

Akademia Oli

Katalog wypraw / dwa warianty wieku

Agresja w sieci

O5



10 kursów / 80 lekcji

Dwa warianty: 8-9 i 10-13 lat

Jedna lekcja = 45 minut



Jak wybrać i poprowadzić wyprawę

O5

Zakres bez przeciążenia

60 kursów w 6 obszarach; każdy ma 8 lekcji po 45 minut. Wybierz jeden cel i tempo pasujące do dziecka. Katalog jest menu możliwości.

Dwa sposoby uczenia

8-9 lat: konkretne karty, wybór, rysunek i rozmowa. 10-13 lat: porównanie, dowód, inny wariant i brakująca informacja.

Od przykładu do samodzielności

Wyjaśnij zasadę i pokaż przykład. Udostępnij karty. Daj spróbować z pomocą, a potem w nowej sytuacji. Wróćcie do niezrozumiałego szczegółu.

Angielski w kontekście

Zwrot ma polskie objaśnienie i pasuje do kart. Jest opcjonalny przy sprawdzaniu głównej umiejętności. Wróćcie do niego na następnej lekcji.

Plan 45 minut jest orientacyjny. Materiały służą wspólnej pracy z rodzicem lub prowadzącym. Dobierz tempo do dziecka i obserwuj jego samodzielną próbę.



Mapa wyprawy: Żart, konflikt czy przemoc?

O5-K1

Na początek

Wystarczy rozumieć krótką rozmowę; dorosły może ją przeczytać.
Nie pytamy o osobiste doświadczenia.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko odróżnia spór od krzywdzenia i wybiera wyjaśnienie, przerwę lub wsparcie dorosłego.

Finał wyprawy

Ilustrowany przewodnik rozpoznawania sytuacji i wybierania bezpiecznej reakcji.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.

Powiązana wyprawa: O2-K7. Wspólną zasadę można przypomnieć zamiast uczyć jej od początku.



Osiem przystanków: Żart, konflikt czy przemoc?

O5-K1

1. Czy to było miłe?

Zamiar i skutek mogą się różnić. Sygnał dyskomfortu wymaga uwagi.

Angielski 8-9: Are you OK? / 10-13: What did you mean by that?

Temat programu: Słowa, zamiar i skutek

2. Stop kończy żart

Po komunikacji stop trzeba przerwać żart, nawet jeśli grupa się śmieje.

Angielski 8-9: Stop, please. / 10-13: A joke needs everyone's agreement.

Temat programu: Kiedy żart przestaje bawić

3. Spór o trasę

Można odrzucić pomysł bez obrażania jego autora.

Angielski 8-9: I disagree. / 10-13: I disagree with the idea, not the person.

Temat programu: Spór o sprawę



Agresja w sieci

O5-K1

4. Kiedy potrzebna jest pomoc

Powtarzanie krzywdy i przewaga grupy wymagają wsparcia. Jedno poważne zdarzenie też może go wymagać.

Angielski 8-9: I need help. / 10-13: Repeated harm needs adult support.

Temat programu: Rozpoznawanie krzywdzenia

5. Brakująca część rozmowy

Kontekst pomaga zrozumieć wiadomość, lecz nie usprawiedliwia krzywdzenia.

Angielski 8-9: What happened? / 10-13: More context helps us understand the situation.

Temat programu: Kontekst bez usprawiedliwiania

6. Wybierz bezpieczny krok

Reakcja zależy od sytuacji: wyjaśnij pomyłkę, przerwij spór, szukaj pomocy przy krzywdzeniu.

Angielski 8-9: Let's pause. / 10-13: Choose a response that reduces further harm.

Temat programu: Dobór bezpiecznej reakcji



Agresja w sieci

O5-K1

7. Nie wiem jeszcze

Można szukać wsparcia, zanim pozna się wszystkie fakty. Nie trzeba publicznie wskazywać winnego.

Angielski 8-9: I'm not sure. / 10-13: We can seek support while checking the facts.

Temat programu: Sytuacje niejednoznaczne

8. Mapa reakcji załogi

Dobra mapa reakcji chroni uczestników i ma drogę do dorosłego.

Angielski 8-9: Ask for help. / 10-13: Explain your choice using evidence from the scenario.

Temat programu: Przewodnik po bezpiecznych reakcjach



Mapa wyprawy: Hejt, trolling i prowokacja

O5-K2

Na początek

Dziecko odróżnia wiadomość od nadawcy; wcześniejszy kurs nie jest wymagany.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko rozpoznaje zaczepkę i wybiera granicę, ochronę oraz pomoc bez powiększania widowni.

Finał wyprawy

Zestaw kart reakcji na prowokację z uzasadnieniem wyboru działania.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Hejt, trolling i prowokacja

O5-K2

1. Poprawka czy obrażanie?

Rzeczowa krytyka wskazuje problem, który można poprawić.

Angielski 8-9: Be kind. / 10-13: Criticise the idea without attacking the person.

Temat programu: Krytyka a atak

2. Zaczepka zmienia temat

Powtarzana zaczepka może służyć wywołaniu kłótni; zamiaru nie znamy na pewno.

Angielski 8-9: Stay calm. / 10-13: This message may be trying to provoke a reaction.

Temat programu: Jak działa prowokacja

3. Odłóż odpowiedź

Pauza pomaga zdecydować, ale nie usuwa odpowiedzialności osoby krzywdzącej.

Angielski 8-9: Take a break. / 10-13: I can pause before choosing my response.

Temat programu: Pauza przed odpowiedzią



Agresja w sieci

O5-K2

4. Nie dodawaj widowni

Powielanie zaczepki może zwiększyć jej widoczność i krzywdę.

Angielski 8-9: Don't share it. / 10-13: Avoid amplifying the harmful message.

Temat programu: Ograniczanie zasięgu zaczepki

5. Jedno zdanie granicy

Granice można powiedzieć krótko. Przy zagrożeniu bezpieczniej odejść i szukać pomocy.

Angielski 8-9: Please stop. / 10-13: I won't continue this conversation while you insult me.

Temat programu: Krótka granica

6. Wycisz, zablokuj, zgłoś

Wyciszenie ogranicza powiadomienia, blokada kontakt, a zgłoszenie uruchamia ocenę zdarzenia.

Angielski 8-9: Block and report. / 10-13: Select the protection tool that fits this situation.

Temat programu: Wybór narzędzia ochrony



Agresja w sieci

O5-K2

7. Grupa może pomóc

Świadkowie mogą ograniczyć widownię zamiast nagradzać zaczepkę reakcjami.

Angielski 8-9: Let's help. / 10-13: We can reduce the audience and seek support.

Temat programu: Prowokacja na oczach grupy

8. Karty bezpiecznej decyzji

Karta reakcji powinna zawierać sygnał, bezpieczny krok i drogę do pomocy.

Angielski 8-9: Pause, don't reply. / 10-13: Explain how your response limits further escalation.

Temat programu: Karty decyzji na prowokację



Mapa wyprawy: Reakcja świadka

O5-K3

Na początek

Dziecko rozumie, czym jest krzywdzące zachowanie. Ćwiczenia dotyczą wyłącznie fikcyjnych osób.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko planuje bezpieczną pomoc świadka, ogranicza rozpowszechnianie i przekazuje odpowiedzialność dorosłym.

Finał wyprawy

Mapa możliwości świadka i scenariusz pomocy w fikcyjnym zdarzeniu.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Reakcja świadka

O5-K3

1. Reakcja też jest wiadomością

Polubienie może wyglądać jak poparcie krzywdzącej treści.

Angielski 8-9: I can help. / 10-13: A witness's reaction can influence the group.

Temat programu: Świadek ma wpływ

2. Pomoc bez kopiowania

Do pomocy nie trzeba rozsyłać materiału ani samodzielnie go gromadzić.

Angielski 8-9: Don't forward it. / 10-13: Share evidence only with someone who can help.

Temat programu: Nie powielaj szkody

3. Pomagaj bez narażania się

Pomoc pośrednia jest wartościowa, gdy bezpośrednia interwencja jest ryzykowna.

Angielski 8-9: Get an adult. / 10-13: My safety matters when I choose how to help.

Temat programu: Sprawdzanie własnego bezpieczeństwa



Agresja w sieci

O5-K3

4. Wiadomość, która wspiera

Wsparcie zostawia wybór i nie wymusza opowiadania o zdarzeniu.

Angielski 8-9: I'm here. / 10-13: You don't have to explain, but I can help.

Temat programu: Prywatne wsparcie

5. Nazwij zachowanie

Bezpieczna granica mówi o zachowaniu, a nie o wartości osoby.

Angielski 8-9: This is not OK. / 10-13: Let's stop sharing messages that hurt someone.

Temat programu: Jasny sygnał grupie

6. Powiedz, co widziałeś

Zgłoszenie oddziela obserwację od przypuszczenia i zawiera tylko potrzebne fakty.

Angielski 8-9: I saw this. / 10-13: Here is what I observed and what I don't know.

Temat programu: Zgłoszenie przez świadka



Agresja w sieci

O5-K3

7. Podzielcie pomoc

Świadkowie mogą podzielić zadania bez zasypywania osoby pytaniami.

Angielski 8-9: Let's work together. / 10-13: We can divide tasks without overwhelming the person.

Temat programu: Współpraca świadków

8. Mapa świadka

Plan świadka obejmuje bezpieczeństwo, wsparcie i przekazanie sprawy dorosłemu.

Angielski 8-9: Who can help? / 10-13: Choose an action you can safely carry out.

Temat programu: Mapa działania świadka



Mapa wyprawy: Zgłaszanie, blokowanie i dowody

O5-K4

Na początek

Ćwiczymy na łagodnej papierowej makiecie; nie zbieramy prawdziwych krzywdzących materiałów.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko przygotowuje rzeczowe zgłoszenie, dobiera ochronę i wie, jak ponowić prośbę o pomoc.

Finał wyprawy

Pakiet fikcyjnego zgłoszenia: opis, ograniczona dokumentacja i dalsze kroki.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Zgłaszanie, blokowanie i dowody

O5-K4

1. Zgłoszenie prosi o działanie

Zgłoszenie ma uruchomić pomoc; nie gwarantuje natychmiastowego rozwiązania.

Angielski 8-9: Please help me. / 10-13: I am reporting this because support is needed.

Temat programu: Po co zgłaszamy

2. Co robi przycisk?

Wyciszenie i blokada służą różnym potrzebom i nie zastępują wsparcia dorosłego.

Angielski 8-9: Mute the chat. / 10-13: Blocking contact does not replace asking for support.

Pomoc do ćwiczenia: papierowa makieta ekranu lub formularza (w karcie dziecka).

Temat programu: Blokada i wyciszenie

3. Trzy potrzebne fakty

Opisuj to, co można zaobserwować, i zaznacz brak wiedzy.

Angielski 8-9: What, where, when? / 10-13: Describe observable facts and label any uncertainty.

Temat programu: Fakty do zgłoszenia



Agresja w sieci

O5-K4

4. Nie zbieraj wszystkiego

Dorośli pomagają ustalić minimum dokumentacji. Nie trzeba dalej oglądać krzywdzącej treści.

Angielski 8-9: Ask an adult. / 10-13: Keep only the evidence needed for the report.

Temat programu: Dokumentacja z pomocą dorosłego

5. Komu pokażesz opis?

Dostęp do zgłoszenia powinny mieć tylko osoby potrzebne do pomocy.

Angielski 8-9: Keep it private. / 10-13: Limit access to the people handling the report.

Temat programu: Ochrona osób w dokumentacji



Agresja w sieci

O5-K4

6. Wypełnij zgłoszenie

Formularz powinien opisywać zachowanie i oczekiwaną pomoc, a nie etykietować osoby.

Angielski 8-9: Report a problem. / 10-13: Please review this incident and tell me the next steps.

Pomoc do ćwiczenia: papierowa makieta ekranu lub formularza (w karcie dziecka).

Temat programu: Formularz zgłoszenia

7. Spróbuj kolejnej drogi

Brak pomocy pierwszej osoby nie znaczy, że problem jest nieważny.

Angielski 8-9: Ask again. / 10-13: If the problem continues, contact another trusted adult.

Temat programu: Gdy pierwsza próba nie pomaga

8. Sprawdź cały pakiet

Kompletny pakiet łączy fakty, minimum informacji i plan dalszego kontaktu.

Angielski 8-9: Here is my report. / 10-13: This report contains the facts needed to offer help.

Temat programu: Gotowy pakiet zgłoszenia



Mapa wyprawy: Wsparcie osoby pokrzywdzonej

O5-K5

Na początek

Nie potrzeba osobistych zwierzeń. Dziecko słucha fikcyjnych rozmów odczytywanych przez dorosłego.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko proponuje wsparcie z wyborem i granicami; rozumie, kiedy pomoc przejmuje dorosły.

Finał wyprawy

Poradnik wspierających zdań i bezpiecznych kroków pomocy koleżeńskiej.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Wsparcie osoby pokrzywdzonej

O5-K5

1. Możesz nie opowiadać

Wsparcie nie wymaga poznania wszystkich szczegółów.

Angielski 8-9: I'm listening. / 10-13: You can share only what you feel comfortable sharing.

Temat programu: Słuchanie bez nacisku

2. To nie twoja wina

Za krzywdzenie odpowiada osoba, która krzywdzi.

Angielski 8-9: It's not your fault. / 10-13: Responsibility belongs to the person causing the harm.

Temat programu: Bez obwiniania

3. Zapytaj, czego potrzeba

Propozycja pomocy daje wybór zamiast narzucać rozwiązanie.

Angielski 8-9: Can I help? / 10-13: Would you like company when you ask for support?

Temat programu: Pytanie o potrzebę



Agresja w sieci

O5-K5

4. Bez obietnicy tajemnicy

Przy zagrożeniu potrzebny jest dorosły, nawet gdy ktoś prosi o tajemnicę.

Angielski 8-9: We need adult help. / 10-13: I care about your safety, so we need support.

Temat programu: Poufność i bezpieczeństwo

5. Pójdę z tobą

Towarzyszenie nie oznacza mówienia za osobę bez uzgodnienia.

Angielski 8-9: Come with me. / 10-13: I can stay with you while you explain what happened.

Temat programu: Towarzyszenie w szukaniu pomocy

6. Nie musisz pomagać sam

Kolega może wspierać, ale nie musi rozwiązywać problemu ani być stale dostępny.

Angielski 8-9: Let's ask an adult. / 10-13: I can support you, but I cannot solve this alone.

Temat programu: Granice osoby pomagającej



Agresja w sieci

O5-K5

7. Zaproszenie bez nacisku

Powrót do grupy powinien zostawiać prawo do odmowy i prywatności.

Angielski 8-9: Join us if you like. / 10-13: You are welcome to join, without explaining anything.

Temat programu: Powrót do grupy

8. Poradnik życzliwej załogi

Pomoc łączy wybór, brak obwiniania i dostęp do dorosłego.

Angielski 8-9: You can choose. / 10-13: Support should respect the person's choices and safety.

Temat programu: Poradnik koleżeńskiego wsparcia



Mapa wyprawy: Odpowiedzialna komunikacja i naprawa

O5-K6

Na początek

Dziecko potrafi nazwać działanie w krótkiej historyjce. Pracujemy bez wymuszania przeprosin za osobiste sprawy.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko planuje zatrzymanie szkody, konkretne przeprosiny i naprawę z poszanowaniem odmowy kontaktu.

Finał wyprawy

Plan odpowiedzialnej naprawy fikcyjnego błędu komunikacyjnego i karta zasad rozmowy.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Odpowiedzialna komunikacja i naprawa

O5-K6

1. Opis zamiast etykiety

Opis działania pomaga zrozumieć problem bez oceniania całej osoby.

Angielski 8-9: Speak kindly. / 10-13: Describe the behaviour instead of labelling the person.

Temat programu: Słowa opisujące zachowanie

2. Potrzeba i prośba

Konkretna prośba opisuje potrzebę bez nacisku i oskarżeń.

Angielski 8-9: Please listen. / 10-13: When this happens, I need a chance to speak.

Temat programu: Komunikat potrzeby i granicy

3. Najpierw przerwij szkodę

Wyjaśnianie zamiaru nie zastępuje zatrzymania krzywdzącego działania.

Angielski 8-9: I will stop. / 10-13: First, I need to stop the behaviour causing harm.

Temat programu: Zatrzymanie własnego błędu



Agresja w sieci

O5-K6

4. Przeprosiny bez ale

Przeprosiny nazywają własne działanie i skutek, bez przerzucania winy.

Angielski 8-9: I'm sorry. / 10-13: I take responsibility for what I said.

Temat programu: Przeprosiny bez wymówek

5. Naprawa odpowiada szkodzie

Naprawa powinna zmieniać skutek, nie tylko dobrze wyglądać.

Angielski 8-9: I can fix this. / 10-13: The repair should address the harm that was caused.

Temat programu: Działania naprawcze

6. Możesz nie chcieć kontaktu

Przeprosiny nie zobowiązują do wybaczenia ani ponownej rozmowy.

Angielski 8-9: I respect your choice. / 10-13: You do not owe me forgiveness or further contact.

Temat programu: Prawo do dystansu



Agresja w sieci

O5-K6

7. Plan na następny raz

Zmiana nawyku wymaga konkretnego kroku i powtarzania go w czasie.

Angielski 8-9: Check before sending. / 10-13: Trust grows through consistent changes in behaviour.

Temat programu: Zmiana następnego zachowania

8. Plan naprawy załogi

Pełna naprawa łączy zatrzymanie, odpowiedzialność i zmianę z poszanowaniem granic.

Angielski 8-9: Stop, apologise, repair. / 10-13: A responsible plan respects the other person's boundaries.

Temat programu: Plan odpowiedzialnej naprawy



Mapa wyprawy: Wykluczenie, grupy i presja rówieśnicza

O5-K7

Na początek

Dziecko rozumie różnicę między prywatną zabawą a zadaniem wspólnym dla klasy.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko wykrywa bariery udziału i tworzy sprawiedliwe zasady bez zmuszania do prywatnej przyjaźni.

Finał wyprawy

Projekt zasad współpracy grupowej oraz plan reagowania na wykluczenie.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Wykluczenie, grupy i presja rówieśnicza

O5-K7

1. Wspólne zadanie dla wszystkich

Wspólny projekt wymaga dostępu dla uczestników; prywatna znajomość pozostaje wyborem.

Angielski 8-9: Everyone can take part. / 10-13: Shared tasks need fair rules for participation.

Temat programu: Przynależność i granice

2. Większość też może się mylić

Liczba popierających nie usprawiedliwia krzywdzenia.

Angielski 8-9: I can say no. / 10-13: Popularity does not make a harmful action acceptable.

Temat programu: Presja większości

3. Milczenie nie jest zgodą

Reakcja może sygnalizować poparcie, ale z milczenia nie poznasz czyjegoś zdania.

Angielski 8-9: Choose your reaction. / 10-13: A reaction may signal support even without words.

Temat programu: Milczenie i odczytywanie reakcji



Agresja w sieci

O5-K7

4. Krótko odmów

Możesz odmówić udziału w wykluczaniu i odejść od nacisku.

Angielski 8-9: I won't join in. / 10-13: I won't take part in excluding someone.

Temat programu: Odmowa bez walki o pozycję

5. Zasady usuwają bariery

Sprawiedliwy udział wymaga dostępnych instrukcji i różnych sposobów pracy.

Angielski 8-9: Let's take turns. / 10-13: Fair participation means removing barriers to the shared task.

Temat programu: Włączające zasady współpracy

6. Wykluczenie w planie

Pomijanie informacji może wykluczać tak samo jak jawna odmowa udziału.

Angielski 8-9: Share the information. / 10-13: Everyone needs equal access to the task instructions.

Temat programu: Wykluczenie ukryte w procedurze



Agresja w sieci

O5-K7

7. Nie twórz nowego wykluczenia

Naprawa zasad nie powinna przenosić krzywdy na kolejną osobę.

Angielski 8-9: We can change this. / 10-13: A fair rule should not create another exclusion.

Temat programu: Zmiana norm grupowych

8. Kontrakt dostępnego projektu

Kontrakt potrzebuje zasad udziału i jasnej drogi zgłoszenia bariery.

Angielski 8-9: Fair rules for all. / 10-13: Our rules include a clear way to seek support.

Temat programu: Kontrakt współpracy grupowej



Mapa wyprawy: Odporność psychiczna i kultura wsparcia

O5-K8

Na początek

Nie wymagamy opowiadania o własnych trudnościach. Dziecko może wybrać rysunek lub rozmowę o bohaterze.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko rozpoznaje potrzebę odpoczynku i wsparcia, bez przenoszenia winy za krzywdzenie na odbiorcę.

Finał wyprawy

Mapa dostępnego wsparcia i projekt życzliwych zasad dla fikcyjnej klasy.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.

Powiązana wyprawa: O2-K6. Wspólną zasadę można przypomnieć zamiast uczyć jej od początku.



Osiem przystanków: Odporność psychiczna i kultura wsparcia

O5-K8

1. Emocje podpowiadają potrzebę

Ludzie mogą różnie reagować na to samo zdarzenie; o potrzebę pytamy zamiast ją zgadywać.

Angielski 8-9: I feel upset. / 10-13: Different people may react differently to the same situation.

Temat programu: Emocje jako sygnały

2. Przerwa pomaga wybrać

Odpoczynek wspiera decyzję, lecz nie zastępuje zatrzymania krzywdzenia przez dorosłego.

Angielski 8-9: Time for a break. / 10-13: A break can help me decide what support I need.

Temat programu: Pauza i odpoczynek



Agresja w sieci

O5-K8

3. Komentarz nie mierzy wartości

Obrażliwa opinia nie jest miarą wartości człowieka.

Angielski 8-9: I deserve respect. / 10-13: Someone else's insult does not define my worth.

Temat programu: Słowa nie określają wartości

4. Więcej niż jedna osoba

Warto znać więcej niż jedną drogę do zaufanego dorosłego.

Angielski 8-9: Who can help me? / 10-13: I can contact another trusted adult if needed.

Temat programu: Sieć wspierających osób

5. Pierwsze zdanie wystarczy

Prośba o pomoc nie musi zawierać całej historii ani wszystkich dowodów.

Angielski 8-9: I need your help. / 10-13: Something is wrong, and I would like support.

Temat programu: Pierwsze zdanie prośby



Agresja w sieci

O5-K8

6. Nie bagatelizuj prośby

Życzliwa odpowiedź uznaje potrzebę i pomaga znaleźć wsparcie.

Angielski 8-9: Your feelings matter. / 10-13: Seeking support is a reasonable response to harm.

Temat programu: Kultura bez obwiniania

7. Plan na trudny dzień

Plan powinien łączyć odpoczynek, ochronę kontaktu i działanie dorosłego.

Angielski 8-9: Pause and ask. / 10-13: If the harm continues, the support plan needs another step.

Temat programu: Plan na trudny dzień

8. Mapa życzliwej klasy

Mapa pomocy ma działać także wtedy, gdy pierwsza droga jest niedostępna.

Angielski 8-9: Help is available. / 10-13: Coping skills do not make someone responsible for being harmed.

Temat programu: Mapa wsparcia dla klasy



Mapa wyprawy: Agresja w grach i zespołach online

O5-K9

Na początek

Pracujemy na fikcyjnej grze papierowej; nie potrzeba konta ani doświadczenia w grach online.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko odróżnia błąd od krzywdzenia, tworzy kodeks drużyny i respektuje prawo przerywania gry.

Finał wyprawy

Kodeks fikcyjnej drużyny i plan reakcji na trudny mecz.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Agresja w grach i zespołach online

O5-K9

1. Role pomagają współpracować

Jasne role ułatwiają rozmowę pod presją wyniku.

Angielski 8-9: Teamwork first. / 10-13: Clear roles help the team communicate under pressure.

Temat programu: Wspólny cel i role

2. Wskazówka na następny ruch

Użyteczna uwaga dotyczy ruchu, nie wartości gracza.

Angielski 8-9: Try again. / 10-13: Focus on the next move, not on blaming a player.

Temat programu: Błąd podczas gry

3. Przegrana nie daje prawa do krzywdy

Złość jest możliwa po porażce; obrażanie jest zachowaniem, które trzeba zatrzymać.

Angielski 8-9: Let's take a break. / 10-13: Losing a match does not justify hurting teammates.

Temat programu: Rywalizacja i emocje



Agresja w sieci

O5-K9

4. Błąd czy powtarzany sabotaż?

Jedna pomyłka nie dowodzi sabotażu; powtarzane szkodzenie wymaga sprawdzenia i pomocy.

Angielski 8-9: Play fairly. / 10-13: Repeated sabotage is different from an ordinary mistake.

Temat programu: Szkodliwe zachowania w drużynie

5. Możesz wyjść z kanału

Rozmowę głosową lub tekstową można przerwać i szukać wsparcia.

Angielski 8-9: Mute the voice chat. / 10-13: I can leave the channel and seek support.

Temat programu: Komunikacja głosowa i tekstowa

6. Wynik nie znosi granic

Gracz może zakończyć udział mimo nacisku drużyny.

Angielski 8-9: I need to stop. / 10-13: The team's score does not override my boundaries.

Temat programu: Presja pozostania w grze



Agresja w sieci

O5-K9

7. Kapitan też prosi o pomoc

Kapitan porządkuje współpracę, lecz poważne krzywdzenie przekazuje dorosłemu.

Angielski 8-9: Support your team. / 10-13: A team leader should involve support when harm occurs.

Temat programu: Kapitan wspierającej drużyny

8. Kodeks bezpiecznego meczu

Kodeks obejmuje komunikację, prawo wyjścia i drogę zgłoszenia.

Angielski 8-9: Safe team, fair game. / 10-13: Our team rules include safe ways to leave and report.

Temat programu: Kodeks bezpiecznej drużyny



Mapa wyprawy: Mediacja i bezpieczna moderacja

O5-K10

Na początek

Dziecko rozumie prosty spór i rolę dorosłego. Nie prowadzimy mediacji prawdziwych krzywdzących zdarzeń.



Co będzie nową umiejętnością?

Dziecko odróżnia dobrowolną rozmowę od ochronnej moderacji i tworzy procedurę z granicami ról.

Finał wyprawy

Regulamin fikcyjnego forum z procedurą moderacji i kierowania do dorosłego.

Do każdej lekcji są karty dziecka i wskazówki dla rodzica: gotowy przykład, własna próba i nowa sytuacja. Można czytać wspólnie i odpowiadać ustnie.



Osiem przystanków: Mediacja i bezpieczna moderacja

O5-K10

1. Dwie różne role

Mediator pomaga dobrowolnie rozmawiać; moderator pilnuje zasad.

Angielski 8-9: Help the discussion. / 10-13: Mediation and moderation have different purposes and limits.

Temat programu: Mediator i moderator

2. Nie zmuszaj do pojednania

Przy krzywdzeniu, zagrożeniu lub braku zgody mediacja jest niewłaściwą drogą.

Angielski 8-9: You can say no. / 10-13: Mediation must not be forced when someone is being harmed.

Temat programu: Kiedy mediacja jest niewłaściwa

3. Rozmowa z możliwością przerwy

W zwykłym sporze uczestnicy mogą wybrać rozmowę i przerwać ją w każdej chwili.

Angielski 8-9: One at a time. / 10-13: Let me check whether I understood both viewpoints.

Temat programu: Zasady dobrowolnej rozmowy



Agresja w sieci

O5-K10

4. Pomysł to nie potrzeba

Różne rozwiązania mogą odpowiadać tym samym potrzebom.

Angielski 8-9: What do you need? / 10-13: Let's compare options that address both sides' needs.

Temat programu: Od potrzeb do uzgodnienia

5. Ta sama zasada

Moderacja odnosi się do zachowania i stosuje jasne kryteria wobec wszystkich.

Angielski 8-9: Same rules for all. / 10-13: Moderation decisions should follow clear and consistent criteria.

Temat programu: Jasne zasady moderacji

6. Wyjaśnij bez zawstydzania

Komunikat moderacji nazywa naruszenie i nie ujawnia zbędnych danych.

Angielski 8-9: This breaks our rule. / 10-13: This content was removed because it violated the rule.

Temat programu: Decyzja bez publicznego zawstydzania



Agresja w sieci

O5-K10

7. Granica roli moderatora

Dziecko nie prowadzi dochodzenia w sprawie zagrożenia; przekazuje fakty dorosłemu.

Angielski 8-9: An adult must help. / 10-13: This situation is beyond the peer moderator's role.

Temat programu: Przekazanie sprawy dorosłemu

8. Test regulaminu forum

Bezpieczna procedura oddziela dobrowolny spór od krzywdzenia.

Angielski 8-9: Rules help us. / 10-13: A safe procedure distinguishes disagreement from ongoing harm.

Temat programu: Regulamin i test procedury



Wskazówki i źródła dla dorosłych

O5

Zasady wspólnej pracy

Pracujemy na fikcyjnych wiadomościach i wynikach. Rodzic chroni prywatność, respektuje odmowę i bierze odpowiedzialność za realne sprawy bezpieczeństwa. Prawdziwe ustawienia sprawdza w aktualnej dokumentacji.

Podstawa wskazówek

NASK: Bezpieczne dziecko online

www.nask.pl

UNESCO: Guidance for generative AI in education and research

www.unesco.org

EEF: Metacognition and Self-Regulated Learning

educationendowmentfoundation.org.uk

Źródła zweryfikowano 18.10.2026. Wspierają sposób uczenia i ochronę dziecka. Redakcja programu: 18.10.2026.

