **Wirtualna rzeczywistość (VR)** to cyfrowy świat oglądany przez specjalne gogle. **Korzyści**: nauka, wirtualne zwiedzanie, bezpieczny trening. **Zagrożenia**: zawroty głowy, zmęczenie oczu, kontakt z obcymi. Używamy VR z przerwami i za wiedzą dorosłych. W sieci widzimy też **kreowaną cyberrzeczywistość**: upiększone fragmenty życia, nie całą prawdę.
- **Deepfake** to zmanipulowane zdjęcie, nagranie lub głos, które wyglądają jak prawdziwe – nie rozsyłaj takich treści. **Kradzież tożsamości** to sytuacja, gdy ktoś podszywa się pod ciebie, używając twoich danych lub zdjęć. **Phishing** to fałszywa wiadomość lub strona, która wyłudza hasła i dane. Jego **sygnały**: pośpiech („natychmiast!”), obietnica nagrody, prośba o hasło lub dane, dziwny nadawca, podejrzany link. Wtedy **nie klikaj**, nie podawaj danych i pokaż wiadomość dorosłemu.
- **Groźne kontakty w sieci**. **Child grooming** to zdobywanie zaufania dziecka w sieci, aby je skrzywdzić; osoba dorosła może udawać rówieśnika. Sygnały: prezenty, prośby o zdjęcia i dane, prośba o **tajemnicę**, chęć spotkania. **Szantaż**, także rówieśniczy, to grożenie ujawnieniem zdjęcia, wiadomości lub sekretu, aby coś wymusić. Za szantaż odpowiada ten, kto go stosuje – nie osoba, która jest szantażowana.
- **Co robić, gdy ktoś grozi lub namawia do tajemnic** (kolejność): 1) **nie ulegaj** i nic nie wysyłaj, 2) **zapisz dowody** (zrzuty ekranu), 3) **powiedz zaufanemu dorosłemu**, 4) **zablokuj i zgłoś** osobę. Pomoc: telefon zaufania dla dzieci i młodzieży **116 111**; w bezpośrednim zagrożeniu **112**.
- **Cyberprzemoc, hejt i mowa nienawiści**. **Cyberprzemoc** to krzywdzenie kogoś w sieci: wyzwiska, wyśmiewanie, groźby, wykluczanie z czatu, rozsyłanie cudzych zdjęć. **Hejt** to złośliwe, obraźliwe komentarze o osobie lub do osoby. **Mowa nienawiści** to wypowiedzi, które poniżają ludzi z powodu tego, kim są (np. narodowości, wyznania, wyglądu czy niepełnosprawności). Gdy to cię spotyka, postępuj jak wyżej (nie odpowiadaj obelgami); pomoże też **116 111**. Jako świadek nie dołączaj i nie udostępniaj takich treści.
- **Uzależnienie od Internetu i gier komputerowych** to sytuacja, gdy gra lub sieć zaczyna rządzić życiem. Sygnały: trudno przerwać mimo chęci, ciągłe myślenie o grze, złość, gdy nie można grać, zaniedbywanie snu, nauki i spotkań. Nie diagnozujemy siebie ani innych – gdy takie sygnały się pojawiają, **rozmawiamy z rodzicem, pedagogiem lub psychologiem**, a pomaga też 116 111. **Patostreaming** to transmisja na żywo pokazująca agresję, niebezpieczne wyczyny lub krzywdzenie ludzi, często dla widzów i pieniędzy. Nie oglądamy i nie naśladujemy takich treści; o niepokojących mówimy dorosłemu.

PRZYKŁADY Z WYJAŚNIENIEM

Przykład 1. Dostajesz SMS: „Twoja paczka czeka. Kliknij natychmiast i podaj hasło do konta". Co robisz?
To może być phishing: jest pośpiech, link i prośba o hasło. Nie klikam, nie podaję hasła i pokazuję wiadomość dorosłemu.

Przykład 2. Nowy kolega z gry daje ci prezenty, prosi o zdjęcie i mówi: „Nie mów rodzicom". Co robisz?
To sygnały groźnego kontaktu. Nie wysyłam zdjęcia, zapisuję rozmowę, kończę ją i mówię zaufanemu dorosłemu. Mogę też zadzwonić na 116 111.

Przykład 3. Dlaczego nie warto oglądać patostreamingu?
Pokazuje agresję i niebezpieczne zachowania jako rozrywkę. Oglądanie i wspieranie takich transmisji zachęca twórców do krzywdzenia ludzi i może uczyć złych wzorców.

ZADANIA

Zadanie 1. Uzupełnij zdania. ___ / 3 pkt

inteligencja rzeczywistość uzależnienie tożsamość

1. Programy, które uczą się na danych i potrafią np. tłumaczyć teksty, to sztuczna _____.
2. Cyfrowy świat oglądany przez gogle to wirtualna _____ (VR).
3. Gdy gra lub Internet zaczynają rządzić życiem, może to być _____ od Internetu i gier.

Zadanie 2. Dostajesz wiadomość: „Wygrana! Odbierz telefon – kliknij w link w ciągu minuty". Co robisz? ___ / 1 pkt

A. klikam od razu
B. nie klikam i pokazuję wiadomość dorosłemu
C. podaję hasło, żeby odebrać nagrodę
D. przesyłam link wszystkim znajomym

Zadanie 3. Połącz pojęcie z opisem. ___ / 4 pkt

1. phishing	a) groźba ujawnienia czegoś, aby coś wymusić
2. deepfake	b) fałszywa wiadomość lub strona wyłudzająca dane
3. patostreaming	c) transmisja na żywo pokazująca agresję i niebezpieczne wyczyny
4. szantaż	d) zmanipulowane nagranie lub głos wyglądające jak prawdziwe

1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____

Zadanie 4. Oceń prawdziwość zdań. ___ / 3 pkt

1. Sztuczna inteligencja zawsze podaje poprawne odpowiedzi.	**P**	**F**
2. Do czatu z AI nie wpisujemy swojego adresu ani numeru telefonu.	**P**	**F**
3. Patostreaming jest dobrym wzorem do naśladowania.	**P**	**F**

Podgląd • Pierwsza Ławka

Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – ćwiczenia

Sprawdzam, czy rozumiem

KARTA 2/7

Imię i nazwisko: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 23 pkt

Zadanie 1. Co jest zagrożeniem związanym ze sztuczną inteligencją? ___ / 1 pkt

A. może podać nieprawdziwą informację, która brzmi przekonująco

B. zawsze mówi tylko prawdę

C. zawsze rozpoznaje, kiedy dziecko jest w niebezpieczeństwie

D. zawsze sama sprawdza, czy jej odpowiedź jest zgodna z prawdą

Zadanie 2. Uzupełnij zdania. ___ / 3 pkt

nadawcę dorosłego 116 111 112

1. Przed kliknięciem w link sprawdzam _____ wiadomości.
2. Gdy ktoś mi grozi w sieci, nie ulegam i powiadamiam _____.
3. Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży to _____.

Zadanie 3. Oceń prawdziwość zdań. ___ / 4 pkt

1. Deepfake może wyglądać jak prawdziwe nagranie.	**P**	**F**
2. Podczas korzystania z gogli VR warto robić przerwy.	**P**	**F**
3. Cyberprzemoc to tylko żart, więc nikomu nie szkodzi.	**P**	**F**
4. Szantażowanemu dziecku należy się pomoc, a wina leży po stronie szantażysty.	**P**	**F**

Zadanie 4. Połącz sytuację z reakcją. ___ / 4 pkt

1. Nieznajomy z gry chwali cię i prosi o twoje zdjęcie i adres.
2. Dostajesz SMS z linkiem do „odbioru paczki”, której nikt z domowników nie zamawiał.
3. Widzisz film, na którym znana osoba mówi dziwne rzeczy – może to fałszerstwo.
4. Po długim graniu w VR kręci ci się w głowie.

a) Nie klikam i pokazuję SMS dorosłemu.

b) Przerywam rozmowę, nie wysyłam zdjęć i mówię dorosłemu.

c) Sprawdzam w wiarygodnych źródłach, czy to prawda.

d) Zdejmuję gogle i robię przerwę.

1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____

Podgląd • Pierwsza Ławka

Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – w praktyce

Sytuacje z życia, tekst, plan działania

KARTA 3/7

Imię i nazwisko: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 14 pkt

Zadanie 1. Przeczytaj tekst i wykonaj zadania. ___ / 5 pkt

Paczka, której nie było

Tomek dostał SMS: „Twoja paczka czeka. Dopłać 1 zł pod linkiem natychmiast, bo wróci do nadawcy". Link wyglądał dziwnie i prowadził na nieznaną stronę. Tomek nie zamawiał żadnej paczki. Zawołał tatę i pokazał mu wiadomość.

Tekst własny

1.1. Co powinien zrobić Tomek? ___ / 1 pkt

A. kliknąć i wpisać hasło do konta

B. przesłać SMS kolegom z prośbą o kliknięcie

C. nie klikać w link i pokazać SMS dorosłemu

D. odpisać i podać adres

1.2. Podaj dwa sygnały, że to może być phishing. ___ / 2 pkt

1.3. Co może się stać, jeśli Tomek kliknie w link i poda dane? ___ / 2 pkt

Zadanie 2. Przeczytaj tekst i wykonaj zadania. ___ / 3 pkt

Gra Zuzi

Zuzia gra codziennie do późna. Ostatnio zrezygnowała z treningu i spotkań z koleżankami, bo „musi jeszcze skończyć etap". Jest zmęczona i zła, gdy ktoś prosi ją o przerwę. Mama zauważyła zmianę i zaproponowała rozmowę.

Tekst własny

2.1. Podaj dwa sygnały z tekstu, które mogą świadczyć, że gra zbyt mocno rządzi życiem Zuzi. ___ / 2 pkt

Podgląd • Pierwsza Ławka

Zadanie 6. Przyporządkuj zachowania. ___ / 4 pkt

sprawdzam nadawcę wiadomości | klikam w link od nieznajomego
pytam dorosłego o dziwną wiadomość | podaję hasło w odpowiedzi na e-mail

bezpieczne	niebezpieczne

Zadanie 7. Wyjaśnij, jak zareagować, gdy ktoś jest hejtowany lub wyśmiewany w sieci i ty to widzisz. Podaj trzy działania. ___ / 3 pkt

Zadanie 8. Przeczytaj tekst i wykonaj zadania. ___ / 5 pkt

Nowy znajomy z gry

Antek gra online. Nowy gracz „Max" pisze, że ma 13 lat, daje Antkowi rzadkie przedmioty w grze i pyta: „Gdzie mieszkasz? Wyślij mi swoje zdjęcie. Tylko nie mów nikomu, to nasza tajemnica". Antek czuje się dziwnie.

Tekst własny

8.1. Co powinien zrobić Antek? ___ / 1 pkt

A. Obiecać, że zachowa tajemnicę.

B. Podać adres.

C. Przerwać rozmowę i powiedzieć dorosłemu.

D. Wysłać zdjęcie.

8.2. Podaj dwa sygnały ostrzegawcze w zachowaniu „Maxa". ___ / 2 pkt

8.3. Wskaż dwie osoby lub miejsca, gdzie Antek znajdzie pomoc. ___ / 2 pkt

Podgląd • Pierwsza Ławka

CO JESZCZE JEST W ŚRODKU

Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – zestaw 7 kart pracy z kluczem, edukacja zdrowotna, klasa 6

Podgląd pokazał 6 z 17 stron. Pełna wersja: 17 stron A4, PDF do druku i DOCX do edycji.

- Karta 1: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – najważniejsze wiadomości – 4 zadania, 11 pkt
- Karta 2: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – ćwiczenia – 8 zadań, 23 pkt
- Karta 3: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – w praktyce – 4 zadania, 14 pkt
- Karta 4: Kartkówka: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa A – 4 zadania, 9 pkt
- Karta 5: Kartkówka: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa B – 4 zadania, 9 pkt
- Karta 6: Sprawdzian: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa A – 8 zadań, 25 pkt
- Karta 7: Sprawdzian: Internet: sztuczna inteligencja, fałszerstwa i groźne kontakty – grupa B – 8 zadań, 25 pkt Karta 1 przypomina najważniejsze wiadomości i pokazuje przykłady z w
- dział 9 „Internet i profilaktyka uzależnień”, wymaganie 9.2: omawia zagrożenia wynikające z niewłaściwego używania technologii informacyjno-komunikacyjnych, w tym cyberprzemoc, hej

Kup pełną wersję – plik od razu na e-mail

pierwszalawka.pl/material/edukacja-zdrowotna-klasa-6-internet-sztuczna-inteligencja-falszerstwa-i-groźne-kontakt