

TYDZIEŃ

o przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej

Materiały, bank dobrych praktyk dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych – cz. 1

szkoła podstawowa, klasy I-III
Opowiadanie o Tymku (scenariusz 1-3 SP) Fundacja Instytut Edukacji Pozytywnej https://soundcloud.com/user-196279218-803126170/opowiadanie-o-tymku?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing&si=11aa678756b148b9bd89bcb1a886b5f1
Scenariusze lekcji, klasy 1-3. Moja bezpieczna sieć. NASK Klasy 1-3. Moja bezpieczna sieć
szkoła podstawowa, klasy IV-VIII
Sztuka dialogu, czyli jak rozwiązywać konflikty w grupie (Szkoła podstawowa IV-VIII), Zintegrowana Platforma Edukacyjna (ZPE) https://zpe.gov.pl/b/sztuka-dialogu-czyli-jak-rozwiazywac-konflikty-w-grupie/P13OZLxGm
Jak radzić sobie z przemocą (Szkoła podstawowa IV-VIII), ZPE https://zpe.gov.pl/b/jak-radzic-sobie-z-przemoca/PqLb9DfLL
Bezpieczeństwo w sieci (Szkoła podstawowa IV-VIII), ZPE https://zpe.gov.pl/b/bezpieczenstwo-w-sieci/P1BpVrXu8
Cyberprzemoc (Szkoła podstawowa IV-VIII), ZPE https://zpe.gov.pl/b/cyberprzemoc/P1Fhrc8iX
Praktyczny przewodnik po emocjach skierowany do młodzieży szkolnej: Zrozumieć siebie. Fundacja Życie warte jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/poradnik_rozumiec_siebie.pdf
Poradnik dla młodych osób, którzy mają znajomych w kryzysie i nie wiedzą jak im pomóc. Fundacja Życie warte jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/Wsparcie_rowiesnicze.pdf
Scenariusze dla grupy wiekowej 10-12 lat wraz z animacją edukacyjną nt. wspierającej roli rozmowy z opiekunem dla osoby doświadczającej hejtu. NASK Scenariusze dla grupy wiekowej 13-14 lat wraz z animacją edukacyjną nt. roli więzi rówieśniczych jako element ochronny wobec zjawiska hejtu w sieci. NASK Materiały edukacyjne - Scenariusze zajęć SaferInternet
*materiały zostaną udostępnione na stronie 15 września
CYBERspot- broszura dla uczniów. NASK Broszura dla uczniów CYBERspot
Plakaty- przeciwdziałanie hejtowi rówieśniczemu, NASK • Dotyka Cię hejt? – dla osoby doświadczającej hejtu • Widzisz hejt? – dla świadka • Weź nie hejtuj! – dla sprawcy
Ulotka- Radzenie sobie z cyberprzemocą, NASK Ulotka
Ulotka – Pomoc ofiarom cyberprzemocy Ulotka

Materiały edukacyjne „W sieci przyjaźni” (2 scenariusze lekcyjne dla uczniów klas 4-6 SP, podcast „To właśnie jest przyjaźń”, plakat), NASK
[Pakiet materiałów „W sieci przyjaźni”](#)

szkoła ponadpodstawowa

Język jako narzędzie przemocy. Eugène Ionesco, *Lekcja* (Liceum ogólnokształcące, Technikum), ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/jezyk-jako-narzedzie-przemocy-eugene-ionesco-lekcja/PgyV3MTc8>

Patologie społeczne (Liceum ogólnokształcące, Technikum), ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/patologie-spoeczne/PUn4RIwvv>

Naturalizm w filmie na przykładzie Męskiej sprawy w reż. Sławomira Fabickiego (Liceum ogólnokształcące, Technikum), ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/naturalizm-w-filmie-na-przykladzie-meskiej-sprawy-w-rez-slawomira-fabickiego/PbmFKbimY>

Szkodliwe treści w internecie (Liceum ogólnokształcące, Technikum), ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/tresci-szkodliwe-w-internecie/PINZ4qDtm>

Jak bronić się przed nieczystymi chwytami w dyskusji (Liceum ogólnokształcące, Technikum), ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/jak-bronic-sie-przed-nieczystymi-chwydami-w-dyskusji/POxfdle3R>

Cyberbullying (Liceum ogólnokształcące, Technikum), ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/cyberbullying/PpeKit2jd>

Scenariusze dla grupy wiekowej 15-18 lat wraz z filmem edukacyjnym nt. skutków sprzeciwu bądź jego braku wobec cyberprzemocy rówieśniczej. NASK
[Materiały edukacyjne - Scenariusze zajęć | SaferInternet](#)

*materiał zostanie udostępniony na stronie 15 września.

CYBERspot- broszura dla uczniów, NASK
[Broszura dla uczniów CYBERspot](#)

Plakaty- przeciwdziałanie hejtowi rówieśniczemu, NASK:

- [Dotyka Cię hejt?](#) – dla osoby doświadczającej hejtu
- [Widzisz hejt?](#) – dla świadka
- [Weź nie hejtuj!](#) – dla sprawcy

Ulotka- Radzenie sobie z cyberprzemocą, NASK
[Ulotka](#)
Ulotka – Pomoc ofiarom cyberprzemocy
[Ulotka](#)

Me(nu)todyka- Make it Clear (moduły lekcji dla uczniów w wieku 11-13 i 14-17lat), NASK
[Me\(nu\)todyka](#)

Jak i gdzie zgłosić przestępstwo popełnione w Internecie? NASK
[Ulotka](#)

dla nauczycieli

K. Ciszewska, S. Zyza Poradnik wspomaganie szkół w zakresie interwencji Poradnictwo Psychologiczno-Pedagogiczne Profilaktyka, ZPE
https://zpe.gov.pl/b/k-ciszewska_s-zyza-poradnik-wspomaganie-szkol-w-zakresie-interwencji-poradnictwo-psychologiczno-pedagogiczne-profilaktyka/P1DyHzFyF

WEBINARY- Strefa Dobrych Emocji Fundacja Fine, ZPE
<https://zpe.gov.pl/b/wbinary---strefa-dobrych-emocji-fundacja-fine/PJBBSQRah>

Profilaktyka agresji i przemocy rówieśniczej w klasie. Joanna Węgrzynowska (2021), ORE

Profilaktyka agresji i przemocy rówieśniczej w klasie.
Agresja i przemoc w szkole czyli co powinniśmy wiedzieć, by skutecznie działać. Ewa Czerniewska-Koruba (2015), ORE
Agresja i przemoc w szkole czyli co powinniśmy wiedzieć, by skutecznie działać
Przemoc rówieśnicza – o czym musimy pamiętać a często zapominamy. Jacek Pyżalski (prezentacja), ORE
Przemoc rówieśnicza – o czym musimy pamiętać a często zapominamy
Zapobieganie agresji w szkole. Metody organizacji codziennej pracy wychowawczej. Tomasz Garstka (2015), ORE
Zapobiegania agresji w szkole. Metody organizacji codziennej pracy wychowawczej
Postawy i oddziaływania dorosłych w przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej. Tomasz Garstka. ORE
Postawy i oddziaływania dorosłych w przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej
Psychologiczne aspekty bullyingu: perspektywa sprawcy, ofiary i świadka. Katarzyna Fenik. ORE
Psychologiczne aspekty bullyingu: perspektywa sprawcy, ofiary i świadka.
Dobrze ze złością. Jak wspierać dzieci i młodzież w konstruktywnym radzeniu sobie ze złością. Katarzyna Zawisza-Mlost (2021), ORE
Dobrze ze złością. Jak wspierać dzieci i młodzież w konstruktywnym radzeniu sobie ze złością
Zagrożenia pornografią. Zagrożenia rozwoju psychoseksualnego związane z dostępem do treści pornograficznych. Leszek Putyński (2015) (szkoły ponadpodstawowe), ORE
Zagrożenia pornografią. Zagrożenia rozwoju psychoseksualnego związane z dostępem do treści pornograficznych
Zarządzanie emocjami. Krok w stronę zdrowia psychicznego. Marta Jankowska (2020), ORE
Zarządzanie emocjami. Krok w stronę zdrowia psychicznego
W stresie. Strategia osławiania. Jagoda Sikora (2024), ORE
W stresie. Strategia osławiania
Poradnik Bezpieczna szkoła. Zagrożenia i zalecane działania profilaktyczne w zakresie bezpieczeństwa fizycznego i cyfrowego uczniów. MEN. (2020), ORE
Bezpieczna szkoła
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Seksting. NASK. ORE. (brożura)
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Seksting.
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Gry komputerowe. NASK. ORE. (brożura)
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Gry komputerowe
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 1. NASK. ORE. (brożura)
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 1
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 2. NASK. ORE. (brożura)
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 2
Program wychowawczo-profilaktyczny – krok po kroku. Magdalena Wieczorek (2018), ORE
Program wychowawczo-profilaktyczny - krok po kroku
Opracowujemy i ewaluujemy program wychowawczo-profilaktyczny szkoły. Zbigniew Gaś, Wiesław Poleszak (2017), ORE

Opracowujemy i ewaluujemy program wychowawczo-profilaktyczny szkoły
Działania wychowawczo-profilaktyczne a diagnoza potrzeb środowiska szkolnego. Joanna Borowik (2018), ORE Działania wychowawczo-profilaktyczne a diagnoza potrzeb środowiska szkolnego
Klimat społeczny szkoły. Wiesław Poleszak, ORE Klimat społeczny szkoły
Pakiet materiałów dotyczących komunikacji bez przemocy, w tym materiały dla mediatorów, Fundacja Instytut Edukacji Pozytywnej materiały przeciwdziałanie przemocy
Publikacja „Psychoedukacja dla nauczycieli i nauczycielek oraz rodziców”. IBE https://asa.ibe.edu.pl/psychoedukacja
Jak rozmawiać z rodzicem ucznia w kryzysie. Fundacja Życie warto jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/Jak_rozmawia%C4%87_z_rodzicem_ucznia_w_kryzysie.pdf
Poradnik dla nauczycieli: Samouszkodzenia u dzieci i młodzieży. Fundacja Życie warto jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/Samouszkodzenia_u_dzieci_i_m%C5%82odzie%C5%BCy.pdf
Poradnik dla nauczycieli: Wsparcie ucznia po próbie samobójczej. Fundacja Życie warto jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/Wsparcie_ucznia_po_pr%C3%B3bie_samob%C3%B3jczej_2xUffzL.pdf
Interwencje po śmierci samobójczej – o znaczeniu i potrzebie działań postwencyjnych w szkole. Fundacja Życie warto jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/poradnik_interwencje_po_smierci_samobojczej.pdf
Poradnik nt. samouszkodzeń u młodzieży, skierowany do środowiska szkolnego (nauczyciele, wychowawcy, szkolni specjaliści) Fundacja Życie warto jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/poradnik_samouszkodzenia_QdscBfH.pdf
Cyberlekcje 3.0 – scenariusze lekcji, NASK Klasy 4-6. Nie hejtuję - nie dołuję Klasy 7-8 – zagrożenia w sieci i cyberprzemoc Szkoła ponad podstawowa – Cyberprzemoc Cyberlekcje 3.0. – webinary, NASK (28.10.2025r. klasy 7-8: Cyberprzemoc; 18.11.2025r. klasy 4-6: Nie hejtuję- nie dołuję. Cyberprzemoc; 9.12.2025r. SPP: Cyberprzemoc) Cyberprofilaktyka NASK.
Jak i gdzie zgłosić przestępstwo popełnione w Internecie? NASK Ulotka
Międzynarodowa Konferencja (23-26 września 2025r), NASK Więcej informacji
Gala Bezpiecznego Internetu (10 lutego 2026r.), NASK Więcej informacji
Materiały pomocnicze dla nauczycieli w kontaktach z osobami w kryzysie samobójczym https://www.gov.pl/web/edukacja/materiały-pomocowe-dla-nauczycieli-w-kontaktach-z-osobami-w-kryzysie-samobojczym
Zarządzanie konfliktem w szkole – broszura i plakat, materiał dla nauczycieli, dyrektorów, wychowawców, specjalistów w szkole dla klasy 7-8 szkoły podstawowej i ponadpodstawowej, Centrum Edukacji Obywatelskiej

https://uczotwartosci.ceo.org.pl/material/zarzadzanie-konfliktem-w-szkole/
Karty do analizy wydarzeń i procesów społecznych. Scenariusz lub ćwiczenie, materiał dla nauczycieli, wychowawców dla klas 7-8 szkoły podstawowej i ponadpodstawowej. Centrum Edukacji Obywatelskiej https://uczotwartosci.ceo.org.pl/material/karty-do-analizy-wydarzen-i-procesow-spoecznych/
Karty do rozmów i działań na temat praw człowieka. Scenariusz lub ćwiczenie, materiał dla dyrektorów, wychowawców, specjalistów w szkole, bibliotekarzy dla klas 7-8 szkoły podstawowej i ponadpodstawowej, Centrum Edukacji Obywatelskiej https://uczotwartosci.ceo.org.pl/material/karty-do-rozmow/
Jak reagować na przemoc w klasie? Film/webinarium, materiał dla nauczycieli, wychowawców, specjalistów w szkole, klasy 1-8 szkoły podstawowej i ponadpodstawowej https://uczotwartosci.ceo.org.pl/material/jak-reagowac-na-przemoc-w-klasie/
Dla rodziców
WEBINARIUM- Strefa Dobrych Emocji Fundacja Fine, ZPE https://zpe.gov.pl/b/wbinary---strefa-dobrych-emocji-fundacja-fine/PJBBSQRah
Agresja i przemoc w szkole czyli co powinniśmy wiedzieć, by skutecznie działać. Ewa Czemierowska-Koruba (2015), ORE Agresja i przemoc w szkole czyli co powinniśmy wiedzieć, by skutecznie działać
Przemoc rówieśnicza – o czym musimy pamiętać a często zapominamy. Jacek Pyżalski (prezentacja), ORE Przemoc rówieśnicza – o czym musimy pamiętać a często zapominamy
Postawy i oddziaływania dorosłych w przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej. Tomasz Garstka. ORE Postawy i oddziaływania dorosłych w przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej
Psychologiczne aspekty bullyingu: perspektywa sprawcy, ofiary i świadka. Katarzyna Fenik. ORE Psychologiczne aspekty bullyingu: perspektywa sprawcy, ofiary i świadka.
Dobrze ze złością. Jak wspierać dzieci i młodzież w konstruktywnym radzeniu sobie ze złością. Katarzyna Zawisza-Mlost (2021), ORE Dobrze ze złością. Jak wspierać dzieci i młodzież w konstruktywnym radzeniu sobie ze złością
Zagrożenia pornografią. Zagrożenia rozwoju psychoseksualnego związane z dostępem do treści pornograficznych. Leszek Putyński (2015) (szkoły ponadpodstawowe), ORE Zagrożenia pornografią. Zagrożenia rozwoju psychoseksualnego związane z dostępem do treści pornograficznych
Zarządzanie emocjami. Krok w stronę zdrowia psychicznego. Marta Jankowska (2020), ORE Zarządzanie emocjami. Krok w stronę zdrowia psychicznego
W stresie. Strategia osławiania. Jagoda Sikora (2024), ORE W stresie. Strategia osławiania
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Seksting. NASK. ORE. (broszura) Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Seksting.
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Gry komputerowe. NASK. ORE. (broszura) Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Gry komputerowe
Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 1. NASK. ORE. (broszura) Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 1

Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 2. NASK. ORE. (broszura) Zagrożenia w Internecie. Zapobieganie – reagowanie. Cyberprzemoc. Część 2
Działania wychowawczo-profilaktyczne a diagnoza potrzeb środowiska szkolnego. Joanna Borowik (2018), ORE Działania wychowawczo-profilaktyczne a diagnoza potrzeb środowiska szkolnego
Klimat społeczny szkoły. Wiesław Poleszak, ORE Klimat społeczny szkoły
Pakiet materiałów dotyczących komunikacji bez przemocy, w tym materiały dla mediatorów, Fundacja Instytut Edukacji Pozytywnej materiały przeciwdziałanie przemocy
Publikacja „Psychoedukacja dla nauczycieli i nauczycielek oraz rodziców”. IBE https://asa.ibe.edu.pl/psychoedukacja
Poradnik pierwsza pomoc emocjonalna, Fundacja Życie warto jest rozmowy https://backend.zwir.pl/media/attachments/Pierwsza_pomoc_emocjonalna_PzkRQHs.pdf
„ W sieci wyzwań. Sztuka wychowania w cyfrowym świecie”- poradnik dla rodziców. NASK „W sieci wyzwań. Sztuka wychowania w cyfrowym świecie”
Podcasty „Cyfrowe wieczory dla rodziców” NASK https://www.youtube.com/@saferinternetpolska https://www.youtube.com/@CyberprofilaktykaNASK
Jak i gdzie zgłosić przestępstwo popełnione w Internecie? NASK Ulotka
Międzynarodowa Konferencja (23-26 września 2025r), NASK Więcej informacji
Gala Bezpiecznego Internetu (10 lutego 2026r.), NASK Więcej informacji
Załączniki
Ścieżka pomocy - uczeń
Ścieżka pomocy - rodzic
Ścieżka pomocy - szkoła
Załącznik nr 1 Scenariusze lekcji wychowawczych w programie „Działaj/rozmawiaj, materiał dla nauczycieli, Fundacja Instytut Edukacji Pozytywnej
Załącznik nr 2 Materiały do samokształcenia w programie „Działaj/rozmawiaj” liderzy wsparcia rówieśniczego, Fundacja Instytut Edukacji Pozytywnej
Załącznik nr 3 Ramka pomocowa – Telefony pomocowe
Załącznik nr 9 Cyberprzemoc- ebook dla uczniów w wieku 14-18 i rodziców, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 10 Bullying – jak go określić, dzieci w wieku 12-18 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 11 Sztuka komunikacji – ebook dla dzieci w wieku 12-18 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 12 School vibes – codzienność szkolna, ebook dla dzieci w wieku 14-18 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 13 Techniki radzenia sobie z trudnymi emocjami dla nastolatków w wieku 12-18 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 14 Stres- broszura dla dzieci w wieku 13-18 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 15 Jak radzić sobie ze stresem dla nastolatków w wieku 15-18 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 16 Siła więzi rodzinnych – ebook dla rodziców dzieci w wieku 5-12 lat, Fundacja Nie widać mnie
Załącznik nr 17 Dlaczego czujesz to, co czujesz – ebook dla nastolatków 14-18 lat, Fundacja Nie widać mnie