



# Scenariusz lekcyjny

## „Bądź kumplem, nie dokuczaj”

### KONSPEKT LEKCJI O PROBLEMIE DOKUCZANIA W KLASACH IV-VI SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

#### **Założenie:**

przybliżenie uczniom konsekwencji dokuczania i kształtowanie postawy empatii.

#### **Czas:** 45 minut

#### **Temat:** Dokuczanie – daje się we znaki

#### **Metody i formy pracy:**

- rozsypanka
- dyskusja
- metoda zdań
- niedokończonych
- praca twórcza

#### **Materiały:**

- karty pracy „Poznaj DOKUCZACZA”
- karty pracy „Pomóż DOKUCZACZOWI NIE DOKUCZAĆ”
- filmy z kampanii Cartoon Network „Bądź kumplem, nie dokuczaj”:  
[badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/zobacz-filmy](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/zobacz-filmy)
- kredki
- długopis
- tablica



#### **Cele zajęć:**

- przybliżenie problemu dokuczania
- kształtowanie postaw empatycznych
- poznanie sposobów na radzenie sobie z dokuczaniem



## Wprowadzenie:

Nauczyciel rozpoczyna zajęcia od przedstawienia klasie tajemniczego gościa; kogoś, kto będzie im towarzyszył podczas zajęć – jest to ktoś im znany, choć nie ma imienia ani nazwiska. Być może poznali już go osobiście, a może tylko o nim słyszeli? Czasami ten ktoś pojawia się na chwilę, a czasami zostaje dłużej. Zawsze jednak sprawia, że czujemy się dziwnie, nieswojo, źle.

Nauczyciel pyta: *Czy macie pomysł, kto to taki może być? Po wysłuchaniu propozycji uczniów wyjaśnia: Towarzyszyć nam dzisiaj będzie DOKUCZACZ – przeciwieństwo dobrego kumpla, koleżanki, kolegi – ktoś, kto dokucza – choć dziś na szczęście będzie nas tylko słuchał.*

Nauczyciel wprowadza definicję dokuczania jako celowego, powtarzającego się wyrządzania komuś przykrości. Według słownika „dokuczać” oznacza też „doskwierać”, „dawać się we znaki”. Dokuczać nam może np. ból, głód, zmęczenie czy niewyspanie. Tematem spotkania będzie to, jak dokuczanie nam dokucza, czyli daje się we znaki. Zastanowimy się, co zrobić, by poradzić sobie z dokuczaniem.

## Ćwiczenie 1: Kim jesteś DOKUCZACZU?

Po zarysowaniu tematu zajęć oraz przybliżeniu celu spotkania, nauczyciel dzieli uczniów na 4 grupy\*. W grupach uczniowie zastanawiają się, jaki jest ten DOKUCZACZ, i szukają odpowiedzi na pytania:

- gdzie go można spotkać?
- co robi?
- jak czują się inni, którzy na niego wpadną?
- jak czuje się on sam?
- dlaczego dokucza innym?

\*Jeśli grupa uczniów jest bardziej liczna, można podzielić dzieci na więcej grup; wówczas dwie grupy mogą otrzymać taką samą rozsypankę – istotne jest, by przy podsumowaniu pracy sprawdzić/porównać, czy wybory haseł się różniły, a także dopytać, dlaczego wybrane zostały takie odpowiedzi.





Ćwiczenie jest pomocne w poznaniu lub zdiagnozowaniu najczęstszych miejsc i form dokuczania, z jakimi stykają się uczniowie danej klasy.

Polecenie dla każdej grupy:

*Otrzymujecie rozsypankę składającą się z różnych haseł. Waszym zadaniem jest wybranie pięciu haseł, które według Was są najbardziej właściwymi odpowiedziami na pytanie, które dostaliście.*

*Przeczytajcie wszystkie hasła, zastanówcie się i wybierzcie razem. Jeśli jakiejś odpowiedzi według Was brakuje, możecie ją dopisać. Zastanówcie się, dlaczego takie odpowiedzi wybraliście?*

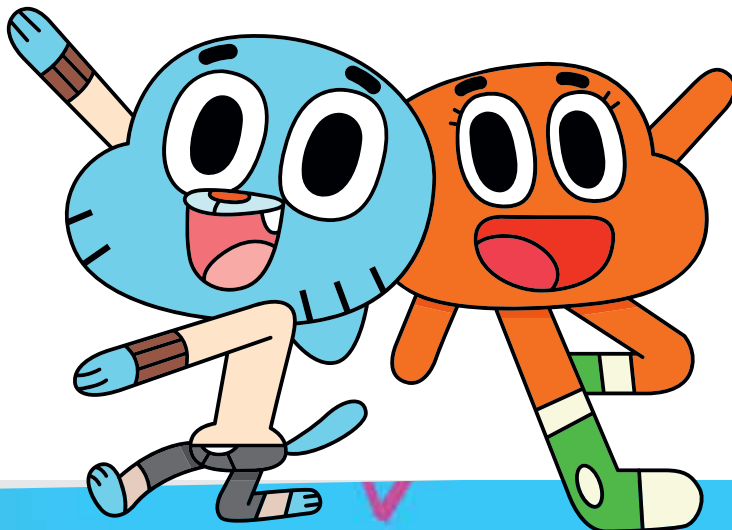
*Każda grupa otrzymuje pomieszaną rozsypankę haseł, zadaniem grupy jest wybrać 5 haseł, które są według nich najwłaściwszymi odpowiedziami na pytanie, które wylosowali/dostali.*

### **Karty pracy „Poznaj DOKUCZACZA”:**

Teraz będzie czas rozwiązywania zagadek przez wszystkich uczniów. Może się to odbywać w formie pytań do całej klasy. Jeśli nauczyciel ma więcej czasu, może też zaproponować uczniom szukanie rozwiązań w grupach czteroosobowych, a następnie zachęcić do prezentowania ich na forum.

Nauczyciel może zapowiedzieć ćwiczenie w następujący sposób:

*Uwaga, pojawiła się pierwsza przeszkoda, góra lodowa. Aby ją ominąć, musimy rozwiązać trzy zagadki:*





# 1. GDZIE MOŻNA SPOTKAĆ DOKUCZACZA?

<b>GRUPA PRZYJACIÓŁ</b>	<b>PLAC ZABAW</b>	<b>INTERNET</b>
<b>DOM</b>	<b>BOISKO</b>	<b>PODWÓRKO</b>
<b>W CZASIE ZABAWY Z MŁODSZYM/STARSZYM RODZĘNSTWEM</b>	<b>PARK</b>	<b>W SZKOLE, PODCZAS PRZERWY</b>
<b>SZATNIA SZKOLNA</b>	<b>KORYTARZ SZKOLNY</b>	<b>KLASA</b>
<b>ŚWIETLICA</b>	<b>ŁAZIENKA</b>	<b>AUTOBUS</b>
<b>INNE MIEJSCE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE MIEJSCE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE MIEJSCE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....





**2. CO NAJCZĘŚCIEJ ROBI DOKUCZACZ?**

<b>PRZEDRZEŹNIA MNIE</b>	<b>NAMAWIA INNYCH, BY NIE BAWILI SIĘ ZE MNĄ</b>	<b>PODSTAWIA NOGI, SZTURCHA MNIE</b>
<b>JEST BARDZO POMOCNY</b>	<b>MÓWI COŚ O MNIE, CO MI SIĘ NIE PODOBA, CO NIE JEST PRAWDĄ</b>	<b>BIJE</b>
<b>UŚMIECHA SIĘ SERDECZNIE</b>	<b>OBRAŻA MNIE</b>	<b>WYŚMIEWA</b>
<b>CHCE SIĘ ZE MNĄ BAWIĆ</b>	<b>SPECJALNIE NIE ODPOWIADA NA MOJE PYTANIA</b>	<b>ZABIERA RZECZY</b>
<b>SŁUCHA CO DO NIEGO MÓWIĘ</b>	<b>CIĄGNIE ZA WŁOSY</b>	<b>PRZEZYWA</b>
<b>INNE ZACHOWANIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE ZACHOWANIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE ZACHOWANIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....





**3. CO BYM CZUŁ, JAKBYM SPOTKAŁ DOKUCZACZA,  
KTÓRY WŁAŚNIE MI DOKUCZA?**

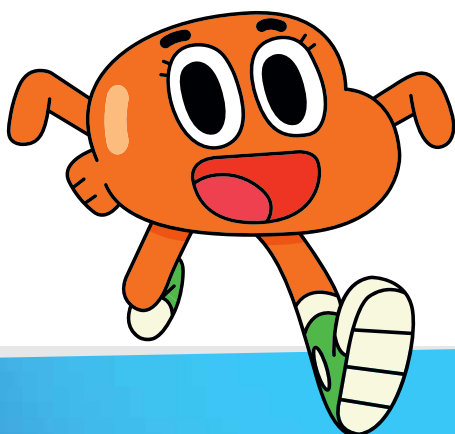
<b>TĘSKNIŁBYM DO DOMU</b>	<b>NUDĘ</b>	<b>SMUTEK</b>
<b>WŚCIEKŁOŚĆ</b>	<b>WSTYD</b>	<b>ZŁOŚĆ</b>
<b>RADOŚĆ</b>	<b>CZUŁBYM SIĘ SAM, SAMOTNY, BEZ NICZYJEJ POMOCY</b>	<b>ZDZIWIENIE – CO TEN DOKUCZACZ ROBI?</b>
<b>CIEKAWOŚĆ</b>	<b>SPOKÓJ</b>	<b>ZADOWOLENIE</b>
<b>AGRESJĘ, MIAŁBYM OCHOTĘ GO KOPNAĆ, UDERZYĆ GO</b>	<b>MARTWIŁBYM SIĘ</b>	<b>NIESPRAWIEDLIWOŚĆ</b>
<b>INNE UCZUCIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE UCZUCIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE UCZUCIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....





**4. DLACZEGO DOKUCZACZ DOKUCZA INNYM?**

<b>NIE WIE, JAK BYĆ MIŁYM</b>	<b>CZUJE ZAZDROŚĆ</b>	<b>NIE MA PRZYJACIOŁ</b>
<b>CHCE BYĆ SZEFE</b>	<b>CHCIAŁBY BYĆ SILNY</b>	<b>MA ZŁY DZIEŃ</b>
<b>CHCE BYĆ ŚMIESZNY</b>	<b>KTOŚ MU DOKUCZAŁ WCZEŚNIEJ</b>	<b>NIKT NIE CHCE SIĘ Z NIM BAWIĆ</b>
<b>SZYBKO SIĘ DENERWUJE</b>	<b>LUBI, JAK INNI SĄ SMUTNI</b>	<b>MA PROBLEMY</b>
<b>NUDZI MU SIĘ</b>	<b>CHCE, BY WSZYSCY NA NIEGO PATRZYLI</b>	<b>BRONI SIĘ</b>
<b>INNY POWÓD, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKI?</b> .....	<b>INNY POWÓD, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKI?</b> .....	<b>INNY POWÓD, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKI?</b> .....





Po wybraniu przez grupę pięciu najważniejszych haseł jest czas na zaprezentowanie tego, co wiemy o DOKUCZACZU. Uczniowie odpowiadają na pytania wylosowane z rozsypanki, argumentując swoje wybory.

To wstęp do rozmowy o dokuczaniu. Nauczyciel dopytuje każdą grupę o to, czy miała problem z wyborem haseł oraz prezentuje spot kampanii „Bądź kumplem, nie dokuczaj” z udziałem ambasadora kampanii Kuby Błaszczkowskiego:

[badzkumplem.cartoonnetwork.pl](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl) -> poznaj naszych ambasadorów

**1. Gdzie można spotkać DOKUCZACZA?**

Wiemy już, że z dokuczaniem możemy mieć do czynienia wszędzie: w klasie, na podwórku, w autobusie, domu, a nawet w internecie. Jeśli nauczyciel uzna, że to ważny temat dla grupy, może dopytać, na czym polega dokuczanie w internecie.

**2. Co najczęściej robi DOKUCZACZ? Uczniowie wiedzą już, że dokuczanie może przybierać różne formy; może polegać na: przezywaniu, obrażaniu kogoś, wyśmiewaniu, biciu - nauczyciel analizuje i dopytuje uczniów o wszystkie odpowiedzi z rozsypanki.**

**3. Jak się możemy czuć, gdy spotykamy DOKUCZACZA, który nam dokucza?**  
Nauczyciel analizuje z uczniami ich odpowiedzi dotyczące emocji - dopytuje o zachowania, które wiążą się z danym uczuciem. Zadaje otwarte pytania pomocnicze, np.: *Jak okazujesz strach? Co robisz, gdy się złościś?*  
*Gdy jesteś smutny, to..? Czy lubisz się tak czuć? Jakby wyglądał Twój dzień, gdyby towarzyszyło Ci wiele takich emocji i zachowań?*

**4. Dlaczego DOKUCZACZ dokucza innym?**

Nauczyciel zachęca do refleksji: *Jak myślicie, czy dokuczanie może być zabawą?*  
*Czy dokuczanie komuś może sprawić, że ten ktoś też będzie dokuczał?*  
*Czy DOKUCZACZEM jest się cały czas?*





Ważne jest, by nauczyciel podkreślił, że DOKUCZACZEM się bywa – można zmienić swoje zachowanie; nawet ktoś, kto często dokucza, może przestać to robić. DOKUCZACZ ma swoje imię, a nazywanie go ciągle DOKUCZACZEM może powodować, że będzie mu jeszcze trudniej przestać nim być.

Nauczyciel kieruje pytania do całej klasy:

*Co robisz, gdy ktoś Ci dokucza? Co robisz, gdy widzisz, że ktoś dokucza koledze, koleżance?*

*Do kogo zgłosić się z problemem? Jak my sami możemy pomóc?*

*Kiedy zachowanie jest żartem, a kiedy dokuczaniem?*

Wskazówka: \*Nauczyciel może skorzystać z porad zamieszczonych na stronie kampanii:

[badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/porady](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/porady),

[badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/znajdz-pomoc](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/znajdz-pomoc).

W ramach podsumowania nauczyciel podaje trzy kroki radzenia sobie z dokuczaniem:

- 1. Powiedz komuś, co się dzieje.** Jeśli ktoś krzywdzi Ciebie lub kogoś innego, jak najszybciej powiedz o tym osobie, której ufasz. Może to być kumpel, przyjaciel, nauczyciel, brat lub siostra, rodzic lub inny dorosły. Pamiętaj, nie jesteś sam! Dlatego to ważne, abyś powiedział komuś o tym, co się dzieje.
- 2. Bądź przyjazny.** Ktoś, komu dokuczają, a nawet ktoś, kto sam dokucza, także potrzebuje przyjaciela i wsparcia. Staraj się być przyjaznym dla każdego.
- 3. Bądź odważny, mów otwarcie.** Bądź pewny siebie. Zachęcaj swoich przyjaciół i znajomych, by sprzeciwiali się dokuczaniu i starali się je powstrzymać – niezależnie od tego, czy ktoś krzywdzi Ciebie czy kogoś innego. Mówienie głośno o tym, że ktoś komuś dokucza, nie oznacza, że jesteś donosicielem czy skarżypytą. Pomagasz komuś, więc robisz coś dobrego! Dokuczanie to nie zabawa. Każdy, komu ktoś dokucza, czuje złość i smutek. Jeśli coś Cię smuci lub złości, porozmawiaj o tym, zamiast krzywdzić innych.

Źródło: [badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/co-mozesz-zrobic](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/co-mozesz-zrobic)

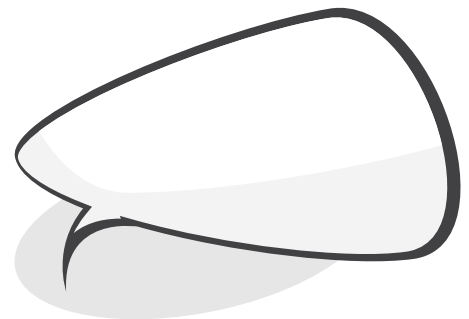
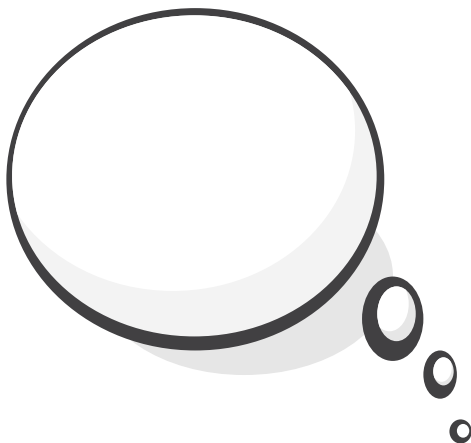
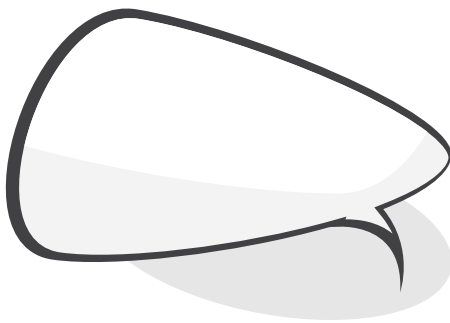


## Ćwiczenie 2. POMÓŻ DOKUCZACZOWI NIE DOKUCZAĆ

Na koniec nauczyciel zaprasza uczniów do twórczej zabawy, która pomoże DOKUCZACZOWI zmienić swoje zachowanie. Co może pomóc DOKUCZACZOWI? Każdy z uczniów otrzymuje KARTĘ PRACY POMÓŻ DOKUCZACZOWI NIE DOKUCZAĆ, na której będzie miał okazję dać kilka rad DOKUCZACZOWI. Zadanie polega na dokończeniu zdania w formie pisemnej lub rysunkowej. Na karcie pracy są 5 dymków, do wypełnienia.

### Karta pracy: „Pomóż DOKUCZACZOWI nie dokuczać”

DOKUCZACZU, ZAMIAST DOKUCZANIA LEPIEJ BĘDZIE, JAK...





Chętni uczniowie czytają lub prezentują wyniki swojej pracy. Powstałe karty będą przypominać uczniom, że warto być kumplem/kolegą/koleżanką i że są różne formy radzenia sobie z dokuczaniem, a samo dokuczliwe zachowanie można zastąpić innym zachowaniem (np. DOKUCZACZU, zamiast dokuczania lepiej powiedz, że jesteś głodny i niewyspany; uśmiechnij się, powiedz wprost, o co ci chodzi, postaraj się być miłym... W ramach podsumowania nauczyciel puszcza filmy powstałe w kampanii „Bądź kumplem, nie dokuczaj” – o tym jak ktoś dokucza i komuś dokuczają.

[badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/zobacz-filmy](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl/#/zobacz-filmy)

### Podsumowanie:

Nauczyciel kończy lekcję pytaniem do uczniów, co najbardziej utkwiło im z dzisiejszych zajęć w pamięci, a następnie życzy, by spotykali na swojej drodze DOKUCZACZA, który jest tak cichy jak nasz dzisiejszy gość.

Nauczyciel zachęca uczniów do odwiedzenia strony kampanii „Bądź kumplem, nie dokuczaj”: [badzkumplem.cartoonnetwork.pl](http://badzkumplem.cartoonnetwork.pl).

# Załącznik nr 1

## 1. GDZIE MOŻNA SPOTKAĆ DOKUCZACZA?

<b>GRUPA PRZYJACIÓŁ</b>	<b>PLAC ZABAW</b>	<b>INTERNET</b>
<b>DOM</b>	<b>BOISKO</b>	<b>PODWÓRKO</b>
<b>W CZASIE ZABAWY Z MŁODSZYM/STARSZYM RODZEŃSTWEM</b>	<b>PARK</b>	<b>W SZKOLE, PODCZAS PRZERWY</b>
<b>SZATNIA SZKOLNA</b>	<b>KORYTARZ SZKOLNY</b>	<b>KLASA</b>
<b>ŚWIETLICA</b>	<b>ŁAZIENKA</b>	<b>AUTOBUS</b>
<b>INNE MIEJSCE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE MIEJSCE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE MIEJSCE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....

## Załącznik nr 2

### 2. CO NAJCZĘŚCIEJ ROBI DOKUCZACZ?

<b>PRZEDRZEŹNIA MNIE</b>	 <b>NAMAWIA INNYCH, BY NIE BAWILI SIĘ ZE MNĄ</b>	<b>PODSTAWIA NOGI, SZTURCHA MNIE</b>
<b>JEST BARDZO POMOCNY</b>	<b>MÓWI COŚ O MNIE, CO MI SIĘ NIE PODOBA, CO NIE JEST PRAWDĄ</b>	<b>BIJE</b>
<b>UŚMIECHA SIĘ SERDECZNIE</b>	<b>OBRAŻA MNIE</b>	<b>WYŚMIEWA</b>
<b>CHCE SIĘ ZE MNĄ BAWIĆ</b>	<b>SPECJALNIE NIE ODPOWIADA NA MOJE PYTANIA</b>	<b>ZABIERA RZECZY</b>
<b>SŁUCHA CO DO NIEGO MÓWIĘ</b>	<b>CIĄGNIE ZA WŁOSY</b>	<b>PRZEZYWA</b>
<b>INNE ZACHOWANIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE ZACHOWANIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE ZACHOWANIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....



## Załącznik nr 3

3. CO BYM CZUŁ, JAKBYM SPOTKAŁ DOKUCZACZA,  
KTÓRY WŁAŚNIE MI DOKUCZA?

<b>TĘSKNIŁBYM DO DOMU</b>	 <b>NUDĘ</b>	<b>SMUTEK</b>
<b>WŚCIEKŁOŚĆ</b>	<b>WSTYD</b>	<b>ZŁOŚĆ</b>
<b>RADOŚĆ</b>	<b>CZUŁBYM SIĘ SAM, SAMOTNY, BEZ NICZYJEJ POMOCY</b>	<b>ZDZIWIENIE – CO TEN DOKUCZACZ ROBI?</b>
<b>CIEKAWOŚĆ</b>	<b>SPOKÓJ</b>	<b>ZADOWOLENIE</b>
<b>AGRESJĘ, MIAŁBYM OCHOTĘ GO KOPNAĆ, UDERZYĆ GO</b>	<b>MARTWIŁBYM SIĘ</b>	<b>NIESPRAWIEDLIWOŚĆ</b>
<b>INNE UCZUCIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE UCZUCIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....	<b>INNE UCZUCIE, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKIE?</b> .....



# Załącznik nr 4

## 4. DLACZEGO DOKUCZACZ DOKUCZA INNYM?

<b>NIE WIE, JAK BYĆ MIŁYM</b>	 <b>CZUJE ZAZDROŚĆ</b>	<b>NIE MA PRZYJACIÓŁ</b>
<b>CHCE BYĆ SZEFE</b>	<b>CHCIAŁBY BYĆ SILNY</b>	<b>MA ZŁY DZIEŃ</b>
<b>CHCE BYĆ ŚMIESZNY</b>	<b>KTOŚ MU DOKUCZAŁ WCZEŚNIEJ</b>	<b>NIKT NIE CHCE SIĘ Z NIM BAWIĆ</b>
<b>SZYBKO SIĘ DENERWUJE</b>	<b>LUBI, JAK INNI SĄ SMUTNI</b>	<b>MA PROBLEMY</b>
<b>NUDZI MU SIĘ</b>	<b>CHCE, BY WSZYSCY NA NIEGO PATRZYLI</b>	<b>BRONI SIĘ</b>
<b>INNY POWÓD, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKI?</b> .....	<b>INNY POWÓD, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKI?</b> .....	<b>INNY POWÓD, KTÓREGO TU BRAKUJE. WPISZCIE, JAKI?</b> .....



# Załącznik nr 5

DOKUCZACZU, ZAMIAST DOKUCZANIA LEPIEJ BĘDZIE, JAK...

