

Hejter? Nie, hero!

LEKCJA, KTÓRA ZMIENIA CYBERŚWIAT

BROSZURA EDUKACYJNA

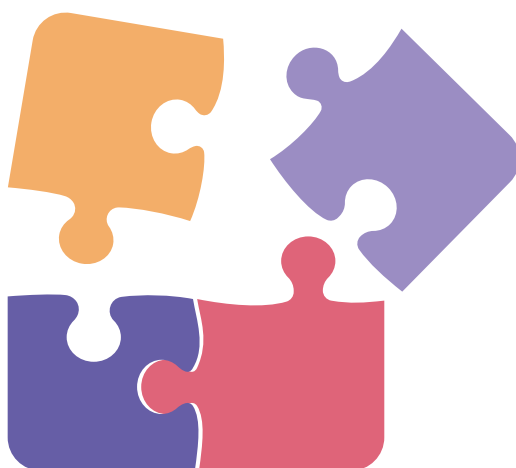
z pracami laureatów konkursu OSEhero



Hejter? Nie, hero!

LEKCJA, KTÓRA ZMIENIA CYBERŚWIAT

**BROSZURA EDUKACYJNA
z pracami laureatów konkursu OSEhero**



Autorzy

Laureaci konkursu „Hejter? Nie, hero! Lekcja, która zmienia cyberświat”

Redakcja językowa i korekta

Katarzyna Gańko, Diana Kania

Opracowanie graficzne i skład

Aneta Witecka

Adiustacja

Agnieszka Bożek

© Państwowy Instytut Badawczy NASK

Warszawa 2025

ISBN: 978-83-68356-13-7 (wersja drukowana)

ISBN: 978-83-68356-14-4 (wersja elektroniczna)

Grafika na okładce: AdobeStock

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne (CC BY-NC) 4.0 Międzynarodowe

Państwowy Instytut Badawczy NASK

ul. Kolska 12

01-045 Warszawa

Wstęp

Witaj w świecie OSEhero!

Czy można łączyć pasję uczenia z misją kształtowania bezpiecznego, życzliwego internetu? Tak – i właśnie temu służy **projekt edukacyjny OSEhero**, realizowany przez Państwowy Instytut Badawczy NASK w ramach Ogólnopolskiej Sieci Edukacyjnej (OSE).

OSEhero to największy tego typu projekt w Polsce dla nauczycieli, a także dyrektorów, pedagogów, psychologów i bibliotekarzy, którzy wyposażeni przez ekspertów OSE w wiedzę i narzędzia stają się przewodnikami po cyfrowym świecie dla uczniów, innych nauczycieli oraz rodziców. Nie tylko przekazują wiedzę, ale też inspirują społeczność szkolną do świadomego, odpowiedzialnego i życzliwego uczestnictwa w życiu online.

OSEhero to dowód, że kropla drąży skałę: jedna zrealizowana inicjatywa w klasie potrafi uruchomić lawinę pozytywnych zmian, a wspólnota kilku tysięcy nauczycieli potrafi odmienić sposób, w jaki młodzi ludzie korzystają z internetu.

Konkurs „Hejter? Nie, hero! Lekcja, która zmienia cyberświat”

W roku szkolnym 2024/2025 zaprosiliśmy społeczność OSEhero do twórczego wyzwania: przygotowania **ćwiczeń, scenariuszy lekcji** lub **gier terenowych** dla dowolnego etapu edukacyjnego, które pomogą uczniom przeciwdziałać zjawisku hejtu, mowy nienawiści i promować pozytywne postawy online. Każdy uczestnik mógł zgłosić od 1 do 7 autorskich propozycji. Najlepsze prace trafiły do tej broszury.

Mamy nadzieję, że publikacja, którą trzymasz w rękach (lub przeglądasz na ekranie), stanie się Twoim towarzyszem w codziennej pracy – zastrzykiem pomysłów, narzędziem budowania pozytywnych relacji i dowodem na to, że **każdy nauczyciel może być bohaterem cyfrowej zmiany**.

Życzymy inspirującej lektury i... do zobaczenia w kolejnych edycjach projektu OSEhero!

Część 1.

Ćwiczenia



Ćwiczenie „Zabawa w łapanie much”

Autor: Joanna Gołąb, Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4
im. Janusza Korczaka w Strzelcach Opolskich

Czas trwania: 10 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 1–8 szkoły podstawowej

Cel ćwiczenia: zapoznanie uczniów z pojęciami związanymi
z cyberprzemocą

Potrzebne materiały:

- packi na muchy;
- wydrukowane i zalaminowane karty „muchy z hasłami” oraz wydrukowane opisy haseł.

Przebieg ćwiczenia:

Wprowadzenie

Nauczyciel objaśnia cel i sposób wykonania zadania. Rozsypuje na dywanie „muchy z hasłami” i rozdaje packi uczniom, następnie czyta informacje opisujące pojęcia na kartach.

Realizacja

Nauczyciel bądź uczeń koordynujący pracę w grupie losuje karty z opisem hasła. Uczniowie próbują trafić packą w odpowiednią muchę z hasłem. Wygrywa osoba, która „złapie” najwięcej poprawnych much.

Podsumowanie

Nauczyciel sprawdza, czy wszystkie pojęcia zostały zapamiętane. Prosi uczniów o wyjaśnienie haseł na zebranych muchach.

Uwagi i inne elementy

Ćwiczenie sprawdza znajomość pojęć i nadaje się jako podsumowanie zajęć na temat cyberprzemocy.

Przykłady haseł oraz poleceń (na podstawie projektu Joanny Gołąb):



HEJTER, HERO

Cyberprzestępca



Netykieta



Spam



Phishing



HEJTER, HERO

Cyberprzestępca



Login



Nick



RODO



PACNIJ MUCHĘ

RODO – przepisy chroniące dane osobowe w UE.

SPAM – niechciane wiadomości e-mail lub komentarze.

LOGIN – identyfikator użytkownika w systemie.

PACNIJ MUCHĘ

HEJT – obraźliwe komentarze i mowa nienawiści w sieci.

NICK – pseudonim używany w sieci.

CYBERPRZESTĘPCA – osoba, która może włamać się do systemu.





Ćwiczenie „Odszyfruj zasady netykiety”

Autor: Joanna Gołąb, Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 im. Janusza Korczaka w Strzelcach Opolskich

Czas trwania: 20 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 4–8 szkoły podstawowej

Cel ćwiczenia: zapoznanie uczniów z zasadami netykiety

Potrzebne materiały:

- wydrukowane karteczki z zaszyfrowanymi zasadami netykiety;
- szyfry do ich złamania.

UWAGA:

Nauczyciel przed lekcją przygotowuje załaminowane karty z szyframi oraz kopertę z wyciętymi hasłami do odszyfrowania.

Przebieg ćwiczenia:

Wprowadzenie

Uczniowie otrzymują szablony szyfru, za pomocą którego odczytują hasła związane z netykietą.

Realizacja

Nauczyciel rozdaje uczniom zaszyfrowane zasady netykiety oraz szyfry do ich odczytania. Uczniowie w grupach odszyfrowują ukryte hasła i zapisują je w zeszytach przedmiotowych. Wybrany uczeń czyta zasady netykiety, które grupa odszyfrowała.

Podsumowanie

Uczniowie objaśniają pojęcia, które odszyfrowali.

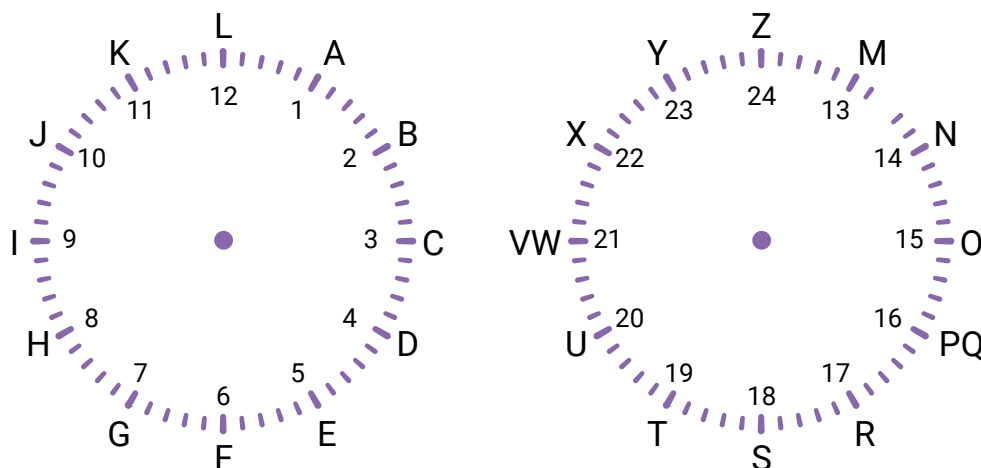
Uwagi i inne elementy

Hasła związane z netykietą można wybrać np. z artykułu [„Netykieta, czyli savoir-vivre w internecie”](#) w serwisie gov.pl, a szyfry z broszury [„Księga Szyfrów. Zbiór szyfrów do zabaw edukacyjnych”](#) dostępnej na stronie Centrum Dobrego Wychowania (cdw.edu.pl).

Przykładowe zadanie (szyfr + ukryte hasło i rozwiązanie):

SZYFR ZEGAROWY

Do szyfrowania wiadomości używamy takich oto dwóch zegarów:



Źródło: Centrum Dobrego Wychowania, (2019), „[Księga Szyfrów. Zbiór szyfrów do zabaw edukacyjnych](#)”, Stowarzyszenie Wychowanków Fundacji Szczęśliwe Dzieciństwo [online, dostęp dn. 30.04.2025].

Hasło do rozwiązania: **16:9, 18:24, 16:15, 16:17, 1:21, 14:9, 5**

Rozwiązanie: **Pisz poprawnie**

SZYFR UŁAMKOWY

Wiadomości szyfrujemy na podstawie podanych ułamków, a między nie wstawiamy jakiegokolwiek znaki matematyczne.

<u>ABCDE</u>	<u>FGHIJ</u>	<u>KLMNO</u>	<u>PQRST</u>	<u>UVWXYZ</u>
1	2	3	4	5

Źródło: Centrum Dobrego Wychowania, (2019), „[Księga Szyfrów. Zbiór szyfrów do zabaw edukacyjnych](#)”, Stowarzyszenie Wychowanków Fundacji Szczęśliwe Dzieciństwo [online, dostęp dn. 30.04.2025].

Hasło do rozwiązania:

$\frac{4}{3}$ $\frac{4}{2}$ $\frac{5}{1}$ $\frac{4}{4}$ $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{1}$ $\frac{3}{3}$ $\frac{1}{5}$ $\frac{5}{2}$

Rozwiązanie: **Nie spamuj**





Ćwiczenie „Filtr hejtu”

Autor: Dominika Mazur, Szkoła Podstawowa im. Michaliny Stasiukowej w Ochojnie

Czas trwania: 25 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 4–6 oraz 7–8 szkoły podstawowej

Cele ćwiczenia:

- uświadomienie uczniom wpływu hejtu i pozytywnej komunikacji w internecie;
- rozwijanie umiejętności empatii i odpowiedzialnego korzystania z języka online;
- uświadomienie uczniom, jak odróżniać konstruktywną krytykę od hejtu;
- kształtowanie umiejętności reagowania na negatywne treści w sieci.

Potrzebne materiały:

- kartki z wydrukowanymi przykładowymi komentarzami internetowymi (zarówno pozytywnymi, neutralnymi, krytycznymi, jak i hejterskimi);
- dwie tablice lub arkusze papieru z kategoriami: „Konstruktywna krytyka” i „Hejt”;
- kolorowe karteczki (zielone – pozytywne, żółte – neutralne, czerwone – hejterskie).

Przebieg ćwiczenia:

Wprowadzenie

Nauczyciel pyta uczniów: *Czy każda negatywna opinia to hejt?*, a następnie rozpoczyna krótką rozmowę o różnicy między konstruktywną krytyką a hejtem (np. „Ten tekst mógłby być bardziej czytelny” vs. „Ale beznadziejny tekst, kto to w ogóle czyta?”).

Realizacja

Faza 1:

Nauczyciel rozdaje uczniom karteczki z przykładowymi komentarzami.

Konstruktywna krytyka:

1. Podoba mi się twój tekst, ale moim zdaniem mógłbyś bardziej rozwinąć wątek głównego bohatera.
2. Twoje zdjęcie jest ciekawe, ale może spróbuj lepszego oświetlenia, żeby kolory były bardziej wyraziste?
3. Świetna prezentacja! Może dodasz jeszcze jakieś przykłady, żeby było łatwiej zrozumieć temat?
4. Masz potencjał! Spróbuj poćwiczyć wymowę, a twoje nagrania będą jeszcze lepsze.
5. Nie zgadzam się z tobą, ale fajnie, że podzieliłeś się swoją opinią. Jak doszedłeś do takich wniosków?
6. Podoba mi się twój rysunek, ale może spróbujesz innej techniki, żeby dodać mu więcej głębi?
7. Dobra robota! Może w kolejnym wpisie napiszesz coś więcej na ten temat?

Hejt:

1. Ale beznadziejny filmik, nawet nie chce mi się tego oglądać.
2. Nie masz talentu, lepiej przestań to robić.
3. Co za żalosny tekst, nikt tego nie przeczyta.
4. Twoje zdjęcia to kompletna porażka, nie masz pojęcia o fotografii.
5. Lepiej usuń ten post, bo tylko się ośmieszasz.
6. Nie mogę uwierzyć, że ktoś tak głupi może mieć konto w internecie.
7. Jesteś żalosny(-a), lepiej nie wypowiadaj się na ten temat.
8. Haha, serio? Myślisz, że ktoś cię traktuje poważnie?

Faza 2:

Każdy uczeń czyta swój komentarz i przykleja go na odpowiednią tablicę: „Konstruktywna krytyka” lub „Hejt”.

Faza 3:

Uczniowie wspólnie analizują komentarze i dyskutują o wątpliwych przypadkach.

Faza 4:

Krótką burza mózgów – jak reagować na hejt w sieci?

Podsumowanie

Po zakończeniu zadania nauczyciel zaprasza do omówienia tablic. Pyta uczniów: *Co możemy zrobić, gdy widzimy hejt? Jak odróżnić konstruktywną krytykę od zwykłego obrażania?*

To ćwiczenie nie tylko uczy analizy języka, ale też rozwija umiejętność odpowiedzialnego reagowania na treści internetowe. Niektóre komentarze mogą wydawać się na granicy (np. „Nie zgadzam się z tobą” – to zależy od tonu wypowiedzi). Dobrze byłoby omówić takie przypadki w trakcie dyskusji.

Warto zapytać uczniów, jak można przeredagować hejt na konstruktywną krytykę.





Część 2.

Gry terenowe



Gra terenowa „Zajaczek Wielkanocny potrzebuje pomocy”

Autor: Joanna Gołąb, Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 im. Janusza Korczaka w Strzelcach Opolskich

Czas trwania: 1–2 godziny (w zależności od odległości stacji z zadaniami i ilości miejsc z ukrytymi pisankami)

Grupa docelowa: uczniowie klas 1–3 i 4–6 szkoły podstawowej

Miejsce realizacji: boisko szkolne lub park miejski

Cel gry: zapoznanie uczniów z pojęciem hejtu i metodami radzenia sobie z nim

Potrzebne materiały:

- kartki papieru;
- kredki;
- mazaki;
- długopisy;
- plastikowe jajka z hasłami (np. duże jajo z małymi otwieranymi jajami lub opakowania po zabawkach z jajek niespodzianek);
- wielkanocne koszyczki do zbierania plastikowych jaj;
- klocki z literami;
- wydrukowane stacje zadaniowe;
- wycięte jaja z kartek papieru formatu A5;
- klamerki/spinacze do przypinania hasel.

Zasady gry:

Uczniowie pomagają zajączkowi odbudować wiarę w siebie, rozwiązują zadania związane z hejtem w internecie, zbierają pisanki z ukrytymi hasłami. Po rozwiązaniu wszystkich zadań i odgadnięciu tajnego szyfru otrzymują materiały plastyczne potrzebne do wykonania swoich pisanek. Uczniowie wcielają się w pomocników Zajaczka, projektują pisanki z hasłami wzmacniającymi poczucie wartości.

Przygotowane pisanki umieszczone zostaną na gazetce ściennej z okazji Wielkanocy.

Przebieg gry:

Wprowadzenie

Nauczyciel objaśnia uczniom zasady gry terenowej. Prosi, aby wędrując ustaloną trasą, zbierali pisanki z ukrytymi hasłami i nie otwierali ich, dopóki nie dotrą do wyznaczonego miejsca. Grupa wraz z nauczycielem udaje się do stacji początkowej.



STACJA 1

Plansza z zadaniem do wykonania i historyjką o Zajączku Wielkanocnym:

W przepięknym strzeleckim parku od lat mieszka Zajączek Wielkanocny – uroczy, pełen energii i zawsze chętny do niesienia radości. Zajączek co roku wspólnie ze swoimi pomocnikami przygotowywał pisanki i inne wielkanocne niespodzianki. Niestety tym razem coś poszło jednak nie tak.

Kaczki, które również mieszkają od lat w parku, były zazdrosne o Zajączka. Postanowiły zniszczyć jego popularność i rozpowiadały wśród jego pomocników nieprawdziwe i złośliwe informacje na jego temat. Mówiły, że pisanki są teraz niemodne, że tradycje wielkanocne są przestarzałe, a sam Zajączek jest „śmieszny” i „niepotrzebny”. To nie wszystko – złośliwe kaczki włamały się również na konto społecznościowe Zajączka i zaczęły wysyłać w jego imieniu do innych nieprzyjemne wiadomości. Pomocnicy Zajączka przestali z nim współpracować. Na drzewach w parku pojawiły się plakaty z karykaturami Zajączka. Nasz bohater czuł się okropnie. Zaczął nawet myśleć, że jest nikomu niepotrzebny. Wycofał się z życia publicznego i ukrył się. Waszym zadaniem jest pomóc Zajączkowi.

Nauczyciel rozdaje uczniom koszyczki. Uczniowie czytają bajkę o Zajączku i rozpoczynają wędrówkę. Zbierają w drodze od stacji do stacji ukryte/porzucone jaja.

STACJA 2

Wyciągnijcie z koperty pocięte puzzle. Ułóżcie je i policzcie jaja na ilustracji. Zapamiętajcie tę liczbę. To pierwsza cyfra wielkanocnego kodu.



Źródło: zdjęcie z serwisu pixabay.com

Uczniowie układają puzzle (załaminowana i pocięta na kawałki ilustracja pisanek wielkanocnych). Liczą jaja.

PIERWSZA CYFRA KODU: 8



STACJA 3

Plansza z zadaniem:

Ułóżcie z podanych liter jak najwięcej haseł związanych z internetem. Jeśli uda Wam się ułożyć przynajmniej cztery, możecie ruszać w dalszą drogę.

Klocki z literami. Uczniowie układają z liter przynajmniej 4 hasła związane z internetem. W przypadku trudności nauczyciel udziela wskazówek typu: niechciany e-mail, aby bezpiecznie korzystać z internetu, należy pamiętać, by budować silne..., zbiór zasad bezpiecznego korzystania z internetu, obraźliwe komentarze w sieci itd.

STACJA 4

Plansza z instrukcją do wykonania oraz szyfrem Polibiusza:

Odszyfrujcie hasło:

33 51 44 45 52 42 51 44 11

i wyjaśnijcie nauczycielowi, co ono oznacza.

SZYFR POLIBUSZA

Szyfr został opracowany przez greckiego historyka Polibiusza. Litery szyfrujemy zgodnie z poniższą szachownicą, najpierw numer kolumny, potem wiersza, np.:

	1	2	3	4	5
1	A	B	C	D	E
2	F	G	H	I/J	K
3	L	M	N	O	P
4	Q	R	S	T	U
5	V	W	X	Y	Z

Źródło: cyt. za: Centrum Dobrego Wychowania, (2019), [„Księga Szyfrów. Zbiór szyfrów do zabaw edukacyjnych”](#), Stowarzyszenie Wychowanków Fundacji Szczęśliwe Dzieciństwo [online, dostęp dn. 30.04.2025].

HASŁO: NETYKIETA

STACJA 5

Plansza z instrukcją do wykonania:

Odszyfrujcie hasło

• - •• | ••- | -••• | •• | • | -•-• | •••

i powiedzcie je każdej osobie w grupie!

ALFABET MORSE'A

Jeden z najpopularniejszych niegdyś systemów przesyłania informacji na odległość. Kreska jest trzy razy dłuższa od kropki. Można nadawać również za pomocą ramion (obydwie ręce do góry to kropka, ręce na bok to kreska). Zapis alfabetu podajemy z ciekawym harcerskim pomysłem pozwalającym łatwo się go nauczyć: sylaba z „o” to kreska, bez „o” to kropka.

a	•-	a-zot
b	-•••	bo-ta-ni-ka
c	-•-•	co-raz-moc-niej
d	-••	do-li-na
e	•	ełk
f	••-•	fi-lan-tro-pia
g	-•-•	go-spo-darz
h	••••	ha-la-bar-da
i	••	i-gła
j	•••••	jed-no-kon-no
k	-••	ko-la-no
l	•-••	le-o-ni-das
m	--	mo-tor

n	--•	no-ga
o	---	o-pocz-no
p	•-••	pe-lo-po-nez
q	---•	go-spo-dar-stwo
r	•-•	ra-tow-nik
s	•••	sa-ha-ra
t	-	tłok
u	••-	ur-sy-nów
v	•••-	Vin-cent van Gogh
w	•-•	wi-no-rośl
x	-•••	Xo-czy-mil-ko
y	-•-•	york-hull-ox-ford
z	-•••	zło-to-ry-ja

1	•-••••
2	••-•••
3	•••-••

4	••••-
5	•••••
6	-••••

7	•••••
8	•••••
9	•••••

0	••••••
---	--------

Źródło: cyt. za: Centrum Dobrego Wychowania, (2019), [„Księga Szyfrów. Zbiór szyfrów do zabaw edukacyjnych”](#), Stowarzyszenie Wychowanków Fundacji Szczęśliwe Dzieciństwo [online, dostęp dn. 30.04.2025].

W KOPERCIE ZNAJDUJE SIĘ HASŁO „LUBIĘ CIĘ” DO ODSZYFROWANIA.



STACJA 6

Plansza z instrukcją do wykonania:

Zapisać na kartce dzisiejszą datę – dzień i miesiąc. Zsumujcie wszystkie cyfry. Czynność powtarzajcie, dopóki nie otrzymacie liczby jednocyfrowej. Otrzymana liczba to druga cyfra naszego kodu.

UWAGA! Cyfra ulega zmianie w zależności od dnia, w którym wykonywane jest zadanie!

STACJA 7

Plansza z zadaniem:

Wyciągnijcie karteczki z zebranych jaj i przyczepcie je do odpowiednich planszy. Odpowiedzcie na pytanie, co to jest hejt. Jak można z nim walczyć?

Dwie plansze z hasłami:

1. HEJT
2. POZYTYWNE INFORMACJE

Uczniowie otwierają zebrane jaja i czytają zawarte w nich informacje. Dzielą je na pozytywne i negatywne, przypinają do odpowiednich plansz. Nauczyciel sprawdza poprawność wykonanego zadania. Jeżeli zadanie zostało wykonane poprawnie, uczniowie mogą udać się do kolejnej stacji.

STACJA 8

Plansza z zadaniem:

Wyciągnijcie z koperty pocięte puzzle. Ułóżcie je, następnie policzcie wszystkie oczka z kostek do gry. Otrzymana liczba to dwie ostatnie cyfry do kodu z naszego zadania.



Źródło: zdjęcie z serwisu pixabay.com

STACJA 9

Plansza z informacją:

Brawa dla Was, rozwiązaliście wszystkie zadania! Zajączek obserwował Was z ukrycia i dzięki Wam rozumie teraz, że kaczki złamały zasady netykiety. Nauczył się też radzić sobie z hejtem. Podajcie otrzymany kod. Czeka na Was teraz niespodzianka.

Nauczyciel wręcza uczniom pisanek z materiałami plastycznymi oraz papierowe pisanki formatu A5 do ozdabiania. Prosi, aby przygotowali własne pisanki i napisali na nich miłe informacje dla Zajączka. Zapowiada, że z pisanek powstanie gazetka, a uczniowie już niedługo przekonają się, czy Zajączek odwiedzi ich w tym roku.

Podsumowanie

Po rozwiązaniu wszystkich zadań i odnalezieniu ostatniego jaja z materiałami plastycznymi uczniowie wcielają się w role pomocników Zajączka Wielkanocnego i przygotowują PISANKI MOCY z hasłami wzmacniającymi poczucie wartości u dzieci (przykładowe hasła: Możesz być z siebie dumny. Lubię spędzać z Tobą czas. Fajnie, że jesteś).

Z przygotowanych pisanek powstanie gazetka ścienna z okazji Wielkanocy. Teraz wszyscy stają się superbohaterami. Uczniowie wiedzą, że słowa mogą ranić, ale też wspierać. To od nas zależy, czy wcielimy się jak kaczki w rolę hejterów, czy tak jak przed chwilą w pomocników Zajączka i superbohaterów.





Gra terenowa „CyberMisja – Strażnicy sieci”

Autor: Justyna Klimczyk, Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka w Kleszczowie

Czas trwania: 60–90 minut, w zależności od wieku uczniów

Grupa docelowa: uczniowie klas 6–8 szkoły podstawowej

Miejsce realizacji: budynek szkoły lub w terenie (podwórko szkolne, park)

Cel gry:

- uświadomienie uczniom zagrożeń związanych z cyberprzemocą i hejtem w internecie;
- nauczanie ich, jak właściwie reagować.

Potrzebne materiały:

- mapa terenu lub plan budynku z zaznaczonymi stacjami;
- karty z przykładami komentarzy i scenariuszami;
- karty z fałszywymi profilami;
- broszury edukacyjne (opcjonalnie);
- dyplomy dla uczestników gry;
- karty z szyframi (może to być również elementy graficznej układanki);
- dostęp do platformy Wordwall, LearningApps, Quizizz (można przygotować kody QR, które zeskanowane szybko przeniosą uczniów do ćwiczeń. Uwaga: ćwiczenia interaktywne można zastąpić formą papierową zadania. Jeśli nie ma opcji zrealizowania zadań interaktywnych – wydruki quizów).

Zasady gry:

Nauczyciel dzieli uczniów na grupy po 2–4 osoby, a następnie wręcza poszczególnym grupom mapę terenu lub plan budynku z oznaczonymi miejscami poszczególnych stacji.

Na stacjach znajdują się nauczyciele/starsi uczniowie, którzy będą weryfikować poprawność wykonanych zadań i rozdawać elementy finałowej układanki.

Uczniowie przechodzą od stacji do stacji, wykonują zadania, a za poprawne rozwiązania otrzymują elementy układanki/szyfru, które ułożą po przejściu przez wszystkie stacje.

W grze nie chodzi o zwycięstwo, ale o aktywne uczestnictwo. W związku z tym dla wszystkich uczestników warto przygotować dyplomy, a jeśli to możliwe – ulotki/broszury o cyberbezpieczeństwie.

Przebieg gry:

Wprowadzenie

Internet to niesamowite miejsce – źródło wiedzy, rozrywki i komunikacji. Jednak w cieniu tej wirtualnej przestrzeni czai się tajemniczy przeciwnik: Cień Hejtu, który sieje zamęt i zaraża ludzi negatywnymi emocjami. Wzmocnia go każde nienawistne słowo, każda złośliwa wiadomość, każde krzywdzące zdjęcie.

Grupa tajnych agentów, zwanych Strażnikami Sieci, otrzymała pilną misję – odnaleźć i zatrzymać Cień Hejtu, zanim przejmie kontrolę nad internetem i sprawi, że stanie się on miejscem pełnym wrogości i niebezpieczeństw. Nikt nie wie, kim dokładnie jest Cień Hejtu – jego działalność rozprzestrzenia się jak wirus, a jego wpływ dotyka coraz więcej osób.

Strażnicy muszą działać szybko, rozwiązując zagadki i odnajdując wskazówki, które pozwolą im prześledzić źródło hejtu i zneutralizować jego wpływ.

Drużyny Strażników Sieci muszą przejść przez trzy etapy misji. Każda stacja to wyzwanie, które przybliży ich do odkrycia źródła hejtu. Za każde poprawnie wykonane zadanie drużyny otrzymują punkty oraz fragment układanki. Po zebraniu wszystkich elementów będą mogły odkryć tajemniczą wiadomość i pokonać Cień Hejtu.

Każdą stację prowadzi nauczyciel lub inna osoba dorosła, której zadaniem jest ocena realizacji zadań, przyznawanie punktów oraz przekazywanie kolejnych elementów układanki.

Realizacja

Gra odbywa się w szkole lub na pobliskim terenie i składa się z kilku stacji, gdzie uczestnicy rozwiązują zadania. Drużyny otrzymują mapę z zaznaczonymi miejscami misji.

STACJA 1. ROZPOZNAJ HEJT

Etap 1. Analiza komentarzy

Uczniowie otrzymują karty z różnymi komentarzami i muszą przyporządkować je do jednej z kategorii:

- Konstruktywna krytyka
- Opinia
- Hejt
- Cyberprzemoc

Wskazówki:

W przypadku młodszych uczniów warto upewnić się, czy uczniowie rozumieją poszczególne określenia – jeśli nie, warto je wyjaśnić lub pozwolić uczniom wyszukać wyjaśnienia w internecie.

Przykłady komentarzy można przygotować w postaci karteczek, można również opracować zadanie w wersji interaktywnej, np. w Wordwallu (typ ćwiczenia – grupowanie. Na końcu scenariusza znajduje się link do ćwiczenia. Jeśli organizatorom zależy na pozyskaniu wyników poszczególnych zespołów, zadanie należy opracować samodzielnie).

Przykłady komentarzy:

- Nie zgadzam się z twoją opinią, ale masz prawo ją wyrazić. (Opinia)
- Jesteś głupi, twoje zdanie się nie liczy! (Hejt)
- Twoja prezentacja była ciekawa, ale mogłeś dodać więcej zdjęć. (Konstruktywna krytyka)
- Nie nadajesz się do tej klasy, wszyscy się z ciebie śmieją. (Cyberprzemoc)
- Super filmik! Może następnym razem spróbujesz dodać podkład muzyczny? (Konstruktywna krytyka)
- To jest totalna bzdura, nie masz pojęcia, o czym mówisz. (Opinia)
- Twój rysunek wygląda jak bazgroły przedszkolaka. Lepiej nie rysuj więcej. (Hejt)
- Fajnie, że podzieliłeś się swoją historią. To musiało być dla ciebie trudne. (Opinia)
- Jesteś żałosny, nigdy ci się nic nie uda. (Cyberprzemoc)

Etap 2. Konsekwencje hejtu

Uczniowie w grupach analizują skutki cyberprzemocy i przyporządkowują je do jednej z kategorii:

- Emocjonalne (np. smutek, lęk, obniżona samoocena, poczucie bezradności, stres, depresja, problemy ze snem)



- Społeczne (np. izolacja, brak zaufania do rówieśników, trudności w nawiązywaniu relacji, unikanie szkoły, wycofanie się z mediów społecznościowych)
- Prawne (np. konsekwencje zgłoszenia sprawy na policję, konsekwencje dla sprawcy – kara finansowa, sprawa w sądzie rodzinnym, odpowiedzialność prawna rodziców)

Wskazówki:

Poszczególne skutki można zapisać na osobnych karteczkach, by wygodnie było je przyporządkować do poszczególnych kategorii. Zadanie można opracować także w formie interaktywnej w Wordwallu (na końcu scenariusza znajduje się link do ćwiczenia. Jeśli organizatorom zależy na pozyskaniu wyników poszczególnych zespołów, zadanie należy opracować samodzielnie).

Etap 3. Interaktywne ćwiczenie

Drużyny rozwiązują quiz na platformie Wordwall lub Quizizz, sprawdzający ich wiedzę na temat hejtu i cyberprzemocy. Po ukończeniu zadania otrzymują fragment układanki.

Przykładowe pytania do quizu:

1. Czym jest hejt w internecie?
 - a) Konstruktywną krytyką
 - b) Wyrażaniem swojej opinii
 - c) Obrażaniem i atakowaniem innych osób w sieci
2. Który z poniższych komentarzy to hejt?
 - a) Nie zgadzam się z twoją opinią, ale masz prawo ją mieć
 - b) To najgorsza praca, jaką widziałem. Jesteś beznadziejny
 - c) Super zdjęcie! Może następnym razem spróbujesz innego kadru?
3. Jakie mogą być skutki hejtu w sieci?
 - a) Obniżona samoocena i stres
 - b) Poprawa humoru ofiary
 - c) Większa popularność w internecie
4. Co powinieneś zrobić, jeśli ktoś cię hejtuje w internecie?
 - a) Odpowiedzieć tym samym
 - b) Zgłosić hejt administratorowi lub osobie dorosłej
 - c) Udawać, że nic się nie stało
5. Które z poniższych działań mogą pomóc w walce z hejtem?
 - a) Zgłaszanie obraźliwych komentarzy
 - b) Rozpowszechnianie obraźliwych treści, żeby inni zobaczyli
 - c) Dołączanie do grupy hejtujących
6. Które zachowanie NIE jest cyberprzemocą?
 - a) Wyzywanie kogoś w wiadomościach prywatnych
 - b) Wspieranie przyjaciela w trudnej sytuacji online
 - c) Tworzenie fałszywego profilu w celu wyśmiewania kogoś
7. Jak można pomóc osobie, która jest ofiarą hejtu?
 - a) Powiedzieć jej, że to nie jest ważne i nie warto się przejmować
 - b) Zignorować sytuację, bo to nie nasza sprawa
 - c) Wspierać ją, zgłaszać hejt i poradzić, by porozmawiała z dorosłym
8. Jak możesz chronić się przed hejtem w internecie?
 - a) Nie zwracać uwagi na obraźliwe komentarze i ignorować problem
 - b) Ograniczyć udostępnianie prywatnych informacji i zgłaszać obraźliwe treści
 - c) Hejtować innych, aby samemu nie stać się ofiarą
9. Co może grozić hejterowi za stosowanie cyberprzemocy?
 - a) Nic – internet to przestrzeń wolności słowa

- b) Konsekwencje prawne, np. grzywna lub sprawa w sądzie rodzinnym
 - c) Nagroda za bycie „najlepszym trollem”
10. Dlaczego nie warto udostępniać w sieci kompromitujących zdjęć innych osób?
- a) Bo to może ich ośmieszyć i wyrządzić im krzywdę
 - b) Bo lepiej zachować je dla siebie
 - c) Bo można za to dostać dużo lajków

Poprawne odpowiedzi:

1c, 2b, 3a, 4b, 5a, 6b, 7c, 8b, 9b, 10a

Wskazówka:

W przypadku braku możliwości wykonania ćwiczenia interaktywnego można skorzystać z wersji papierowej quizu – materiał dostępny na końcu scenariusza.

STACJA 2. FAKE TOŻSAMOŚĆ

Etap 1. Identyfikacja fałszywych profili

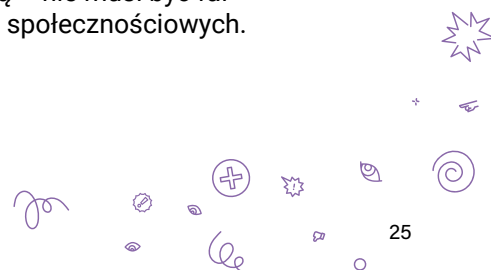
Uczniowie otrzymują karty z profilami i muszą wskazać te, które mogą być fałszywe.

Przykłady:

- Profil bez zdjęcia, z ogólnikowym opisem „Jestem nowy, dodaj mnie do znajomych!”
- Profil z realistycznym zdjęciem i podanym miejscem zamieszkania
- Konto z bardzo małą liczbą znajomych i niewielką aktywnością
- Profil z przesadnie idealnym zdjęciem i podejrzanym opisem
- Konto z imieniem i nazwiskiem znanej osoby, ale bez żadnych postów i znajomych
- Profil, który wysłał identyczne wiadomości do wielu osób, np. „Cześć, chcesz wygrać super nagrodę?”
- Konto z bardzo dużą liczbą znajomych, ale bez żadnych postów ani interakcji
- Profil z opisem „Jestem fanem gier, dodaj mnie!” i zdjęciem pobranym z internetu
- Konto, które prosi o prywatne informacje lub oferuje szybki zarobek

Poprawne odpowiedzi i wskazówki (jeśli jest na to czas, można omówić odpowiedzi uczniów):

- Profil bez zdjęcia, z ogólnikowym opisem „Jestem nowy, dodaj mnie do znajomych!” – brak zdjęcia i szczegółowych informacji może wskazywać na fałszywe konto.
- Profil z przesadnie idealnym zdjęciem i podejrzanym opisem – może to być konto stworzone w celu oszustwa lub manipulacji.
- Konto z imieniem i nazwiskiem znanej osoby, ale bez żadnych postów i znajomych – oszuści często podszywają się pod znane osoby.
- Profil, który wysłał identyczne wiadomości do wielu osób, np. „Cześć, chcesz wygrać super nagrodę?” – to może być próba oszustwa internetowego.
- Konto z bardzo dużą liczbą znajomych, ale bez żadnych postów ani interakcji – fałszywe konta często dodają wiele osób, ale nie mają aktywności.
- Profil z opisem „Jestem fanem gier, dodaj mnie!” i zdjęciem pobranym z internetu – może to być konto stworzone w celu zdobycia zaufania dzieci i młodzieży.
- Konto, które prosi o prywatne informacje lub oferuje szybki zarobek – takie profile często są wykorzystywane do wyłudzenia danych lub oszustw.
- Profil z realistycznym zdjęciem i podanym miejscem zamieszkania – może być prawdziwy, ale dzielenie się zbyt wieloma informacjami może być niebezpieczne.
- Konto z bardzo małą liczbą znajomych i niewielką aktywnością – nie musi być fałszywe, może należeć do kogoś, kto rzadko korzysta z mediów społecznościowych.



Wskazówka:

Przykłady opisów profili można przygotować w postaci karteczek, można też opracować zadanie w wersji interaktywnej, np. w Wordwallu (na końcu scenariusza znajduje się link do ćwiczenia. Jeśli organizatorom zależy na pozyskaniu wyników poszczególnych zespołów, zadanie należy opracować samodzielnie).

Etap 2. Interaktywne ćwiczenie

Uczniowie wykonują ćwiczenie na Wordwall, LearningApps lub Quizizz dotyczące zasad bezpieczeństwa online. Po poprawnym rozwiązaniu otrzymują element układanki.

Przykładowe pytania do ćwiczenia:

1. Co oznacza pojęcie „phishing”?
 - a) Złośliwe oprogramowanie
 - b) Oszustwo mające na celu wyłudzenie danych osobowych
 - c) Zabezpieczenie haseł
 - d) Ochrona przed wirusami
2. Jakie jest najlepsze hasło?
 - a) Twoje imię i nazwisko
 - b) Proste słowo, które łatwo zapamiętasz
 - c) Długie hasło, zawierające cyfry, litery i znaki specjalne
 - d) Twoja data urodzenia
3. Co to jest „dwuetapowa weryfikacja”?
 - a) Używanie dwóch haseł
 - b) Używanie dodatkowego zabezpieczenia, np. kodu SMS
 - c) Zmiana hasła co miesiąc
 - d) Używanie tylko haseł z dużych liter
4. Co należy zrobić, gdy otrzymasz podejrzaną e-mail z nieznanego źródła?
 - a) Otworzyć załącznik, aby sprawdzić, co zawiera
 - b) Kliknąć w link, aby zweryfikować wiadomość
 - c) Zignorować e-mail, ale nie otwierać żadnych załączników ani linków
 - d) Odpisać na wiadomość z pytaniem, o co chodzi
5. Jakie dane osobowe są szczególnie niebezpieczne, gdy zostaną ujawnione online?
 - a) Tylko adres e-mail
 - b) Imię, nazwisko, adres zamieszkania i numer telefonu
 - c) Kolor ulubionego samochodu
 - d) Ulubiony gatunek muzyczny
6. Co to jest „wirus komputerowy”?
 - a) Program, który automatycznie aktualizuje oprogramowanie
 - b) Program, który może uszkodzić lub przejąć kontrolę nad twoim komputerem
 - c) Program, który pomaga w zarządzaniu plikami
 - d) Program, który chroni przed wirusami
7. Dlaczego ważne jest, aby regularnie aktualizować oprogramowanie?
 - a) Aby korzystać z nowych funkcji
 - b) Aby system operacyjny działał szybciej
 - c) Aby naprawić luki bezpieczeństwa, które mogą zostać wykorzystane przez hakerów
 - d) Aby uniknąć wysyłania niechcianych e-maili
8. Co powinno się zrobić, gdy mamy podejrzenie, że ktoś ukradł nasze konto i się pod nas podszyswa?
 - a) Zignorować sytuację i kontynuować korzystanie z konta
 - b) Zmienić hasło i skontaktować się z administratorem serwisu

- c) Usunąć konto
- d) Czekać na reakcję administratorów strony

Prawidłowe odpowiedzi:

1b, 2c, 3b, 4c, 5b, 6b, 7c, 8b

Wskazówka:

W przypadku braku możliwości wykonania ćwiczenia interaktywnego można skorzystać z wersji papierowej quizu – materiał dostępny na końcu scenariusza.

STACJA 3. STOP CYBERPRZEMOCY

Etap 1. Analiza sytuacji

Uczniowie otrzymują opisy sytuacji związanych z cyberprzemocą:

- Ktoś stworzył grupę na komunikatorze i wyśmiewa w niej kolegę. Co robisz?
- Twój kolega otrzymuje obraźliwe wiadomości od nieznanej osoby. Jak możesz mu pomóc?
- Ktoś wysłał do ciebie wiadomości z pogrózkami na komunikatorze. Co robisz?
- W grupie na Facebooku ktoś publikuje obraźliwe komentarze o twoim koleędzie, a inni zaczynają się z niego śmiać. Jak reagujesz?
- Na Instagramie pojawiło się zdjęcie twojego kolegi, które zostało zrobione w niewłaściwym momencie. Nikt nie pytał go o zgodę na publikację. Co robisz?

Etap 2. Reakcja

Zadaniem uczniów jest wymyślenie sposobów reakcji w opisanych sytuacjach.

Oto propozycje odpowiedzi:

- Ktoś stworzył grupę na komunikatorze i wyśmiewa w niej kolegę. Co robisz?

Reakcja: Natychmiast opuść grupę, zgłoś ją moderatorowi lub administratorowi komunikatora. Poinformuj kolegę o sytuacji i zaproponuj mu wsparcie, aby wiedział, że nie jest sam. Możesz również porozmawiać z osobami, które biorą udział w wyśmiewaniu, tłumacząc im, dlaczego ich zachowanie jest nieakceptowalne.

- Twój kolega otrzymuje obraźliwe wiadomości od nieznanej osoby. Jak możesz mu pomóc?

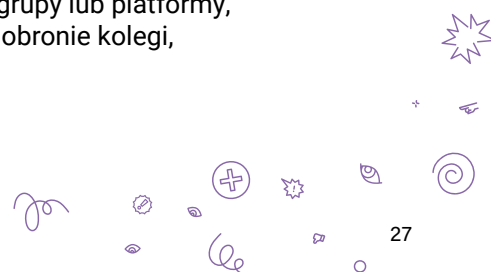
Reakcja: Doradź koleędzie, aby nie odpowiadał na obraźliwe wiadomości. Poinformuj go, żeby zablokował nadawcę wiadomości i zgłosił sprawę do odpowiednich służb lub administratorów platformy. Możesz także wspierać go emocjonalnie i zapewnić, że nie jest winny tej sytuacji.

- Ktoś wysłał do ciebie wiadomości z pogrózkami na komunikatorze. Co robisz?

Reakcja: Nie odpowiadaj na wiadomości i nie angażuj się w dalszą rozmowę. Zapisz wszystkie dowody (zrzuty ekranu), zablokuj nadawcę i zgłoś sytuację administratorowi komunikatora lub, jeśli to konieczne, odpowiednim służbom. Warto także porozmawiać z dorosłymi, którzy mogą pomóc w rozwiązaniu problemu i udzielić niezbędnego wsparcia. To do nich trzeba zwracać się w pierwszej kolejności!

- W grupie na Facebooku ktoś publikuje obraźliwe komentarze o twoim koleędzie, a inni zaczynają się z niego śmiać. Jak reagujesz?

Reakcja: Natychmiast zgłoś obraźliwy komentarz do administratorów grupy lub platformy, tłumacząc, że narusza zasady. Jeśli to możliwe, postaraj się stanąć w obronie kolegi,



oferując wsparcie publicznie lub prywatnie. Możesz także poradzić koledze, żeby opuścić grupę i zgłosił takie zachowanie.

- Na Instagramie pojawiło się zdjęcie twojego kolegi, które zostało zrobione w niewłaściwym momencie. Nikt nie pytał go o zgodę na publikację. Co robisz?

Reakcja: Skontaktuj się z osobą, która opublikowała zdjęcie, i poproś o jego usunięcie, wyjaśniając, że kolega nie wyraził zgody na publikację. Możesz również zaproponować koledze, żeby zgłosił sytuację bezpośrednio na Instagramie. Warto zadbać o to, aby zdjęcie zostało usunięte, jeśli to narusza czyjąś prywatność.

Wskazówka:

Uczniowie przedstawiają swoje rozwiązania nauczycielowi, który przyznaje punkty i wręcza kolejny element układanki. Jeśli jest na to czas, uczniowie udzielają odpowiedzi w formie krótkich scenek.

Etap 3. Interaktywne ćwiczenie

Drużyny wykonują quiz na Wordwall na temat prawidłowego reagowania na cyberprzemoc. Po ukończeniu otrzymują ostatni fragment układanki.

Przykładowe pytania:

1. Co powinieneś zrobić, jeśli jesteś świadkiem cyberprzemocy w sieci?
 - a) Zignorować sytuację, bo to nie twoja sprawa
 - b) Zgłosić sytuację administratorowi lub moderatorowi
 - c) Udzielić wsparcia osobie, która jest ofiarą, i również brać udział w wyśmiewaniu
 - d) Pozwolić, aby sytuacja rozwiązała się sama
2. Jeśli ktoś w internecie wysłał ci obraźliwe wiadomości, co powinieneś zrobić?
 - a) Odpowiedzieć agresywnie, aby pokazać, że nie masz strachu
 - b) Zignorować wiadomości i zablokować nadawcę
 - c) Odpisać, żeby zobaczyć, co się stanie
 - d) Udostępnić wiadomości innym, aby je rozprzestrzenić
3. Co zrobić, jeśli kolega w internecie staje się ofiarą cyberprzemocy?
 - a) Zignorować sytuację, bo to jego sprawa
 - b) Spróbować rozwiązać sytuację samodzielnie bez informowania nikogo
 - c) Dodać obraźliwy komentarz w odpowiedzi
 - d) Wspierać kolegę, zgłosić sprawę odpowiednim służbom i platformie
4. Jeśli zauważysz, że ktoś rozsyła w internecie kompromitujące zdjęcia bez zgody sfotografowanej osoby, co robisz?
 - a) Udostępniasz je dalej, aby więcej osób je zobaczyło
 - b) Zgłaszasz sytuację administratorowi lub odpowiednim służbom i mówisz osobie, której zdjęcia zostały opublikowane, żeby je usunęła
 - c) Ignorujesz, bo to tylko jedno zdjęcie
 - d) Śmiejesz się z tego w komentarzach
5. Jeśli ktoś zaczyna cię prześladować w sieci i wysłał ci pogróżki, co robisz?
 - a) Ignorujesz i nic nie robisz
 - b) Blokujesz tę osobę i zgłaszasz sprawę do dorosłych lub odpowiednich służb
 - c) Odpowiadasz z jeszcze większą agresją
 - d) Udostępniasz pogróżki innym, żeby wszyscy je zobaczyli

6. Co należy zrobić, jeśli ktoś publikuje obraźliwe komentarze o twoim koleźce na Facebooku?
 - a) Pisziesz podobne komentarze w obronie kolegi
 - b) Ignorujesz i nie angażujesz się
 - c) Zgłaszasz obraźliwy komentarz do administratora i wspierasz kolegę
 - d) Udostępniasz komentarze, żeby więcej osób je zobaczyło
7. Jeśli ktoś cię nęka w internecie, co należy zrobić, zanim zgłosisz sprawę?
 - a) Udzielić nękającej osobie kilku ostrzeżeń, aby się zatrzymała
 - b) Zablokować tę osobę i zapisać dowody (zrzuty ekranu, wiadomości)
 - c) Rozmawiać z tą osobą, żeby dowiedzieć się, dlaczego cię nęka
 - d) Odpowiadać na jej wiadomości, aby dać jej do zrozumienia, że nie jesteś słaby
8. Jeśli twoje zdjęcie zostało opublikowane w internecie bez twojej zgody, co robisz?
 - a) Ignorujesz i pozwalasz, aby zdjęcie zostało
 - b) Proszę osobę, która je opublikowała, aby je usunęła
 - c) Rozsyłasz je innym, żeby wszyscy je zobaczyli
 - d) Zgłaszasz to na platformie i rozmawiasz z dorosłymi o tej sytuacji
9. Co zrobić, jeśli znajdziesz w internecie fałszywe informacje, które mogą szkodzić komuś?
 - a) Zgłaszasz te informacje administratorom strony
 - b) Udostępniasz te informacje dalej, aby zwiększyć ich zasięg
 - c) Ignorujesz, bo to nie twoja sprawa
 - d) Pisziesz komentarz, aby obalić te informacje, i informujesz innych o fałszywości posta
10. Co powinieneś zrobić, jeśli ktoś publikuje w internecie informacje, które mogą naruszać twoje prawo do prywatności?
 - a) Ignorujesz to, bo nie chcesz robić kłopotów
 - b) Zgłaszasz publikację na platformie i rozmawiasz z osobą odpowiedzialną
 - c) Udostępniasz post w innych miejscach, aby więcej osób go zobaczyło
 - d) Odpowiadasz w sposób niegrzeczny, aby ją ostrzec

Prawidłowe odpowiedzi:

1b, 2b, 3d, 4b, 5b, 6c, 7b, 8b, 9a, 10b

Wskazówka:

W przypadku braku możliwości wykonania ćwiczenia interaktywnego można skorzystać z wersji papierowej quizu – materiał dostępny na końcu scenariusza.

Źródła: materiały edukacyjne dostępne na stronach

saferinternet.pl, fundacja.orange.pl/strefa-wiedzy/bezpieczenstwo-dzieci-online,
it-szkola.edu.pl/publikacje

Podsumowanie

Po przejściu wszystkich stacji drużyny zdobywają fragmenty kodu (obrazka) do Bloku Bezpieczeństwa – finalnego rozwiązania, które powstrzyma Cię Hejtu. Po poprawnym ułożeniu układanki uczestnicy oficjalnie zostają Strażnikami Sieci. Każdy otrzymuje dyplom oraz broszurę z zasadami walki z cyberprzemocą.

Uczestnictwo w grze dostarczy uczestnikom porcję wiedzy, ale pokaże im również, jak zachować się w sytuacji, kiedy oni sami lub ich koledzy/koleżanki staną się ofiarami hejtu. Gra oprócz tematyki hejtu porusza także szeroko pojętą tematykę bezpiecznego korzystania z zasobów sieciowych – jest więc świetną okazją do odświeżenia informacji na ten temat.



Uwagi i inne elementy

Przykładowa grafika, której elementy będą otrzymywać uczniowie na poszczególnych etapach gry:



STACJA 1 – Etap 1

Materiał do wydruku i pocięcia

Nie zgadzam się z twoją opinią, ale masz prawo ją wyrazić.
Jesteś głupi, twoje zdanie się nie liczy!
Twoja prezentacja była ciekawa, ale mogłeś dodać więcej zdjęć.
Nie nadajesz się do tej klasy, wszyscy się z ciebie śmieją.
Super filmik! Może następnym razem spróbujesz dodać podkład muzyczny?
To jest totalna bzdura, nie masz pojęcia, o czym mówisz.
Twój rysunek wygląda jak bazgroły przedszkolaka. Lepiej nie rysuj więcej.
Fajnie, że podzieliłeś się swoją historią. To musiało być dla ciebie trudne.
Jesteś żalosny, nigdy ci się nic nie uda.



Link do zadania interaktywnego w Wordwall

STACJA 1 – Etap 2

Materiał do wydruku i pocięcia

smutek	lęk
obniżona samoocena	poczucie bezradności
stres	depresja
problemy ze snem	izolacja
brak zaufania do rówieśników	trudności w nawiązywaniu relacji
unikanie szkoły	wycofanie się z mediów społecznościowych
konsekwencje zgłoszenia	konsekwencje dla sprawcy
zgłoszenie sprawy na policję	kara finansowa
sprawa w sądzie rodzinnym	odpowiedzialność prawna rodziców



Link do zadania interaktywnego w Wordwall

STACJA 1 – Etap 1

Jak prawidłowo reagować na cyberprzemoc

1. Czym jest hejt w internecie?
 - a) Konstruktywną krytyką
 - b) Wyrażaniem swojej opinii
 - c) Obrażaniem i atakowaniem innych osób w sieci
2. Który z poniższych komentarzy to hejt?
 - a) Nie zgadzam się z twoją opinią, ale masz prawo ją mieć
 - b) To najgorsza praca, jaką widziałem. Jesteś beznadziejny
 - c) Super zdjęcie! Może następnym razem spróbujesz innego kadru?
3. Jakie mogą być skutki hejtu w sieci?
 - a) Obniżona samoocena i stres
 - b) Poprawa humoru ofiary
 - c) Większa popularność w internecie
4. Co powinieneś zrobić, jeśli ktoś cię hejtuje w internecie?
 - a) Odpowiedzieć tym samym
 - b) Zgłosić hejt administratorowi lub osobie dorosłej
 - c) Udawać, że nic się nie stało



5. Które z poniższych działań mogą pomóc w walce z hejtem?
 - a) Zgłaszanie obraźliwych komentarzy
 - b) Rozpowszechnianie obraźliwych treści, żeby inni zobaczyli
 - c) Dołączanie do grupy hejtujących, by nie być samemu
6. Które zachowanie NIE jest cyberprzemocą?
 - a) Wyzywanie kogoś w wiadomościach prywatnych
 - b) Wspieranie przyjaciela w trudnej sytuacji online
 - c) Tworzenie fałszywego profilu w celu wyśmiewania kogoś
7. Jak można pomóc osobie, która jest ofiarą hejtu?
 - a) Powiedzieć jej, że to nie jest ważne i nie warto się przejmować
 - b) Zignorować sytuację, bo to nie nasza sprawa
 - c) Wspierać ją, zgłaszać hejt i poradzić, by porozmawiała z dorosłym
8. Jak możesz chronić się przed hejtem w internecie?
 - a) Nie zwracać uwagi na obraźliwe komentarze i ignorować problem
 - b) Ograniczyć udostępnianie prywatnych informacji i zgłaszać obraźliwe treści
 - c) Hejtować innych, aby samemu nie stać się ofiarą
9. Co może grozić hejterowi za stosowanie cyberprzemocy?
 - a) Nic – internet to przestrzeń wolności słowa
 - b) Konsekwencje prawne, np. grzywna lub sprawa w sądzie rodzinnym
 - c) Nagroda za bycie „najlepszym trollem”
10. Dlaczego nie warto udostępniać w sieci kompromitujących zdjęć innych osób?
 - a) Bo to może ich ośmieszyć i wyrządzić im krzywdę
 - b) Bo lepiej zachować je dla siebie
 - c) Bo można za to dostać dużo lajków



Link do zadania interaktywnego w Wordwall

STACJA 2 – Etap 1

Materiał do wydruku i pocięcia

Profil bez zdjęcia, z ogólnikowym opisem „Jestem nowy, dodaj mnie do znajomych!”
Profil z realistycznym zdjęciem i podanym miejscem zamieszkania
Konto z bardzo małą liczbą znajomych i niewielką aktywnością
Profil z przesadnie idealnym zdjęciem i podejrzanym opisem
Konto z imieniem i nazwiskiem znanej osoby, ale bez żadnych postów i znajomych
Profil, który wysyła identyczne wiadomości do wielu osób, np. „Cześć, chcesz wygrać super nagrodę?”

Konto z bardzo dużą liczbą znajomych, ale bez żadnych postów ani interakcji

Profil z opisem „Jestem fanem gier, dodaj mnie!” i zdjęciem pobranym z internetu

Konto, które prosi o prywatne informacje lub oferuje szybki zarobek



Link do zadania interaktywnego w Wordwall

STACJA 2 – Etap 2

Zasady bezpieczeństwa online

1. Co oznacza pojęcie „phishing”?
 - a) Złośliwe oprogramowanie
 - b) Oszustwo mające na celu wyłudzenie danych osobowych
 - c) Zabezpieczenie haseł
 - d) Ochrona przed wirusami
2. Jakie jest najlepsze hasło?
 - a) Twoje imię i nazwisko
 - b) Proste słowo, które łatwo zapamiętasz
 - c) Długie hasło, zawierające cyfry, litery i znaki specjalne
 - d) Twoja data urodzenia
3. Co to jest „dwuetapowa weryfikacja”?
 - a) Używanie dwóch haseł
 - b) Używanie dodatkowego zabezpieczenia, np. kodu SMS
 - c) Zmiana hasła co miesiąc
 - d) Używanie tylko haseł z dużych liter
4. Co należy zrobić, gdy otrzymasz podejrany e-mail z nieznanego źródła?
 - a) Otworzyć załącznik, aby sprawdzić, co zawiera
 - b) Kliknąć w link, aby zweryfikować wiadomość
 - c) Zignorować e-mail, ale nie otwierać żadnych załączników ani linków
 - d) Odpisać na wiadomość z pytaniem, o co chodzi
5. Jakie dane osobowe są szczególnie niebezpieczne, gdy zostaną ujawnione online?
 - a) Tylko adres e-mail
 - b) Imię, nazwisko, adres zamieszkania i numer telefonu
 - c) Kolor ulubionego samochodu
 - d) Ulubiony gatunek muzyczny
6. Co to jest „wirus komputerowy”?
 - a) Program, który automatycznie aktualizuje oprogramowanie
 - b) Program, który może uszkodzić lub przejąć kontrolę nad twoim komputerem
 - c) Program, który pomaga w zarządzaniu plikami
 - d) Program, który chroni przed wirusami
7. Dlaczego ważne jest, aby regularnie aktualizować oprogramowanie?
 - a) Aby korzystać z nowych funkcji
 - b) Aby system operacyjny działał szybciej
 - c) Aby naprawić luki bezpieczeństwa, które mogą zostać wykorzystane przez hakerów
 - d) Aby uniknąć wysyłania niechcianych e-maili



8. Co powinno się zrobić, gdy mamy podejrzenie, że ktoś ukradł nasze konto i się pod nas podszyswa?
 - a) Zignorować sytuację i kontynuować korzystanie z konta
 - b) Zmienić hasło i skontaktować się z administratorem serwisu
 - c) Usunąć konto
 - d) Czekać na reakcję administratorów strony



Link do zadania interaktywnego w Wordwall

STACJA 3 – Etap 1

Materiał do wydruku i pocięcia

Ktoś stworzył grupę na komunikatorze i wyśmiewa w niej kolegę. Co robisz?
Twój kolega otrzymuje obraźliwe wiadomości od nieznanej osoby. Jak możesz mu pomóc?
Ktoś wysyła do ciebie wiadomości z pogróżkami na komunikatorze. Co robisz?
W grupie na Facebooku ktoś publikuje obraźliwe komentarze o twoim koledze, a inni zaczynają się z niego śmiać. Jak reagujesz?
Na Instagramie pojawiło się zdjęcie twojego kolegi, które zostało zrobione w niewłaściwym momencie. Nikt nie pytał go o zgodę na publikację. Co robisz?

STACJA 3 – Etap 2

Jak reagować na cyberprzemoc?

1. Co powinieneś zrobić, jeśli jesteś świadkiem cyberprzemocy w sieci?
 - a) Zignorować sytuację, bo to nie twoja sprawa
 - b) Zgłosić sytuację administratorowi lub moderatorowi
 - c) Udzielić wsparcia osobie, która jest ofiarą, i również brać udział w wyśmiewaniu
 - d) Pozwolić, aby sytuacja rozwiązała się sama
2. Jeśli ktoś w internecie wysyła ci obraźliwe wiadomości, co powinieneś zrobić?
 - a) Odpowiedzieć agresywnie, aby pokazać, że nie masz strachu
 - b) Zignorować wiadomości i zablokować nadawcę
 - c) Odpisać, żeby zobaczyć, co się stanie
 - d) Udostępnić wiadomości innym, aby je rozprzestrzenić
3. Co zrobić, jeśli kolega w internecie staje się ofiarą cyberprzemocy?
 - a) Zignorować sytuację, bo to jego sprawa
 - b) Spróbować rozwiązać sytuację samodzielnie bez informowania nikogo
 - c) Dodać obraźliwy komentarz w odpowiedzi
 - d) Wspierać kolegę, zgłosić sprawę odpowiednim służbom i platformie
4. Jeśli zauważysz, że ktoś rozsyła w internecie kompromitujące zdjęcia bez zgody osoby na nich, co robisz?
 - a) Udostępniasz je dalej, aby więcej osób je zobaczyło

- b) Zgłaszasz sytuację administratorowi lub odpowiednim służbom i mówisz osobie, której zdjęcia zostały opublikowane, żeby je usunęła
 - c) Ignorujesz, bo to tylko jedno zdjęcie
 - d) Śmiejesz się z tego w komentarzach
5. Jeśli ktoś zaczyna cię prześladować w sieci i wysyła ci pogróżki, co robisz?
- a) Ignorujesz i nic nie robisz
 - b) Blokujesz tę osobę i zgłaszasz sprawę do dorosłych lub odpowiednich służb
 - c) Odpowiadasz z jeszcze większą agresją
 - d) Udostępniasz pogróżki innym, żeby wszyscy je zobaczyli
6. Co należy zrobić, jeśli ktoś publikuje obraźliwe komentarze o twoim koledze na Facebooku?
- a) Pisziesz podobne komentarze w obronie kolegi
 - b) Ignorujesz i nie angażujesz się
 - c) Zgłaszasz obraźliwy komentarz do administratora i wspierasz kolegę
 - d) Udostępniasz komentarze, żeby więcej osób je zobaczyło
7. Jeśli ktoś cię nęka w internecie, co należy zrobić, zanim zgłosisz sprawę?
- a) Udzielić nękającej osobie kilku ostrzeżeń, aby się zatrzymała
 - b) Zablokować tę osobę i zapisać dowody (zrzuty ekranu, wiadomości)
 - c) Rozmawiać z tą osobą, żeby dowiedzieć się, dlaczego cię nęka
 - d) Odpowiadać na jej wiadomości, aby dać jej do zrozumienia, że nie jesteś słaby
8. Jeśli twoje zdjęcie zostało opublikowane w internecie bez twojej zgody, co robisz?
- a) Ignorujesz i pozwalasz, aby zdjęcie zostało
 - b) Proszę osobę, która je opublikowała, aby je usunęła
 - c) Rozsyłasz je innym, żeby wszyscy je zobaczyli
 - d) Zgłaszasz to na platformie i rozmawiasz z dorosłymi o tej sytuacji
9. Co zrobić, jeśli znajdziesz w internecie fałszywe informacje, które mogą szkodzić komuś?
- a) Zgłaszasz te informacje administratorom strony
 - b) Udostępniasz te informacje dalej, aby zwiększyć ich zasięg
 - c) Ignorujesz, bo to nie twoja sprawa
 - d) Pisziesz komentarz, aby obalić te informacje, i informujesz innych o fałszywości posta
10. Co powinieneś zrobić, jeśli ktoś publikuje w internecie informacje, które mogą naruszać twoje prawo do prywatności?
- a) Ignorujesz to, bo nie chcesz robić kłopotów
 - b) Zgłaszasz publikację na platformie i rozmawiasz z osobą odpowiedzialną
 - c) Udostępniasz post w innych miejscach, aby więcej osób go zobaczyło
 - d) Odpowiadasz w sposób niegrzeczny, aby ją ostrzec



Link do zadania interaktywnego w Wordwall





Gra terenowa „Wojna z Zombie Hejtu”

Autor: Przemysław Giblewski, Szkoła Podstawowa im. mjr Henryka Dobrzańskiego Hubala w Gałdowie

Czas trwania: 45–60 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 4–6 szkoły podstawowej

Miejsce realizacji: budynek szkoły lub cały teren szkoły

Cel gry:

- uświadomienie dzieciom, czym jest hejt i jakie są jego skutki;
- rozpoznawanie mowy nienawiści w sieci;
- kształtowanie empatii, odpowiedzialności za słowo i umiejętności reagowania;
- pokazanie sposobów przeciwdziałania hejtowi i zgłaszania go.

Potrzebne materiały:

- telefony/tablety do odczytywania QR kodów;
- karty z zadaniami i testami;
- mazaki, kartki, drukowane labirynty;
- QR kody (przygotowane wcześniej i przypisane do zadań);
- dyplomy/medale/odznaki dla uczestników.

Zasady gry:

Nauczyciel dzieli uczniów na 4-osobowe zespoły, które przechodzą przez kolejne stacje.

Na każdej ze stacji uczniowie otrzymują QR kod, który prowadzi do kolejnego zadania. Trzeba wykonać wszystkie zadania, by przejść dalej.

Nie ma złych odpowiedzi – są tylko drogowskazy, które uczą.

Przebieg gry:

Wprowadzenie

Nauczyciel na początku wręcza uczniom list, który przybliży im klimat gry i naprowadzi na pierwsze zadanie. Przykład listu:

TAJNA ODEZWA DO DRUŻYNY BOHATERÓW OD OSTATNIEGO PRZYWÓDCY ŚWIATA

Drodzy Mieszkańcy Ziemi!

Nasza planeta znalazła się w ogromnym niebezpieczeństwie.

Od miesięcy świat ogarnął złośliwy wirus hejtu – podstępny i niewidzialny, rozprzestrzeniający się przez sieć, ekrany i słowa. Zaraża serca, zamieniając dobrych ludzi w zielone zombie nienawiści, rozsiewające jad i krzywdę.

Jeśli czytacie ten list – znaczy, że jeszcze się nie poddaliście.

Jesteście ostatnim bastionem nadziei. Ostatnią linią obrony ludzkości.

Przed Wami misja ratująca świat – wierzę, że Wam się uda. Czekają Was trzy zadania:

- Etap 1. Rozpoznanie wirusa – nauczcie się wykrywać jego symptomy.
- Etap 2. Ochrona i reakcja – poznajcie sposoby unikania zarażenia i pomagania innym.
- Etap 3. Leczenie słowem – przekształćcie jad w życzliwość i odnajdźcie antidotum.

Potrzebujemy Waszej odwagi, sprytu i współpracy.

Jesteście naszą ostatnią nadzieją.

Do dzieła, drużyno!

Przywódca Wolnego Świata

Realizacja

Uczniowie przechodzą kolejno do trzech stacji. Na podsumowanie czeka ich finał z hasłem końcowym.

STACJA 1. Diagnoza – rozpoznaj wirusa hejtu

Materiały:

- karta testu z pytaniami A/B;
- siatka kodu QR (zaznaczając pola A/B w odpowiedni sposób, dzieci „odkryją” kod QR);
- mazaki lub kredki;
- telefon/tablet do odczytania QR kodu.

Zadaniem uczniów jest rozpoznanie hejtu i nauka odróżniania go od zwykłej krytyki czy żartu.

Dzieci dostają kartę z pytaniami (np. 6 pytań, przy każdej odpowiedzi A/B zaznaczają konkretne pole). Po poprawnym wypełnieniu czarnym mazakiem odpowiednich pól – wyłania się kod QR.

Kod QR wskazuje drogę do kolejnej stacji.

STACJA 2. Unikaj zakażenia – jak się chronić i gdzie zgłaszać

Materiały:

- labirynt (wydrukowany lub wykonany na ziemi np. z taśmy);
- karty z pytaniami do decyzji na skrzyżowaniach („Idziesz w prawo, jeśli...”);
- kilka QR kodów – tylko jeden prawidłowy;
- tabliczki z napisami: „Zgłoś hejtera do...”, „Nie wchodź w dyskusję...” itp.

Dzięki tej stacji uczniowie nauczą się, jak reagować na hejt i gdzie go zgłaszać.

Dzieci wchodzą do labiryntu. Na skrzyżowaniach muszą podejmować decyzję, np. „Zareagujesz czy zignorujesz?”, „Gdzie zgłosisz hejt?”. Jeśli wybiorą właściwą ścieżkę, odnajdą prawidłowy QR kodu, który doprowadzi je do ostatniej stacji. Ślepe ścieżki nie zawierają wskazówek.



STACJA 3. Leczenie hejtu – napraw świat słowem

Materiały:

- trzy wydrukowane wiadomości z mową nienawiści;
- karteczki do napisania wersji „uzdrowionych”;
- QR kod do finału (przekazywany przez nauczyciela po wykonaniu zadania).

Tym razem uczniowie dowiedzą się, jak przekształcić hejt w pozytywny komunikat.

Nauczyciel wręcza uczniom trzy przykładowe hejterskie wiadomości (np. „Jesteś beznadziejny, po co w ogóle grasz?”). Ich zadaniem będzie przepisanie tych komunikatów w wersji „hero” – czyli usunięcie hejtu i zmiana przekazu na neutralny lub wspierający.

Następnie nauczyciel zatwierdza „komunikat po pozytywnej przemianie” i przekazuje uczniom ostatni QR kod z finałowym hasłem gry.

Finał

Dzieci skanują ostatni QR kod i dostają hasło końcowe, np. „Moc dobrego słowa zmienia świat!” oraz dyplom/odznakę „Cyberbohatera”.

Podsumowaniem gry jest ostatnia misja – Kapsuła Supermocy „STOP HEJTOWI”. Zadaniem uczestników będzie zapisanie na kolorowych karteczkach swoich refleksji lub informacji czy umiejętności zdobytych podczas udziału w grze.

Uczniowie indywidualnie zapisują odpowiedzi – np.:

- Nauczyłam się nie odpowiadać hejtem na hejt.
- Wiem, że można zgłosić hejt dorosłemu.
- Nie każdy żart jest śmieszny – czasem boli.

Następnie uczniowie wrzucają karteczki do kapsuły i wspólnie ją zamykają. Można ją schować w wyznaczonym miejscu (np. z dopiskiem „OTWORZYĆ TYLKO W RAZIE KOLEJNEGO ATAKU ZOMBIE HEJTU”).





Gra terenowa „Misja Cyberbohaterów”

Autor: Dominika Mazur, Szkoła Podstawowa im. Michaliny Stasiukowej w Ochojnie

Czas trwania: 45–60 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 7–8 szkoły podstawowej

Miejsce realizacji: korytarze i sale szkolne lub podwórko szkolne – w zależności od pogody

Cel gry:

- podniesienie świadomości uczniów na temat hejtu i cyberprzemocy;
- nauka odpowiedzialnego korzystania z internetu;
- rozwijanie umiejętności współpracy, kreatywności i logicznego myślenia.

Gra „Misja Cyberbohaterów” pozwala uczniom w angażujący sposób zdobyć wiedzę o hejcie i sposobach jego zwalczania. Dzięki pracy zespołowej i interaktywnym zadaniom uczą się, jak być prawdziwymi bohaterami internetu.

Potrzebne materiały:

- mapa z wyznaczonymi punktami;
- wydrukowane komentarze do analizy;
- jajka, łyżki, woreczki oraz pacholki, taśmy, sznurki do zadania ruchowego;
- karty z historiami i zagadkami;
- enigmatyczne fragmenty „Kodeksu Cyberbohatera”.

Zasady gry:

Uczestnicy grają w małych zespołach (po 3–5 osób). Każda drużyna otrzymuje mapę z zaznaczonymi punktami zadaniowymi.

W każdym punkcie na uczestników czeka zadanie – jego poprawne wykonanie nagradzane jest fragmentem kodu „antyhejtu”, potrzebnym do finalnego zadania.

Wygrywa drużyna, która najszybciej zbierze wszystkie fragmenty kodu i rozwiąże ostateczne zadanie.

Przebieg gry:

Wprowadzenie

Wirtualny świat jest zagrożony! Tajemniczy hejterzy rozsiewają negatywne treści, niszcząc przyjazną atmosferę w sieci. Zadaniem uczestników – drużyn cyberbohaterów – jest odnalezienie wszystkich ukrytych wskazówek i rozwiązanie serii zadań, aby przywrócić pozytywną energię w internecie.

Realizacja

Każda drużyna dostaje mapę punktów i porusza się kolejno z punktu do punktu, wykonując zadania.



Plan gry – punkty zadaniowe:

Punkt 1. „Kryptonim: Moc słów” (zadanie logiczne)

Uczestnicy dostają zestaw anonimowych komentarzy internetowych. Muszą je podzielić na konstruktywną krytykę i hejt. Dzięki temu uczą się rozpoznawania hejtu i odróżniania go od opinii.

Punkt 2. „Strażnicy sieci” (zadanie ruchowe)

Uczniowie mają za zadanie przenieść „pozytywną wiadomość” (jajko na łyżce) przez tor przeszkód, unikając „ataków hejterów” (osób rzucających woreczkami). To zadanie ma uświadomić im, jak trudno jest utrzymać pozytywną atmosferę w sieci, gdy atakują hejterzy.

Punkt 3. „Misja – ocalenie przyjaciela” (zadanie kreatywne)

Drużyny dostają do przeczytania fikcyjną historię osoby, która padła ofiarą hejtu. Ich zadaniem jest opracowanie kilku strategii pomocy tej osobie. W tym ćwiczeniu poznają sposoby reagowania na cyberprzemoc i wspierania ofiar.

Punkt 4. „Dekoder prawdy” (zadanie sprawdzające wiedzę)

Uczniowie otrzymują do odszyfrowania szyfrogram, który zawiera ważną zasadę netykiety. W tym miejscu muszą przypomnieć sobie zasady kulturalnego zachowania w internecie.

Punkt 5. Finałowe wyzwanie – „Kodeks Cyberbohatera”

Drużyny układają zdania z otrzymanych fragmentów kodu „antyhejtu”, tworząc zasady „Kodeksu Cyberbohatera”.

Podsumowanie

Wygrywa drużyna, która pierwsza ukończy wszystkie zadania i poprawnie ułoży „Kodeks”. Wszyscy uczestnicy mogą otrzymać „Certyfikat Cyberbohatera” na pamiątkę.

Nauczyciel podsumowuje grę, zwracając uwagę na najważniejsze wnioski dotyczące walki z hejtem.

Uwagi i inne elementy:

1. Mapa z zaznaczonymi punktami
 - Mapa terenu (np. szkoły, boiska, parku) z oznaczonymi punktami, gdzie znajdują się zadania.
 - Można stworzyć ją ręcznie lub wydrukować wersję cyfrową.
2. Karty z komentarzami do zadania „Kryptonim: Moc słów”

Instrukcja dla drużyny:

Przeczytajcie poniższe komentarze i podzielcie je na konstruktywną krytykę oraz hejt.

Przykładowe komentarze

Konstruktywna krytyka:

- Fajny artykuł, ale mogłeś bardziej rozwinąć temat.
- Podoba mi się twoje zdjęcie, ale może warto poprawić oświetlenie?
- Twoja opinia jest interesująca, ale nie zgadzam się z tym argumentem.

Hejt:

- Ale beznadziejne! Jak można coś takiego wrzucić do sieci?
- Jesteś żaloszny/żałosna, nie powinieneś/powinnaś się tu wypowiadać.
- Nie masz pojęcia, o czym mówisz, lepiej usuń ten post.

3. Instrukcja do zadania „Strażnicy sieci”

Uczestnicy muszą przenieść piłeczkę przez tor przeszkód, nie pozwalając jej spaść.

Po drodze inni gracze (hejterzy) próbują utrudnić im zadanie, rzucając woreczkami.

Jeśli drużyna zgubi jajko, wraca na start.

Celem jest dotarcie do mety i dostarczenie pozytywnej wiadomości.

4. Karty do zadania „Misja – ocalenie przyjaciela”

Instrukcja dla drużyny:

Przeczytajcie historię i zaproponujcie trzy sposoby pomocy osobie, która padła ofiarą hejtu.

Przykładowa historia:

Ania dodała zdjęcie swojego rysunku na forum artystycznym. Po kilku minutach zaczęły pojawiać się obraźliwe komentarze: „Masz beznadziejny styl”, „Przestań rysować, szkoda czasu”. Ania czuje się zraniona i nie chce już publikować swoich prac. Co możecie zrobić, aby jej pomóc?

Dodatkowe pytania pomocnicze:

- Jakie słowa mogłyby wesprzeć Anię?
- Czy warto zgłosić obraźliwe komentarze?
- Jak można pomóc Ani odzyskać pewność siebie?

5. Szyfrogram do zadania „Dekoder prawdy”

Instrukcja dla drużyny:

Rozszyfrujcie ukrytą wiadomość, która jest ważną zasadą netykiety!

Szyfrogram (przykład szyfru): YHQRPD I LQWHUQHFLH I MHVW I I DQRQLPRZH, I DOH I RGSRLHGJLDOQH!

(Uczniowie muszą odkryć, że litery przesunięto o 3 miejsca w alfabecie – poprawna wiadomość: „Życie w internecie jest anonimowe, ale odpowiedzialne!”)

6. Fragmenty „Kodeksu Cyberbohatera”

Instrukcja dla drużyny:

Po każdym poprawnie wykonanym zadaniu otrzymujecie jeden z fragmentów kodeksu. Gdy zbierzecie wszystkie, ułożcie je w logiczną całość!

Przykładowe fragmenty kodeksu:

- Słowa mają moc – używaj ich mądrze.
- Reaguj na hejt – zgłoś go lub wesprzyj ofiarę.
- Nie udostępniaj fałszywych informacji.
- Traktuj innych tak, jak chcesz być traktowany.
- Internet to społeczność – dbaj o dobrą atmosferę.

7. Certyfikat Cyberbohatera

Po ukończeniu gry każda drużyna otrzymuje pamiątkowy Certyfikat Cyberbohatera z napisem: „Gratulacje! Twoja drużyna ukończyła misję – staliście się prawdziwymi Cyberbohaterami! Razem tworzymy internet wolny od hejtu!”. Możesz wydrukować go na ozdobnym papierze i dodać miejsce na podpis nauczyciela.





Gra terenowa „Przygoda z Netusiem – Strażnicy Dobrych Słów”

Autor: Cecylia Dzierzenga, Szkoła Podstawowa nr 21 im. Biskupa Wilhelma Pluty w Rudzie Śląskiej

Czas trwania: 45–90 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 1–3 szkoły podstawowej

Miejsce realizacji: teren szkoły, boisko lub sala gimnastyczna (z punktami zadaniowymi rozmieszczonymi w różnych miejscach)

Cel gry:

- zwiększenie świadomości dzieci na temat hejtu i cyberprzemocy;
- rozwijanie empatii;
- kształtowanie pozytywnych zachowań w sieci i codziennym życiu.

Potrzebne materiały:

- mapa gry lub wskazówki (dla każdej drużyny);
- kartki z instrukcjami dla prowadzących poszczególne stacje;
- plakietki dla drużyn (np. „Strażnicy Dobrych Słów”);
- dyplomy i naklejki dla uczestników;
- stoper lub zegarek do kontrolowania czasu gry;
- głośnik lub dzwonek do oznaczania końca czasu na stacji;
- atrybuty dla prowadzących (np. peleryna dla osoby wcielającej się w Netusia);
- nagrody (np. dyplomy, naklejki, drobne upominki).

Zasady gry:

Nauczyciel dzieli uczniów na drużyny (po 3–5 osób). Każda z nich wciela się w rolę „Strażników Dobrych Słów”, którzy pomagają bohaterowi Netusiowi walczyć z internetowymi trollami i naprawiać świat cyfrowy. Drużyny poruszają się zgodnie z mapą lub wskazówkami prowadzących, rozwiązując kolejne zadania. Za każde wykonane zadanie otrzymują fragment hasła końcowego. Czas na każdej stacji jest ograniczony.

Przebieg gry:

Wprowadzenie

Prowadzący zbiera dzieci w jednym miejscu, np. na boisku lub w sali gimnastycznej. Mówi do nich z entuzjazmem, aby wzbudzić zainteresowanie:

„Witajcie, przyszli Strażnicy Dobrych Słów! Dziś czeka nas niezwykła przygoda. Nasz przyjaciel Netuś – dobry duszek internetu – ma poważny problem. W sieci pojawiły się złe słowa i trolle, które sprawiają, że inni czują się smutni i zranieni. Netuś potrzebuje Waszej pomocy, by przywrócić w internecie życzliwość i dobre maniery. Waszym zadaniem będzie zdobycie fragmentów tajemniczego hasła, które pomoże pokonać internetowych trolli!

Podczas gry odwiedzicie różne stacje, gdzie będziecie musieli rozwiązywać zagadki i wykonywać zadania. Za każde poprawnie wykonane wyzwanie dostaniecie fragment hasła. Kiedy zbierzecie wszystkie części, będziecie mogli odkryć tajemne słowa i pomóc Netusiowi!

Pamiętajcie, że działamy zespołowo – liczy się współpraca, wzajemna pomoc i dobra zabawa. Gotowi na przygodę?”

Prowadzący dzieli uczniów na drużyny, wręcza im mapy lub wskazówki i zaczyna grę.

Realizacja

Nauczyciel szczegółowo opisuje, jak będzie przebiegała gra – krok po kroku.

Uczniowie przechodzą do kolejnych stacji zgodnie z harmonogramem i wskazówkami (lub mapą) przygotowanymi przez prowadzącego – szczegóły poniżej.

STACJA 1. „Czarodziejska skrzynka”

Dzieci losują karteczki z różnymi wypowiedziami (np. „Jesteś głupi!”, „Świetnie ci idzie!”, „Nikomu się nie podobasz!”, „Super się z tobą bawię!”). Muszą zdecydować, które słowa są dobre, a które złe, i wrzucić je do odpowiednich skrzynek (z napisem „Dobre słowa” i „Słowa, które ranią”).

STACJA 2. „Tajemnicza wiadomość”

Prowadzący czyta krótką historię o dziecku, które otrzymało niemiłą wiadomość online. Zadaniem drużyny jest wymyślenie, jak można mu pomóc i jak zareagować.

STACJA 3. „Hasło mocy”

Drużyny układają z przygotowanych liter pozytywne hasło (np. „Słowa mają moc”, „Mów dobre słowa”).

STACJA 4. „Sieciowy superbohater”

Dzieci rysują lub opisują postać superbohatera, który pomaga innym w internecie i przeciwdziała hejtowi.

STACJA 5. „Kulturalny internet”

Uczestnicy otrzymują różne scenariusze sytuacji w sieci (np. ktoś dostaje obraźliwe komentarze, ktoś udostępnia cudze zdjęcie bez zgody). Ich zadaniem jest podjęcie właściwej decyzji i wyjaśnienie, dlaczego jest ona dobra.

Finał

Po przejściu wszystkich stacji drużyny łączą zdobyte fragmenty hasła, które jest kluczem do zakończenia misji Netusia. Po odszyfrowaniu hasła prowadzący podsumowuje grę, rozmawia z dziećmi o ich wrażeniach i wręcza dyplomy „Strażników Dobrych Słów”.



Nagrody

Każdy uczestnik otrzymuje pamiątkowy dyplom oraz naklejkę „Mistrz dobrych słów”. Można także przygotować drobne nagrody dla drużyn.

Podsumowanie

Po zakończeniu gry wszystkie drużyny zbierają się w jednym miejscu, a prowadzący podsumowuje całą zabawę, mówi np.:

„Gratulacje, Strażnicy Dobrych Słów! Wspólnie udało się wam pomóc Netusiowi i pokonać internetowe trolle. Odszyfrowaliście ważne hasło: **SŁOWA MAJĄ MOC**. Ale co to właściwie oznacza?”

Nauczyciel zachęca dzieci do odpowiedzi, może zadawać pytania pomocnicze: „Czy ktoś z Was kiedyś usłyszał coś niemiłego? Jak się wtedy czuliście?”, „Czy miłe słowa mogą poprawić komuś humor?”). Następnie podsumowuje kluczowe wnioski:

- Słowa mogą ranić lub pomagać. To, co mówimy, ma wpływ na innych. Możemy sprawić, że ktoś poczuje się szczęśliwy albo smutny. Warto wybierać dobre słowa!
- Internet to nie tylko zabawa – tu też obowiązują zasady. W internecie powinniśmy zachowywać się tak samo jak poza nim. Nie piszemy rzeczy, których nie powiedzieliśmy komuś w twarz.
- Jeśli ktoś cię krzywdzi w sieci – mów o tym! Gdy dostaniemy niemiłą wiadomość lub ktoś nas obraża, warto powiedzieć o tym dorosłemu: rodzicom, nauczycielowi lub innej zaufanej osobie.
- Każdy może być „Strażnikiem Dobrych Słów”. Możemy dbać o dobrą atmosferę w klasie i w internecie, chwalać innych, pomagając im i reagując, gdy widzimy hejt.

Na zakończenie prowadzący rozdaje dyplomy i naklejki oraz zachęca dzieci, aby pamiętały o tym, czego się nauczyły. Można też zrobić pamiątkowe zdjęcie wszystkich uczestników.

Uwagi i inne elementy

- Do obsługi kolejnych stacji można wyznaczyć uczniów z klas najstarszych.
- Nie ma gotowych map ani wskazówek – nauczyciele przygotowują je sami dostosowując do miejsca gry, np. „Za boiskiem do siatkówki, za tym największym drzewem znajdziecie Stację 2”.
- Wszelkie materiały potrzebne do realizacji scenariusza dostępne są poniżej.

STACJA 1. „Czarodziejska skrzynka”

Dobre słowa (wydrukuj i wytnij):

Dobrze ci idzie!
Chętnie ci pomogę.
Miło cię widzieć!
Lubię z tobą spędzać czas.
Masz świetne pomysły!
Dziękuję, że mi pomogłeś.
Jesteś super kolegą/koleżanką!

Możesz na mnie liczyć.
Brawo, udało ci się!
Każdy popełnia błędy, następnym razem będzie lepiej!

Słowa, które ranią (wydrukuj i wytnij):

Nie chcę się z tobą bawić.
Jesteś beznadziejny/beznadziejna!
Nikt cię nie lubi.
Nie dasz rady, jesteś za słaby/słaba.
Twoja praca jest okropna.
Głupio wyglądasz.
Nie chcemy cię w naszej drużynie. Nie umiesz niczego zrobić dobrze. Idź sobie, nikt cię tu nie potrzebuje.
Zawsze wszystko psujesz.
Nie chcemy z tobą grać.

STACJA 2. „Tajemnicza wiadomość”

Historia do zadania:

Kasia bardzo lubi rysować. Pewnego dnia postanowiła pochwalić się swoim rysunkiem i wysłała go na grupowy czat klasy. Większość dzieci napisała, że rysunek jest ładny, ale jeden z kolegów, Bartek, skomentował:

„Co za bazgroły! Lepiej przestań rysować, bo to wygląda okropnie”.

Kasia poczuła się smutna i zawstydzona. Nie miała już ochoty dzielić się swoimi pracami, a nawet zaczęła myśleć, że może rzeczywiście nie potrafi rysować...

Zadanie dla drużyny:

1. Co czuła Kasia po przeczytaniu tej wiadomości?
2. Jak można jej pomóc? Co mogliby zrobić jej koledzy i koleżanki?
3. Jak powinna zachować się Kasia – czy powinna przestać rysować, czy może zrobić coś innego?
4. Co powiedzielibyście Bartkowi, żeby zrozumiał, że jego słowa były krzywdzące?

Drużyna zapisuje swoje odpowiedzi lub przedstawia je prowadzącemu, który rozmawia z dziećmi o wnioskach płynących z tej historii.

STACJA 3. „Hasło mocy”

Rozsypanka dwóch zdań: „Słowa mają moc” i „Mów dobre słowa” (można wybrać inne zdania)

A	M	O	A	S	M	W	J	Ł	C	O	A	
M	A	E	O	B	Ó	W	R	O	W	Ł	D	S



STACJA 5. „Kulturalny internet”

Prowadzący losuje lub rozdaje uczestnikom karteczki z opisami sytuacji.

Drużyna wspólnie zastanawia się nad rozwiązaniem – co powinna zrobić osoba z historii, jak można pomóc i co zrobić, by uniknąć problemu.

Uczniowie przedstawiają swoje rozwiązanie – może to być odpowiedź słowna, scenka lub krótkie hasło podsumowujące sytuację.

Scenariusze sytuacji:

1. Nieprzyjemny komentarz

Jadzia wrzuciła na internetowe forum zdjęcie swojego pieska zrobionego z plasteliny. Większość osób napisała miłe rzeczy, ale jedna osoba skomentowała: „To najbrzydszy piesek, jakiego widziałem. Lepiej przestań lepić z plasteliny!”. Jadzia poczuła się bardzo smutna i nie wiedziała, co zrobić.

Pytania do drużyny:

- Jak czuje się Jadzia po przeczytaniu takiej wiadomości?
- Co mogłaby zrobić? (np. powiedzieć rodzicom, zablokować hejtera, nie odpowiadać)
- Jak powinny zachować się inne osoby?

2. Udostępnianie zdjęć bez zgody

Kamil zrobił śmieszne zdjęcie swojego kolegi Filipa, który miał dziwną minę. Postanowił wrzucić je na czat klasowy, żeby inni się pośmiali. Filipowi zrobiło się bardzo przykro.

Pytania do drużyny:

- Czy Kamil postąpił dobrze?
- Co powinien zrobić Filip, jeśli czuje się źle z tą sytuacją?
- Co możemy zrobić, aby nie sprawiać innym przykrości w sieci?

3. Wiadomość od nieznajomego

Ania dostała wiadomość od kogoś, kogo nie zna: „Cześć, jesteś bardzo ładna, chcesz się zaprzyjaźnić? Możesz mi wysłać swoje zdjęcie?”. Dziewczynka nie wie, co zrobić.

Pytania do drużyny:

- Czy Ania powinna odpowiadać na taką wiadomość?
- Co może grozić, jeśli ktoś podaje swoje dane lub zdjęcia obcym osobom w internecie?
- Co powinna zrobić Ania? (np. powiedzieć rodzicom, zgłosić sprawę)

4. Fałszywa wiadomość

Kuba znalazł w internecie artykuł, w którym było napisane, że za kilka dni szkoły będą zamknięte na miesiąc. Postanowił od razu wysłać tę informację wszystkim znajomym. Okazało się, że to była nieprawdziwa wiadomość, a wiele osób niepotrzebnie się zdenerwowało.

Pytania do drużyny:

- Czy zawsze powinniśmy wierzyć we wszystko, co czytamy w internecie?
- Jak możemy sprawdzić, czy informacja jest prawdziwa?
- Jakie mogą być konsekwencje rozpowszechniania fałszywych wiadomości?

5. Wspólna gra – dobry czy zły przykład?

Grupa dzieci gra razem w grę online. Jeden z graczy zaczyna obrażać innych, pisząc na czacie: „Jesteś beznadziejny! Lepiej przestań grać!”. Inni gracze nie wiedzą, jak zareagować.

Pytania do drużyny:

- Jak powinni zachować się inni gracze?
- Czy warto odpowiadać na obraźliwe komentarze?
- Co można zrobić, jeśli ktoś obraża innych w grze? (np. zgłosić użytkownika, zablokować go, nie odpowiadać)

Finał

Nauczyciel drukuje i wycina hasło końcowe (w tylu egzemplarzach, ile jest drużyn):

STRAŻNICY DOBRYCH SŁÓW

Odznaki i dyplomy do wydruku (na podstawie projektu Cecylii Dzierzengi):







Dypłom

otrzymuje

.....

za ukończenie gry terenowej
Przygody z Netusiem – Strażnicy Dobrych Słów



Część 3.

Scenariusze lekcji





Scenariusz lekcji „Tworzymy ilustracje techniką kolażu do baśni na temat cyberprzemocy”

Autor: Joanna Gołąb, Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 im. Janusza Korczaka w Strzelcach Opolskich

Czas trwania: 2–3 godziny lekcyjne (w zależności od zdolności plastycznych grupy)

Grupa docelowa: uczniowie klas 4–6 szkoły podstawowej

Metody i formy pracy:

- pogadanka;
- miniwykład;
- dyskusja;
- wykorzystanie narzędzi AI;
- zajęcia plastyczne;
- praca w grupach.

Cel główny:

- zapoznanie uczniów ze zjawiskiem cyberprzemocy i sposobami reakcji na agresję w sieci;
- rozwijanie kreatywności, wyobraźni oraz umiejętności manualnych.

Cele szczegółowe:

- ćwiczenie umiejętności tworzenia promptów za pomocą strony [ChatGPT](#);
- poszerzenie wiedzy na temat przedstawienia w technice kamishibai.

Potrzebne materiały:

- komputer;
- tablica multimedialna lub monitor interaktywny z dostępem do internetu;
- arkusze papieru A3;
- materiały plastyczne: kredki, mazaki, klej, nożyczki;
- ilustracje postaci z bajek;
- skrawki materiałów, sznurki i inne elementy przydatne podczas tworzenia kolażu.

Lekcja 1

Wprowadzenie

Nauczyciel przedstawia uczniom informacje na temat zjawiska cyberprzemocy. Prosi o podanie konkretnych przykładów agresywnych zachowań w sieci i pyta uczniów, czy byli świadkami jakiejś formy przemocy online. Następnie przedstawia propozycję trzech bajek (o „Kopciuszku”, „Trzech małych świnkach” oraz „Sierotce Marysi i siedmiu krasnoludkach”), których bohaterowie doświadczyli przemocy. Uczniowie decydują, na podstawie której bajki przygotują ilustracje do teatrzyku kamishibai.

Część główna

Generowanie bajki za pomocą programu ChatGPT

Nauczyciel przybliża pojęcie sztucznej inteligencji (ang. *artificial intelligence* – AI) oraz tłumaczy, w jaki sposób generuje się prompty. Następnie uczniowie wspólnie z nauczycielem



piszą instrukcję na stronie ChatGPT, prosząc, by sztuczna inteligencja stworzyła im bajkę na temat sposobów radzenia sobie z cyberprzemocą (por. **Załącznik nr 1**).

Uczniowie czytają wygenerowaną bajkę, ustalają, czy i jakie zmiany wprowadzają. Dzielią bajkę na fragmenty, do których powstaną ilustracje do teatrzyku kamishibai.

Lekcja 2

Wprowadzenie

Nauczyciel wyjaśnia, czym jest kamishibai (jap. *kami* – papier, *shibai* – sztuka), czyli „papierowy teatr”, nazywany też „teatrem obrazkowym” albo „teatrem narracji”. Tłumaczy, że większość kamishibai to bajki lub baśnie składające się z pięknie ilustrowanych kart z tekstem na odwrocie.

Część główna

Tworzenie ilustracji

Po pierwszych zajęciach nauczyciel generuje i drukuje grafiki postaci z bajki do kolażu (por. **Załącznik nr 2**). Ze względu na ograniczenia darmowego programu ChatGPT można też pobudzić kreatywność uczniów i poprosić ich o samodzielne stworzenie postaci: z wykorzystaniem ilustracji z czasopism, kolorowanek dostępnych online lub bezpłatnych grafik, np. ze strony pixabay.com.

Przed zajęciami nauczyciel dzieli klasę na grupy, rozdaje arkusze papieru A3, materiały plastyczne oraz kartki z instrukcjami, które ilustracje dane grupy mają przygotować. Uczniowie tworzą ilustracje do teatrzyku – na kartach rysują tła scenek, nakleją różne elementy, grafiki z postaciami z bajki. Gotowe ilustracje układają w odpowiedniej kolejności, a na odwrocie nakleją – z pomocą nauczyciela – fragmenty tekstu, tak by można było przedstawić prace w postaci teatrzyku.

Wybrani uczniowie wystawiają w klasie wspólnie opracowany teatrzyk kamishibai. Bajkę mogą później zaprezentować młodszym uczniom.

Wskazówka: Jeżeli uczniowie nie zdążą przygotować ilustracji na lekcji drugiej, kończą robić kolaże i prezentują je na lekcji trzeciej.

Podsumowanie

Nauczyciel pyta uczniów, jakie sposoby radzenia sobie z hejtem zapamiętali dzięki bohaterom opracowanej przez nich bajki. Czy postąpiliby podobnie, jak im sugerował ChatGPT?

Nauczyciel podsumowuje, że każdy, kto reaguje w sieci na przemoc, jest „HERO”, czyli superbohaterem.

Załączniki

Załącznik nr 1

Przykładowa bajka wygenerowana przez ChatGPT:

„Trzy świnki i wilk – historia o mocy dobrych słów”

Dawno, dawno temu, w pewnym wirtualnym świecie, trzy świnki – Prosiaczek, Chrumcio i Ryjek – założyły swoje profile na portalu społecznościowym. Każda z nich miała inne zainteresowania: Prosiaczek uwielbiał gotować, Chrumcio pasjonował się sportem, a Ryjek tworzył wspaniałe rysunki.

Jednak w tym samym świecie był ktoś, kto lubił psuć innym zabawę. To wilk, który zamiast miłych słów, zostawiał pod zamieszczanymi przez świnki zdjęciami niemiłe komentarze: „Twoje dania wyglądają jak błoto!”, „Jesteś za wolny, nigdy nie wygrasz!”, „Twoje rysunki to bazgroły!”.

Świnki bardzo się zmartwiły. Ich radość z dzielenia się pasjami malała. Pewnego dnia postanowiły coś z tym zrobić. Spotkały się na wideoczacie i wspólnie opracowały plan.



Najpierw Prosiaczek odpisał wilkowi: „Każdy zaczyna od czegoś! Może spróbujesz ugotować coś razem ze mną?”. Chrumcio dodał: „Sport to zabawa i droga do zdrowia, a nie tylko wygrywanie!”. A Ryjek napisał: „Jeśli chcesz, mogę nauczyć Cię kilku technik rysowania!”.

Wilk przeczytał te komentarze i poczuł się dziwnie. Spodziewał się kłótni, a tu – same miłe słowa! Zaczął myśleć, dlaczego właściwie zostawiał złośliwe komentarze. Był samotny i chciał zwrócić na siebie uwagę... ale w niewłaściwy sposób.

Postanowił przeprosić. Wysłał wiadomość: „Przepraszam Was. Byłem zazdrosny, bo nie mam odwagi pokazywać tego, co lubię robić. Tak naprawdę uwielbiam programować, ale bałem się, że inni mnie wyśmieją”.

Świnki uśmiechnęły się i odpisały: „To świetnie! Możesz nam pokazać swoje projekty!”.

Od tego dnia wilk zamiast hejtera stał się superbohaterem internetu! Zaczął wspierać innych, dzielić się swoją pasją do programowania i pomagać w rozwiązywaniu problemów technicznych. Dzięki trzem świnkom zrozumiał, że dobre słowa mają wielką moc.

I tak oto w wirtualnym świecie zamiast hejtu pojawiła się przyjaźń. A świnki i wilk udowodnili, że najlepszą bronią przeciwko cyberprzemocy jest życzliwość i otwartość na drugiego człowieka.

Koniec

Załącznik nr 2

Przykładowa grafika do bajki „Trzy świnki i wilk – historia o mocy dobrych słów” (oprac. na podstawie projektu przesłanego przez Joannę Gołąb):



Źródło: StockAdobe



Scenariusz lekcji „Ja też mogę zostać cyberbohaterem”

Autor: Dominika Mazur, Szkoła Podstawowa im. Michaliny Stasiukowej w Ochojnie

Czas trwania: 45 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 4–6, 7–8 szkoły podstawowej

Metody i formy pracy:

- praca w grupach;
- miniwykład;
- dyskusja;
- analiza przypadków.

Cel główny:

- zapoznanie uczniów z pojęciami: hejt, mowa nienawiści i cyberprzemoc;
- uświadomienie konsekwencji hejtu w internecie – zarówno dla ofiary, jak i sprawcy;
- rozwijanie umiejętności reagowania na hejt oraz poznanie sposobów przeciwdziałania cyberprzemocy;
- przybliżenie cech „cyberbohatera” – osoby, która świadomie i odpowiedzialnie korzysta z internetu.

Potrzebne materiały:

- komputer z dostępem do internetu;
- tablica multimedialna lub rzutnik;
- prezentacja multimedialna;
- kartki papieru i długopisy;
- krótkie filmiki edukacyjne na temat hejtu w internecie;
- przykłady komentarzy internetowych do analizy;
- Karta pracy nr 1 z sytuacjami do analizy i zadaniami;
- plansza „Cyberbohater – kodeks postępowania” (Załącznik nr 1).

Przebieg lekcji:

Wprowadzenie

Nauczyciel wita uczniów i przedstawia temat lekcji, pytając: „Co to jest hejt?”, „Czy mieliście z nim styczność?”. Uczniowie w kilku zdaniach dzielą się swoimi doświadczeniami. Nauczyciel wyjaśnia różnicę między konstruktywną krytyką a hejtem.

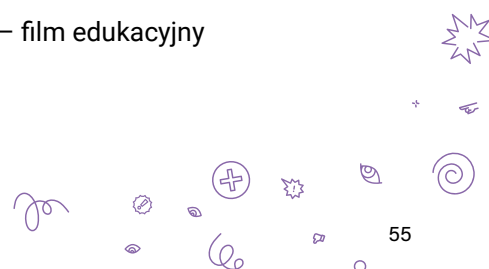
Część główna

Analiza problemu – skutki hejtu

Nauczyciel wyświetla krótki film edukacyjny o hejcie, jego skutkach i sposobach reakcji na przemoc w sieci.

Przykładowe polskie materiały edukacyjne:

- „Nie hejtuję – reaguję” (Fundacja Orange) – krótkie nagranie pokazujące skutki hejtu i sposoby reakcji;
- „Hejt w sieci – jak sobie z nim radzić?” (NASK, Safer Internet) – film edukacyjny o hejcie i jego konsekwencjach;



- „Wyloguj hejt” (Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę) – prawdziwa historia młodej osoby doświadczającej hejtu online.

Przykładowe zagraniczne filmy edukacyjne (z napisami lub możliwością tłumaczenia):

- „Cyberbullying: You Are Not Alone” (Common Sense Media) – emocjonalna historia pokazująca skutki hejtu w sieci;
- „Think Before You Post” (Childnet International) – film podkreślający konsekwencje publikowania obraźliwych treści;
- „The Effects of Cyberbullying” (BBC Own It) – rzeczywiste wypowiedzi młodych ludzi, którzy doświadczyli hejtu.

Wskazówka: Filmy edukacyjne można znaleźć na YouTube lub stronach organizacji zajmujących się bezpieczeństwem w sieci.

Po projekcji filmu nauczyciel zaprasza uczniów do dyskusji. Zadaje pytania: „Jakie emocje wzbudził w nich dany materiał?”, „Jakie mogą być konsekwencje hejtu dla ofiar i sprawców?”.

Następnie uczniowie analizują przykładowe komentarze internetowe przygotowane wcześniej przez nauczyciela – wspólnie określają, które z nich są hejtem, a które nie.

Jak reagować na hejt?

Nauczyciel dzieli klasę na grupy, każda grupa otrzymuje jedną sytuację do przeanalizowania i zadanie (**Karta pracy nr 1**).

Grupy przedstawiają swoje rozwiązania – reakcje na hejt i przemoc w sieci. Nauczyciel podsumowuje propozycje i prezentuje „Kodeks cyberbohatera” – zasady świadomego i odpowiedzialnego korzystania z internetu (**Załącznik nr 1**).

Tworzymy pozytywny przekaz

Każdy uczeń dostaje kartkę. Ma za zadanie napisać lub narysować coś pozytywnego, co mogłoby zastąpić hejt w internecie. Następnie uczniowie prezentują swoje hasła i prace. Nauczyciel podkreśla, jak ważna jest pozytywna aktywność w sieci.

Podsumowanie

Uczniowie odpowiadają na pytania: „Czego nauczyła ich ta lekcja?”, „Jakie kroki podejmą, aby walczyć z hejtem?”.

Nauczyciel zachęca do propagowania pozytywnych treści w internecie i wspólnego budowania lepszego cyberswiata. Na koniec przedstawia najważniejsze wnioski płynące z lekcji i zachęca uczniów do refleksji nad swoim zachowaniem w sieci.

Dzięki lekcji uczniowie zdobywają wiedzę o hejcie, uczą się go rozpoznawać oraz skutecznie reagować na negatywne treści w internecie. Wzmacniają także swoje kompetencje społeczne i cyfrowe, ucząc się bycia odpowiedzialnymi użytkownikami internetu – prawdziwymi „cyberbohaterami”.

Karty pracy

Karta pracy nr 1

Sytuacja 1: Hejt w mediach społecznościowych

Kasia opublikowała na Instagramie zdjęcie z wakacji. W komentarzach pojawiły się obraźliwe treści, np. „Wygładasz okropnie”, „Nie powinnaś tego wrzucać, bo się ośmieszasz”. Kasia czuje się źle, ale nie wie, co zrobić.

Zadanie: Jak powinna zareagować Kasia? Jak mogą jej pomóc znajomi?

Sytuacja 2: Fałszywe plotki online

Ktoś założył fałszywy profil Tomka na Facebooku i zaczął publikować obraźliwe komentarze w jego imieniu. Znajomi zauważyli to, ale nie wiedzą, jak mu pomóc.

Zadanie: Jak Tomek może bronić się przed fałszywymi oskarżeniami? Co mogą zrobić jego przyjaciele?

Sytuacja 3: Obrażanie w grupie klasowej

Na grupie klasowej ktoś anonimowo wyśmiewa Zosię za jej sposób ubierania się. Inni uczniowie widzą te wiadomości, ale nikt nie reaguje.

Zadanie: Czy milczenie to dobra reakcja? Jak można pomóc Zosi?

Sytuacja 4: Publiczne wyśmiewanie filmiku na TikToku

Michał nagrał filmik na TikToka, ale szybko zaczęły pojawiać się negatywne komentarze: „Ale żenada”, „Co za głupota, usuń to”. Michał jest przygnębiony.

Zadanie: Jak można wesprzeć Michała? Jakie opcje ma do dyspozycji (np. zgłoszenie hejtu, moderacja komentarzy)?

Sytuacja 5: Wysyłanie obraźliwych wiadomości prywatnych

Ania dostaje prywatne wiadomości od nieznanej osoby, która pisze jej niemiłe rzeczy. Nie wie, czy to ktoś z jej szkoły.

Zadanie: Jak powinna postąpić Ania? Czy powinna kogoś poinformować? Jakie kroki może podjąć?

Załączniki

Załącznik nr 1

„Cyberbohater – kodeks postępowania” – zasady świadomego i odpowiedzialnego korzystania z internetu

- Nie udostępniaj treści, które mogą kogoś zranić.
- Reaguj na hejt – zgłoś go lub wesprzyj osobę, która doświadcza przemocy w sieci.
- Pomyśl, zanim skomentujesz – czy Twoje słowa kogoś nie zranią?
- Nie udostępniaj fake newsów – zawsze sprawdzaj źródło informacji.
- Jeśli jesteś ofiarą hejtu, nie wstydź się szukać pomocy.





Scenariusz lekcji „ChatGPT kontra hejt – jak sztuczna inteligencja pomaga zrozumieć i zwalczać cyberprzemoc”

Autor: Marta Polakowska, Zespół Szkół Nr 1 w Ostrowi Mazowieckiej

Czas trwania: 45 minut

Grupa docelowa: uczniowie szkoły ponadpodstawowej

Metody i formy pracy:

- wykład interaktywny;
- analiza przypadków;
- dyskusja;
- praca w grupach;
- wykorzystanie narzędzi AI.

Cel główny:

- poszerzenie wiedzy uczniów na temat modeli językowych AI i sposobów ich działania;
- poznanie możliwości narzędzia ChatGPT w zakresie analizy tekstu i identyfikacji hejtu;
- analiza przykładów hejtu i cyberprzemocy za pomocą czatbota;
- poznanie etycznych aspektów wykorzystania AI w walce z hejtem;
- kształtowanie umiejętności tworzenia własnych strategii walki z hejtem – z wykorzystaniem programu ChatGPT.

Potrzebne materiały:

- komputery lub tablety z dostępem do internetu i strony [ChatGPT](#);
- projektor lub tablica interaktywna;
- Karta pracy nr 1, Karta pracy nr 2 z pytaniami do analizy i dyskusji;
- przykłady tekstów zawierających hejt i cyberprzemoc (zanonimizowane).

Przebieg lekcji:

Wprowadzenie

Nauczyciel udostępnia ankietę w aplikacji Mentimeter z pytaniem: „Czy spotkałeś/spotkałaś się z hejtem w sieci?”.

Następnie wprowadza uczniów w temat lekcji: *W dzisiejszym świecie, w którym internet odgrywa ogromną rolę w naszym życiu, spotykamy się nie tylko z pozytywnymi aspektami sieci, ale także z negatywnymi zjawiskami, takimi jak hejt i cyberprzemoc. Te zjawiska mogą mieć poważne konsekwencje dla osób, które ich doświadczają. Podczas tej lekcji przyjrzymy się, jak sztuczna inteligencja, a konkretnie model językowy ChatGPT, może pomóc nam zrozumieć i zwalczać te negatywne zjawiska. Zastanowimy się, jak ChatGPT analizuje teksty, identyfikuje hejt i jakie strategie możemy wykorzystać, aby przeciwdziałać cyberprzemocy. Przygotujcie się na fascynującą podróż w świat sztucznej inteligencji, która może stać się naszym sprzymierzeńcem w walce o bezpieczny i przyjazny internet.*

Część główna

ChatGPT – analiza przypadków

Nauczyciel wyjaśnia krótko, czym są modele językowe sztucznej inteligencji – AI (ang. *artificial intelligence*). Podaje przykłady analizy tekstu przeprowadzonej przez ChatGPT. Wyjaśnia, że na lekcji uczniowie spytają chatbota: „Czy dany komentarz jest hejtem czy nie”, „Jakie emocje wyraża komentarz”, „Jak reagować na agresję w sieci?”.

Uczniowie wprowadzają do programu ChatGPT przykładowe teksty zawierające hejt i cyberprzemoc oraz proszą model językowy o ich analizę. Na koniec oceniają odpowiedzi pod kątem: identyfikacji hejtu, analizy emocji, przekazanych sugestii i reakcji na cyberprzemoc (**Karta pracy nr 1**).

Następnie nauczyciel zaprasza uczniów do dyskusji na temat możliwości i ograniczeń narzędzia ChatGPT podczas analizy przypadku hejtu.

Dyskusja etyczna

Podczas dyskusji nauczyciel zadaje pytania: „Czy AI może zastąpić człowieka w analizie hejtu?”, „Jakie są zagrożenia związane z wykorzystaniem AI w tym kontekście?”, „Jak zapewnić etyczne wykorzystanie AI w walce z hejtem?” (**Karta pracy nr 2**).

Praca w grupach

Uczestnicy zajęć tworzą własne strategie walki z hejtem, korzystając z programu ChatGPT. Następnie chętni uczniowie prezentują swoje pomysły, np. generowanie pozytywnych odpowiedzi na hejt, tworzenie edukacyjnych postów.

Podsumowanie

Nauczyciel podsumowuje zajęcia: *Poznaliśmy możliwości chatbota w zakresie identyfikacji negatywnych treści oraz analizy emocji. Zrozumieliśmy również, że wykorzystanie AI w tym kontekście wiąże się z pewnymi wyzwaniami etycznymi, które musimy brać pod uwagę.*

Nauczyliśmy się, że ChatGPT może pomóc nam w tworzeniu pozytywnych treści i strategii walki z hejtem. Pamiętajmy jednak, że technologia to tylko narzędzie, a kluczową rolę w zwalczaniu cyberprzemocy odgrywa człowiek. To my jesteśmy odpowiedzialni za tworzenie bezpiecznego i przyjaznego środowiska online.

Wykorzystujmy zdobytą wiedzę i umiejętności, aby aktywnie przeciwdziałać hejtowi i cyberprzemocy w sieci. Pamiętajmy, że każdy z nas może stać się „bohaterem” w walce o lepszy internet.

Karty pracy

Karta pracy nr 1

Analiza hejtu i etyka AI

1. Tekst do analizy

Wykorzystaj jeden z przykładów zanonimizowanych tekstów hejtu:

- „Jesteś beznadziejny. Nikt Cię nie lubi. Lepiej usuń to zdjęcie, bo wyglądasz jak idiota”.
- „Jesteś najgorszą osobą, jaką znam. Mam nadzieję, że nigdy więcej Cię nie zobaczę”.
- „Haha, ale z Ciebie grubas! Jak możesz wstawiać takie zdjęcia? Jesteś obrzydliwy”.

2. Wprowadź tekst do programu ChatGPT i poproś o analizę:

- Jakie emocje wyraża ten tekst?
- Czy ten tekst zawiera hejt lub cyberprzemoc? Uzasadnij.



- Jakie mogą być konsekwencje tego tekstu dla osoby, do której jest skierowany?
- Jakie sugestie reakcji na ten tekst proponuje ChatGPT?

3. Zapisz swoje spostrzeżenia:

Czy zgadzasz się z analizą dokonaną przez ChatGPT? Uzasadnij odpowiedź.

.....

.....

Jakie są Twoje odczucia po przeczytaniu tego tekstu?

.....

.....

Karta pracy nr 2

1. Pytania do dyskusji:

Czy AI, takie jak ChatGPT, może w pełni zrozumieć kontekst i emocje zawarte w tekście hejtu?

.....

.....

Czy AI może zastąpić człowieka w analizie hejtu? Jakie są plusy i minusy takiego rozwiązania?

.....

.....

Jakie są potencjalne zagrożenia związane z wykorzystaniem sztucznej inteligencji do walki z hejtem (np. błędna interpretacja, nadużycia)?

.....

.....

Jakie zasady powinniśmy stosować, aby zapewnić etyczne wykorzystanie AI w tym kontekście?

.....

.....

2. Przykładowe sytuacje:

AI automatycznie blokuje komentarze zawierające wulgaryzmy. Czy to jest dobre rozwiązanie?

.....

.....

AI analizuje posty w mediach społecznościowych i zgłasza te, które uznaje za hejt. Czy takie rozwiązanie narusza prywatność użytkowników?

.....

.....

3. Wnioski:

Jakie są Twoje przemyślenia na temat etycznych aspektów wykorzystania AI w walce z hejtem?

.....

.....

Jakie są Twoje propozycje zasad etycznego wykorzystania AI w walce z hejtem i cyberprzemocą?

.....

.....





Scenariusz lekcji „CyberRycerze na straży internetu! Misja – pokonać ciemną sieć”

Autor: Magdalena Włudyka, Szkoła Podstawowa w Woli Lubeckiej

Czas trwania: 45 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 1–3 szkoły podstawowej

Metody i formy pracy:

- praca w grupach;
- burza mózgów;
- odgrywanie scenek;
- dyskusja;
- sygnalizacja świetlna;
- rozwiązywanie zagadek;
- tworzenie własnych projektów (herb, motto);
- quiz/refleksyjna gra zespołowa.

Cel główny:

- uświadomienie uczniom, czym jest hejt w internecie;
- poszerzenie wiedzy na temat sposobów przeciwdziałania cyberprzemocy i reagowania na nieodpowiednie zachowania w sieci.

Cele szczegółowe:

- kształtowanie umiejętności rozpoznawania hejtu i odróżniania go od krytyki;
- nabywanie zdolności wspierania ofiar hejtu i przeciwdziałania negatywnym zachowaniom w internecie;
- nauka zasad obowiązujących w cyberprzestrzeni oraz sposobów dbania o przyjazną komunikację online;
- budowanie swojej pozytywnej tożsamości w sieci i promowanie dobrych wzorców zachowań;
- ćwiczenie umiejętności pracy w grupie i wspólnego rozwiązywania problemów związanych z cyberbezpieczeństwem.

Potrzebne materiały:

- Hejterus Ciemny, jego słudzy Trolloni oraz ludzie w szponach oprawcy – przykładowe ilustracje (Załącznik nr 1);
- tarcze CyberRycerzy (Karta pracy nr 1);
- „Zwój mrocznych wiadomości” (Karta pracy nr 2);
- czerwone, żółte i zielone kartki do sygnalizacji świetlnej;
- materiały do odgrywania scenek (Karta pracy nr 3);
- rozsypanka wyrazowa „Tajemnicza mapa sieci” (Karta pracy nr 4);
- robot Photon – opcjonalnie;
- kartki, kredki czy mazaki do stworzenia „Rycerskiego herbu” (Karta pracy nr 5);
- quiz lub zestaw sytuacji do testu refleksu drużynowego (Karta pracy nr 6);
- dyplomy dla CyberRycerzy i pamiątkowe odznaki (Załącznik nr 2);
- rzutnik, tablica interaktywna;
- dostęp do strony internetowej pickerwheel.com lub wydrukowane pytania do podsumowania (Karta pracy nr 7).

Przebieg lekcji:

Wprowadzenie

Nauczyciel zaczyna lekcję jako Mistrz CyberŚwiata. Wprowadza uczniów w fabułę, wzywając ich do misji: *Internet to magiczna kraina pełna wiedzy i zabawy. Niestety, pojawiły się tam mroczne siły – Hejterus Ciemny i jego słudzy – Trolloni! Sieją chaos i sprawiają, że ludzie czują się smutni. Waszym zadaniem, jako CyberRycerzy, jest ich pokonać! Ale jak? Musicie poznać sekrety cyberbezpieczeństwa! (Załącznik nr 1)*

Dzieci otrzymują swoje „tarcze”, na których zapiszą sposoby walki z hejtem (**Karta pracy nr 1**).

Część główna

Szkolenie CyberRycerzy

Misja 1: Rozpoznanie wroga – czym jest hejt?

Uczniowie dzielą się na kilkusobowe grupy rycerzy. Każdy zespół otrzymuje „Zwój mrocznych wiadomości” (**Karta pracy nr 2**). Uczniowie mają za zadanie rozpoznać hejt i odróżnić go od konstruktywnej krytyki lub żartu. Nauczyciel przedstawia konkretne sytuacje, a rycerze decydują, czy dane zachowanie to „hejterstwo”, budująca uwaga czy zabawna sytuacja. Wybór można sygnalizować poprzez podniesienie kolorowych kartek:

- czerwona kartka – hejt;
- żółta kartka – nieprzemyślany żart;
- zielona kartka – konstruktywna opinia.

Misja 2: Kryształ Empatii, czyli jak pomóc ofiarom hejtu?

Nauczyciel wyjaśnia: *Hejterus Ciemny chce, by ludzie w sieci byli smutni i samotni. Ale CyberRycerze wiedzą, że każdy zasługuje na wsparcie! Musicie zdobyć Kryształ Empatii i nauczyć się pomagać ofiarom hejtu.*

Uczniowie odgrywają scenki, w których wcielają się w role: hejtera, osoby hejtowanej oraz CyberRycerzy. CyberRycerze mają za zadanie pokazać, jak należy reagować na przemoc w sieci – np. zgłosić sprawę dorosłemu, wesprzeć ofiarę hejtu czy udzielić jej pomocy emocjonalnej (**Karta pracy nr 3**). Celem tej misji jest wyrobienie w uczniach odpowiedzialnych postaw wobec cyberprzemocy oraz promowanie pozytywnych zachowań w sieci.

Misja 4: Poszukiwanie zaginionego kodeksu – „Tajemniczej mapy sieci”

Nauczyciel wprowadza uczniów w kolejną misję: *Hejterus Ciemny ukradł kodeks CyberRycerzy i ukrył go w najciemniejszych zakątkach internetu! Bez kodeksu świat online staje się chaotyczny i niebezpieczny.*

Zadaniem uczniów jest odzyskać kodeks poprzez ułożenie zdań z rozsypanki wyrazowej.

Na każde zdanie składają się słowa oznaczone konkretnym kolorem (**Karta pracy nr 4**).

W rozszyfrowaniu kodeksu pomoże robot Photon, który przekaże poprawnie odczytane hasła.

Misja 5: Superbohaterowie CyberŚwiata – stwórz swoją rycerską tożsamość

Nauczyciel tłumaczy: *Każdy CyberRycerz potrzebuje własnej tożsamości, by walczyć ze złem! Stwórzcie swoje rycerskie imię i motto, które będzie Waszą siłą w walce z Hejterusem!*

Każdy uczeń tworzy swój rycerski herb (rysunek), a poniżej zapisuje:

- imię rycerskie (np. „Rycerz Odważne Słowo”, „Obrońca Sieci”, „Tarcza Dobra”);
- motto CyberRycerza (np. „Pomagam zamiast hejtować”, „Moje słowa to moja siła”) (**Karta pracy nr 5**).

Misja 6. Czas na wielki pojedynek – test rycerskich umiejętności drużynowych!

Nauczyciel wyjaśnia, na czym polega kolejna misja: *Hejterus Ciemny rzuca ostatnie wyzwanie! Tylko najsilniejsi CyberRycerze przejdą ten test i udowodnią, że są gotowi bronić internetu!*

Szybki test refleksu drużyn – nauczyciel czyta różne sytuacje, a uczniowie podnoszą tarczę, jeśli wiedzą, jak poprawnie zareagować. Za każdą dobrą odpowiedź zdobywają rycerskie punkty (**Karta pracy nr 6**).

Misja 7. Ceremonia pasowania na CyberRycerzy!

Nauczyciel ogłasza zwycięstwo: *Pokonaliście wszystkie przeszkody! Jesteście gotowi, by stać się CyberRycerzami! Czas na pasowanie! Wszyscy powtarzają przysięgę CyberRycerza: „Przysięgam walczyć o dobro w sieci, nie hejtować i pomagać innym!”.*

Na koniec każdy uczeń otrzymuje dyplom CyberRycerza i pamiątkową odznakę! (**Załącznik nr 2**).

Podsumowanie

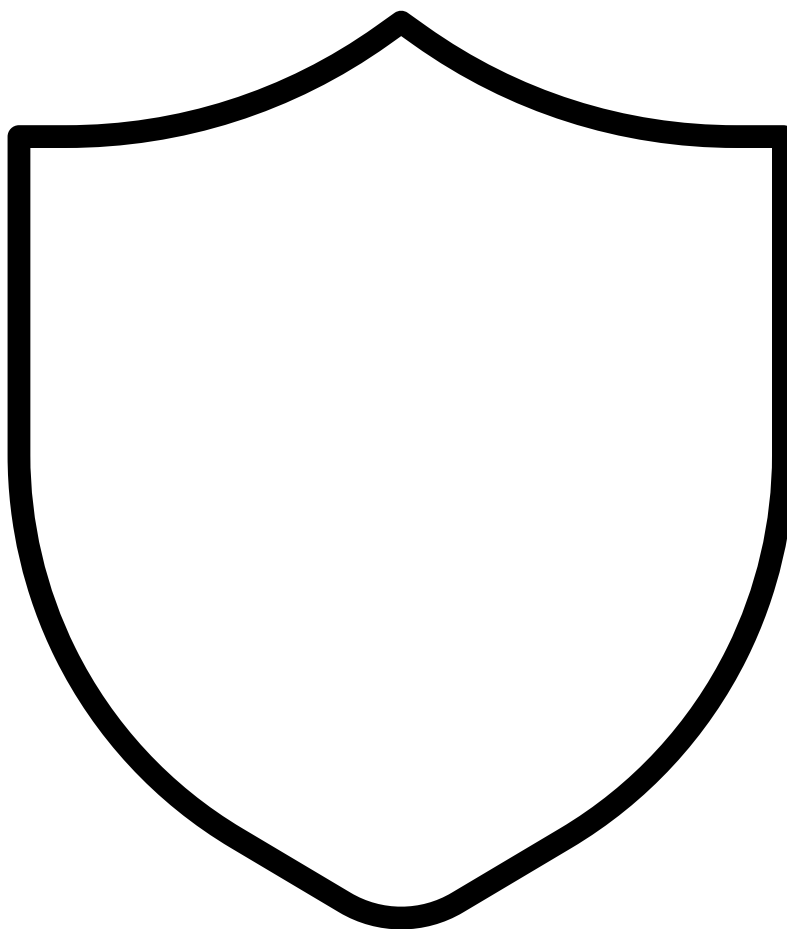
Na zakończenie lekcji nauczyciel zaprasza uczniów do wspólnego podsumowania. Uczestnicy lekcji dzielą się swoimi doświadczeniami oraz przemyśleniami na temat misji, które odbyli jako CyberRycerze. Nauczyciel pomaga im sformułować najważniejsze wnioski z zajęć.

Celem podsumowania jest uświadomienie uczniom, jak ważne jest dbanie o bezpieczne i pozytywne środowisko w internecie, a także wzmocnienie przekonania, że każdy może mieć wpływ na przeciwdziałanie hejtowi i wspieranie osób doświadczających agresji w sieci. Podsumowanie odbywa się przy użyciu strony pickerwheel.com. Nauczyciel może też wykorzystać wydrukowane pytania (**Karta pracy nr 7**).

Karty pracy

Karta pracy nr 1

Tarcza dla ucznia, na której dziecko zapisze sposoby walki z hejtem:



Karta pracy nr 2

„Zwój mrocznych wiadomości”:

Grupa 1

1. Komentarz pod zdjęciem na szkolnym czacie: „Ale masz śmieszna minę na tym zdjęciu”.
2. Wiadomość prywatna w grze online: „Jesteś beznadziejny! Lepiej usuń konto, bo nikt nie chce z Tobą grać”.
3. Ktoś wysłał komuś 10 razy pod rząd „Jesteś głupi”.
4. Komentarz pod rysunkiem kolegi: „Fajny rysunek, ale może spróbuj dodać więcej szczegółów?”.

Notatka dla nauczyciela:

1. Żółty (żart) – możliwe, że intencją było rozbawienie, ale jeśli kogoś to rani, nie jest to w porządku.
2. Czerwony (hejt) – obrażanie i poniżanie kogoś w sieci.
3. Czerwony (hejt) – regularne, podejmowane z premedytacją działanie wobec innej osoby, np. powtarzające się obraźliwe komentarze, to cyberprzemoc.
4. Zielony (konstruktywna opinia) – pomocna rada: nie obraża, tylko sugeruje poprawę.

Grupa 2

1. Ktoś nagrywa filmik z klasowego występu i wycina tylko moment, gdzie ktoś się pomylił, a potem rozsyła to wszystkim, śmiejąc się z tej osoby.
2. Wiadomość w grupie klasowej: „Nie bawcie się z Olkiem, bo on jest dziwny i nikt go nie lubi!”.
3. Komentarz na forum gry: „Ten poziom jest trudny, może spróbuj inną strategię?”.
4. Ktoś tworzy fałszywy profil kolegi i zamieszcza tam głupie zdjęcia.

Notatka dla nauczyciela:

1. Czerwony (hejt) – celowe ośmieszanie kogoś.
2. Czerwony (hejt) – wykluczanie kogoś i nastawianie innych przeciwko tej osobie.
3. Zielony (konstruktywna opinia) – pomocna rada.
4. Czerwony (hejt) – podszywanie się pod kogoś to poważne wykroczenie.

Grupa 3

1. Ktoś publikuje prywatne zdjęcie koleżanki bez jej zgody.
2. Ktoś wchodzi na konto kolegi bez jego wiedzy i zmienia status na „Lubię jeść klej”.
3. Komentarz pod filmikiem na YouTube o kimś ze szkoły: „Ale wstyd, lepiej już nigdy nic nie nagrywaj!”.
4. Wiadomość od kolegi: „Przepraszam, nie mogę się dziś bawić, ale może jutro?”.

Notatka dla nauczyciela:

1. Czerwony (hejt) – naruszanie prywatności może wyrządzić dużą krzywdę.
2. Czerwony (hejt) – kradzież tożsamości, nawet jeśli miało być „dla śmiechu”.
3. Czerwony (hejt) – znieważanie kogoś w sposób krzywdzący
4. Zielony (w porządku) – odmowa, ale grzeczna i nieobrażająca nikogo.

Grupa 4

1. Ktoś publikuje w mediach społecznościowych zdjęcie koleżanki z opisem: „Haha, ale masz dziwne buty!”.
2. Na klasowym czacie ktoś pisze: „Ola znowu dostała jedynkę z matematyki, ale wstyd!”.
3. Na grupie klasowej ktoś pyta, kto odrobił zadanie, a kolega odpisuje: „Sam sobie zrób, leniu!”.
4. Pod postem koleżanki z jej nowym rysunkiem pojawia się komentarz: „Ładne! Ale może spróbujesz zrobić tło, będzie jeszcze lepsze!”.

Notatka dla nauczyciela:

1. Czerwony (hejt) – celowe wyśmiewanie.
2. Czerwony (hejt) – ośmieszanie.
3. Żółty (żart, ale niezbyt miły) – można to powiedzieć inaczej, np. „Spróbuj najpierw sam, a potem pomogę”.
4. Zielony (konstruktywna opinia) – to dobra rada.

Grupa 5

1. Ktoś dostaje wiadomość prywatną: „Nikt cię nie lubi, lepiej się nie odzywaj”.
2. Podczas gry ktoś pisze na czacie: „Haha, jesteś najgorszy, psujesz nam zabawę! Idź stąd!”.
3. Kolega przegrywa w grze i mówi: „Głupia gra, nigdy więcej nie gram!”.
4. Ktoś pisze na forum gry: „Jesteś słaby, powinieneś się lepiej nauczyć grać”.

Notatka dla nauczyciela:

1. Czerwony (hejt) – krzywdzące i celowe poniżanie.
2. Czerwony (hejt) – wykluczanie kogoś z grupy i obrażanie.
3. Żółty (złość, ale nie hejt) – każdy może się zdenerwować, ważne, by nie obrażać innych.
4. Czerwony (hejt) – może sprawić przykrość.

Grupa 6

1. Ktoś mówi koledze podczas gry: „Super Ci idzie, ale spróbuj użyć innej strategii!”.
2. Ktoś wkleja na czacie zdjęcie przegranego gracza i wszyscy się z niego śmieją.
3. Kolega mówi głośno na lekcji: „Haha, Julia znowu nie umie odpowiedzieć na pytanie!”.
4. W szatni ktoś mówi: „Masz jakieś dziwne ubranie, chyba kupujesz w najgorszym sklepie!”.

Notatka dla nauczyciela:

1. Zielony (konstruktywna rada) – pomocna i uprzejma wskazówka.
2. Czerwony (hejt) – publiczne ośmieszanie kogoś.
3. Czerwony (hejt) – może sprawić Julii przykrość.
4. Czerwony (hejt) – wyśmiewanie wyglądu.



Karta pracy nr 3

Przykłady scenek dramatowych wraz z propozycją rozwiązań dla CyberRycerzy (dla nauczyciela):

Grupa 1: Hejt na zdjęcie

Sytuacja: Osoba hejtowana wrzuca swoje zdjęcie na portal społecznościowy, a inna osoba w komentarzu pisze: „Jesteś brzydka, nie rozumiem, czemu wstawiasz takie zdjęcie”.
Reakcja CyberRycerzy:

[illegible]

Notatka dla nauczyciela:

- Jeden CyberRycerz zgłasza komentarz dorosłemu lub moderatorowi.
- Drugi CyberRycerz daje wsparcie emocjonalne ofierze hejtu, mówiąc: „Nie przejmuj się tym komentarzem. Wyglądasz świetnie, a to, co piszą w internecie, nie ma znaczenia”.
- Trzeci CyberRycerz proponuje pozytywny sposób reagowania, np. dziękując za miłe komentarze i ignorując hejtera.

Grupa 2: Hejt na temat umiejętności

Sytuacja: Uczeń publikuje wideo, na którym prezentuje swoje umiejętności muzyczne, a w komentarzach pojawia się tekst: „Nie masz talentu, nie wiem, czemu się pokazujesz”.
Reakcja CyberRycerzy:

[illegible]

Notatka dla nauczyciela:

- „Zamiast reagować na hejt, pokaż, co naprawdę potrafisz, nie przejmując się krytyką”.
- Sytuację należy zgłosić osobie dorosłej.
- Inny CyberRycerz wspiera ofiarę, mówiąc: „Nie musisz się przejmować – hejterzy najczęściej mają problem sami ze sobą”.



Grupa 3: Hejt na temat wyglądu

Sytuacja: Pod zdjęciem w mediach społecznościowych pojawiły się komentarze: „Jesteś za gruby/za chudy, nikt Cię nie polubi”.

Reakcja CyberRycerzy:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Notatka dla nauczyciela:

- CyberRycerz mówi: „To, jak wyglądasz, nie definiuje Twojej wartości. Pamiętaj, że piękno jest różne dla każdego”.
- Inny CyberRycerz oferuje pomoc, np. zgłasza problem dorosłemu lub moderatorowi.
- Kolejny CyberRycerz sugeruje, by porozmawiać z osobą hejtującą w spokojny sposób, wyjaśniając, że jego komentarz rani.

Grupa 4: Hejt związany z zainteresowaniami

Sytuacja: Osoba hejtowana opowiada o swoim hobby (np. gra w gry komputerowe), a w odpowiedzi pojawia się komentarz: „Jesteś dziwakiem, to nie dla Ciebie”.

Reakcja CyberRycerzy:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Notatka dla nauczyciela:

- CyberRycerz mówi: „Każdy ma prawo do swoich pasji, a to, co Cię interesuje, nie musi dotyczyć nikogo innego”.
- Inny CyberRycerz zachęca do ignorowania negatywnych komentarzy.
- Trzeci CyberRycerz proponuje, żeby ofiara podzieliła się z przyjaciółmi swoimi zainteresowaniami, pokazując, jak wiele osób może je zrozumieć.



Grupa 5: Hejt na temat pochodzenia

Sytuacja: Uczeń pisze post o swoich tradycjach rodzinnych, a ktoś w komentarzu odpowiada: „Nie jesteś stąd, więc nie masz prawa się wypowiadać”.

Reakcja CyberRycerzy:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Notatka dla nauczyciela:

- CyberRycerz wyjaśnia: „Każdy ma prawo do szacunku, niezależnie od tego, skąd pochodzi”.
- Drugi CyberRycerz wskazuje, że najważniejsze jest, by zachować kulturę w dyskusji, a hejt nie powinien mieć miejsca w rozmowach.
- Trzeci CyberRycerz proponuje, by porozmawiać z dorosłymi o tym problemie.

Grupa 6: Hejt na temat wyboru ubioru

Sytuacja: Osoba hejtowana publikuje zdjęcie w oryginalnym stroju (prezentując np. modę alternatywną), a ktoś w komentarzu pisze: „Ten strój jest straszny, nikt nie będzie Cię lubił w czymś takim”.

Reakcja CyberRycerzy:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Notatka dla nauczyciela:

- CyberRycerz mówi: „Każdy ma prawo wyrażać siebie poprzez styl ubioru. Twój wybór nie musi podobać się każdemu, ale to nie znaczy, że jest zły”.
- Drugi CyberRycerz wspiera ofiarę hejtu, mówiąc: „Nie przejmuj się tymi komentarzami. To, co nosisz, odzwierciedla Twoją osobowość, a to jest najważniejsze”.
- Trzeci CyberRycerz proponuje, żeby zamiast reagować na negatywne komentarze, nadal tworzyć swój unikalny wizerunek i zachować pewność siebie.

Karta pracy nr 4

„Tajemnicza mapa sieci” – rozsypanka wyrazowa

Ułóż z uczniami rozsypane wyrazy w poprawne zdania dotyczące przeciwdziałania hejtowi w internecie. Możesz skorzystać z robota Photon, aby wskazać właściwą kolejność wyrazów na planszy, lub wyciąć i wkleić słowa do zeszytu w odpowiednim porządku. Dopasuj zdania do możliwości uczniów. Po ułożeniu wszystkich zdań przeczytajcie je na głos i zastanówcie się, dlaczego są ważne.

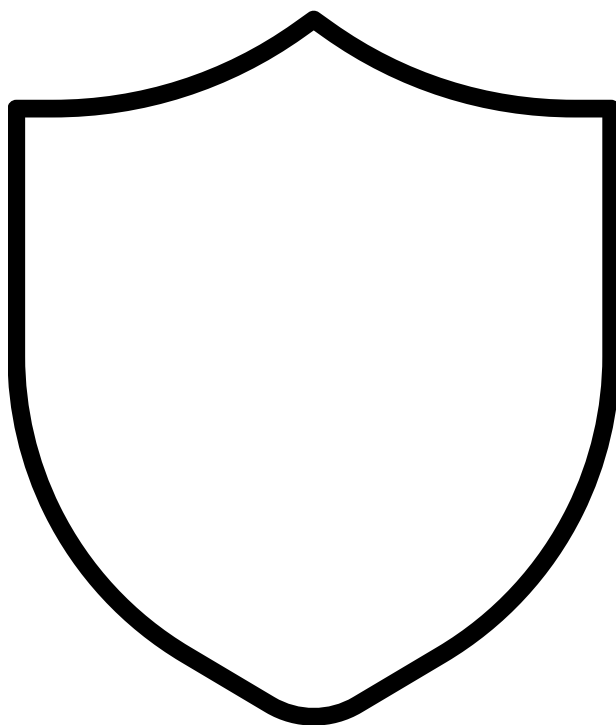
Wersja rozsypanki do zeszytu:

hejtu	nie	Nigdy	rozpoczynaj	w	internecie.		
zawsze	Bądź	miły	szanuj	w	internecie.	i	innych
Nie	na	hejt	odpowiadaj	w	internecie	negatywnie.	
mówić	Nie	złych	powinieneś	nikim	o	rzeczy.	
atak	na	Nie	odpowiadaj	w	internecie.	hejtem	
zadanie	Mamy	hejt.	pomagać	zwalczać			
szanuj	innych	ludzi	Pamiętaj,	w	internecie.		
Słowa	mogą	hejtu	ranić	bardzo	innych.		
miły,	Bądź	a	opryskliwy	nie	w	internecie.	
jest	pełen	wspaniałych	Internet	ludzi	i	przyjaźni.	

Karta pracy nr 5

Herb, imię i motto CyberRycerza

Stwórz swój Rycerski Herb (rysunek). Poniżej zapisz: imię rycerskie (np. „Rycerz Odważne Słowo”, „Obrońca Sieci”, „Tarcza Dobra”) oraz motto CyberRycerza (np. „Pomagam zamiast hejtować”, „Moje słowa to moja siła”).



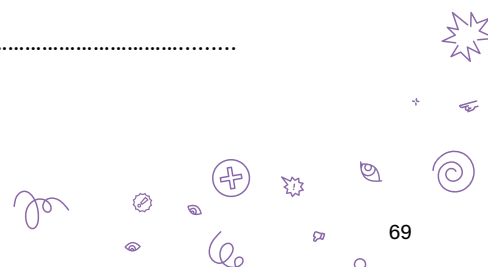
Imię rycerskie:

.....

Motto CyberRycerza:

.....

.....



Karta pracy nr 6

Test rycerskich umiejętności drużynowych

Nauczyciel czyta pytania, a uczniowie podnoszą tarczę, jeśli wiedzą, jak poprawnie zareagować. Za każdą dobrą odpowiedź zdobywają punkty.

1. Co to jest hejt w internecie?
 - a) Pozytywne komentarze na temat innych osób
 - b) Obrażliwe, agresywne lub poniżające wypowiedzi w sieci
 - c) Żarty między przyjaciółmi
2. Co należy zrobić, gdy ktoś Cię hejtuje w internecie?
 - a) Odpowiedzieć tym samym, aby się bronić
 - b) Zignorować to i nie mówić nikomu
 - c) Zgłosić problem zaufanej osobie dorosłej lub administratorowi strony
3. Dlaczego ludzie hejtują w internecie?
 - a) Z nudów lub chęci sprawienia komuś przykrości
 - b) Bo wszyscy tak robią
 - c) Bo muszą, inaczej zostaną ukarani
4. Jakie mogą być skutki hejtu dla ofiary?
 - a) Smutek, stres, niska samoocena
 - b) Większa popularność i lepszy humor
 - c) Nic się nie dzieje, to tylko internet
5. Co należy zrobić, jeśli widzisz, że ktoś jest hejtowany?
 - a) Dołączyć do hejtu, żeby być fajnym
 - b) Ignorować, to nie mój problem
 - c) Wspierać ofiarę i zgłosić hejt
6. Czy hejt w internecie jest przestępstwem?
 - a) Tak, w niektórych przypadkach może być karalny
 - b) Nie, bo każdy ma prawo mówić, co chce
 - c) Tylko wtedy, gdy dotyczy znanych osób
7. Jak można zapobiegać hejtowi w internecie?
 - a) Zachowywać się z szacunkiem wobec innych
 - b) Pisać negatywne komentarze o wszystkich
 - c) Hejtować, zanim ktoś Cię zaatakuje
8. Co to jest mowa nienawiści?
 - a) Żarty między znajomymi
 - b) Wypowiedzi, które atakują innych ze względu na ich rasę, religię, płeć lub inne cechy
 - c) Kłótnia między kolegami
9. Czy anonimowość w internecie oznacza, że można hejtować bez konsekwencji?
 - a) Tak, bo nikt mnie nie znajdzie
 - b) Nie, bo można ustalić, kto jest autorem hejtu
 - c) Tak, ale tylko w portalach społecznościowych
10. Jak reagować, jeśli ktoś mówi, że hejt to tylko „żarty” i „nie ma się czym przejmować”?
 - a) Zgodzić się, bo internet to miejsce na swobodną wypowiedź
 - b) Przypomnieć, że słowa mogą ranić i hejt nie jest zabawny
 - c) Dołączyć do hejtu, żeby pokazać, że masz dystans

Poprawne odpowiedzi: 1b, 2c, 3a, 4a, 5c, 6a, 7a, 8b, 9b, 10b



Karta pracy nr 7

Koło fortuny – pytania dla nauczyciela:

1. Jakie są różnice między hejtem, konstruktywną krytyką a żartem?
2. Co się stało, gdy w trakcie scenek wspieraliśmy osoby hejtowane? Jakie emocje to wywołało?
3. Dlaczego warto reagować na hejt, nawet jeśli nie jesteśmy ofiarą?
4. Co możemy zrobić, żeby internet był miejscem bezpiecznym i pełnym wsparcia?
5. Jakie korzyści płyną z tworzenia pozytywnej, wspierającej społeczności w internecie?
6. Jakie działania możesz podjąć, aby promować pozytywne zachowania w internecie?
7. Co zrobić, jeśli zauważymy, że ktoś nie rozumie, czym jest hejt i nie widzi problemu w swoich komentarzach?
8. Co oznacza hejt i jak rozpoznać, że ktoś jest hejtowany?
9. Jakie zasady cyberbezpieczeństwa są najważniejsze w walce z hejtem?
10. Jakie działania można podjąć, gdy zauważymy hejt w internecie?
11. Jakie emocje mogą towarzyszyć osobie, która jest hejtowana, i jak można jej pomóc?

Załączniki

Załącznik nr 1

Hejterus Ciemny – przykładowa grafika (na podstawie projektu Magdaleny Włudyki):



Trolloni – przykładowa grafika (na podstawie projektu Magdaleny Włudyki):

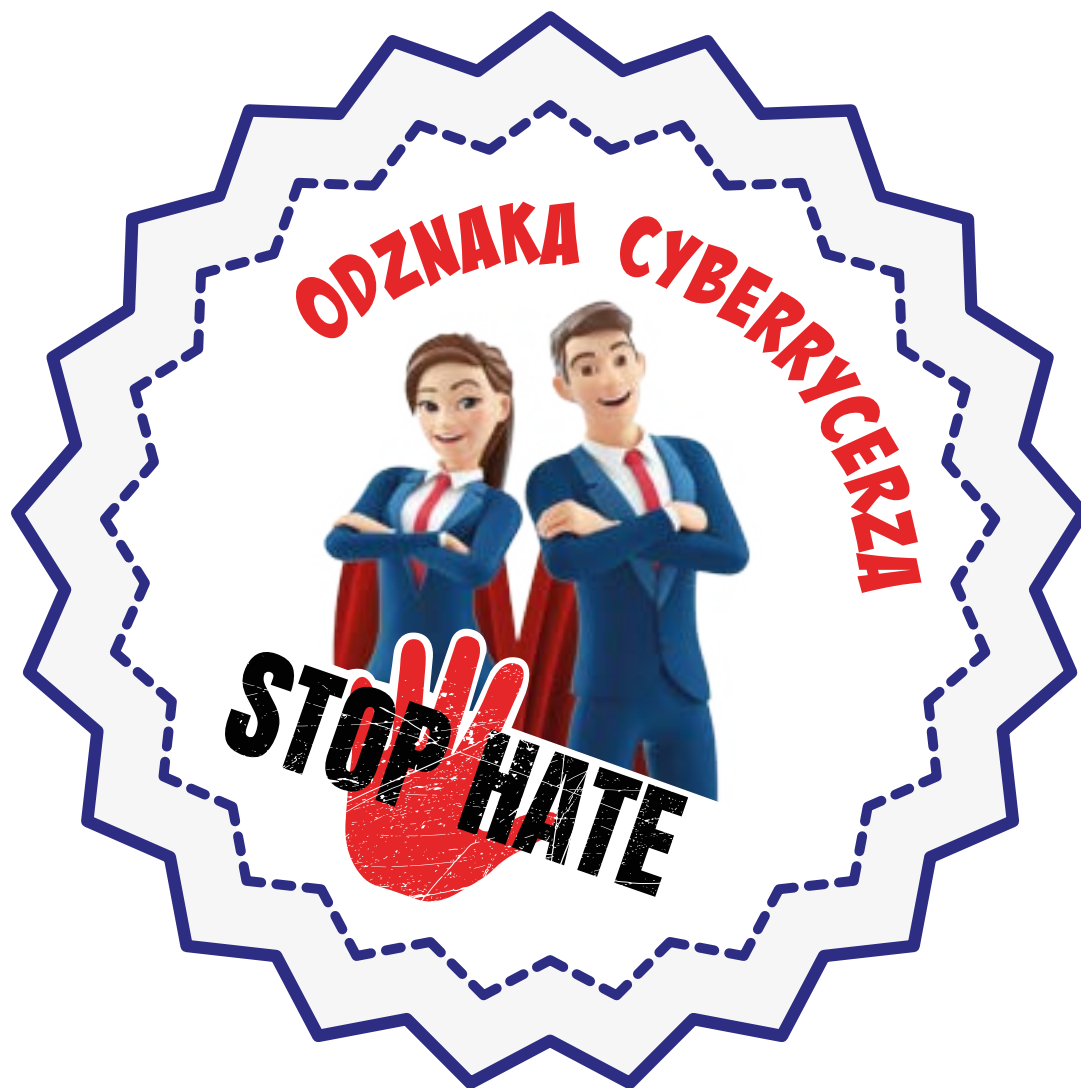


Ludzie w szponach Hejterusa Ciemnego – przykładowa grafika (na podstawie projektu Magdaleny Włudyki):



Załącznik nr 2

Odznaka CyberRycerza oraz dyplom uznania (na podstawie projektu Magdaleny Włudyki):



DYPLOM

otrzymuje:



za aktywny udział w zajęciach i misji edukacyjnej
„CYBERRYCERZE NA STRAŻY INTERNETU”,
za odwagę w walce z hejtem
oraz zaangażowanie w promowanie
bezpieczeństwa w sieci.

Twoja wiedza i umiejętności sprawiają,
że internet staje się lepszym miejscem dla wszystkich!
Gratulujemy i dziękujemy za Twoją cyberodwagę!





Scenariusz lekcji „Memem w hejt – dobry mem kontra zły hejt”

Autor: Danuta Willmann-Baldys, Szkoła Podstawowa nr 6 z Oddziałami Integracyjnymi im. Józefa Kreta w Ustroniu

Czas trwania: 45 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 7–8 szkoły podstawowej

Metody i formy pracy:

- rozmowa kierowana;
- praca w grupach;
- praca z narzędziem internetowym (Canva lub Imgflip);
- prezentacja prac.

Cel główny:

- uświadomienie uczniom negatywnego wpływu hejtu w internecie;
- rozwijanie umiejętności tworzenia przekazu wizualnego;
- promowanie pozytywnych postaw poprzez humor i memy.

Potrzebne materiały:

- komputery z dostępem do internetu (lub tablety/telefony);
- dostęp do narzędzi Canva lub Imgflip;
- prezentacja „Memem w hejt. Dobry mem vs. zły hejt”;
- rzutnik lub tablica multimedialna;
- drukarka i kartki do wydrukowania memów;
- tablica lub przestrzeń na gazetkę szkolną.

Przebieg lekcji:

Wprowadzenie

Nauczyciel rozpoczyna lekcję od pytania: „Co to jest hejt?”. Wspólnie z uczniami ustala definicję hejtu i podaje przykłady jego przejawów. Następnie omawia skutki hejtu w sieci, wskazuje na problemy emocjonalne i spadek poczucia bezpieczeństwa ofiar. Na koniec przedstawia pozytywne sposoby reagowania na hejt.

Część główna

Mem kontra hejt

Nauczyciel wyświetla prezentację „Memem w hejt. Dobry mem vs. zły hejt” jako wprowadzenie do ćwiczenia (**Załącznik nr 1**).

Każdy uczeń ma za zadanie stworzyć trzy memy promujące pozytywne zachowania w sieci lub zniechęcające do hejtu. Uczniowie mogą skorzystać z narzędzi takich jak:

- Canva – do kreatywnych projektów z gotowych szablonów;
- Imgflip – do szybkiego generowania popularnych memów.

Po zakończeniu pracy uczniowie przesyłają swoje memy nauczycielowi.



Podsumowanie

Nauczyciel podsumowuje zajęcia, formułując wspólnie z uczniami najważniejsze wnioski. Następnie wyświetla na tablicy wybrane memy o hejcie, zachęcając uczestników zajęć do podzielenia się refleksjami nad procesem ich tworzenia.

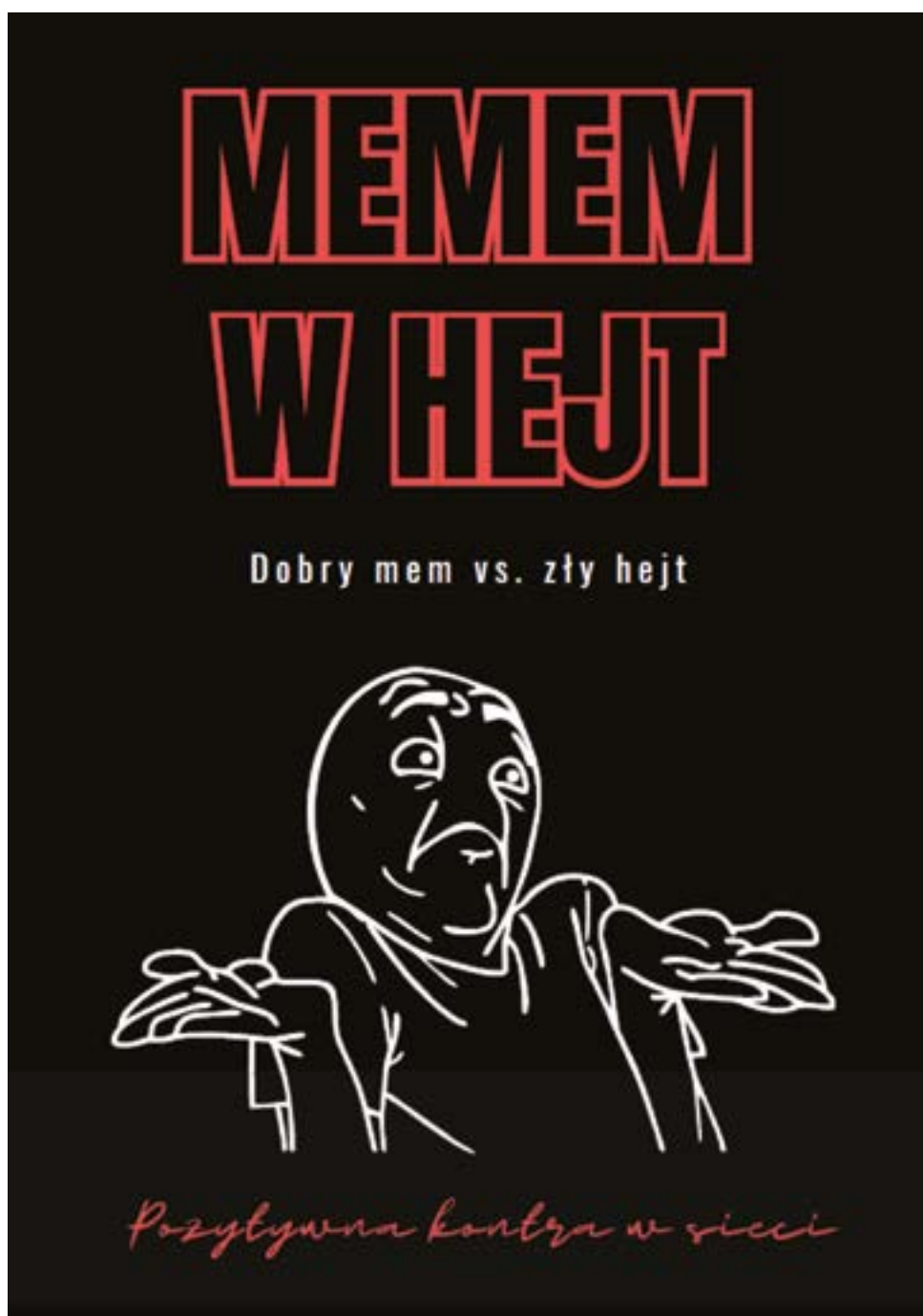
Zadaje uczniom pytania: „Jakie trudności napotkaliście podczas tworzenia memów?”, „Co sprawiło Wam największą satysfakcję w trakcie wykonywania tego zadania?”.

Na koniec uczniowie dzielą się swoimi doświadczeniami i spostrzeżeniami związanymi z agresją w sieci i przeciwdziałaniem negatywnym zachowaniom online.

Załączniki

Załącznik nr 1

Prezentacja „Memem w hejt. Dobry mem vs. zły hejt”, oprac. Danuta Willmann-Baldys:



HEJT

Hejt to nie tylko negatywne komentarze – to celowe, agresywne ataki na inne osoby, które mogą wyrządzić dużą krzywdę. Może przybierać różne formy: obraźliwe wiadomości, wykluczanie z grupy, ośmieszanie czy rozprzestrzenianie fałszywych informacji.



**CZY SPOTKALIŚCIE SIĘ KIEDYŚ
Z HEJTEM W INTERNECIE?
JAKIE BYŁY JEGO FORMY?**

JAK MYŚLICIE, DLACZEGO LUDZIE HEJTUJĄ?

Ludzie hejtują z różnych powodów – czasem dla zabawy, czasem z zazdrości, a czasem dlatego, że sami mają problemy. Ale niezależnie od powodu, hejt zawsze rani. Może prowadzić do obniżenia samooceny, depresji, a w skrajnych przypadkach nawet do tragedii.



NIE JESTEŚMY BEZRADNI WOBEĆ HEJTU. MOŻEMY:

- Ignorować hejtera – często hejterzy szukają reakcji, więc brak odpowiedzi może ich zniechęcić.
- Zgłaszać obraźliwe treści na platformach społecznościowych.
- Wspierać ofiary hejtu – czasem jedno dobre słowo może bardzo pomóc.
- Przeciwstawiać się hejterom – ale w sposób kulturalny, bez agresji





Teraz przejdziemy do drugiej części lekcji

STWORZYMY MEMY, które będą promować pozytywne zachowania w internecie i zachęcać do walki z hejtem.

Mem to obrazek lub grafika z krótkim, często humorystycznym tekstem.

Może być zabawny, ale dziś skupimy się na tym, żeby miał mocny przekaz przeciwko hejtowi.

JAK TO ZROBIĆ?

Wymyśl krótką, chwytliwą frazę, która zachęci do walki z hejtem. Jeśli nie masz pomysłu przeglądaj internet w celu poszukiwania inspiracji.

Wybierz obrazek, który będzie pasował do przekazu.

Użyj:

Imgflip lub

Generator memów w Canvie **"Create a Meme"**

Zapisz gotowy mem i prześlij nauczycielowi.

Czasami humor może pomóc nam przekazać ważne treści lepiej niż długi wykład.

Mam nadzieję, że zapamiętacie, jak ważne jest reagowanie na hejt i wspieranie innych.





Scenariusz lekcji „Magiczna tarcza przeciwko hejtowi – bezpieczna podróż po cyfrowym świecie”

Autor: Ewelina Romanowska, Skala – Niepubliczna Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi w Lublinie

Czas trwania: 45 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 1–3 szkoły podstawowej

Metody i formy pracy:

- praca indywidualna;
- praca grupowa;
- burza mózgów;
- metoda aktywizująca;
- metoda plastyczna.

Cel główny:

- zaznajomienie uczniów z podstawowymi zasadami bezpiecznego korzystania z internetu;
- zdobycie wiedzy na temat reagowania na hejt w internecie, w tym na niemiłe komentarze;
- rozwijanie umiejętności współpracy i analizy sytuacji.

Potrzebne materiały:

- kartki papieru (białe i kolorowe);
- duży arkusz papieru lub tablica do zapisania wniosków;
- kartonowe szablony tarcz do ćwiczenia „Tarcza odporności”;
- pergaminy lub karteczki do ćwiczenia „Zaklęcia przeciwko hejtowi”;
- materiały plastyczne: kredki, flamastry, mazaki, nożyczki, klej, naklejki lub kolorowe symbole do ozdabiania tarcz.

Przebieg lekcji:

Wprowadzenie

Nauczyciel wita uczniów i zadaje pytania, nawiązując do ich codziennych doświadczeń: „Kto z Was lubi bajki i magiczne krainy?”, „Czy wiecie, że internet to trochę taki zaczarowany świat pełen przygód, ale i niebezpieczeństw?”.

Następnie zaprasza do krótkiej rozmowy o internecie, pytając dzieci:

- Co lubicie robić w internecie?
- Czy spotkaliście się kiedyś z nieprzyjemnym komentarzem lub niemiłą sytuacją online?
- Co można zrobić, gdy ktoś w internecie zachowuje się niewłaściwie?



Część główna

Bajka terapeutyczna

Nauczyciel czyta bajkę terapeutyczną „Księżniczka Lilia i zaczarowany kryształ”:

W królestwie Aurory, gdzie magia przeplatała się z codziennym życiem, mieszkała księżniczka Lilia. Była ciekawa świata i uwielbiała poznawać nowe rzeczy. Pewnego dnia król i królowa podarowali jej Zaczarowany Kryształ, przypominający lustrzaną taflę – w rzeczywistości był to magiczny tablet, który pozwalał jej odkrywać odległe krainy i rozmawiać z mieszkańcami innych światów.

– Lilio, pamiętaj, że Zaczarowany Kryształ to potężna magia. Możesz zobaczyć w nim wiele cudownych rzeczy, ale czasem mogą tam czaić się złe moce – ostrzegł król. – Jeśli coś cię zaniepokoi, zawsze przyjdź do mnie lub mamy.

Księżniczka, pełna ekscytacji, dotknęła Kryształu i wkroczyła do Zaczarowanej Sieci – miejsca pełnego wiedzy, zaczarowanych gier i tajemniczych stworzeń. Spotkała tam elfa Astora, który znał wszystkie zaklęcia ochronne. – Lilio, pamiętaj, że w tym świecie trzeba być ostrożnym. Zawsze rozmawiaj tylko z tymi, których znasz, i nie ufaj nieznanym postaciom, które proszą cię o sekrety – powiedział Astor.

Pewnego dnia księżniczka natknęła się na Czarnego Maga, który wysyłał zaczarowane wiadomości pełne złośliwości o jej koronie i sukni. Księżniczka odczuwała smutek i nie wiedziała, co zrobić. Przypomniła sobie jednak słowa Astora i pobięła do króla. – Ojciec, Czarny Mag mówi mi przykre rzeczy o moim wyglądzie – poskarżyła się. Król spojrzał na Kryształ i powiedział: – Lilio, dobrze, że przysłaś do mnie. To zaklęcie hejtu, ale nie ma nad tobą mocy. Odsuniemy Czarnego Maga, aby nie mógł już więcej rzucać takich uroków. Król użył mocy „Zablokowania”, a Czarny Mag zniknął z jej magicznego tabletu. Księżniczka od razu poczuła się lepiej.

Następnego dnia znów spotkała Astora, który powiedział: – Lilio, ci, którzy rzucają przykre zaklęcia, często sami są smutni. Ale ty masz w sobie mądrość i zawsze możesz szukać pomocy u tych, którzy cię kochają. Od tego dnia księżniczka korzystała z Kryształu z większą rozwagą, wiedząc, że prawdziwa magia to nie tylko wiedza, ale także mądre serce i odwaga.

Po przeczytaniu bajki nauczyciel zadaje uczniom pytania:

- Co Lilia otrzymała od rodziców i do czego służył jej ten przedmiot?
- Kogo księżniczka spotkała w Zaczarowanej Sieci?
- Kto sprawił przykrość Lilii?
- Jak myślicie, dlaczego tata powiedział, że Zaczarowana Sieć (internet) to nie tylko dobre rzeczy?

Ćwiczenie 1 – „Zaklęcia przeciwko hejtowi”

Nauczyciel zaprasza uczniów do wykonania ćwiczenia, które ma pokazać, że zamiast szerzyć hejt, każdy może używać w sieci pozytywnych słów i wspierać innych.

Przebieg ćwiczenia:

Każde dziecko dostaje dwa pergaminy (kartki papieru). Na pierwszym pisze lub rysuje coś niemiłego, co ktoś mógłby powiedzieć w internecie. Na drugim – „zaklęcie ochronne”, czyli pozytywną odpowiedź lub sposób reakcji na niemiłe słowa (np. „Jesteś ważny i wartościowy!”, „Nie przejmuję się tym, blokuję hejtera!”).

Następnie dzieci wrzucają pierwsze kartki do „ognia smutku” (może to być skrzynia, kosz), symbolicznie pozbywając się hejtu. Z kolei drugie pergaminy przyklejają na tablicy jako „Zaklęcia dobrej mocy” – zbiór pozytywnych reakcji na hejt.

Ćwiczenie 2 – „Tarcza odporności”

Kolejne ćwiczenie ma nauczyć dzieci, jak radzić sobie z hejtem, a także wzmacniać poczucie pewności siebie.

Przebieg ćwiczenia:

Każde dziecko otrzymuje rysunek tarczy (może być też duży kartonowy szablon). Na tarczy dzieci rysują lub zapisują rzeczy, które je wzmacniają i chronią przed hejtem, np.:

- „Mam przyjaciół, którzy mnie wspierają”;
- „Zawsze mogę powiedzieć rodzicom o przykrych sytuacjach, jakie mnie spotykają w sieci”;
- „Blokuję hejtera i nie odpowiadam”;
- „Wiem, że to, co ktoś pisze o mnie w internecie, nie powinno wpływać na moją pewność siebie”.

Następnie nauczyciel czyta kilka przykładowych hejterskich komentarzy (np. „Twój rysunek jest brzydki!”), a dzieci podnoszą swoją tarczę i mówią, jak się przed tym obronią, korzystając z zapisanych na niej strategii.

Ćwiczenie 3 – Zagadki

Nauczyciel zadaje dzieciom zagadki dotyczące bezpieczeństwa w sieci. Każda poprawna odpowiedź to jeden kawałek magicznego zwoju, na którym mogłyby się znaleźć zasady bezpieczeństwa w sieci.

Przykłady pytań:

- Czy można podawać w internecie swój adres lub nazwisko? (Nie)
- Co robisz, jeśli ktoś pisze do Ciebie coś niemiłego? (Mówisz o tym dorosłemu)
- Jakie „zaklęcie” chroni przed nieznajomymi w internecie? (Zablokowanie i zgłoszenie)

Podsumowanie

Nauczyciel wraca do historii Księżniczki Lilii. Przypomina dzieciom najważniejsze wydarzenia z bajki: *Księżniczka Lilia odkryła, że w magicznym świecie internetu można spotkać zarówno miłe, jak i mniej przyjazne osoby. Na szczęście wiedziała, jak się bronić – nie odpowiadać na złe słowa, szukać pomocy u bliskich i otaczać się dobrymi przyjaciółmi.*

Wspólnie z uczniami formułuje najważniejsze wnioski do zapamiętania, prosząc dzieci, aby dokończyły zdania (ustnie lub na kartkach):

- Dzisiaj nauczyłem/nauczyłam się, że...
- Jeśli spotkam w internecie kogoś, kto pisze niemiłe rzeczy, to...
- Żeby internet był bezpiecznym miejscem, warto...

Następnie nauczyciel przypomina zasady bezpiecznego korzystania z internetu. W podsumowaniu tworzy wspólnie z uczniami „Złote zasady Księżniczki Lilii” – listę najważniejszych wskazówek, które można zapisać na plakacie lub tablicy, np.:

- Nie ufaj nieznajomym w sieci.
- Nie odpowiadaj na hejterskie komentarze. Powiedz dorosłemu, jeśli coś cię zmartwi.
- W internecie traktuj innych tak, jak chcesz być traktowany/traktowana.





Scenariusz lekcji „Mali bohaterowie cyberświata”

Autor: Magdalena Rzepecka, Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego w Starogardzie

Czas trwania: 90 minut

Grupa docelowa: uczniowie klas 1–3 szkoły podstawowej

Metody i formy pracy:

- praca indywidualna;
- praca w grupach;
- praca zbiorowa;
- metoda narracyjna;
- drama;
- burza mózgów;
- gra terenowa;
- metoda projektowa.

Cel główny:

- uświadomienie uczniom, czym jest hejt i jak mu przeciwdziałać;
- rozwijanie empatii i umiejętności reagowania na niemiłe sytuacje w internecie;
- kształtowanie pozytywnych postaw, które cechują Internetowego Bohatera.

Potrzebne materiały:

- tablica lub duże arkusze papieru;
- mazaki, kredki;
- wydrukowany tekst bajki o „Internetowym Bohaterze”;
- ilustracja bohatera (np. wydrukowany obraz „Internetowy Bohater” – Załącznik nr 1);
- kartki z gotowymi scenariuszami scenek do odegrania (np. „Ktoś dostaje niemiły komentarz”, „Twój kolega potrzebuje wsparcia w sieci”);
- proste rekwizyty do inscenizacji (opcjonalnie, np. kartonowe tablety lub telefony);
- materiały do gry terenowej:
 - * mapa gry – narysowana na dużym arkuszu lub wydrukowana;
 - * Stacja 1: „Hasło Mocy” – kartki z przykładami silnych i słabych haseł, długopisy do zapisania własnego hasła;
 - * Stacja 2: „Rozpoznaj hejtera” – kartki z różnymi wypowiedziami do posegregowania na pozytywne i negatywne;
 - * Stacja 3: „Kodeks Bohatera” – duży plakat, na którym dzieci wspólnie zapisują zasady bezpieczeństwa online;
 - * Stacja 4: „Pomocna Dłoń” – wydrukowane obrazki przedstawiające smutne i radosne buźki do analizy emocji;
 - * Stacja 5: „Zgłoś i reaguj” – karteczki z różnymi sytuacjami, które dzieci muszą przyporządkować do odpowiednich działań (np. „zgłoś dorosłemu”, „zablokuj hejtera”);
- odznaki Internetowego Bohatera.

Przebieg lekcji:

Wprowadzenie

Nauczyciel pyta dzieci: „Co to znaczy być bohaterem?”, „Czy w internecie też można być bohaterem?”.

Następnie wyjaśnia prostymi słowami, czym jest hejt w sieci: *Są to niemiłe słowa, które mogą kogoś zranić, tak jak w prawdziwym życiu. Ale w internecie nie widzimy reakcji drugiej osoby, więc czasem nie wiemy, że ją skrzywdziliśmy.*

Część główna

Bajka o Internetowym Bohaterze

Nauczyciel czyta krótką bajkę o postaci, która pomaga innym w internecie, np.: *Mały lew Leo uwielbiał rozmawiać z innymi w internecie, ale zauważył, że niektórzy piszą niemiłe rzeczy. Postanowił być Internetowym Bohaterem – zawsze pomagał, gdy ktoś był smutny, mówił innym, żeby używali miłych słów i nie bał się zgłaszać złych zachowań dorosłym.*

Zachęca uczniów do dyskusji, pytając: „Jak czuł się Leo?”, „Jak możemy być bohaterami w internecie?”, „Co możemy zrobić, gdy widzimy niemiłe komentarze?”.

Teatrzyk emocji

Nauczyciel dzieli uczniów na grupy i rozdaje im scenki do odegrania (np. „Ktoś napisał smutny komentarz pod Twoim zdjęciem”, „Twój kolega dostaje niemiłe wiadomości”).

Zadaniem dzieci jest przedstawienie sytuacji i wspólne znalezienie rozwiązania, jak pomóc osobie poszkodowanej.

Po każdej scenie nauczyciel pyta: „Jak możemy pomóc w takiej sytuacji?”, „Jak czuła się osoba, która otrzymała niemiłe słowa?”.

Gra terenowa – „Misja Internetowego Bohatera”

Uczniowie zostają podzieleni na zespoły i otrzymują kartę misji z mapą oraz zadaniami do wykonania. Opiekunami podczas wykonywania zadań są rodzice, którzy zgłosili się do pomocy, lub uczniowie ze starszych klas, którzy również opiekują się stacjami.

Zadania rozmieszczone są w różnych punktach klasy lub na terenie całej szkoły. Każde zadanie dotyczy zagadnień związanych z bezpieczeństwem w internecie i przeciwdziałaniem hejtowi.

Przykładowe stacje i zadania:

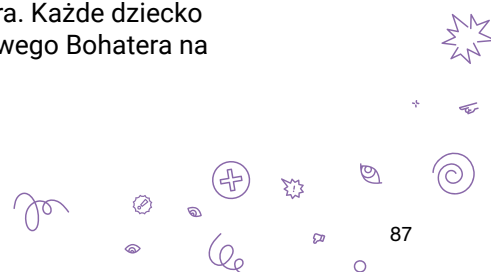
1. „Hasło mocy” – uczniowie muszą wymyślić silne hasło i zapisać je na kartkach zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.
2. „Rozpoznaj hejtera” – otrzymują kartki z różnymi wypowiedziami i muszą oddzielić pozytywne komentarze od hejtu.
3. „Kodeks Bohatera” – układają zasady bezpiecznego zachowania w internecie i zapisują je na dużym plakacie.
4. „Pomocna dłoń” – uczniowie odgrywają scenkę, w której pocieszają osobę zaatakowaną czy źle potraktowaną w sieci.
5. „Zgłoś i reaguj” – uczestnicy gry mają za zadanie zdecydować, co zrobić w przypadku hejtu (np. zgłosić dorosłemu, zablokować osobę).

Zakończenie gry:

Po przejściu wszystkich stacji uczniowie z rodzicami i uczniami wracają do nauczyciela, który podsumowuje grę i wspólnie z dziećmi tworzy Kodeks Internetowego Bohatera.

Podsumowanie

Na koniec lekcji uczniowie tworzą swój Kodeks Internetowego Bohatera. Każde dziecko zapisuje (lub nauczyciel zapisuje za nie) jedną dobrą zasadę Internetowego Bohatera na



dużym arkuszu. Przykłady: „Nie piszę niemiłych rzeczy”, „Pomagam innym w internecie”, „Jeśli widzę coś złego, mówię o tym dorosłemu”.

Nauczyciel podsumowuje zajęcia i zachęca do stosowania zasad w codziennym życiu, a następnie rozdaje każdemu uczniowi odznaki. Kodeks Internetowego Bohatera udostępnia na stronie internetowej szkoły.

Załączniki

Załącznik nr 1

Przykładowa grafika przedstawiająca Internetowego Bohatera (na podstawie projektu Magdaleny Rzepeckiej). Plakat można wykorzystać do promocji przedsięwzięcia, np. na stronie internetowej szkoły:



MISJA INTERNETOWEGO BOHATERA



Spis treści

Wstęp.....	5
Część 1. Ćwiczenia	7
Ćwiczenie „Zabawa w łapanie much”	8
Ćwiczenie „Odszyfruj zasady netykiety”	10
Ćwiczenie „Filtr hejtu”	12
Część 2. Gry terenowe	15
Gra terenowa „Zajączek wielkanocny potrzebuje pomocy”	16
Gra terenowa „CyberMisja – Strażnicy sieci”	22
Gra terenowa „Wojna z Zombie Hejtu”	36
Gra terenowa „Misja Cyberbohaterów”	39
Gra terenowa „Przygoda z Netusiem – Strażnicy Dobrych Słów”	42
Część 3. Scenariusze lekcji	51
Scenariusz lekcji „Tworzymy ilustracje techniką kolażu do baśni na temat cyberprzemocy”	52
Scenariusz lekcji „Ja też mogę zostać Cyberbohaterem”	55
Scenariusz lekcji „ChatGPT kontra hejt – jak sztuczna inteligencja pomaga zrozumieć i zwalczać cyberprzemoc”	58
Scenariusz lekcji „CyberRycerze na straży internetu! Misja – pokonać ciemną sieć”	61
Scenariusz lekcji „Memem w hejt – dobry mem kontra zły hejt”	76
Scenariusz lekcji „Magiczna tarcza przeciwko hejtowi – bezpieczna podróż po cyfrowym świecie”	83
Scenariusz lekcji „Mali bohaterowie cyberświata”	86



