PIERWSZA ŁAWKA · ZAJĘCIA, QUIZ I KARTY PRACY · KLASY VII–VIII

Święta bez presji

Boże Narodzenie w klasach VII–VIII: scenariusz ostatniej godziny wychowawczej przed przerwą (45 minut) o tym, skąd się wzięły zwyczaje, ile jedzenia marnujemy, czym różni się życzenie od SMS-a i jak zauważyć osoby samotne; quiz wiedzy i karty pracy z kluczem.



Co jest w materiale

1	**Scenariusz zajęć „Święta bez presji”** 45 minut: skąd się wzięły zwyczaje, jedzenie i odpady, życzenia a SMS-y, „miejsce dla gościa” dziś.	45 min
2	**Quiz wiedzy „Prawda czy legenda?”** 12 pytań, wynik klasy zamiast rankingu.	15 min
3	**Karty pracy** „Skąd te zwyczaje?”, „Święta i odpady”, „Życzenie czy wiadomość?” – z kluczem.	3 karty
4	**Materiały do druku** Karta planu „Miejsce dla gościa”.	1 strona

Boże Narodzenie 2026 – co warto wiedzieć



Boże Narodzenie obchodzimy 25 i 26 grudnia, a dzień wcześniej, **24 grudnia**, jest Wigilia. Od 2025 r. Wigilia jest w Polsce dniem wolnym od pracy (ustawa z 6.12.2024, Dz.U. 2024 poz. 1965). Zwyczaje wigilijne – m.in. dzielenie się opłatkiem i składanie przy tym życzeń – wpisano na krajową listę niematerialnego dziedzictwa kulturowego. Wniosek podkreśla, że w różnych regionach wyglądają one trochę inaczej.

W 2026 r. ostatni dzień zajęć to wtorek 22 grudnia. Zimowa przerwa świąteczna trwa od środy 23 do czwartku 31 grudnia (rozporządzenie w sprawie organizacji roku szkolnego, t.j. Dz.U. 2023 poz. 1211, § 3). Wigilia wypada w czwartek, święta – w piątek i sobotę. Uczniowie wracają do szkoły w poniedziałek 4 stycznia 2027 r. Dyrektor może ustalić dodatkowe dni wolne od zajęć – sprawdź kalendarz swojej szkoły.

Uwaga na mity. Nie ma jednej „obowiązkowej" liczby potraw: dawniej podawano ich nieparzystą liczbę (7, 9, 11), dwanaście utrwaliło się później. Choinka to w Polsce zwyczaj dość młody – przyszła z Niemiec w XIX wieku, a na wieś często dopiero między wojnami.

Wskazówki dla nauczyciela

Przygotowanie

- Ostatni dzień zajęć w 2026 r. to wtorek 22 grudnia. Quiz i karty pracy można wykorzystać na innych lekcjach tego lub poprzedniego dnia.
- Wydrukuj karty pracy (po jednej dla ucznia) i kartę planu „Miejsce dla gościa" (jedna na grupę).
- Temat odpadów prowadź bez zawstydzania: nie pytamy, co wyrzuca czyja rodzina. Rozmawiamy o skali i o tym, co może zrobić każdy.
- Pomysły na pomoc samotnym (np. kartki dla mieszkańców domu seniora, list do sąsiada) realizujemy tylko przez szkołę i z instytucją, która się na to zgodzi. Uczniowie nie odwiedzają obcych osób sami.
- Nie zbieramy pieniędzy od uczniów. Udział jest dobrowolny.

Zasady, które chronią uczniów

- **Szkoła publiczna – wersja kulturowa.** Mówimy o zwyczajach i ich historii. Nie modlimy się na zajęciach, nie łamiemy opłatka jako obrzędu i nie pytamy, kto chodzi do kościoła. Źródło religijne zwyczaju podajemy rzeczowo: „w opowieści o narodzinach Jezusa…".
- **Różne wyznania.** W klasie mogą być dzieci prawosławne, protestanckie, muzułmańskie, żydowskie i niewierzące. Większość parafii prawosławnych w Polsce świętuje według kalendarza juliańskiego (Wigilia 6 stycznia). Nikt nie musi mówić, czy i jak świętuje.
- **Rodziny są różne.** Dzieci spędzą święta m.in. z jednym rodzicem, w rodzinie zastępczej, w placówce, po stracie bliskiej osoby albo w szpitalu. Mówimy „osoby, z którymi spędzasz święta" albo „bliska osoba".
- **Prawo do „pas" i bez porównywania prezentów.** W każdej rundce można nic nie mówić. Nie pytamy „co dostaniesz" ani „ile kosztowało" – rozmawiamy o czasie, gestach i życzeniach.
- **Bez nagród i przegranych.** Quiz kończy się wspólnym wynikiem klasy, nie rankingiem.

SCENARIUSZ ZAJĘĆ · 45 MINUT · KLASY VII–VIII

Święta bez presji. Co w zwyczajach jest ważne, a co tylko głośne?

Pytanie przewodnie: **Czego naprawdę potrzebujemy od świąt – i od siebie nawzajem?**



Zajęcia	zajęcia z wychowawcą
Klasy	VII–VIII (podstawa z 2017 r. w brzmieniu z 2024 r.)
Temat	**Święta bez presji. Co w zwyczajach jest ważne, a co tylko głośne?**
Czas	45 minut
Metody	dyskusja, analiza danych, pisanie, planowanie w grupach
Formy pracy	cała klasa, pary, grupy 4-osobowe
Środki	karty pracy, karta planu „Miejsce dla gościa”, tablica

Cel ogólny

Uczeń zna pochodzenie wybranych zwyczajów, krytycznie patrzy na świąteczną konsumpcję i planuje drobne działanie dla innych.

Cele operacyjne – uczeń po zajęciach:

- odróżnia historię zwyczaju od popularnej legendy (A),
- interpretuje dane o marnowaniu żywności i proponuje dwa sposoby ograniczenia odpadów (B),
- porównuje życzenia osobiste z wiadomością kopiowaną do wielu osób (C),
- planuje w grupie działanie dla osób samotnych, z poszanowaniem ich granic (D).

Cele w języku ucznia

- Sprawdzisz, które „odwieczne” zwyczaje są całkiem młode.
- Policzysz, ile jedzenia marnujemy, i wymyślisz, jak to zmienić.
- Napiszesz życzenia, których nie da się skopiować do 30 osób.

Podgląd • Pierwsza Ławka

Powiązania z podstawą programową i programem wychowawczo-profilaktycznym

- Polski VII–VIII II.3.1 (S24) – „rozumie, na czym polega grzeczność językowa i stosuje ją w wypowiedziach”
- Cele kształcenia ogólnego (S24), pkt 1 – „wprowadzanie uczniów w świat wartości, w tym ofiarności, współpracy, solidarności, altruizmu, patriotyzmu i szacunku dla tradycji, dbania o środowisko przyrodnicze, w tym klimat, w skali lokalnej i globalnej”; „szacunku dla godności innych osób”
- Cele kształcenia ogólnego (S24), pkt 2 – „wzmacnianie poczucia tożsamości indywidualnej, kulturowej, narodowej, regionalnej i etnicznej”
- Polski VII–VIII III.1.7 (S24) – „zgadza się z cudzymi poglądami lub polemizuje z nimi, rzeczowo uzasadniając własne zdanie”
- Kierunki polityki oświatowej 2026/2027 – nr 2 – „kształtowanie postaw patriotycznych, obywatelskich i prospołecznych”

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. w brzmieniu Dz.U. 2024 poz. 996, w klasach II–III i V–VIII. 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

- Umiem podać jeden zwyczaj, który jest młodszy, niż się wydaje.
- Potrafię wyjaśnić, co znaczy „60% zmarnowanego jedzenia w gospodarstwach domowych”.
- Moje życzenia są napisane dla jednej osoby.

Dane do rozmowy

W Polsce marnuje się ok. **4,8 mln ton** żywności rocznie, z czego ok. **60%** (ponad 2,9 mln t) w gospodarstwach domowych (szacunek projektu PROM opublikowany w 2020 r.; Federacja Polskich Banków Żywności, raport „Nie marnuj jedzenia 2023”). Do najczęściej wyrzucanych produktów należą chleb, warzywa, owoce i wędliny.

Pusty talerz – dwa znaczenia

Dawniej puste nakrycie łączono z pamięcią o zmarłych bliskich, później stało się miejscem dla wędrowca – znakiem gościnności. Pytanie do klasy: kto dziś mógłby być takim „gościem”? (sąsiad, który jest sam, nowa osoba w klasie, ktoś w szpitalu).

Przebieg zajęć

Czas	Faza	Co robi nauczyciel	Co robią uczniowie

CO JESZCZE JEST W ŚRODKU

Boże Narodzenie – scenariusz godziny wychowawczej „Święta bez presji”, quiz „Prawda czy legenda?” i karty pracy, klasy 7–8

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

- scenariusz 45 minut z danymi do rozmowy (raporty Federacji Polskich Banków Żywności)
- quiz wiedzy „Prawda czy legenda?” – 12 zdań o zwyczajach
- 3 karty pracy z kluczem: skąd zwyczaje, odpady, życzenie a SMS
- karta planu „Miejsce dla gościa” – klasowa pomoc innym

Kup pełną wersję – plik od razu na e-mail
pierwszalawka.pl/material/boze-narodzenie-scenariusz-i-karty-pracy-klasy-7-8