

# DOBROSTAN z eTwinning

scenariusze zajęć



Wydawnictwo  
FRSE

# DOBROSTAN

# z eTwinning

scenariusze zajęć

## Dobrostan z eTwinning

Scenariusze zajęć

### Koncepcja publikacji

Krajowe Biuro eTwinning w Polsce

### Opieka merytoryczna

Monika Regulska

### Redaktor prowadzący

Tomasz Mrożek

### Korekta

Maryla Błońska

### Projekt graficzny i skład


Grzegorz Dębowski

### Druk

Top Druk Łomża

### Wydawca

Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji  
Narodowa Agencja Programu Erasmus+  
i Europejskiego Korpusu Solidarności  
Aleje Jerozolimskie 142a, 02-305 Warszawa

 [www.frse.org.pl](http://www.frse.org.pl) | [kontakt@frse.org.pl](mailto:kontakt@frse.org.pl)

 [www.erasmusplus.org.pl](http://www.erasmusplus.org.pl) |  [www.etwinning.pl](http://www.etwinning.pl)

© Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji, Warszawa 2024

ISBN 978-83-67587-39-6

Europejska Platforma Edukacji Szkolnej (ESEP) i eTwinning to inicjatywy Komisji Europejskiej finansowane z programu Erasmus+ i obsługiwane przez European Schoolnet (EUN Partnership) na podstawie umowy z Europejską Agencją Wykonawczą ds. Edukacji i Kultury (EACEA).

Publikacja sfinansowana ze środków Unii Europejskiej (UE). Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie UE lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Publikacja bezpłatna

**Cytowanie:** *Dobrostan z eTwinning. Scenariusze zajęć* (2024). Warszawa: Wydawnictwo FRSE.

**Więcej publikacji Wydawnictwa FRSE:**  [www.czytelnia.frse.org.pl](http://www.czytelnia.frse.org.pl)

**Czasopisma i portale Wydawnictwa FRSE:**

GRUPA PRACOWNI DLA NAUCZYCIELI  
**[języki:obce]**  
w szkole

**europa**  
DLA AKTYWNYCH

**eurodesk**  
Polska

**EUROPEJSKI**  
**PORTAL MŁODZIEŻOWY**



# Spis treści

Wstęp	4
<b>Edukacja przedszkolna</b>	
Move with the Arts	8
Pudełko tożsamości – Identity Box	14
Kto smacznie śpi, ma dobre dni!	18
Hakuna Matata! Przygoda na safari	24
<b>Edukacja wczesnoszkolna</b>	
Na ścieżce do współpracy	32
Tajemniczy skarb jesieni – gra terenowa	36
Jestem ważny, jesteście razem. Witaj pierwsza klaso!	40
<b>Szkoła podstawowa</b>	
Jesteśmy jednym zespołem	46
Co jest za tymi drzwiami?	50
Europejskie podchody	54
Skrzydła bioróżnorodności	58
Freedom with(out) borders – wolność (nie) ma granic(e)	62
Zusammen stark! – Razem silni!	68
Die Schatzsuche – erste Kontakte	74
<b>Edukacja włączająca i specjalna</b>	
Na dobry początek dnia!	80
Językowy zawrót głowy, czyli podróż przez kultury	84
Harmonia w grupie – budowanie dobrostanu i pewności siebie przy użyciu SUNO AI	90
<b>Szkoła ponadpodstawowa</b>	
Na dobry początek	100
Us in Europe	104
Trees of Collaboration	108
Jedność to siła, podział to słabość	114

A decorative graphic featuring a central white circle with a thin orange border. The circle is surrounded by several thick, parallel stripes in shades of orange and light brown, extending from the top and bottom edges of the frame. The stripes are slightly curved and layered, creating a sense of depth and movement.

Wstęp

Dobrostan (ang. *wellbeing*) to termin z dziedziny psychologii, stosowany na określenie subiektywnego poczucia zadowolenia z własnego życia w trzech obszarach: fizycznym (zdrowie), psychicznym i społecznym.

Dobrostan to także temat przewodni programu eTwinning w 2024 roku. Pod hasłem dbania o *wellbeing* nauczycieli i uczniów organizowane są liczne wydarzenia dotyczące budowania dobrego samopoczucia oraz rozwijania umiejętności efektywnego dbania o komfort psychiczny – własny i uczniów. W ich trakcie eksperci dzielą się swoim doświadczeniem, praktycznymi wskazówkami i gotowymi rozwiązaniami (np. scenariuszami zajęć), które ułatwiają postawienie pierwszych kroków na drodze do osiągnięcia dobrostanu. Więcej informacji na ten temat znaleźć można na stronie eTwinning ([bit.ly/dobrostan\\_z\\_eTwinning](https://bit.ly/dobrostan_z_eTwinning)).

Dlaczego dobrostan uznano za temat nr 1 w eTwinningu? Stało się tak, ponieważ ma związek nie tylko z dobrym samopoczuciem, lecz także z pozytywnymi relacjami, atmosferą sprzyjającą efektywnemu przyswajaniu wiedzy oraz integracją społeczności szkolnej – inaczej mówiąc, dobrostan umożliwia holistyczny rozwój placówki edukacyjnej, nauczycieli i uczniów.

Przedstawione w tej publikacji scenariusze zajęć z zakresu *wellbeing* mogą być wykorzystane na lekcjach, podczas wyjazdów integracyjnych oraz w projektach. Autorzy wskazują grupy docelowe (np. uczniowie klas V–VIII szkoły podstawowej), ale po drobnych modyfikacjach ich propozycje można dopasować także do pozostałych etapów edukacyjnych bądź uczynić je ciekawym elementem projektów online.

Scenariusze świetnie się sprawdzą w początkowych, integrujących aktywnościach. Każdy z nich został przez autora „wyposażony” w materiały pomocnicze: załączniki, adresy stron internetowych wspierających dane aktywności oraz tutoriale ułatwiające efektywne wykorzystanie przedstawionych narzędzi.

Zaproponowane działania przeplatane są prostymi zabawami ruchowymi, które wymagają dobrej współpracy i wywołują pozytywne emocje, co ma ogromne znaczenie w budowaniu relacji w grupie. Aktywności można zrealizować zarówno na świeżym powietrzu, jak i na korytarzu szkolnym lub w sali gimnastycznej. Scenariusze skupiają się wokół takich kwestii, jak: dobrostan, relacje, integracja, ale znaleźć w nich można także wiele odniesień do wartości europejskich i edukacji obywatelskiej. Dzięki szerokiemu zakresowi tematycznemu mogą stanowić wprowadzenie do szczegółowego omówienia zagadnień na kolejnych zajęciach lekcyjnych. Pozostawiają nauczycielom i nauczycielkom przestrzeń na inwencję oraz kreatywność – tak jak eTwinning są elastyczne i można je dopasować do bieżących potrzeb uczniów!





A central graphic consisting of two overlapping circles. The inner circle is a solid orange color, and the outer circle is a solid blue color. The text "Edukacja przedszkolna" is centered within the orange circle. Above and below the circles are decorative elements: a thick blue diagonal line and several thin orange diagonal lines.

Edukacja  
przedszkolna



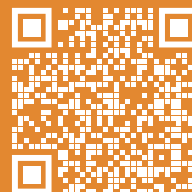


# Move with the Arts

Autorka: Agnieszka Besser-Krysiak

Czas trwania zajęć	60 min
Grupa docelowa	dzieci w przedszkolach (5–6-latkowie)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie motoryki dużej, rozwijanie różnych partii mięśni</li> <li>• kształtowanie motoryki małej jako niezbędnego elementu gotowości do nauki pisania</li> <li>• wdrażanie do zainteresowania ruchem (podstawową aktywnością człowieka)</li> <li>• wzbudzenie zainteresowania dziełami malarskimi</li> <li>• kształtowanie postawy wrażliwości w odbiorze dzieł sztuki</li> <li>• budowanie dojrzałości emocjonalnej i społecznej dzięki obcowaniu ze sztuką</li> <li>• rozwijanie kreatywności</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• duże arkusze papieru</li> <li>• materiały plastyczne, m.in. flamastry, kredki, farby, plastelina, ciastolina, masa solna</li> <li>• materiały przyrodnicze: skoszona trawa, igły z drzew</li> <li>• tablet lub telefon połączony z monitorem</li> <li>• wydrukowane załączniki (link poniżej)</li> <li>• pomoce do zajęć ruchowych (poduszki, kocyki, pachołki itp.)</li> <li>• lina lub sznurek</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>DailyArt</b></li> <li>• <b>Canva</b> (i materiały przygotowane za jej pomocą)</li> <li>• <b>Wakelet</b></li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/Movewitharts](https://bit.ly/Movewitharts)





## Przebieg zajęć

W scenariuszu opisano przykładowe zajęcia, które mogą być realizowane raz w tygodniu lub w miesiącu, w zależności od czasu trwania projektu (innowacji). Inspiracją są dzieła sztuki prezentowane w darmowej aplikacji DailyArt – to baza materiałów do zajęć artystyczno-ruchowych, których celem jest wzmocnienie poczucia własnej wartości u dzieci oraz zwiększenie ich wrażliwości i empatii. DailyArt każdego dnia prezentuje użytkownikom inne dzieło sztuki, przybliżając jego historię oraz ciekawostki z nim związane.

### Przygotowanie

Nauczyciel zaprasza dzieci w wybrany dzień każdego tygodnia (miesiąca) do świata sztuki. Na tablicy multimedialnej albo monitorze udostępnia ekran z telefonu/tabletu. Korzysta z aplikacji DailyArt i pokazuje dzieciom obraz. Warto, aby przed zajęciami nauczyciel sprawdził proponowane na dany dzień dzieło i dokonał selekcji informacji (można też wybrać obraz z poprzedniego dnia).

### Prezentacja materiału

Nauczyciel wyświetla na dużym ekranie wybrane dzieło sztuki (w załącznikach przykładowy obraz Claude'a Moneta *Stogi siana w Giverny*) i prosi dzieci, aby dokładnie mu się przyjrzały. Zanim zaprezentuje ciekawostki związane z obrazem, może zadać przedszkolakom kilka pytań, np.:

- Jak myślicie, jaki tytuł może nosić to dzieło?
- Jakie kolory dominują na obrazie?
- Co przedstawia obraz, co na nim widzicie?

### Wykorzystanie materiału lekcyjnego

1. Początkowym etapem zajęć jest zawsze nawiązanie do ruchu (zabawy) jako podstawowej aktywności dziecka.

W przypadku dzieła Moneta mamy dwa podstawowe symbole, które mogą towarzyszyć takiemu działaniu.

Pierwszym z nich są drzewa, a ruch z nimi związany może przybrać następujące formy:

- pozycja drzewa z jogi (zwiększa koncentrację, wzmacnia duże partie mięśni, kształtuje równowagę); patrz: załącznik 1;
- „drzewa na wietrze” – kołysanie ramionami, może być wykonywane do muzyki lub połączone z ćwiczeniami rozwijającymi aparat mowy (naśladowanie szumu wiatru);
- „na prawo, na lewo” – przechylenie się drzew (dzieci) raz na prawą, raz na lewą stronę. W przypadku dzieci młodszych nauczyciel stoi tyłem do grupy i demonstruje kierunek ruchu.

Drugi symbol to stogi siana, które również mogą inspirować do ćwiczeń fizycznych:

- skoki przez „stóg siana” (wersja w klasie) – dzieci przeskakują nad „stogiem siana”, który może być imitowany przez pacholek, poduszkę lub kocyk uformowany w odpowiedni kształt. W wersji trudniejszej do przeskoczenia jest kilka „stogów”;

- skoki przez „stóg siana” (wersja na zewnątrz) – jeśli mamy taką możliwość oraz dysponujemy bezpiecznym podłożem, to do tej zabawy możemy wykorzystać np. świeżo skoszoną trawę, którą dzieci ułożą na kształt stogów siana, a następnie będą nad nią przeskakiwać boso (aktywność sensoryczna).
2. Kolejny etap zajęć to działania twórcze. Zabawy ze sztuką mogą przybrać różnorodną formę – w przypadku dzieła Moneta mogą to być takie aktywności, jak:
- dokończenie fragmentu dzieła według własnego pomysłu (załącznik 2) z wykorzystaniem np. farb akwarelowych lub olejnych;
  - wykonanie stogu siana (kształtu) z masy solnej, a następnie wkomponowanie w niego materiału naturalnego np. igieł sosny.
3. Wykorzystanie ciekawostek z DailyArt

Przy okazji tego cyklu zajęć (projektu) cenną inspiracją są ciekawostki dołączane do prezentowanego dzieła przez autorkę aplikacji – Zuzannę Stańską. Przy okazji pracy z tym obrazem wybrałam dwie.

Wiele wiosek musiało miesiącami  
czekać na przyjazd obwoźnych młockarni,  
dlatego stogi, czasami wysokie na 6  
metrów, mogły stać na polach nawet do  
stycznia czy lutego. Kształt stogów różnił  
się w zależności od regionu.

Źródło: zrzut ekranu z aplikacji DailyArt.

Ten fragment może być punktem wyjścia do aktywności:

- **matematycznych:** 6-metrowe stogi siana – przygotowanie sznurka (liny) o takiej długości, rozłożenie jej na podłodze i sprawdzenie, ile osób, jedna pod drugą jest potrzebnych do osiągnięcia tej wysokości; częścią aktywności jest zaznaczanie na sznurku metrowych odcinków (np. za pomocą klamerek);
- **technicznych:** kształt stogów siana – tworzenie stabilnych konstrukcji z plasteliny lub ciastoliny;
- **regionalnych:** obwoźne młockarnie – poznanie kultury i tradycji własnego regionu, zdobycie wiedzy na temat dawnych sposobów młócenia, wycieczka do skansenu wsi polskiej.

P.S. Claude Monet uwielbiał tworzyć wiele obrazów przedstawiających ten sam temat, prezentując jeden widok w różnym świetle i przy różnej pogodzie. Oto **arcydzieła Moneta malowane seriami!**

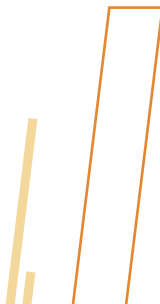
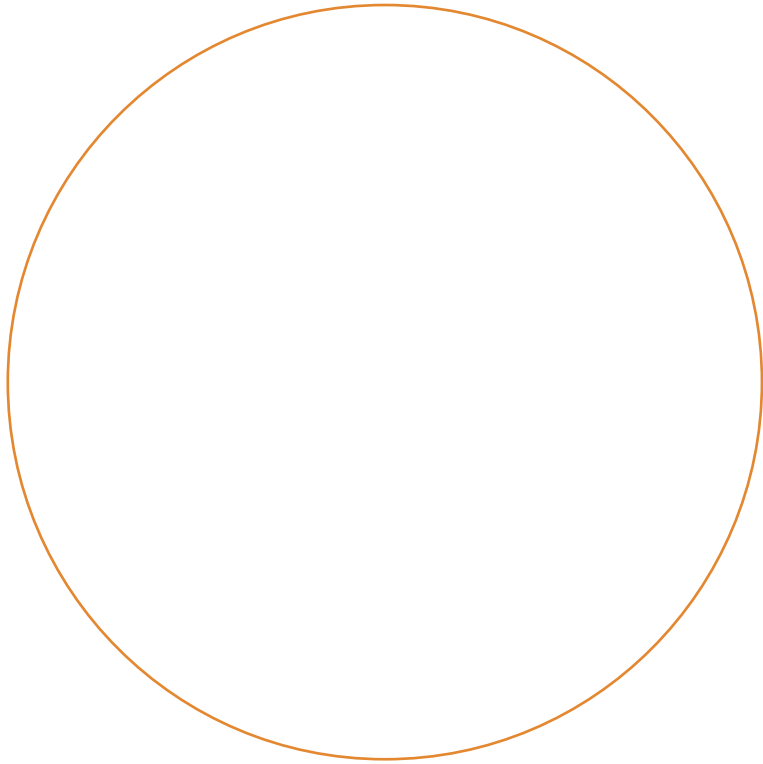
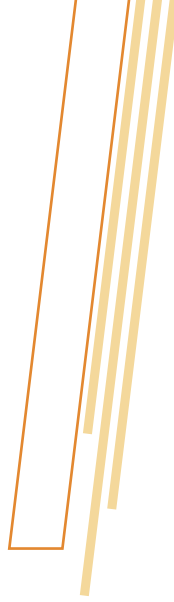
Źródło: zrzut ekranu z aplikacji DailyArt.

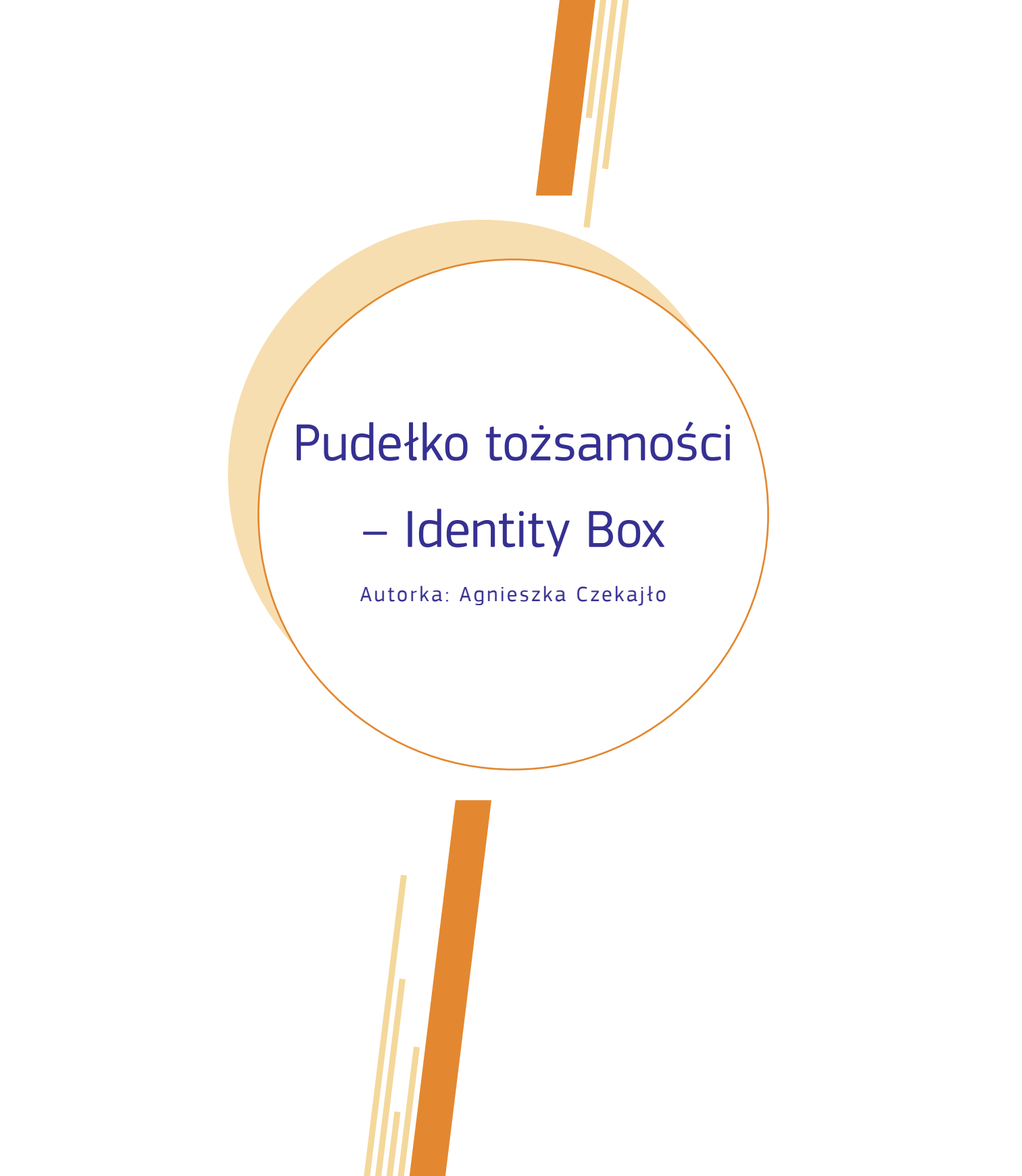
Przedstawiony fragment może być inspiracją do aktywności:

- **przyrodniczych:** jeden widok przy różnej pogodzie – obserwacje wybranego elementu przyrodniczego w naszym otoczeniu i opisanie, jak zmienia się w zależności od pogody;
- **plastycznych:** ten sam temat w różnym świetle – malowanie wybranego obiektu poza klasą o różnych porach dnia lub w sali przy zmiennym oświetleniu. Obiektem może być np. martwa natura (taca z owocami). Tego rodzaju ćwiczenia zwracają uwagę dzieci na to, jak zmienia się kolorystyka lub padający cień w zależności od tego, jakie będzie światło i jego natężenie;
- **z zakresu uważności:** obrazy Moneta – uważne przyglądanie się serii dzieł malarskich przy dźwiękach muzyki relaksacyjnej, a następnie rozmowa o dostrzeżonych różnicach.

## Podsumowanie

*Move with the Arts* uwrażliwia nas, nauczycieli, na piękno sztuki. Kiedy otrzymujemy powiadomienie dotyczące kolejnego dzieła w aplikacji DailyArt, mamy czas na zatrzymanie się i spojrzenie na świat z innej perspektywy. Takie momenty są równie ważne w życiu młodego człowieka. Ukazanie dzieciom wizji i dzieł malarskich to krok w stronę pobudzenia wyobraźni i kreatywności. Dodanie aspektu aktywności ruchowej inspirowanej obrazem jest jak wejście do żywej, interaktywnej galerii. W opisanym scenariuszu zaprezentowano tylko jeden obraz, jednak jego odbiór, interpretacja i wykorzystanie mogą wyglądać w waszych grupach zupełnie inaczej. Jeżeli zainspirowałeś/zainspirowałaś się do podjęcia aktywności z wykorzystaniem aplikacji DailyArt, dodaj swój pomysł do wspólnej kolekcji Wakelet.



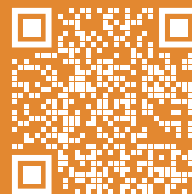


# Pudełko tożsamości – Identity Box

Autorka: Agnieszka Czekajło

Czas trwania zajęć	3 godziny lekcyjne (czas można zmieniać w zależności od potrzeb i możliwości dzieci)
Grupa docelowa	dzieci w przedszkolach (5–6-latkowie, w szczególności dzieci 6-letnie – zerówka) oraz uczniowie klasy I szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie świadomości w zakresie tożsamości osobistej i kulturowej</li> <li>• rozwijanie słownictwa w językach angielskim i polskim</li> <li>• integracja i budowanie więzi w grupie</li> <li>• promowanie zaangażowania obywatelskiego i społecznego</li> <li>• rozwijanie kreatywności i umiejętności technicznych</li> <li>• wspieranie dobrostanu emocjonalnego dzieci dzięki dzieleniu się osobistymi historiami</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfon lub tablet z dostępem do internetu i z zainstalowaną aplikacją ChatterPix Kid</li> <li>• pudełko po butach lub inne o podobnych rozmiarach</li> <li>• osobiste przedmioty nauczyciela oraz uczniów (np. flaga kraju, zdjęcia rodzinne, pamiątki)</li> <li>• materiały do ozdobienia pudełka (kredki, farby, naklejki, kolorowy papier, nożyczki, klej)</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ChatterPix Kids (aplikacja zainstalowana na smartfonie lub tablecie)</li> <li>• <a href="#">Jigsaw Planet</a></li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/Identity\\_Box](https://bit.ly/Identity_Box)







# Przebieg zajęć

## Pierwsze spotkanie

### 1. Prezentacja pudełka tożsamości nauczyciela

Nauczyciel pokazuje i krótko opisuje w języku ojczystym zawartość swojego pudełka tożsamości. Używa prostych zwrotów, np.:

- „To jest flaga Polski, ponieważ stąd pochodzę”;
- „To jest zdjęcie mojej rodziny. Są na nim moja mama, tata i ja”;
- „Ta pamiątka jest dla mnie ważna, ponieważ podarowała mi ją babcia”.

### 2. Wdrażanie słownictwa w języku angielskim

Nauczyciel ponownie prezentuje te same przedmioty, tym razem zwracając się do dzieci po angielsku, np.:

- „This is the flag of Poland because this is where I come from”;
- „This is a picture of my family. In this picture, there is my mom, dad, and me”;
- „This souvenir is important to me because my grandmother gave it to me”.

Dzieci mogą dotknąć i nazwać przedmioty w języku angielskim.

## Drugie spotkanie

### 1. Zajęcia dekoracyjne

Dzieci wyjmują swoje pudełka oraz materiały do ich ozdabiania. Nauczyciel pomaga dzieciom dekorować pudełka, jednocześnie ucząc angielskiego słownictwa związanego z materiałami plastycznymi, np.:

- „This is glue”;
- „These are scissors”;
- „This is colored paper”.

### 2. Zadanie dla uczniów

Nauczyciel prosi uczniów, aby na kolejne zajęcia wypełnili swoje udekorowane pudełka tożsamości. Uczniowie mają umieścić w nich te przedmioty, które mówią o ich tożsamości, pochodzeniu, hobby. Nauczyciel podkreśla, by dzieci nie sugerowały się zaprezentowanymi przez niego materiałami, ale wybrały takie, które są ważne dla nich.

## Trzecie spotkanie

### 1. Prezentacje pudełek tożsamości uczniów

Każdy uczeń przedstawia swoje pudełko tożsamości. Prezentacje odbywają się w języku ojczystym, a następnie po angielsku. Uczniowie otrzymują wsparcie od nauczyciela oraz całej klasy w nazywaniu przedmiotów w języku obcym. Dzieci wymieniają się spostrzeżeniami i pytaniami, dowiadują się więcej o sobie nawzajem, a tym samym budują więzi w klasie.

### 2. Interaktywne prezentacje z aplikacją ChatterPix

Podczas prezentacji uczniów nauczyciel robi zdjęcia jednego wybranego przez nich przedmiotu. Za pomocą aplikacji ChatterPix każde dziecko nazywa te przedmioty po angielsku (np. wybiera zdjęcie rodzinne i mówi: „This is my family”, a aplikacja dodaje interaktywny element, dzięki któremu przedmiot „przemawia” po angielsku).

### 3. Tworzenie i układanie puzzli z Jigsaw Planet

W aplikacji Jigsaw Planet ze zdjęć wykonanych przez uczniów tworzone są puzzle, które można układać na tablicy interaktywnej. Gdy puzzle zostaną ułożone, każde dziecko nazywa swój przedmiot w języku angielskim, co pomaga im nie tylko rozwijać umiejętności językowe, lecz również przypomnieć, do kogo dana rzecz należy.

## Podsumowanie

Zajęcia rozwijają świadomość dzieci w kwestii tożsamości osobistej i kulturowej. Uczniowie poznają znaczenie pojęcia „tożsamość” i zdobywają nowe umiejętności językowe oraz techniczne. Tworzenie i dekorowanie pudełek, a następnie prezentowanie umożliwia dzieciom dzielenie się swoimi historiami, co wzmacnia relacje w grupie. Wdrażanie słownictwa w języku angielskim odbywa się w naturalny i angażujący sposób, a użycie aplikacji ChatterPix i Jigsaw Planet uatrakcyjnia zajęcia poprzez dodanie interaktywnych elementów do nauki. Zajęcia nie tylko rozwijają umiejętności językowe, ale także budują świadomość obywatelską dzieci, uświadamiając im wpływ tożsamości na rolę w społeczności. To cenne doświadczenie, które uczy szacunku do różnorodności i pokazuje jej wartość, dbając jednocześnie o dobrostan emocjonalny dzieci.



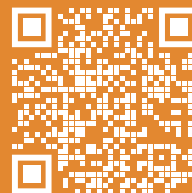
# Kto smacznie śpi, ma dobre dni!

Autorka: Anna Krzyżanowska

Czas trwania zajęć	tempo dostosowane do dzieci
Grupa docelowa	dzieci w przedszkolach
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawianie wybranych tematów dotyczących snu i żywienia, ukierunkowanych na wzmacnianie dobrostanu psychofizycznego dzieci</li> <li>• budowanie poczucia sprawstwa i świadomości potrzeb dzieci w zakresie snu i żywienia</li> <li>• wykorzystanie wyobraźni i kreatywności w trakcie działań twórczych – plastycznych i językowych</li> <li>• doświadczanie wykorzystania technologii w powiązaniu z procesem twórczym człowieka</li> <li>• tworzenie środowiska współpracy w zespołach krajowych i międzynarodowych w ramach projektów eTwinning</li> <li>• poszerzanie warsztatu pracy nauczycieli o zagadnienia dotyczące partycypacji dziecięcej i budowania społeczeństwa obywatelskiego</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Sen na dobry dzień” – karta autorefleksji nad snem</li> <li>• „Sen na dobry dzień” – grafika z rekomendacjami WHO</li> <li>• Karta „Mniam Mniam” – analizy posiłków dla dzieci młodszych i starszych</li> <li>• komputer (opcjonalnie: tablica interaktywna) z dostępem do internetu</li> <li>• aparat fotograficzny (opcjonalnie: skaner), smartfon/tablet</li> <li>• materiały plastyczne, papier</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ChatterPix Kids (do pobrania na smartfon/tablet)</li> <li>• wirtualna tablica <b>Padlet</b> z funkcją AI (opcja wpisów i opcja mapy)</li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:

[bit.ly/Ktosmaczniespi](https://bit.ly/Ktosmaczniespi)





## Przebieg zajęć

### Aktywność 1: Sen na dobry dzień

Wprowadzenie karty autorefleksji dziecięcej nad snem (załącznik 1) w systemie tygodniowym – we współpracy z rodzicami.

1. Przekazanie rodzicom informacji na temat wpływu snu na dobrostan psychofizyczny oraz prawidłowy rozwój dzieci. Prezentacja grafiki zawierającej rekomendację WHO dotyczącą czasu snu (załącznik 2). Zachęta do wsparcia dzieci w uzupełnianiu kart snów.
2. Wyjaśnienie dzieciom, w jaki sposób sen wpływa na ich dobry nastrój i emocje (odpoczywamy, relaksujemy się), na zdolność do odkrywania świata (koncentrujemy się, zapamiętujemy to, czego się nauczyliśmy w ciągu dnia) oraz na zdrowie (nabieramy sił, rośniemy).  
Zapoznanie z wierszem Anny Krzyżanowskiej *Noc daje moc*.

Na miękkiej poduszce, pod ciepłutkim kocem  
ktoś zasnął głęboko i nabiera mocy.  
Latem i jesienią, zimą oraz wiosną  
we śnie dzieci szybko i zdrowo nam rosną.  
Jasno świeci księżyc, dzieci smacznie śpią,  
o ciekawym świecie sny niezwykle śnią.  
Gdy zadzwoni budzik, od samego rana  
będą mieć wspaniałą moc do odkrywania!

3. Wyjaśnienie sposobu uzupełniania karty snu:
  - kolorowanie poduszek: ich liczba powinna odpowiadać godzinom snu minionej nocy;
  - zaznaczenie ikonki odpowiadającej przyjemnemu lub koszmarnemu charakterowi marzeń sennych (o ile dziecko je zapamiętało);
  - analiza odpoczynku w ciągu tygodnia (od poniedziałku do niedzieli – owce z cyfrą 1–7);
  - rozmowa z dorosłym (wychowawcą, rodzicem), która ma pomóc dziecku w zrozumieniu codziennych zdarzeń i konsekwencji niektórych nawyków (np. krótki lub równomiernie długi sen, koszmar wynikający z oglądania trudnych bądź niewłaściwych treści przed zaśnięciem, odzwierciedlenie we śnie marzeń lub przeżyć minionego dnia).

## Aktywność 2: Wirtualna Księga Snów

Umożliwienie dzieciom twórczej ekspresji na bazie zapamiętanego snu. Okazja do wyrażania siebie w sposób werbalny i niewerbalny (rysunek dziecka wykonany w dowolnej technice, krótki opis snu), wykorzystanie sztucznej inteligencji w wirtualnej tablicy Padlet.

1. Przygotowanie przez nauczyciela wirtualnej przestrzeni (tablicy) na Padlecie (tutorial w załączeniu). Zachęcenie dzieci do opowiadania o snach z minionej nocy, zaprezentowania ich w formie rysunku (pracy plastycznej wykonanej dowolną techniką), uzupełnionego komentarzem.
2. Publikacja fotografii lub skanu pracy dziecka w Księdze Snów wraz z krótkim opisem. Nagranie opisu można zrealizować, wykorzystując funkcję Rejestrator dźwięku.

Opcjonalnie można wykorzystać możliwości sztucznej inteligencji – funkcje:

- Nie mogę tworzyć – generowanie grafiki na podstawie opisu słownego, wybór spośród opracowanych propozycji;
- Mów za mnie – generowanie nagrania audio w dowolnej wersji językowej. Opcja przydatna zwłaszcza w projektach międzynarodowych, ponieważ daje możliwość odsłuchania tekstu przez dzieci w ich własnym języku. Do tłumaczenia można wykorzystać darmowe translatory (np.: [Google Translate](#), [DeepL.com](#)).

Podobną aktywność zrealizowano w ramach projektu eTwinning „Sen Dodo” - wykorzystano opisy snów, rysunki dzieci i grafiki wygenerowane za pomocą AI (zob. [padlet.com/aniahela/gooddreamsbook](https://padlet.com/aniahela/gooddreamsbook)).

## Aktywność 3: Rymowanki–zasypianki

Stworzenie kolekcji rymowanek do recytowania dzieciom przed zaśnięciem (np. jako mapy na wirtualnej tablicy Padlet, e-książeczki StoryJumper lub prezentacji Canva – tutorial w załączeniu).

1. Przygotowanie przez nauczyciela przestrzeni do tworzenia kolekcji (np. w formie mapy Padlet). Udostępnienie linku umożliwiającego osadzenie w niej tekstu, ilustracji lub nagrania. Opcja mapy z pinezką lokalizującą autora jest przydatna w realizacji zadania w ramach projektów krajowych i międzynarodowych.
2. Przedstawienie dzieciom zgromadzonych rymowanek i nakłanianie do ich zapamiętania, także w różnych językach. Przykład podobnej aktywności: w projekcie eTwinning „Sen Dodo” dzieci poznawały wyrażenie „dobranoc” w wielu językach za pomocą [Moon Map](#).

## Aktywność 4: Karta „Mniam Mniam”!

Wprowadzenie we współpracę z rodzicami codziennej karty analizy posiłku dla dzieci młodszych i starszych (załączniki 3a i 3b).

1. Poinformowanie rodziców o wprowadzeniu autorefleksji nad spożywanymi posiłkami w przedszkolu. Analiza ta ma zachęcać dzieci do próbowania różnych potraw (za postępy w tym zakresie powinny być chwalone).

2. Wyjaśnienie dzieciom związku między dobrym samopoczuciem (zdrowiem) a zróżnicowaną dietą (posiłki dobrej jakości i w ilości adekwatnej do potrzeb dziecka). Zapoznanie z wierszem Anny Krzyżanowskiej *Na talerzu*.

Cóż to leży na talerzu? Wygląda ciekawie  
choć zielone jest jak listek albo żabka w stawie!  
Kwaśne, słodkie, ostre, słone – można się pogubić  
albo smaku czy koloru po prostu nie lubić.  
Kolorowe niespodzianki z kuchni przyniesione  
pachną cudnie lub odwrotnie – leżą nieruszone.  
Na śniadanie, obiad albo słodki podwieczorek  
albo wielki mam apetyt, albo zły humorek.  
Czasem trudno się przekonać do czegoś nowego,  
choć wszyscy powtarzają, że to coś smacznego.  
Mówią też, że na talerzu leży nasze zdrowie,  
bo dostarcza, czego trzeba mięśniom, sercu, głowie.  
A mi brzuszek podpowiada, że głodny się czuję,  
więc na talerz swój nakładam – ile potrzebuję.  
Staram się zdobywać co dzień nowe doświadczenia,  
i dlatego się w zdrowego przedszkolaka zmieniam.

3. Prezentacja indywidualnej karty posiłków (w opcji dla dzieci młodszych i starszych).

Wyjaśnienie sposobu uzupełniania karty:

- zaznaczenie kropką (dzieci młodsze) lub krzyżykiem pola odpowiadającego ilości zjedzonego posiłku;
- śniadanie (jedna/dwie/trzy kanapki, warzywa w zapisie symbolicznym lub cyfrowym);
- zupa, drugie danie (spróbowanie posiłku, zjedzenie części/całości, dokładka).

Karty przekazujemy rodzicom, zaznaczając, że dzieci powinny je uzupełniać samodzielnie.


## Aktywność 5: Mądrości prosto z talerza

Animacje głosowe wybranych posiłków lub ich elementów za pomocą aplikacji ChatterPix Kids. Personalizacja obiektu – dzieci wyjaśniają (swobodne, spontaniczne wypowiedzi), dlaczego warto go spróbować lub jeść regularnie. Tutorial do aplikacji w załączeniu.

1. Wybieranie przez dzieci obiektów do animacji (owoc, warzywo, pełny posiłek lub jego składnik, napój – dostępne w przedszkolu).

2. Wykorzystanie aplikacji ChatterPix Kids do wykreowania animacji głosowej sfotografowanego obiektu (czas trwania: do 30 sekund). Próby uzasadnienia przez dzieci, dlaczego dany produkt lub posiłek im smakuje, dlaczego warto go spróbować lub regularnie spożywać.
3. Wspólne oglądanie przygotowanych animacji, dzielenie się refleksjami na temat wyboru i wypowiedzi innych. Zauważanie, że mamy różne preferencje smakowe. Motywowanie do prób poszerzania swojego wachlarza potraw – odkrywania nowych smaków.  
Opcjonalnie: Animacje stworzone przez dzieci można udostępnić w przestrzeni wirtualnej (np. na Padlecie).





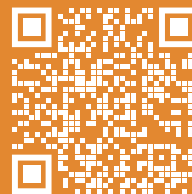
# Hakuna Matata! Przygoda na safari

Autorka: Anna Urbasik

Czas trwania zajęć	tempo realizacji zależy od pracy dzieci
Grupa docelowa	dzieci w wieku przedszkolnym oraz uczniowie klas I–III szkół podstawowych
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poprawienie motoryki dużej i umiejętności naśladownictwa</li> <li>• rozwinięcie umiejętności współdziałania</li> <li>• zapoznanie uczniów z pojęciem dobrostanu psychicznego</li> <li>• wskazanie czynników powodujących obniżenie dobrostanu psychicznego</li> <li>• uświadomienie uczniom, dlaczego ważne jest dbanie o własny dobrostan psychiczny</li> <li>• rozwinięcie umiejętności skupienia się na wykonywanym zadaniu</li> <li>• odprężenie fizyczne i psychiczne</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• karty z asanami (załączniki)</li> <li>• kostka do gry</li> <li>• piórka</li> <li>• kubeczki</li> <li>• muzyka relaksacyjna – odgłosy afrykańskie</li> <li>• tekst masażyku relaksacyjnego</li> <li>• laptop / tablet / tablica interaktywna</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Canva</a></li> <li>• <a href="#">LearningApps</a></li> <li>• <a href="#">Picker Wheel – Spin the Wheel to Decide a Random Choice</a></li> <li>• <a href="#">FREE Flashcard Maker – Online app to make printable flashcards in PDF</a></li> </ul>

Wprowadzenie do zajęć z jogi, załączniki oraz tutoriale dotyczące proponowanych narzędzi TIK:

[bit.ly/PrzygodaNaSafari](https://bit.ly/PrzygodaNaSafari)





# Przebieg zajęć

## Miłe powitanie na dzień dobry

Nauczyciel wita się z przedszkolakami/uczniami. Opowiada, że podczas zajęć ruchowych lub jogi wybiorą się na safari. Pyta dzieci, czy są na to gotowe – jeżeli tak, to mówi, że należy się odpowiednio przywitać. Najlepszym sposobem na to jest powiedzenie czegoś miłego do wszystkich, np. „Cieszę się, że was widzę”, „Dobrze jest się z wami bawić”, „Lubię was” itp. Zadaniem każdego dziecka jest miłe przywitanie się z grupą.

## Powitanie Słońca – asany na dobre rozpoczęcie dnia

To ćwiczenie składa się z serii powtarzanych ruchów, które rozpoczynają się i kończą w tej samej pozycji (asanie). Pomocne będą wydrukowane karty z asanami (załącznik 1).

W wersji online można skorzystać z dwóch propozycji:

- *Powitanie Słońca* – z piosenką w języku polskim ([bit.ly/3YDYRBE](http://bit.ly/3YDYRBE));
- *Sun salutation song* – z piosenką w języku angielskim ([bit.ly/3ZOo5KP](http://bit.ly/3ZOo5KP)).

## Przygoda na safari – rozwiązywanie zagadek

Nauczyciel czyta dzieciom zagadki dotyczące afrykańskich zwierząt. Zgłaszające się / wybrane dzieci podają ich rozwiązania. Po uzyskaniu poprawnej odpowiedzi nauczyciel pokazuje zdjęcie przedstawiające dane zwierzę (załącznik 2).

Drugim wariantem jest tworzenie flashcards przy użyciu narzędzia online. Jeżeli zdecydujemy się na tego rodzaju rozwiązywanie zagadek, warto skorzystać z narzędzia FREE Flashcard Maker – Online app to make printable flashcards in PDF.



### Zagadki

Jest dla małej mrówki wielki pod niebiosą.  
Dziwołąg, bo trąbę nosi zamiast nosa. [**słoń**]

W afrykańskich krajach żyje.  
Długie nogi ma i szyję. [**żyrafa**]

Małowany konik w paski.  
Jest zwierzęciem afrykańskim. [**zebra**]

Jakieś zwierzę w trawie sssyczy,  
 pewnie szuka tam zdobyczy.  
 Skóra pokryta łuskami  
 z ciekawymi jest wzorkami. [wąż]

Jest to kocur bardzo giętki,  
 nakrapiany, cały w cętki.  
 Umie biegać szybko tak,  
 że to jest najszybszy ssak. [gepard]

Wielki ptak, lecz nie lata wcale,  
 za to biega doskonale.  
 Mówią, że ze strachu,  
 chowa głowę w piachu. [struś]

## Safari joga

W trakcie ćwiczeń korzystamy z kart z pozycjami asan, ilustrującymi zwierzęta afrykańskie (załącznik 3). Możemy wydrukować je w formacie A4 lub mniejszym, łącząc kilka na jednej stronie. Karty możemy wykorzystać na wiele sposobów, np. losować po jednej i wykonywać przedstawioną asanę lub układać sekwencję z wybranych pozycji.

### Wskazówka

Przedszkolaki/uczniowie mogą wspólnie przygotować „eTwinningową jogę spokoju” (np. za pomocą aplikacji Canva). Nauczyciele biorący udział w projekcie moderują jeden dokument, w którym umieszczają zdjęcie zaproponowanej przez uczniów figury jogi. W wyniku wspólnej pracy z dziećmi powstają kolejne karty. Propozycje kart z asanami mogą być stanowić rezultat współpracy w ramach projektu eTwinning.

## Wirujące asany

„Wirujące asany” to plansza w kształcie koła (załącznik 4). W jego częściach znajdują się ilustracje pozycji jogi. Do koła można przypiąć pinezką spinacz, który będzie wskazówką wyznaczającą asanę do wykonania. Można także skorzystać z wersji online do stworzenia koła fortuny – Picker Wheel (tutorial w załączniku).

### Wskazówka

Tworząc „wirujące asany” podczas projektu eTwinning, można skorzystać z kart wypracowanych wraz z partnerami projektowymi.

## Roll joga – jogowa gra w kości

Ta zabawa łączy grę w kości i jogę. Polega na wykonywaniu asany przedstawionej na wylosowanym boku kości. Kostki można przygotować samodzielnie (do ścianek przypisujemy ilustracje z asanami – załącznik 5) lub skorzystać z tych dostępnych w sklepach (na nie również naklejamy pozycje jogi).

## Wskazówka

Tworząc grę „Roll joga” podczas projektu eTwinning, można skorzystać z opracowanych wraz z partnerami kart z asanami.

## Afrykańskie kalambury

Kalambury świetnie sprawdzą się przy utrwalaniu nazw praktykowanych asan. Do zabawy są potrzebne karty z figurami jogi – w trakcie zajęć prezentujemy wybranemu dziecku kartę i prosimy o wykonanie widocznej na niej pozycji. Pozostali uczestnicy gry starają się odgadnąć nazwę asany – gdy to się uda, mogą wspólnie ją wykonać.

## Joga memory

Zasady są takie same jak w grze memory – należy wyszukać pary wśród kartoników skierowanych obrazkami w dół (odstnianych po dwa). W tej wersji wykorzystywane są ilustracje pozycji jogi – gdy dzieci odnajdą parę, wykonują wspólnie figurę przedstawioną na kartach. Zabawa ćwiczy uważność, wzmacnia koncentrację i pamięć. W wersji online karty do gry „Joga memory” możemy wykonać korzystając z aplikacji LearningApps.

## Afrykański masażyk

Przed rozpoczęciem masażyku warto przećwiczyć z dziećmi kreślenie w powietrzu elementów, które będą rysowane na plecach kolegi/koleżanki. Dzieci łączą się w pary i siadają w kole – w każdej parze jedno dziecko siedzi przed drugim. Nauczyciel czyta wierszyk, na podstawie którego wykonywany jest masażyk. Po zakończeniu następuje zamiana ról między uczestnikami ćwiczenia.

## Wierszyk

Afrykańskie słońce mocno w plecy piecze [rysowanie koła]  
 Nasz dżip po pustynnym piasku wolno jedzie [rysowanie dwóch małych kół]  
 Wtem widzimy słonia, który wolno człapie [naśladowanie palcami chodu słonia]  
 Przy palmie siedzi małpa, po głowie się drapie [drapanie]  
 A ja przytulam się mocno do mojego taty [gest objęcia partnera]  
 Bo właśnie biegną do nas ogromne żyrafy [delikatne uderzanie pięściami]  
 Wtem burza piaskowa niebo przesłoniła [rysowanie chmur]  
 Cała nasza grupa w namiocie się skryła. [rysowanie trójkąta]

Źródło: Sówkowe Zacisze ([sowkovezacisze.blogspot.com](http://sowkovezacisze.blogspot.com))

## Masaż afrykańskiego jeżozwierza

W tym ćwiczeniu dzieci mogą wykorzystać własne dłonie bądź wałki (masażery) do stóp. W wersji z dłonią chwytają jedną stopę w obie dłonie i kciukami masują całą podeszwę, następnie łąpią za każdy palec z osobna i „wyciągają” palce. To samo robią z drugą stopą.

W wersji z masażerami/wałkami do stóp dzieci mogą masować stopy indywidualne lub w parach.

## Strusie pióra – piórko w kubeczku

Do ćwiczenia potrzebne jest piórko i pojemnik (kubek, szklanka itp.). Piórko umieszczamy w pojemniku i bierzemy powolny wdech nosem. Podczas wydechu ustami kierujemy delikatnie strumień powietrza na piórko w taki sposób, by zaczęło się poruszać, ale nie wypadło z pojemnika.

## Koło przyjaźni (ćwiczenie oddechowe)

Dzieci siadają lub kładą się na brzuchu w okręgu. Nauczyciel rozsypuje na środku kolorowe piórka, a zadaniem dzieci jest dmuchanie w taki sposób, by jak najwięcej piór znajdowało się w powietrzu.

## Afrykańskie mandale

Dzieciom proponujemy kolorowanie lub wykonanie mandali (załącznik 6). Tego rodzaju zabawa pomoże im się zrelaksować i wyciszyć, a także wyrazić poprzez sztukę. Mandale można również wykonać z materiału przyrodniczego (patyki, kamyki, szyszki, piórka itp.).

### Wskazówka

Podczas projektu eTwinning we współpracy z partnerami możemy stworzyć wirtualną galerię mandali wykonanych przez dzieci.



A central graphic consisting of two overlapping circles. The inner circle is a solid orange color, and the outer circle is a solid dark blue color. The text "Edukacja wczesnoszkolna" is centered within the orange circle. Above and below the circles are decorative elements: a thick dark blue vertical line with three thin orange lines to its right, and a thick dark blue vertical line with three thin orange lines to its left.

Edukacja  
wczesnoszkolna



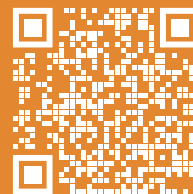


# Na ścieżce do współpracy

Autorka: Edyta Karwowska

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas I–III szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwracanie uwagi na własne emocje, potrzeby</li> <li>• wprowadzenie atmosfery życzliwości i promowanie wzajemnego wsparcia</li> <li>• integracja grupy, poznanie się</li> <li>• rozwijanie umiejętności komunikacyjnych</li> <li>• doskonalenie umiejętności planowania i współpracy</li> <li>• rozwijanie kreatywności, umiejętności interpretacji tekstu</li> <li>• wykorzystywanie na lekcji narzędzi TIK</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• karta pracy „A gdyby...”</li> <li>• karta pracy „Różowe okulary”</li> <li>• laptop / tablet / tablica interaktywna</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">YouTube</a></li> <li>• <a href="#">Canva</a></li> <li>• <a href="#">LearningApps</a></li> <li>• <a href="#">MakeBeliefsComix</a></li> </ul>

Karty pracy oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK (załączniki):  
[bit.ly/nasciezce](https://bit.ly/nasciezce)





# Przebieg zajęć

## Zadanie 1: Mam na imię

Ćwiczenie rozwija umiejętności komunikacji niewerbalnej i współpracy w grupie oraz ułatwia zapamiętanie imion uczestniczących w nim osób.

Nauczyciel prosi, by uczniowie ustawili się w jednej linii w kolejności alfabetycznej, biorąc pod uwagę pierwszą literę swojego imienia. Nie wolno używać słów ani dźwięków. Można komunikować się tylko za pomocą gestów, mimiki i znaków. Po prawidłowym ustawieniu się uczniów nauczyciel może zapytać, jak czuli się podczas wykonywania zadania, jakie napotkali trudności i jak je przezwyciężyli.

## Zadanie 2: W grupie siła

Ćwiczenie rozwija umiejętności współpracy w grupie, wzmacnia więzi między uczestnikami, a także promuje wzajemne wsparcie i integrację poprzez zabawę oraz kontakt fizyczny.

Nauczyciel woła: „Ogień!”, a uczniowie zaczynają biegać swobodnie po sali w różnych kierunkach, powtarzając trzykrotnie „Pali się!”.

### **Tworzenie grup**

Nauczyciel woła: „Łączcie się w trójki, bo w grupie siła!”. Uczniowie dobierają się w trójki. Zabawa jest powtarzana, ale tym razem uczestnicy łączą się w grupy cztero-, a następnie sześciuosobowe. Prowadzący może dostosować wielkość zespołów do liczebności całej klasy.

### **Ćwiczenie grupowe**

Kiedy uczniowie są dobrani w sześciuosobowe grupy, nauczyciel prosi, by stanęli blisko siebie i odwrócili się w prawo, tak aby mieć przed sobą plecy innej osoby. W tej pozycji wykonują masaż (np. pleców lub ramion) osobie stojącej przed nimi. Po pewnym czasie na komendę nauczyciela następuje zmiana – uczniowie odwracają się w drugą stronę i odwziewają się masażem osobie stojącej przed nimi.

Po zakończeniu tego zadania nauczyciel prosi, by uczniowie położyli ręce na ramionach osób przed nimi, a następnie usiedli na kolanach osoby z tyłu, tworząc żywy łańcuch. Prowadzący może zakończyć ćwiczenie krótką rozmową o odczuciach i wrażeniach uczestników zabawy oraz wskazać, jak ważna jest współpraca w grupie i wzajemne wsparcie.

## Zadanie 3: „A gdyby...”

Celem zabawy jest rozwijanie umiejętności komunikacyjnych (m.in. w zakresie zadawania pytań), wzmacnianie więzi między uczestnikami oraz lepsze poznanie się członków grupy w przyjemnej i życzliwej atmosferze.

Uczniowie są rozproszeni po sali. Nauczyciel rozdaje każdemu z nich jedną kartę z pytaniem (karta: „A gdyby...” – załącznik 1).

Uczniowie podchodzą do wybranej osoby, której zadają pytanie ze swojej karty. Po udzieleniu odpowiedzi role się zmieniają – pytanie zadają osoby, które odpowiadały jako pierwsze. Następnie uczestnicy zamieniają się kartami i szukają następnych partnerów do pytania. Kiedy w trakcie kolejnych rund uczeń usłyszy pytanie, które ktoś już mu wcześniej zadał, odchodzi na bok i siada, nie zadając już kolejnych. Gra trwa do momentu, aż na środku sali pozostaną tylko dwie osoby. Prowadzący może podsumować zabawę krótką rozmową na temat wrażeń uczniów oraz tego, czego dowiedzieli się o swoich kolegach i koleżankach. Możliwe jest też wprowadzenie dodatkowych urozmaień gry, np. zakazu powtarzania odpowiedzi. Dołączenie nauczyciela do zabawy pozwoli w jeszcze większym stopniu zintegrować grupę.

Po zakończeniu pierwszej części gry, kiedy wszyscy uczniowie siedzą, prowadzący rozdaje im puste kartki, prosząc, by sami wymyślili i napisali zakończenia zdań zaczynających się od słów: „A gdyby...”. Mogą to być dowolne pytania, np. „A gdybyś mógł być superbohaterem, jaką miałbyś moc?”. Uczniowie mogą wymyślić kilka różnych propozycji i zapisać je na swoich kartach.

W miarę możliwości czasowych nauczyciel może zorganizować lekcję z komputerem, podczas której uczniowie w programie MakeBeliefsComix stworzą karty z pytaniami, dodając do nich rysunki, tło (tutorial w załączeniu). Uczniowie mogą ponownie wziąć udział w zabawie, wykorzystując własne pytania.

## Zadanie 4: „Nawet jeśli...”

Przekształcanie negatywnych scenariuszy („Co, jeśli...”) w pozytywne („Nawet jeśli...”) pomaga uczniom rozwijać optymistyczne podejście do życia i umiejętność radzenia sobie z trudnościami.

Nauczyciel rozdaje karty pracy („Patrząc na świat przez różowe okulary” – załącznik 2) zawierające cytaty z książki *Pan Kuleczka* Wojciecha Wiłłaka. Uczniowie zapoznają się z tekstem. Nauczyciel inicjuje dyskusję, zachęcając do dzielenia się przemyśleniami na temat jego znaczenia. Uczniowie dobierają się w pary – każda wymyśla sytuację, którą można opisać słowami „A co, jeśli...”, a następnie przekształca je w zdania zaczynające się od wyrażenia „Nawet jeśli...”.

### Tworzenie komiksów (opcjonalnie)

Jeśli jest na to czas, nauczyciel może zorganizować lekcję komputerową. Dzięki aplikacji MakeBeliefsComix uczniowie tworzą komiksy, w których używają zdań zaczynających się od wyrażenia „A co, jeśli...” oraz „Nawet jeśli...” (przykład: „Co, jeśli będzie padał deszcz podczas naszej wycieczki?” – „Nawet jeśli będzie padał deszcz, będziemy świetnie się bawić skacząc przez kałuże”). Po wykonaniu ćwiczenia osoba prowadząca może poprosić kilka par o przedstawienie swoich sytuacji i komiksów na forum klasy.

### Podsumowanie lekcji

Uczniowie dokonują ewaluacji zajęć, odpowiadając na pytania:

- Jak się dziś czuliście na zajęciach?
- Co najbardziej wam się podobało?
- Co chcielibyście zmienić na lekcji?



# Tajemniczy skarb jesieni

## Gra terenowa

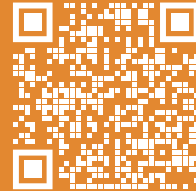
Autorka: Paulina Kurowska-Loryńska

Czas trwania zajęć	135 min
Grupa docelowa	uczniowie klas II i III szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie umiejętności dbania o dobre samopoczucie, wspieranie dobrostanu uczniów</li> <li>• dbanie o dobre relacje w klasie, integracja zespołu klasowego</li> <li>• rozwijanie umiejętności logicznego myślenia i rozwiązywania problemów</li> <li>• kształtowanie umiejętności współdziałania oraz pracy zespołowej</li> <li>• rozwijanie zainteresowań przyrodniczych i budowanie postaw proekologicznych</li> <li>• rozwijanie zdolności matematycznych, komunikacyjnych, językowych i informatycznych</li> <li>• zachęcanie uczniów do samodzielnego odkrywania, badania i eksplorowania otaczającego świata</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mapy (wydruk) z informacją/zdjęciem na temat miejsca ukrycia skarbu (po jednej dla każdej drużyny). Mapy są podzielone na 10 fragmentów (załącznik)</li> <li>• po dziesięć kopert w czterech kolorach: czerwonym, zielonym, żółtym, niebieskim (można je zrobić samodzielnie, składając kolorowe kartki). W każdej z nich umieszczone są kolejne części mapy; koperty powinny być schowane w różnych miejscach szkolnego podwórka lub w szkole, wraz z numerami stacji i QR kodami do poszczególnych zadań (w kolorze danego zespołu)</li> <li>• cztery pudełka lub skrzynie ze skarbem dla każdej drużyny – ukryte w różnych miejscach na podwórku szkolnym lub w szkole</li> <li>• drobne jesienne skarby do umieszczenia w skrzyniach (np. kasztany, zapałki, wykałaczki, patyki do szaszłyków, plastelina) i po jednej literze wyrazu czteroliterowego (np. KINO lub LODY), który będzie symbolem klasowej nagrody</li> </ul>

Proponowane  
narzędzia TIK

- załączniki do gry (wydruk): numery stacji, obrazki, rebus (w załącznikach), kody QR wygenerowane z gry ActionBound
- materiały potrzebne do wykonania zadań: markery, arkusze papieru, kredki, flamastry
- tablety lub telefony z dostępem do internetu i z zainstalowaną aplikacją ActionBound – po jednym dla każdej drużyny
- **ActionBound** – gra „Tajemniczy skarb jesieni” (przed skorzystaniem z odnośnika, trzeba się zalogować na swoim koncie w ActionBound)

Załączniki oraz tutoriale dotyczące  
wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/tajemniczyskarb](https://bit.ly/tajemniczyskarb)



# Przebieg zajęć

Gra terenowa umożliwi zwiększenie dobrostanu uczniów i uczennic dzięki aktywnemu spędzaniu czasu na świeżym powietrzu, nauce poprzez zabawę oraz integracji zespołu klasowego.

## Etapy gry

### 1. Podział na drużyny

- przydzielenie dzieci do czterech zespołów – każdy uczeń losuje symbol w wybranym kolorze (symbole w załączniku);
- drużyny wymyślają swoje nazwy, które wpisują w aplikacji ActionBound.

### 2. Wprowadzenie

- przeczytanie dzieciom listu od Profesora Zagadkowskiego (w załączniku);
- wyjaśnienie im celu gry (odnalezienie fragmentów mapy, rozwiązanie wszystkich zadań, dotarcie do tajemniczego jesiennego skarbu i zdobycie jak największej liczby punktów).

### 3. Instrukcje dla drużyn

- każda drużyna zaczyna od zeskanowania kodu QR w dowolnej stacji (numery stacji w załącznikach, kody do pobrania z aplikacji ActionBound) – kody rozmieszcza nauczyciel przed grą;
- na każdej stacji drużyny muszą rozwiązać zagadki i zdobyć fragmenty mapy;
- po zebraniu wszystkich części drużyny składają mapę i odnajdują miejsce ukrycia skarbu.

### 4. Zakończenie gry

Gdy drużyny zdobędą wszystkie fragmenty map, składają je razem, aby odnaleźć miejsce ukrycia skarbu. Następnie wspólnie składają hasło z odnalezionych w skrzyniach literek i odgadują, jaką nagrodę dla całej klasy symbolizuje rozwiązanie – może być to wyjście do kina, na lody, do teatru, na kręgle, do lasu.

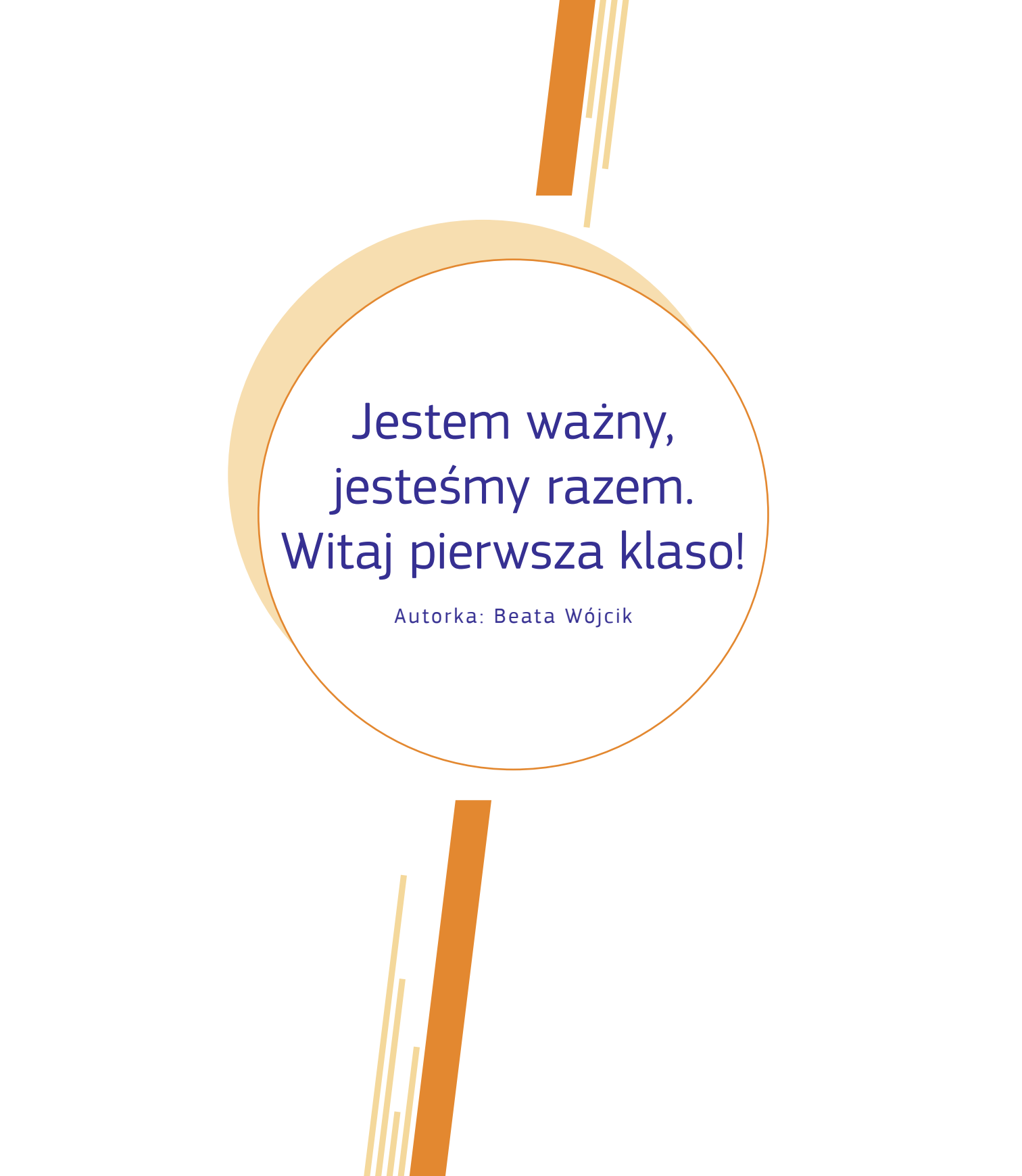
### 5. Podsumowanie

Po odkryciu skarbu i rozwiązaniu ostatniej zagadki z nagrodą dla klasy uczniowie otrzymują Certyfikaty od Profesora Zagadkowskiego (załącznik).

## Dodatkowe wyzwanie klasowe

Z odnalezionych skarbów uczniowie wspólnie budują jak najwyższą wieżę.



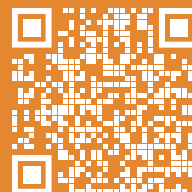


Jestem ważny,  
jesteśmy razem.  
Witaj pierwsza klaso!

Autorka: Beata Wójcik

Czas trwania zajęć	każde z proponowanych zajęć trwa od kilku do kilkudziesięciu minut (poszczególne aktywności można rozłożyć w czasie i realizować na kolejnych zajęciach lub na jednej lekcji)
Grupa docelowa	uczniowie I klasy szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wzajemne poznanie się uczniów</li> <li>• uświadomienie uczniom ich wyjątkowości</li> <li>• kształtowanie umiejętności nawiązywania i utrzymywania pozytywnych relacji z rówieśnikami</li> <li>• rozwijanie umiejętności wyrażania emocji</li> <li>• budowanie u uczniów poczucia własnej wartości i pewności siebie</li> <li>• tworzenie atmosfery wzajemnego zaufania i akceptacji</li> <li>• zmniejszanie lęku związanego z rozpoczęciem nauki w szkole</li> <li>• zwiększanie poczucia bezpieczeństwa i przynależności do grupy</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• piłka lub piłeczka antystresowa</li> <li>• kolorowanki – drzewa (do wydruku, załącznik)</li> <li>• wydrukowany plakat drzewa (dowolna wielkość, załączniki do wydruku)</li> <li>• kartki do notatek w różnych kolorach, kredki, flamastry, klej</li> <li>• arkusze papieru A4</li> <li>• tablica interaktywna lub laptop</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BlockPosters</b></li> <li>• <b>AvatarMaker</b></li> <li>• <b>Jigsaw Planet</b></li> <li>• <b>Emoji-Maker</b></li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK  
[bit.ly/jestemwazny](https://bit.ly/jestemwazny)





## Przebieg zajęć

Nauczyciel wita uczniów i zaprasza ich do wspólnej zabawy.

### „Poznajemy się”

Uczniowie stają lub siadają w kręgu. Nauczyciel rozpoczyna zabawę – trzyma piłkę, wypowiada swoje imię i opowiada coś o sobie (np. „Mam na imię Beata i lubię rysować”). Następnie rzuca piłkę do ucznia, który przedstawia się w podobny sposób. Gra trwa do momentu, aż wszyscy obecni się wypowiedzą.

### Klasowe „Drzewo Super Mocy”

Nauczyciel zaprasza wszystkich uczniów do kręgu. Na podłodze rozkłada kartki, na których znajdują się fragmenty drzewa. Mówi, że kolejne zadanie rozpoczną od ułożenia puzzli (wykorzystujemy rysunek drzewa, który możemy dowolnie powiększyć w aplikacji BlockPosters – gotowe drzewo w załączniku). Uczniowie odkrywają kartki z częściami drzewa i układają z nich całość. Następnie nauczyciel do rysunku dokłada podpis – „Nasze Super Moce”. Prosi jedno z dzieci, by przeczytało to hasło i omawia je z klasą.

Każdy uczeń otrzymuje kolorową kartkę oraz kredki lub flamastry. Zadaniem jest narysowanie symbolu lub małego obrazka, który przedstawia ich super moc (może to być ulubiony przedmiot, zwierzę, hobby, zajęcie). Po kilku minutach uczniowie krótko opowiadają, dlaczego wybrali właśnie ten rysunek. Po prezentacji kartki są przypinane na wyeksponowanym w klasie drzewie.

Nauczyciel uświadamia uczniom, że każdy z ich ma unikalne zdolności i jest wyjątkowy.

### Wycieczka „Poznajemy szkołę”

Nauczyciel zabiera dzieci na wycieczkę po szkole. Pokazuje im najważniejsze miejsca – w tym bibliotekę, salę gimnastyczną, stołówkę, toalety, sekretariat. Uświadamia, że szkoła to także ich miejsce, w którym mają się dobrze czuć i w którym każdy dorosły zadba o ich dobro.

W trakcie spaceru dzieci mogą zadawać pytania nauczycielowi i innym pracownikom szkoły, aby dowiedzieć się, gdzie co się znajduje. Ponadto mają okazję opowiedzieć, w których miejscach ich super moce będą mogły się ujawnić, a także dzielić się wrażeniami (opcjonalnie: mogą wykonać rysunki miejsc, które najbardziej im się spodobały).

### Tworzenie Awatarów – „Mój wirtualny Ja”

Uczniowie korzystają z tabletów lub z komputerów w pracowni informatycznej. Włączają aplikację do tworzenia awatarów (np. AvatarMaker – proste i intuicyjne w obsłudze narzędzie, które nie wymaga logowania) i przygotowują wizerunki, które najlepiej ich reprezentują. Po zakończeniu pracy pokazują swoje awatary na ekranie i opowiadają o nich. Nauczyciel gromadzi rysunki (na pendrive) – później może je wydrukować i przypiąć na Drzewie Super Mocy.

## Podsumowanie zajęć: „Klasowe puzzle”

W trakcie wcześniejszych zajęć nauczyciel robi zdjęcie swojej klasy. Z niego przygotowuje puzzle w aplikacji Jigsaw Planet – uczniowie nie wiedzą, co przedstawia obrazek, wspólnie układają całość na tablicy. Wraz z nauczycielem omawiają zajęcia, dzielą się swoimi spostrzeżeniami, emocjami i nowymi doświadczeniami.

Opcjonalnie zamiast puzzli uczniowie przygotowują emotikonki, poprzez które wyrażają swoje uczucia i przekazują wrażenia po pierwszych dniach w szkole. Do tego celu można wykorzystać aplikację Emoji Maker – program prosty w obsłudze, niewymagający logowania. Wygenerowane emotki będą miłym przypomnieniem pierwszych dni w szkole.

### Uwaga końcowa

Pamiętajmy, że budowanie dobrostanu to proces, który wymaga czasu i konsekwencji. Zadania i projekty realizowane wspólnie przez uczniów sprawiają, że chętniej spędzają ze sobą czas, uczą się współpracy w zespole, a jednocześnie poprawiają swoje samopoczucie.



A central graphic consisting of two overlapping circles. The inner circle is a solid orange color, and the outer circle is a solid dark blue color. The text "Szkoła podstawowa" is centered within the orange circle. Above and below the circles are decorative elements: a dark blue vertical bar with three thin orange lines to its right, and a dark blue vertical bar with three thin orange lines to its left.

Szkoła  
podstawowa

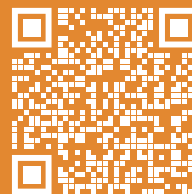


# Jesteśmy jednym zespołem

Autorka: Agnieszka Ogiełto

Czas trwania zajęć	90 min (lub 45 min, jeżeli dzieci zapoznają się z materiałem przygotowanym w Genially w domu – wprowadzenie modelu lekcji odwróconej)
Grupa docelowa	uczniowie klas IV–VIII szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zapoznanie z zasadami prowadzenia dyskusji</li> <li>• kształtowanie kompetencji interpersonalnych i umiejętności pracy zespołowej</li> <li>• rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów oraz krytycznego myślenia</li> <li>• zachęcanie do samodzielnego odkrywania i eksploracji, a tym samym do zdobywania kompetencji badawczych</li> <li>• nauka umiejętności argumentowania i dyskusowania</li> <li>• integracja zespołu klasowego</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfony lub tablety z dostępem do internetu</li> <li>• karty pracy (do pobrania z załączników)</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gra w <b>Blooket</b></li> <li>• prezentacja na temat bezpieczeństwa w sieci w <b>Genially</b></li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/jestesmy\\_razem](https://bit.ly/jestesmy_razem)







## Przebieg zajęć

### Wprowadzenie (5 min)

Nauczyciel przedstawia plan i cel lekcji (opcjonalnie: dzieci samodzielnie zapoznają się z prezentacją na temat bezpieczeństwa w sieci, przygotowaną w Genially na podstawie materiałów ze strony OSEhero). Zadaniem uczniów jest współdziałanie w celu odkrycia osoby, która posiada istotne informacje.

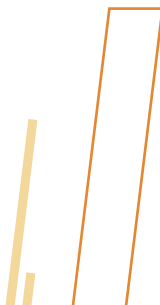
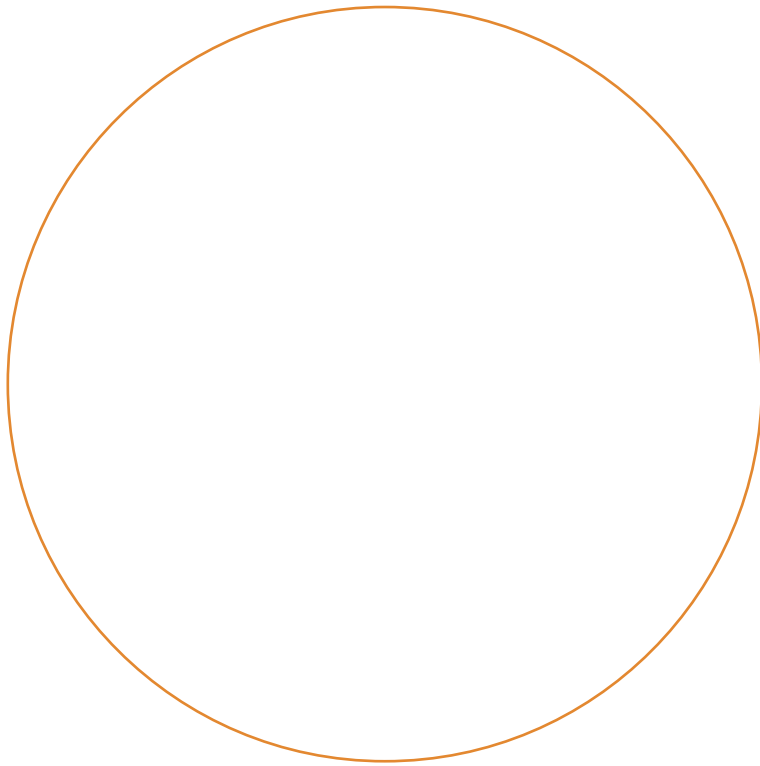
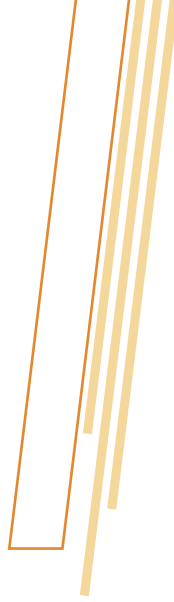
### Wykonywanie zadań (35 min)

- Uczniowie wspólnie grają w Blooket. Ustalamy cel (np. 30 tys. pkt.), po którego osiągnięciu dowiadują się, na czym polega kolejne zadanie.
- Dzieci otrzymują listę podejrzanych, którzy mogą posiadać tajemniczą wiadomość. Koperty z ich imionami można też rozwiesić w klasie. Uczniowie zostają podzieleni na zespoły. Ćwiczenie ma dwa warianty:
  - a) Każdy zespół rozwiązuje wszystkie zadania i wskazuje osobę podejrzaną. Przed otwarciem wytypowanej koperty uczniowie sprawdzają, czy wszystkie zespoły wskazały tę samą osobę. Jeżeli nie, prowadzą dyskusję, podają swoje argumenty, sprawdzają zadania;
  - b) Każdy zespół dostaje inne zadanie.

Zadania można rozmieścić w różnych miejscach w klasie lub szkole.

### Podsumowanie i refleksja (5 min)

Wspólne odczytanie wiadomości, dyskusja na wybrany temat, umieszczenie listu i drogowskazów w widocznych miejscach.





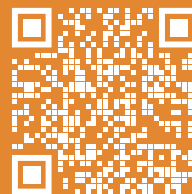
# Co jest za tymi drzwiami?

Autorka: Marlena Kowalska

Czas trwania zajęć	90 min
Grupa docelowa	uczniowie klas V–VIII szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• integracja zespołu klasowego</li> <li>• rozpoznawanie wartości i uczuć ważnych dla młodego człowieka</li> <li>• kształcenie kompetencji społecznych i emocjonalnych</li> <li>• rozwijanie kreatywności i umiejętności krytycznego myślenia</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kolorowe arkusze papieru A3 (dla każdej grupy)</li> <li>• zdjęcia drzwi (wydruk)</li> <li>• zdjęcia przestrzeni (wydruk) włożone do kopert</li> <li>• wlepki do lapbooka (wydruk)</li> <li>• zakodowane klucze i kod do szyfru (wydruk)</li> <li>• instrukcje zadań do poszczególnych stacji zadaniowych</li> <li>• kredki, flamastry, nożyczki, klej, markery, zszywacz</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Pixabay</a></li> <li>• <a href="#">Canva</a></li> <li>• <a href="#">Copilot</a></li> <li>• <a href="#">Homeschool share</a></li> <li>• <a href="#">Wakelet</a></li> <li>• <a href="#">Dafont</a></li> <li>• <a href="#">Remixer Visualthinkery</a></li> <li>• <a href="#">Tricider</a></li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:

**Wakelet – załączniki do zadań**





# Przebieg zajęć

## Przygotowanie

- Uczniowie pracują metodą stacji zadaniowych w 4–5-osobowych grupach. Efektem ich działań mają być wspólne lapbooki.
- Przed zajęciami nauczyciel przygotowuje przestrzeń, ustawiając ławki w klasie w taki sposób, by tworzyły „wyspy”, przy których będą pracowały cztery grupy uczniów.
- Na stolikach-wyspach w odpowiedniej kolejności ułożone są instrukcje dla uczniów oraz materiały umożliwiające wykonanie poszczególnych zadań; uczniowie mogą poruszać się wokół „wyspy”.
- W różnych miejscach w klasie nauczyciel rozmieszcza wydrukowane klucze oraz kod do rozszyfrowania zawartych w nich wskazówek.

## Wprowadzenie

- Nauczyciel wyjaśnia cel wyzwania.
- Uczniowie zostają losowo przydzieleni do grup. Każda z nich zajmuje swoją „wyspę”, a następnie wymyśla dla siebie nazwę – będzie się nią posługiwała, opisując lapbook.
- Nauczyciel opisuje, na czym będą polegały zajęcia. Prosi uczniów o wybór lidera grupy, który będzie koordynował jej działania, oraz o przemyślany podział ról w zespole. Ponadto zwraca uwagę na dokładne czytanie poleceń oraz kreatywne i indywidualne podejście do tworzenia lapbooka (każda grupa to inne osobowości, zatem lapbooki, choć będą zawierały podobne treści, będą się różniły). Informuje o czasie przewidzianym na działanie.

## Realizacja zadań

- Uczniowie rozwiązują zadania, a jednocześnie tworzą swoje lapbooki.
- Każda grupa wykonuje oddzielnie te same zadania, ale wykorzystuje inne grafiki – w efekcie powstanie tyle lapbooków, ile jest zespołów.

Wszystkie materiały do działań w grupach zostały zamieszczone w kolekcji Wakelet.

### Zadania – stacja 1

- a) Zastanówcie się, co jest za tymi drzwiami? (grafika drzwi)
- b) Pomyślcie, jak się czujecie, stojąc przed nimi?
- c) Uzupełnijcie swoimi skojarzeniami i emocjami wlepkę 1 we wspólnym lapbooku – jeśli macie więcej pomysłów, skopiujcie ją.

W wersji online użyjcie narzędzia do głosowania (np. Tricider).

## Zadania – stacja 2

- a) Drzwi zamknięte, więc może uda się coś zobaczyć przez okno... (grafika z oknem)
- b) Cóż to za przestrzeń? O czym myślicie, patrząc przez okno? Jakie ważne dla człowieka wartości kojarzycie z tym widokiem?
- c) Uzupełnijcie wklejkę skojarzeń, którą dodajcie do waszego lapbooka (wlepka 2).

W wersji online użycie szablonów Canva.

## Zadania – stacja 3

- a) Czas poszukać klucza – rozejrzyjcie się po klasie... (wlepka klucz).
- b) Jeśli już znaleźliście klucz, rozkodujcie napis, jaki się na nim znajduje... (font).
- c) Czy na pewno macie klucz do swoich drzwi? Czy obrazek za oknem pasuje do napisu?
- d) Jeśli jesteście przekonani, że jest to klucz do waszych drzwi, wklejcie go do lapbooka.
- e) Poszukajcie w sąsiednich grupach obrazków, które będą pasowały do waszego świata zza drzwi – dodajcie znalezione grafiki do lapbooka (grafiki przestrzeni).
- f) Jak wam się podoba przestrzeń, którą odkryliście? Jakie byłyby wasze odczucia po znalezieniu się w takim miejscu? Uzupełnijcie wlepkę 3 i dodajcie ją do lapbooka:
  - jeśli macie więcej pomysłów, skopiujcie wlepkę;
  - jeśli napis nie łączy się z obrazkiem za oknem, poszukajcie innego klucza – wymieńcie się informacjami z pozostałymi grupami. Kiedy odnajdziecie właściwy klucz, postępujcie zgodnie z poleceniami d–f.

W wersji online pomocna będzie kolekcja Wakelet z szablonem kolumn.

## Zadania – stacja 4

- a) Teraz przyjrzyjcie się postaci, która znajduje się na jednym z odnalezionych i wklejonych do lapbooka obrazków. Co możecie o niej powiedzieć? Jak myślicie, co czuje bohater? (grafika „O czym myślisz?”).
- b) Uzupełnijcie dymki, używając czasowników w pierwszej osobie („ja” i wklejcie grafikę do lapbooka).

## Zakończenie – dla wszystkich grup

Uczniowie wyrażają swoje odczucia po wspólnym działaniu. Zaznaczają je na tarczy – im bliżej centrum znajduje się lotka, tym bardziej są zadowoleni. Tarczę emocji z lotkami dodaje się do lapbooka. W wersji online można wykorzystać wskaźnik emocji ze strony Remixer.

Kiedy wszystkie lapbooki są kompletne, przygotowujemy wystawę prac. Staje się ona tłem do kolejnej części zajęć, podczas której będzie można dokonać analizy lapbooków i podjąć dyskusję na temat odczuć uczniów, wartości, które liczą się w ich życiu, a także posiadanych przez nich kompetencji i takich, nad jakimi powinni jeszcze pracować.



# Europejskie podchody

Autorka: Malwina Kordus

Czas trwania zajęć	45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas IV–VIII szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwiększanie wiedzy o wybranych krajach europejskich – ich stolicach, flagach, językach, związanych z nimi ciekawostkach</li> <li>• integracja zespołu klasowego</li> <li>• rozwijanie umiejętności interpersonalnych</li> <li>• rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów</li> <li>• poszerzanie wyobraźni i kreatywności</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfony lub tablety z czytnikiem kodów QR</li> <li>• dostęp do internetu</li> <li>• kartka A4</li> <li>• długopis</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Classroomscreen</b> (podział na drużyny, generator kodów QR)</li> <li>• <b>EduGames</b> (sekretny kod, krzyżówka)</li> <li>• <b>Museum of Science – Mirror writing</b> (tekst w odbiciu lustrzanym)</li> <li>• <b>Canva</b> (paszport, plakat)</li> <li>• <b>LearningApps.org</b> (zadania ukryte pod kodami QR)</li> </ul>

Karty pracy oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK (załączniki):

[bit.ly/Europejskiepodchody](https://bit.ly/Europejskiepodchody)







# Przebieg zajęć

## Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel drukuje kody QR i umieszcza je w różnych miejscach w szkole, na boisku szkolnym, w parku. Przygotowuje również zadania (załącznik), które rozda uczniom:

- Zadanie 2 (kartki z flagami i nazwami państw);
- Zadanie 4 (krzyżówki);
- Zadanie 5 (puzzle);
- Zadanie 8 (zaszyfrowane wiadomości);
- Zadanie 10 (plakaty).

## Wprowadzenie

Uczniowie otrzymują zaproszenie na „Europejskie Podchody” z okazji Europejskiego Dnia Języków. Dzięki wypełnionej ciekawostkami grze wybiorą się w fascynującą podróż po Starym Kontynencie! Zanim jednak wyruszą z klasy, nauczyciel dzieli ich na 3–4-osobowe drużyny za pomocą Classroomscreen. Każda z drużyn otrzymuje Europejski Paszport i wpisuje do niego swoją nazwę nawiązującą do Europejskiego Dnia Języków (np. Poligloci). Celem podchodów jest odnalezienie i wykonanie ukrytych dziesięciu zadań w postaci kodów QR. Uczniowie zgłaszają nauczycielowi zaliczenie wyzwania, by otrzymać wpis/pieczętkę. Każda grupa powinna posiadać kartkę A4, długopis i przynajmniej jeden smartfon z czytnikiem kodów QR.

## Zadania

### Zadanie 1

Uczniowie skanują kod QR, który prowadzi ich do zadania online polegającego na dopasowaniu stolic do odpowiednich krajów.

### Zadanie 2

Uczniowie skanują kod QR – treść ukrytego pod nim zadania brzmi: „Udaj się do swojego nauczyciela. Podaj hasło: FLAGI. Wykonaj zadanie”. Nauczyciel pokazuje wcześniej przygotowane flagi i nazwy państw, które uczniowie mają poprawnie dopasować.

### Zadanie 3

Uczniowie skanują kod QR. Czekają tam na nich link do zadania polegającego na przypisaniu nazwy państwa do jego konturu na mapie.

### Zadanie 4

Uczniowie skanują kod QR. Otrzymują wiadomość: „Zadanie nr 4 czeka u Twojego nauczyciela. Rozwiąż zadanie i otrzymaj kolejny podpis w Europejskim Paszporcie”. Nauczyciel wręcza uczniom krzyżówkę.

**Zadanie 5**

Uczniowie skanują kod QR i odczytują wiadomość: „Zadanie 5 jest u Twojego nauczyciela”. Od niego otrzymują puzzle, które muszą ułożyć.

**Zadanie 6**

Uczniowie skanują kod QR, który prowadzi ich do zadania online. Polega ono na rozpoznawaniu, z jakiego języka pochodzą słowa, których używamy na co dzień (zapożyczenia).

**Zadanie 7**

Uczniowie skanują kod QR, który prowadzi ich do zadania online – gry „Milionerzy”.

**Zadanie 8**

Uczniowie skanują kod QR i odczytują wiadomość: „Zadanie 8 jest u Twojego nauczyciela. Rozwiąż je i otrzymaj kolejny podpis w Europejskim Paszporcie”. Zadanie polega na odszyfrowaniu pytania i udzieleniu na nie odpowiedzi („26 września”).

**Zadanie 9**

Uczniowie skanują kod QR i odkrywają zadanie napisane w lustrzanym odbiciu.

**Zadanie 10**

Uczniowie skanują kod QR – tym razem ich celem jest wymyślenie hasła zachęcającego do nauki języków obcych. Mogą je zapisać na dołączonym do zadania plakacie.

## Podsumowanie zajęć

Nauczyciel zawiesza na tablicy plakaty uczniów.

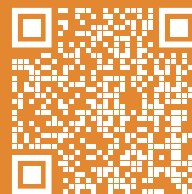


# Skrzydła bioróżnorodności

Autor: Tomasz Ordza

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas IV–VIII szkoły podstawowej
Cele	<ul style="list-style-type: none"><li>• zwiększanie dobrostanu uczniów</li><li>• rozwijanie wiedzy na temat bioróżnorodności</li><li>• ćwiczenie wyrażania indywidualnych doświadczeń i emocji, co pomoże uczniom lepiej się zintegrować i zrozumieć</li><li>• zacieśnianie więzi między uczniami oraz nauczycielami, wprowadzenie elementu współpracy i współtworzenia na lekcjach</li><li>• rozwijanie wyobraźni i kreatywności</li></ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"><li>• smartfony lub tablety z zainstalowaną aplikacją BirdNET</li><li>• kartki A4</li><li>• flamastry lub kredki</li><li>• nożyczki</li></ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"><li>• BirdNET (do pobrania z Google Play lub App Store)</li></ul>

Karty pracy oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/skrzydla\\_bio](https://bit.ly/skrzydla_bio)



# Przebieg zajęć

## Część I: Tworzenie skrzydeł bioróżnorodności (45 min)

Każdy uczeń otrzymuje kartkę, z której ma stworzyć pióro (lub pióra). Ozdabia je, odwzorowując swoje emocje, wspomnienia z wakacji, marzenia, oczekiwania, plany, troski oraz relacje. Celem tego zadania jest wyrażenie indywidualnych doświadczeń i uczuć, co pomoże uczniom lepiej się zintegrować i zrozumieć.

Z powstałych piór uczniowie wraz z wychowawcą (nauczycielem) przygotowują makietę klasowych skrzydeł bioróżnorodności (w przypadku zaangażowania większej liczby klas lub grup można stworzyć szkolne skrzydła). To działanie ma na celu zacieśnienie więzi między uczniami oraz nauczycielami, a także wprowadzenie elementu współpracy i współtworzenia.

Warto także zorganizować uczniom sesję zdjęciową na tle skrzydeł, tak aby utrwalić wspólną pracę.

## Część II: Zajęcia terenowe z aplikacją BirdNET (45 min)

Uczniowie wraz z nauczycielami udają się w okolice szkoły. Identyfikują różnorodność przyrodniczą otaczającego ich świata, wykorzystując aplikację BirdNET. Umożliwia ona rozpoznawanie gatunków ptaków na podstawie ich śpiewu, co rozwija umiejętności z zakresu biologii i geografii, a ponadto uczy uważnego słuchania i obserwowania przyrody. Ułatwia także wyciszenie i mobilizuje do skupienia.

### Wskazówka

Aby oszczędzić czas podczas zajęć, poproś uczniów i/lub ich rodziców o zainstalowanie na telefonach aplikacji BirdNET oraz zapewnienie dostępu do internetu podczas zajęć terenowych. Możesz wykorzystać szkolne tablety, jednak sprawdź zasięg Wi-Fi. Zadbaj o to, by administrator sieci zainstalował aplikację na tych urządzeniach. Przed wyjściem w teren podziel uczestników na grupy i przypisz im różne zadania do wykonania lub obszary do zbadania – dzięki temu praca przebiegnie sprawniej, a uczniowie będą bardziej zaangażowani w jej wykonanie.

## Jak zorganizować zajęcia terenowe? (poradnik)

Zajęcia terenowe to doskonała okazja do bezpośredniego kontaktu z naturą i do nauki poprzez obserwację. Istotnym elementem jest jednak bezpieczeństwo uczestników. Oto kilka rad w sprawie organizacji tego typu lekcji.

### Zasady bezpieczeństwa

Przed rozpoczęciem zajęć należy dokładnie ocenić potencjalne ryzyko związane z terenem, na którym będą prowadzone. Dotyczy to identyfikacji zagrożeń w przestrzeni (nierówności terenu, konary drzew itp.) oraz warunków pogodowych. Uczniowie i nauczyciele powinni być świadomi możliwych niebezpieczeństw. Na początku zajęć należy omówić zasady bezpiecznego poruszania się po wyznaczonym obszarze oraz przypomnieć o konieczności zachowania ostrożności.

Zadbaj o to, by wszyscy uczestnicy byli wyposażeni w odpowiednie obuwie i ubranie (np. nakrycie głowy). Każdy uczeń powinien mieć przy sobie wodę, a w przypadku dłuższych wyjść również prowiant. Nie zapomnij o apteczce oraz telefonie komórkowym. Przypomnij grupie o konieczności zachowania ciszy podczas obserwacji zwierząt.

Ustal miejsca zbiórki i godzinę powrotu, a także omów plan działania w razie zagubienia się. Poinformuj uczestników o konieczności zgłaszania nieobecności oraz natychmiastowego informowania o wszelkich wypadkach lub nieprzewidzianych sytuacjach.

### **Przygotowanie i prowadzenie zajęć terenowych**

Pamiętaj, aby wybrać miejsce i porę roku, które odpowiadają celom zajęć terenowych. Precyzyjnie określ ich założenia dydaktyczne, jednak weź pod uwagę to, że napotkane okazy przyrody mogą cię zaskoczyć – działaj elastycznie i na bieżąco rozwiewaj wątpliwości uczniów. Zapoznaj uczniów z aplikacją BirdNET: zademonstruj im podstawowe funkcje (tutorial w załączeniu) i wyraźnie określ, jak mają jej używać. Podczas warsztatów uczniowie pracują w grupie – dzięki aplikacji identyfikują spotkane organizmy, określają prawdopodobieństwo ich rozpoznania, mapują ptaki, a także zaznają się z informacjami na temat oznaczonych gatunków.

Przygotuj plan zajęć, uwzględniając czas na dojazd lub dojście w wyznaczone miejsce, na wykonanie zadań oraz na odpoczynek. Zadbaj o to, by plan był elastyczny i uwzględniał zmienne warunki pogodowe. Przygotuj niezbędne materiały dydaktyczne (np. atlasy ptaków, lupy, lornetki). Możesz również zrobić krótkie wprowadzenie do tematu przed wyjściem w teren. Podczas zajęć indywidualizuj proces dydaktyczny i wspieraj uczniów w poszukiwaniu właściwych odpowiedzi. Uwzględnij także ich fobie i lęki (np. przed pajęczakami).


W fazie podsumowującej lekcji nauczyciel i uczniowie wskazują liczbę rozpoznanych gatunków organizmów, a każda z grup prezentuje informacje na temat jednego z nich.

### **Po zajęciach**

Zachęć uczniów do opracowania wspólnego (klasowego) raportu, w którym opiszą swoje obserwacje oraz wnioski z zajęć. Może on przyjąć formę pracy pisemnej, prezentacji multimedialnej, atlasu przyrody najbliższej okolicy lub projektu plastycznego. Po zakończeniu zajęć terenowych przeprowadź ich ewaluację – w jej trakcie uczestnicy powinni móc wyrazić swoje opinie na temat lekcji, omówić trudności, jakie napotkali, oraz wskazać, co najbardziej im się podobało.

### **Wskazówki**

- Staraj się, by zajęcia były jak najbardziej interaktywne. Zachęcaj do zadawania pytań, dyskusji i wymiany pomysłów.
- Przygotuj się na adaptację planu zajęć w zależności od warunków pogodowych i zainteresowań uczestników.
- Stwórz atmosferę współpracy i wspólnego odkrywania. Uczniowie powinni się angażować i brać odpowiedzialność za swoje zadania.
- Zadbaj o dokumentację zajęć – zdjęcia, filmy, notatki. Materiały te mogą być użyteczne przy planowaniu przyszłych lekcji lub służyć jako pomoce dydaktyczne.
- Każda szkoła ma swój regulamin wycieczek i wyjść, dostosowany do prawa oświatowego – trzeba pamiętać o przestrzeganiu zapisanych w nim procedur. Przed zajęciami terenowymi warto napisać do rodziców (poprzez ustalony w szkole kanał komunikacji), powiadamiając ich o celach lekcji terenowej, jej terminie i planowanych aktywnościach. Po warsztatach można ich poinformować w ten sam sposób o przebiegu zajęć i poprosić o uważne sprawdzenie dzieci (np. na obecność kleszczy).



Freedom  
with(out) borders  
– wolność (nie)  
ma granic(e)

Autorka: Monika Mojsiejonek

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uczniowie klas VII i VIII szkoły podstawowej oraz uczniowie szkół ponadpodstawowych</li> </ul>
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• analizowanie pojęcia „wolność” w kontekście osobistym, społecznym i globalnym oraz kształtowanie umiejętności językowych, społecznych i obywatelskich</li> <li>• budowanie poczucia własnej wartości i pewności siebie w wyrażaniu opinii</li> <li>• wzmacnianie poczucia sprawstwa dzięki rozwijaniu umiejętności współpracy i komunikacji</li> <li>• zacieśnianie relacji między uczniami poprzez współpracę i realizację wspólnych celów</li> <li>• zrozumienie znaczenia empatii i wzajemnego szacunku (w tym poszanowania cudzej opinii)</li> <li>• zwiększanie świadomości na temat praw i obowiązków obywatelskich</li> <li>• motywowanie do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym</li> <li>• rozwijanie umiejętności komunikacyjnych w języku obcym (np. angielskim)</li> <li>• poszerzanie zakresu słownictwa związanego z tematyką wolności i obywatelstwa</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfony lub tablety z zainstalowaną aplikacją BirdNET</li> <li>• smartfony, tablety lub laptopy z dostępem do internetu</li> <li>• plansza w aplikacji Mentimeter z pytaniem: „What does freedom mean to you? / Czym dla Ciebie jest wolność?”</li> <li>• Teksty piosenek: <i>Freedom</i> George’a Michaela, <i>Imagine</i> Johna Lennona, <i>Blowin’ in the wind</i> Boba Dylana (załącznik 1)</li> <li>• opisy sytuacji związanych z wolnością i odpowiedzialnością (załącznik 2)</li> </ul>



## Proponowane narzędzia TIK

- **Mentimeter**
- **Online Voice Recorder**

Karty pracy oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK (załączniki):  
[bit.ly/wolnosc\\_nie\\_ma\\_granic](https://bit.ly/wolnosc_nie_ma_granic)





# Przebieg zajęć

Zajęcia mogą być prowadzone zarówno w języku polskim, jak i angielskim.

## Lekcja 1

### 1. Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel przygotowuje planszę z pytaniem w aplikacji Mentimeter (tutorial w załączeniu), duży arkusz papieru i markery, nagrania oraz wydruki tekstów piosenek George'a Michaela, Johna Lennona i Boba Dylana (załącznik 1).

### 2. Wprowadzenie (10 min)

Nauczyciel przedstawia temat lekcji i jej cele. Następnie zapisuje na tablicy pytanie: „What does freedom mean to you? / Czym jest dla Ciebie wolność?” i informuje uczniów, że będą na nie odpowiadali w aplikacji Mentimeter. Udostępnia im link i kod dostępu do planszy w aplikacji. Odpowiedzi uczniów są wyświetlane na tablicy.

### 3. Dyskusja – *Freedom is...* (10 min)

Grupa wykorzystuje wyniki pracy z aplikacją Mentimeter, aby z pomocą nauczyciela uporządkować odpowiedzi i przypisać je do różnych kategorii (np. *personal freedom* – wolność osobista, *economic freedom* – wolność ekonomiczna, *political freedom* – wolność polityczna, *cultural freedom* – wolność kulturowa, *digital freedom* – wolność cyfrowa). Następnie uczniowie formułują wnioski, które są zapisywane na dużym arkuszu papieru zawieszonym w widocznym miejscu.

### 4. Praca w grupach – *Freedom in music* (15–20 min)

Uczniowie dzielą się na czteroosobowe grupy, każda wysłuchuje przynajmniej dwie spośród zaproponowanych piosenek: *Freedom* George'a Michaela, *Imagine* Johna Lennona, *Blowin' in the wind* Boba Dylana. Nauczyciel rozdaje teksty utworów (załącznik 1). W grupach na niższym poziomie zaawansowania językowego warto przygotować uczniom słowniczki z wyjaśnieniem trudniejszych zwrotów.

Grupy omawiają wizje wolności zaproponowane przez artystów. Swoje wnioski przedstawiają w wybranej przez siebie formie (np. sketchnotek, map myśli).

### 5. Podsumowanie zajęć (5 min)

Uczniowie wraz z nauczycielem wskazują podobieństwa i różnice w wizjach wolności przedstawionych w piosenkach a pojęciem wolności opisanym przez nich w aplikacji Mentimeter.

## Lekcja 2

Podczas tych zajęć wykorzystywane są wnioski i refleksje z lekcji 1.

### 1. Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel przygotowuje opisy 6–7 sytuacji związanych z wolnością i odpowiedzialnością (załącznik 2).

## 2. Wprowadzenie (5–10 min)

Nauczyciel przypomina uczniom o tematyce zajęć i ich celach. Prosi o krótkie powtórzenie wypracowanych podczas poprzedniej lekcji wniosków. Zachęca klasę do dzielenia się refleksjami, które pojawiły się między lekcjami.

## 3. Praca w grupach – *Freedom and responsibility* (20 min)

Uczniowie tworzą nowe, 4- lub 5-osobowe grupy. Każda z nich otrzymuje od nauczyciela inny opis sytuacji związanej z wolnością i odpowiedzialnością (załącznik 2).

Grupy przygotowują krótką scenkę lub prezentację na temat opisanej sytuacji. Uczniowie powinni przedstawić możliwe rozwiązanie omawianego problemu. Zadanie kończymy dyskusją i wnioskami.

## 4. Zadanie praktyczne – *A freedom podcast* (10 min)

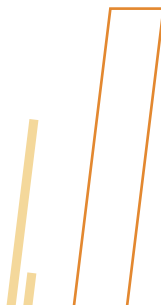
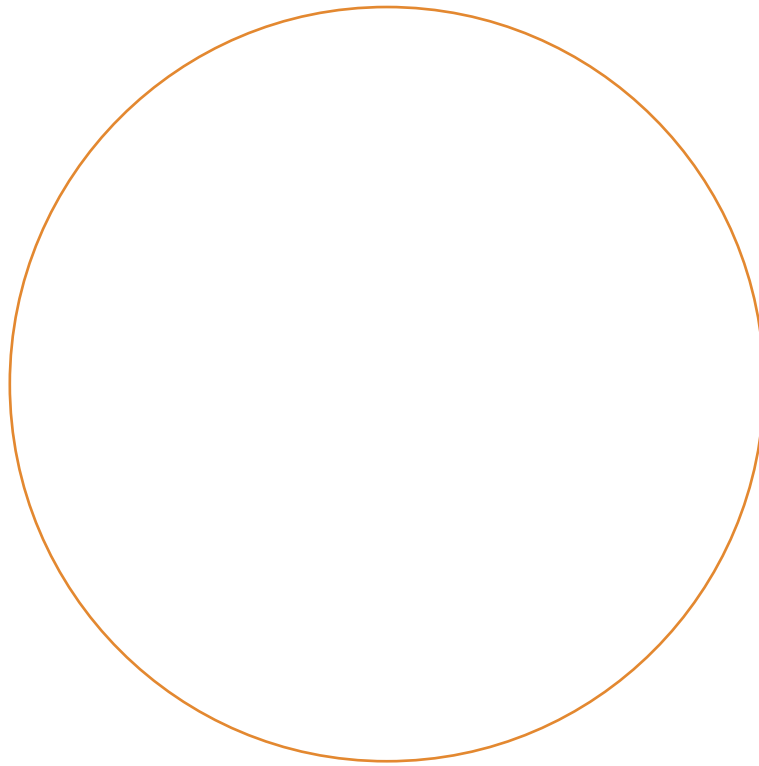
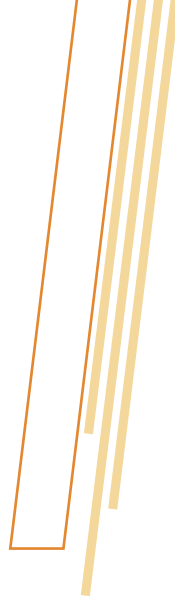
Uczniowie pojedynczo lub w parach wykorzystują wnioski z poprzednich zadań oraz własne refleksje, nagrywając krótkie podcasty (warto ustalić limit czasowy, np. 2–3 minuty) na temat wolności, skutków jej ograniczania i możliwych do zastosowania rozwiązań. Do realizacji zadania wykorzystują aplikację Online Voice Recorder (tutorial w załączeniu).

Po wykonaniu zadania chętni uczniowie prezentują swoje podcasty.

## 5. Podsumowanie zajęć (5–10 min)

Uczniowie wraz z nauczycielem podsumowują zajęcia, odpowiadając na pytania:

- Jak oceniasz swoje zaangażowanie podczas zajęć poświęconych wolności?
- Czy czujesz, że lepiej rozumiesz pojęcie wolności? Dlaczego?
- Które zadanie sprawiło ci największą satysfakcję?
- Czy chciałbyś/chciałabyś więcej zajęć na podobne tematy? Dlaczego?





# Zusammen stark! – Razem silni!

Autorka: Katarzyna Drabarek

Czas trwania zajęć	45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas VII i VIII szkoły podstawowej oraz uczniowie szkół ponadpodstawowych (w zależności od stopnia zaawansowania)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie umiejętności językowych – uczniowie ćwiczą mówienie, czytanie i pisanie w języku niemieckim wykonując zadania w grupach</li> <li>• poszerzanie zasobu leksykalnego – uczniowie poznają i używają słownictwo związane z przyjaźnią, emocjami, środowiskiem, aktywnościami fizycznymi i zaangażowaniem społecznym</li> <li>• budowanie więzi i kształcenie umiejętności współpracy – uczniowie pracują w grupach, co pomaga im lepiej się poznać, zbudować zaufanie i wzmocnić relacje rówieśnicze</li> <li>• promowanie dobrostanu emocjonalnego i fizycznego – zadania zwiększają świadomość na temat emocji, zdrowego stylu życia oraz zaangażowania społecznego, co wpływa na ogólny dobrostan uczniów</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfony lub tablety z dostępem do internetu i zainstalowaną aplikacją GooseChase oraz czytnikiem kodów QR (minimum dwa urządzenia na grupę uczniów – jedno z aplikacją, drugie z czytnikiem)</li> <li>• tablica multimedialna do prezentacji wyników burzy mózgów, efektów misji oraz treści informacji zwrotnej</li> <li>• wydrukowane na kartce A4 kody QR do „ogródków” AnswerGarden (jedna kartka na grupę). Opcjonalnie w przypadku uczniów mniej zaawansowanych zamiast burzy mózgów w AnswerGarden nauczyciel może przygotować i wydrukować gotowe zestawy słownictwa związanego z tematami misji</li> <li>• dla uczniów na niższym poziomie znajomości języka niemieckiego – słownik internetowy</li> </ul>

## Proponowane narzędzia TIK

- aplikacja **GooseChase** i przygotowany zestaw misji *Zusammen stark!* (załącznik 1)
- „ogródki” w **AnswerGarden** do przeprowadzania burzy mózgów oraz zebrania informacji zwrotnej po wykonaniu zadań przez uczniów (załącznik 2); opcjonalnie gotowe zestawy słownictwa do wydruku
- generator grup **Keamk**
- słowniki internetowe (**pons.de**, **Diki**)

Karty pracy oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK (załączniki):

[bit.ly/Zusammen\\_stark](https://bit.ly/Zusammen_stark)





# Przebieg zajęć

## Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel tworzy zestaw misji w aplikacji GooseChase (inspiracją może być wzór załączony do scenariusza) oraz kody QR z linkami do „ogródków” w AnswerGarden, w których zbierane będzie słownictwo dotyczące tematyki misji oraz informacje zwrotne na temat zajęć (załącznik 1). Opcjonalnie – w zależności od potrzeb i zaawansowania grupy – przygotowuje gotowe zestawy słownictwa do wydruku.

## Wprowadzenie (10 min)

### Powitanie i wprowadzenie tematu

Nauczyciel wita uczniów i przedstawia temat zajęć. Krótко omawia cele oraz sposób realizacji misji. Każda z nich wymaga wykonania zdjęcia lub nagrania filmiku. W trakcie zajęć znaczenie ma współpraca i zaangażowanie wszystkich członków grupy. Nauczyciel ustala z uczniami, gdzie mogą oni wypełniać misje (w klasie, w budynku szkoły, na terenie wokół niej).

Na tym etapie wprowadzane są podstawowe słowa i zwroty związane z tematyką lekcji (w formie burzy mózgów w AnswerGarden). Uczniowie skanują kody QR prowadzące do wcześniej przygotowanych „ogródków”, wpisują swoje propozycje i wspólnie je omawiają.

### Podział na grupy

Uczniowie są dzieleni na grupy (maksymalnie trzy) – do tego celu można wykorzystać generator w Keamk (tutorial w załączeniu). Nauczyciel sprawdza, czy każda z grup ma przynajmniej dwa smartfony lub tablety z dostępem do internetu. Każdy zespół wybiera liderów – osobę odpowiedzialną za pracę w GooseChase (wykonywanie zdjęć i filmików, wpisywanie odpowiedzi i przesyłanie ich w aplikacji) oraz osobę zajmującą się skanowaniem kodów QR prowadzących do uzupełnionych „ogródków” ze słownictwem, z których uczestnicy mogą (choć nie muszą) korzystać podczas wykonywania misji.

### Wskazówka

Jeśli poziom opanowania języka niemieckiego w grupie jest niższy, można pozwolić uczniom na korzystanie ze słowników internetowych (np. pons.de, Diki) na dodatkowym urządzeniu.

## Realizacja misji (25 min)

Nauczyciel wyświetla uczniom kod rozpoczynający grę w GooseChase. Grupy wypełniają misje, podsumowując je zdjęciami i filmikami lub opisami. Gra kończy się, gdy ostatni zespół wykona wszystkie zadania i wróci do klasy (lub w momencie, gdy do końca zajęć pozostanie ok. 10 min).



## Podsumowanie (10 min)

### **Prezentacja wyników**

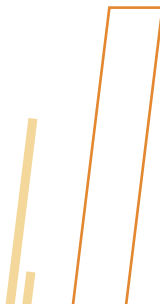
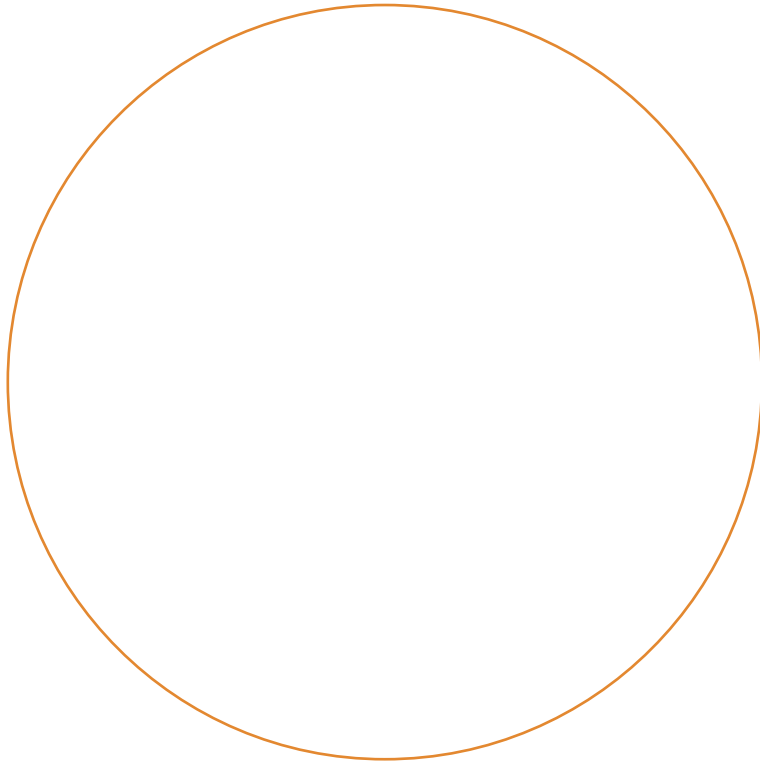
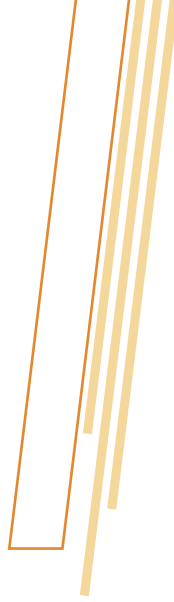
Nauczyciel przedstawia efekty każdej misji (zdjęcia i filmiki poszczególnych grup), a uczniowie opisują je w języku niemieckim. Prace są omawiane na forum klasy, z podkreśleniem pozytywnych aspektów współpracy i zaangażowania.

### **Podsumowanie zajęć**

Nauczyciel omawia z uczniami przyswojony materiał i pyta o ich odczucia. Dziękuje im za aktywne uczestnictwo i wyświetla kod QR do „ogródka” w AnswerGarden, w którym będą mogli pozostawić krótką informację zwrotną na temat tego, co im się najbardziej podobało podczas zajęć.

### **Wykorzystanie zajęć z aplikacją GooseChase w projekcie eTwinning**

Partnerzy w projekcie eTwinning mogą ustalić tematy misji do wykonania, współtworzyć „ogródki” z przydatnym słownictwem w AnswerGarden, opracować zestawy misji w aplikacji GooseChase. Po wykonanych misjach uczestnicy projektu mogą omówić uzyskane wyniki i stworzyć wspólne produkty końcowe – np. wielojęzyczny słowniczek emocji ze zdjęciami wykonanymi przez uczniów, galerię miejsc, w których czują się bezpiecznie.





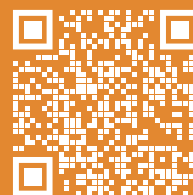
# Die Schatzsuche – erste Kontakte

Autorka: Celina Świebocka

Czas trwania zajęć	45 min
Grupa docelowa	uczniowie, którzy opanowali język niemiecki na poziomie A1
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie lub utrwalenie słownictwa używanego podczas powitań i pożegnań</li> <li>• zdobycie lub utrwalenie umiejętności prowadzenia krótkich rozmów o sobie</li> <li>• zintegrowanie zespołu klasowego poprzez współpracę</li> <li>• zwiększenie motywacji do nauki przez gamifikację</li> <li>• promowanie dobrostanu uczniów dzięki interakcjom społecznym i pozytywnym doświadczeniom</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• komputery lub tablety/smartfony z dostępem do internetu (przynajmniej jeden na grupę)</li> <li>• wydrukowane zadania z załączników (po jednym na grupę)</li> <li>• koperty w kolorze niebieskim i klamerki do bielizny (po jednym komplecie na grupę)</li> <li>• książka (najlepiej podręcznik do matematyki)</li> <li>• papierowy karton</li> <li>• plastikowe butelki (po jednej na grupę)</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Nearpod</a></li> <li>• <a href="https://vs-material.wegerer.at/blanko/blanko_karten.htm">Vs-material.wegerer.at/blanko/blanko_karten.htm</a> (szablon gry „memory”)</li> <li>• <a href="https://mal-den-code.de">Mal-den-code.de</a> (generator kodów do pokolorowania)</li> <li>• <a href="https://learningapps.org">Learningapps.org</a> (aplikacja do tworzenia gier).</li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK (załączniki):

[bit.ly/Die\\_Schatzsuche](https://bit.ly/Die_Schatzsuche)





# Przebieg zajęć

## Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel przygotowuje prezentację (w aplikacji Nearpod), która zawiera polecenia do zadań oraz umożliwia sprawdzenie ich rozwiązań.

## Wprowadzenie

Nauczyciel przedstawia uczniom cele lekcji oraz wyjaśnia, jak będą przebiegały zajęcia.

## Realizacja zadań

Nauczyciel wyświetla uczniom na tablicy interaktywnej lub ekranie link-kod do rozpoczęcia gry w wersji Student Paced (dostępny w grze). Dzięki niemu uczniowie dopasowują kolejność rozwiązywania zadań oraz czas ich trwania. Jeśli zajęcia odbywają się poza budynkiem szkolnym, nauczyciel przekazuje uczniom wydrukowane kody.

Dzięki kolejnym slajdom uczniowie poznają lub utrwalają słownictwo związane z powitaniem, pożegnaniem i uczyć się udzielania informacji na swój temat (można im przekazać wydruki ze słowniczkiem z tego zakresu).

Następnie klasa zostaje podzielona na grupy. Uczniowie losują karteczki z różnymi powitaniami – do danego zespołu trafiają ci, którzy wylosowali takie same formy (załącznik 1). Każda grupa wybiera lidera – osobę odpowiedzialną za wprowadzanie odpowiedzi do aplikacji Nearpod.

Każda grupa otrzymuje jeden komputer/laptop oraz jeden smartfon/tablet (lub dwa smartfony/tablety, jeśli zajęcia odbywają się na zewnątrz szkoły). Gra kończy się, gdy ostatnia grupa wykona wszystkie zadania lub w momencie, gdy do końca zajęć pozostaje ok. 5 minut.

### Zadanie 1

Uczniowie próbują odnaleźć zadanie 1, znajdujące się w niebieskiej kopercie (*im blauen Umschlag*). Jest to gra typu „memory” (załącznik 2). Grupy sprawdzają swoje rozwiązania na kolejnym slajdzie w aplikacji Nearpod.

### Zadanie 2

Uczniowie rozwiązują zagadkę dotyczącą ukrytego zadania 2 (*das Fenster + das Brett = das Fensterbrett*). Opis ćwiczenia (załącznik 3) umieszczony jest na parapecie. Polega ono na zamalowaniu konkretnych pól kodu QR według instrukcji, zeskanowaniu obrazu za pomocą smartfona lub tabletu, rozwiązaniu gry w LearningApps oraz narysowaniu w Nearpod rozwiązania przedstawiającego informacje zawarte w haśle. Hasło (*Gute Nacht*) ukaże się w oknie po rozwiązaniu **zadania w LearningApps**.

Na kolejnym slajdzie uczniowie rysują przedstawione w haśle informacje.

**Zadanie 3**

Uczniowie rozwiązują zagadkę dotyczącą ukrycia zadania 3. Prawidłowa odpowiedź to książka – *BUCH*. Zawarte jest w niej ćwiczenie (załącznik 4) – labirynt (*maze*). Uczniowie zakreślają w aplikacji Nearpod określoną porę dnia (obrazek 3), wynikającą z zagadki.

**Zadanie 4**

Uczniowie rozwiązują zakodowane słowo i odkrywają, że następne zadanie ukryte jest w papierowym pudełku (*PAPIERBOX*). Polega ono na nałożeniu na siebie pasujących kubków za pomocą sznurka/gumy (jeden kubek nie ma pary). Wszyscy członkowie grupy powinni być zaangażowani w tę czynność.

Uczniowie ćwiczą zwroty w języku niemieckim, a następnie przechodzą do aplikacji z grą *Time to climb*, związaną z ułożonymi elementami.

**Zadanie 5**

Zadanie polega na odnalezieniu kartek z różnymi częściami zdania i ułożeniu ich w semantycznie oraz gramatycznie poprawną wypowiedź (ćwiczenie z załącznika 6). Uczniowie zakreślają ułożone zdanie w aplikacji Nearpod.


**Zadanie 6**

Uczniowie szukają pięciu części puzzli ukrytych w ponumerowanych kopertach (lub w pudełkach bądź innych opakowaniach). Następnie odgadują, że skarb został ukryty w koszu na śmieci. Można tam umieścić drobne gadżety dla uczniów lub list gratulacyjny, dający prawo do jednego dnia bez pytania.

## Podsumowanie zajęć


Uczniowie wypełniają krótką ankietę na temat atrakcyjności wykonanych ćwiczeń.





Edukacja  
włączająca  
i specjalna





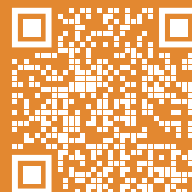
# Na dobry początek dnia!

Autorka: Zyta Czechowska

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas I–III szkoły podstawowej, do której uczęszczają dzieci o zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych (w tym w spektrum autyzmu)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• integracja uczniów</li> <li>• kształtowanie umiejętności pracy w grupie klasowej</li> <li>• rozwijanie empatii i uważności na potrzeby innych</li> <li>• szukanie rutynowych aktywności i narzędzi pomocnych w organizacji zajęć</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• szablon planu aktywności</li> <li>• sygnalizatory emocji</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tablica <b>Classroomscreen</b></li> <li>• <b>SUNO</b></li> <li>• <b>Kids Timer</b></li> <li>• <b>Wakelet</b> (materiały i aplikacje do scenariusza zajęć)</li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:

[bit.ly/na\\_dobry\\_poczatek](https://bit.ly/na_dobry_poczatek)





# Przebieg zajęć

Zajęcia wprowadzają rutynę dnia w klasie i integrują uczniów. Dobrą praktyką na powitanie dzieci jest wspólna piosenka – krótka i poprawiająca samopoczucie. Uczniowie mogą ułożyć do niej prostą choreografię, która zachęci osoby bardziej wycofane i nieśmiałe do włączenia się w powitanie. Pomocny może być generator piosenek, jeśli chce się stworzyć własny klasowy utwór. Można wykorzystać np. SUNO – aplikację bazującą na AI. Wystarczy do niej wpisać prompt (polecenie ułożenia piosenki), żeby wygenerować słowa utworu i muzykę.

## Przygotowanie

Nauczyciel przedstawia uczniom zasady pracy w klasie i organizacji lekcji. Wyjaśnia, że każdy z nich ma inne potrzeby, zatem, żeby wszyscy mogli czuć się komfortowo, stałym elementem zajęć będzie plan aktywności (załącznik 1). Przedstawia dzieciom etapy lekcji albo plan całego dnia (co jest istotne zwłaszcza dla uczniów w spektrum autyzmu) – za pomocą rysunków, zdjęć, umownych znaków lub zapisanych aktywności. Dzięki zastosowaniu planu uczniowie będą się czuli bezpieczniej, bo dzień będzie bardziej przewidywalny i pojawi się możliwość śledzenia, co jest jeszcze przed nimi. Plan powinien znajdować się w widocznym miejscu w klasie lub być przekazany dziecku jako wydruk, na którym można „odhaczać” zakończone etapy zajęć.

Plan aktywności może zawierać kody QR z poleceniami do zadań w formie głosowej. To jest szczególnie ważne dla tych dzieci, które nie rozumieją komunikatów tekstowych i obrazowych. Kody można przygotować w darmowym generatorze, a wiadomości nagrać za pomocą Vocaroo (instrukcja korzystania z tego narzędzia w załączniku).

Z przykładowym nagraniem planu aktywności można się zapoznać na stronie Vocaroo ([bit.ly/3YUc62g](https://bit.ly/3YUc62g))


## Wprowadzenie

Nauczyciel wyjaśnia uczniom, jak będą przebiegały pierwsze zajęcia każdego dnia, i opisuje rutynę, która pomoże im odnaleźć się w szkole i czuć się bezpiecznie:

- zawsze będą się witać wybraną piosenką;
- codziennie poznają/otrzymają plan aktywności, który nauczyciel będzie modyfikował na bieżąco;
- zaczną od sprawdzenia obecności i ustalenia kalendarza;
- będą obserwować pogodę i zaznaczać na klasowym kalendarzu odpowiednią ikonę;
- będą pracować z zeszytami, doskonalić pisanie, zapisywać teksty, rozwiązywać zadania itd.;
- stałym elementem zajęć będzie czytanie i praca z podręcznikiem lub książką;
- w ciągu dnia znajdzie się czas na gry i zabawy zespołowe.

## Część główna lekcji

- a) Po przedstawieniu planu aktywności uczniowie próbują go odczytać i ustalić przebieg dnia. Otrzymują informację, że po zakończeniu każdego zadania będą mogli je odhaczyć wybranym znakiem.
- b) Nauczyciel włącza uczniów w proces wyboru kolejnej rutyny, która pozwoli im poczuć się komfortowo na lekcji oraz w szkole. Nauczyciel proponuje dostępne narzędzia na tablicy Classroomscreen, prezentuje ich funkcjonalności i pyta dzieci o opinie.
- c) Wprowadzenie Timera, czyli narzędzia pomagającego uczniom z trudnościami w organizowaniu sobie pracy i kontrolowaniu upływającego czasu. Dzięki temu rozwiązaniu dzieci poczują się bardziej komfortowo i nie będą musiały dopytywać o czas na wykonanie zadania. Timer można wyświetlać w aplikacji (do pobrania: Kids Timer) lub na tablicy Classroomscreen (do ustalenia z uczniami).
- d) Zastosowanie sygnalizatorów emocji (emotki do wydruku w załączeniu), które uczniowie mogą wykorzystywać do określenia swojego nastroju i samopoczucia oraz swoich uczuć. Ich odpowiedzi są cennymi informacjami dla nauczyciela, który dzięki nim będzie mógł dobrać odpowiednie aktywności i wesprzeć potrzebujące tego dzieci. Sygnalizatory można wykorzystywać w różnych sytuacjach, szczególnie wtedy, kiedy uczniowie nie potrafią wyrazić słownie swoich uczuć. Więcej informacji na ten temat na stronie [specjalni.pl](http://specjalni.pl).



# Językowy zawrót głowy, czyli podróż przez kultury

Autorka: Regina Smolin-Makuch

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas V–VIII szkoły podstawowej (oraz z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• promowanie różnorodności językowej i kulturowej</li> <li>• zwiększanie dobrostanu uczniów poprzez ruch i aktywność fizyczną</li> <li>• wykorzystanie technologii informacyjno-komunikacyjnych (TIK) w edukacji</li> <li>• wzmacnianie wartości europejskich</li> <li>• rozwijanie umiejętności interpersonalnych i umiejętności pracy zespołowej</li> <li>• kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów oraz krytycznego myślenia</li> <li>• zachęcanie uczniów do samodzielnego odkrywania i eksploracji, co sprzyja rozwijaniu umiejętności badawczych</li> <li>• pobudzanie kreatywności i wyobraźni</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfony lub tablety z dostępem do internetu</li> <li>• wydrukowane kody QR</li> <li>• muzyka z różnych krajów i urządzenie do jej odtwarzania</li> <li>• wydrukowane i zalaminowane obrazki z charakterystycznymi symbolami różnych krajów</li> <li>• hula hop</li> <li>• kartki A4, szary papier, flamastry</li> <li>• wydrukowane karty z pozdrowieniami i zwrotami w różnych językach</li> <li>• wydrukowane i zalaminowane flagi państw</li> <li>• rozsypanka literowa „Kto języki obce zna, ten Europę w garści ma!”</li> <li>• „Językowy koszyk niespodzianek” z przygotowanymi upominkami</li> </ul>

## Proponowane narzędzia TIK

- **Canva** (opracowane materiały są dostępne w załącznikach)
- **QRCode Monkey**

Karty pracy oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK (załączniki):

[bit.ly/Jezykowy\\_zawrot\\_glowy](https://bit.ly/Jezykowy_zawrot_glowy)





# Przebieg zajęć

Miejsce: boisko lub podwórko szkolne, duża sala.

## Wprowadzenie i rozgrzewka (ok. 10 min)

### Powitanie i wprowadzenie do Dnia Języków Obcych

Nauczyciel wita uczniów i krótko opowiada o celu ustanowienia tego specjalnego dnia, podkreślając znaczenie języków obcych, różnorodności kulturowej oraz wartości europejskich (takich jak: godność ludzka, wolność, równość, praworządność, solidarność, pokój, tolerancja, równość płci).

Zaprasza uczniów na językowo-kulturową podróż po Europie, której pierwszym etapem będzie odczytanie listu przesłanego przez tajemniczego gościa (załącznik 1). Warto poprosić kogoś, by w ustalonym czasie doręczył list uczestnikom zajęć (element zaskoczenia i zainteresowania będzie dodatkowym motywatorem do pracy). W rolę tajemniczego gościa może się wcielić zaproszona osoba (np. ktoś z zaprzyjaźnionej instytucji lub dyrektor szkoły), która na końcu lekcji wręczy uczniom drobne prezenty z „Językowego koszyka niespodzianek”. Upominkami mogą być gadżety od sponsorów albo przekąski z różnych krajów (z etykietką „Smacznego!” w języku, z którego produkt pochodzi), np. lizaki Chupa Chups (Hiszpania), żelki Haribo lub jabłko (Niemcy), pralinka (Belgia), minicroissant lub mała kiść winogron (Francja), pomarańcza lub biscotti (Włochy), drażetki Lentilki (Czechy). Upominki i przekąski powinny być zgodne z regulaminem szkoły.

### Rozgrzewka

Krótką sesję rozciągania i prostych ćwiczeń fizycznych w rytm muzyki z różnych krajów europejskich (propozycje utworów – załącznik).

## Stacje kulturowo-językowe (ok. 35 min)

Nauczyciel dzieli uczniów na 5–6 drużyn – w zależności od liczebności klasy. Pierwszym zadaniem każdego zespołu będzie wymyślenie swojej nazwy. Następnie grupy przechodzą przez różne stacje promujące naukę języków obcych i wartości europejskie poprzez ruch, zabawę i wykorzystanie narzędzi TIK.

### Stacja 1: Językowy detektyw

Grupy losują koperty zawierające słowa w różnych językach (portugalskim, niemieckim, hiszpańskim, francuskim, włoskim, czeskim, szwedzkim, angielskim – w zależności od ilości zespołów). Zadaniem uczniów jest odgadnięcie, jaki to język i dopasowanie polskich odpowiedników wylosowanych wyrazów i zwrotów: „dzień dobry”, „cześć”, „do widzenia”, „dziękuję”, „proszę”, „przepraszam”, „świetnie” (propozycje w załączniku).

### Stacja 2: Bieg przez Europę

Na wyznaczonym terenie ustawione są flagi państw europejskich z napisami „Witamy” w języku danego kraju. Dołączone są do nich kody QR z ukrytymi zagadkami i wskazówkami dotyczącymi ich rozwiązania (załącznik). Uczniowie muszą się przemieścić do odpowiednich flag na podstawie podpowiedzi uzyskanych po rozszyfrowaniu kolejnych zagadek.



## Przerwa (10 min)

### Stacje kulturowo-językowe – ciąg dalszy (ok. 35 min)

#### **Stacja 3: Zakodowane hasło**

Uczniowie muszą odgadnąć zakodowane hasło i ułożyć je z rozsypanki literowej „Kto języki obce zna, ten Europę w garści ma!” (uwaga: w hasle nie ma polskich znaków, załączniki).

#### **Stacja 4: Co to za kraj?**

Uczniowie otrzymują zestaw zalaminowanych symboli, które rozkładają w kole hula hop. Następnie odgadują, dla jakiego kraju są one charakterystyczne, i wykonują napis z jego nazwą lub z pomieszanych obrazków dobierają te, które pasują do tego państwa (załącznik).

#### **Stacja 5: Wartości Europejskie – jedność w różnorodności**

W różnych miejscach w klasie lub na boisku szkolnym umieszczone są kody QR. Uczniowie skanują je za pomocą tabletów lub smartfonów i oglądają krótkie filmiki oraz infografiki na temat wartości europejskich. Po zapoznaniu się z nimi nauczyciel inicjuje dyskusję na temat wartości i ich znaczenia. Uczniowie przygotowują prosty plakat cyfrowy (Canva) lub tradycyjny na szarym papierze, dotyczący wybranej wartości z jej nazwą w różnych językach (załącznik).

## Podsumowanie i relaksacja (10 min)

#### **Podsumowanie dnia**

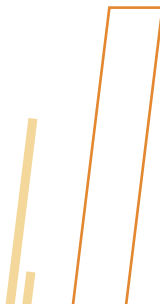
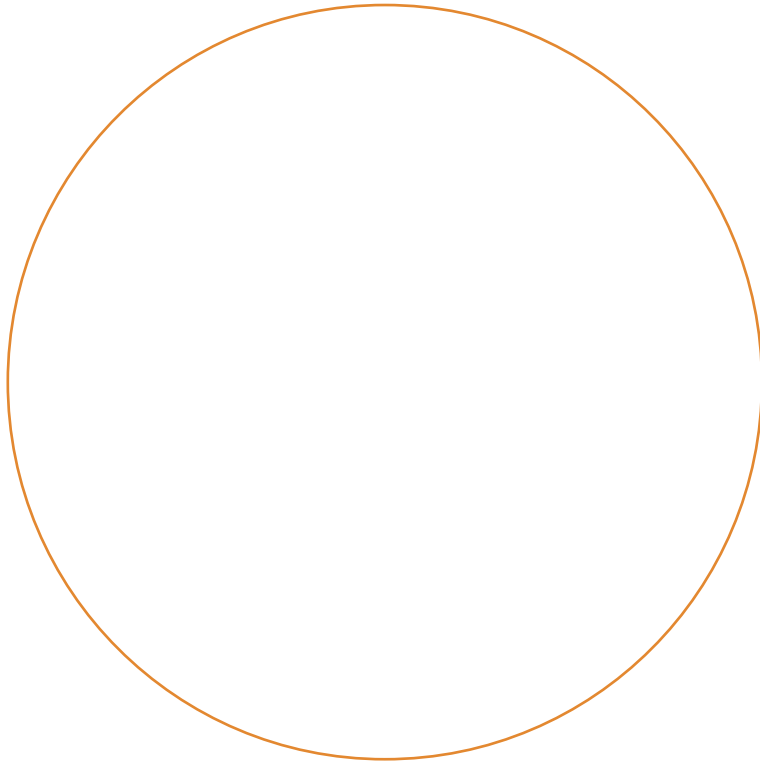
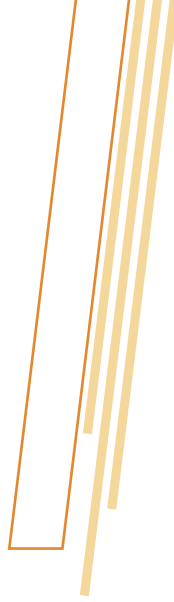
Nauczyciel dziękuje uczniom za udział w zajęciach. Omawia to, czego się nauczyli i podkreśla, jak ważne są to kwestie.

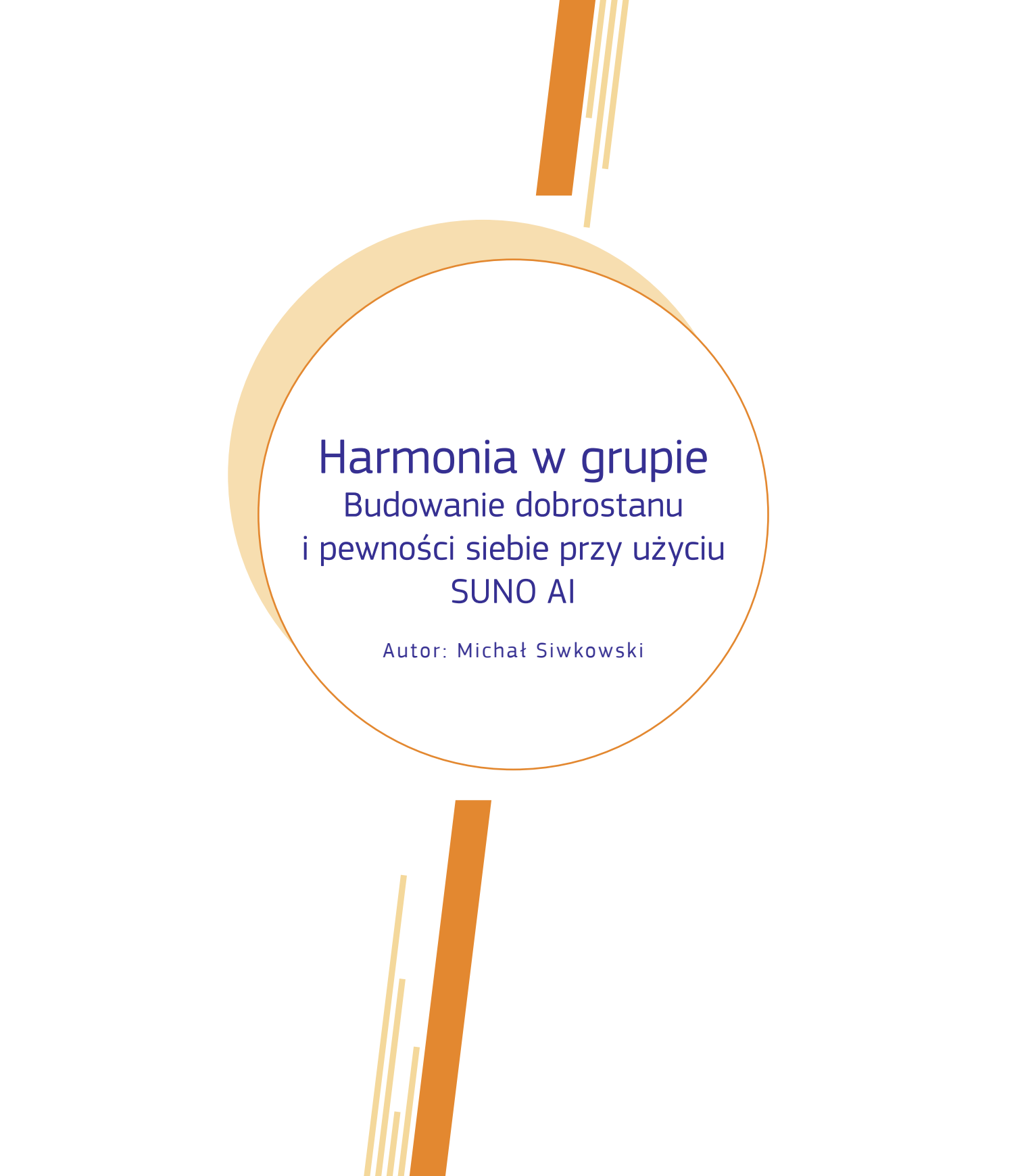
#### **Sesja relaksacyjna**

Krótki relaks z ćwiczeniami oddechowymi i stretchingiem, kończący dzień w spokojnej atmosferze.

#### **„Językowy koszyk niespodzianek”**

Rozdanie upominków i przekąsek.





Harmonia w grupie  
Budowanie dobrostanu  
i pewności siebie przy użyciu  
SUNO AI

Autor: Michał Siwkowski

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	uczniowie klas V–VIII szkoły podstawowej (również z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wzmacnianie dobrostanu psychicznego i emocjonalnego uczestników zajęć</li> <li>• budowanie pewności siebie</li> <li>• poprawa relacji i jakości współpracy w grupie</li> <li>• rozwijanie kreatywności</li> <li>• doskonalenie umiejętności komunikacyjnych</li> <li>• refleksja nad procesem twórczym</li> <li>• nauka obsługi narzędzia SUNO AI</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• urządzenia z dostępem do internetu: laptopy, tablety, komputery stacjonarne lub telefony komórkowe, które umożliwią uczestnikom korzystanie z SUNO AI</li> <li>• słuchawki, dzięki którym uczniowie będą mogli pracować nad swoimi utworami muzycznymi bez przeszkadzania innym grupom</li> <li>• głośniki do odtwarzania utworów podczas prezentacji grupowych</li> <li>• flipchart i markery do zapisywania pomysłów, notatek oraz instrukcji podczas zajęć</li> <li>• notatniki i długopisy (dla każdego uczestnika do zapisywania refleksji i wniosków)</li> <li>• materiały dodatkowe (opcjonalnie): <ul style="list-style-type: none"> <li>– instrukcje obsługi SUNO AI: krótkie przewodniki lub instrukcje dotyczące podstawowych funkcji tego narzędzia</li> <li>– przykładowe utwory z różnych gatunków muzycznych, które mogą inspirować uczestników zajęć do tworzenia własnej muzyki</li> <li>– linki do stron internetowych, tutoriali lub artykułów, które uczestnicy mogą przeglądać po zajęciach, by rozwijać swoje umiejętności muzyczne</li> </ul> </li> </ul>

## Proponowane narzędzia TIK

• SUNO

Załączniki (gotowy pomysł na projekt)  
oraz tutoriale dotyczące  
wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/Harmonia\\_w\\_grupie](https://bit.ly/Harmonia_w_grupie)





# Przebieg zajęć

## Wprowadzenie (10 min)

Ta część ma na celu zintegrowanie grupy, zapoznanie uczestników z tematyką zajęć oraz stworzenie przyjaznej i wspierającej atmosfery, która będzie sprzyjać dalszej pracy.

### Powitanie uczestników (5 min)

- **Krótką prezentacją celów zajęć:** Prowadzący wita uczestników i przedstawia się. Następnie wyjaśnia, że celem zajęć jest budowanie dobrostanu, pewności siebie oraz poprawa relacji w grupie poprzez wspólne tworzenie muzyki.
- **Omówienie planu zajęć:** Prowadzący krótko przedstawia plan działań, podkreślając, że będą miały one charakter interaktywny i będą wymagały współpracy.

### Rozgrzewka integracyjna – warianty do wyboru (5 min)

- **Krąg imion:** Uczestnicy stają w kręgu. Kolejno wymieniają swoje imiona, dodając jedno pozytywne słowo, które ich opisuje (np. „Mam na imię Anna i jestem kreatywna”). Celem ćwiczenia jest bliższe poznanie się uczestników zajęć i stworzenie przyjaznej atmosfery.
- **Wspólne tworzenie:** Uczestnicy wymyślają razem krótką historię – każdy dodaje jedno zdanie składające się na spójną opowieść. Ćwiczenie ma na celu rozwinięcie kreatywności oraz umiejętności słuchania i współpracy.



### Uwaga

Prowadzący powinien zwrócić uwagę na to, by wszyscy uczestnicy zajęć czuli się komfortowo i brali aktywny udział w ćwiczeniach. Konieczne jest stworzenie atmosfery otwartości i zaufania, zachęcającej do swobodnego wypowiedzania się oraz angażowania w zajęcia.

## Wprowadzenie do SUNO AI (15 min)

Ta część zajęć ma na celu zaprezentowanie możliwości narzędzia SUNO oraz przygotowanie uczestników zajęć do samodzielnej pracy twórczej w grupach.

### Prezentacja narzędzia SUNO AI (5 min) – tutorial w załączniku

- **Co to jest SUNO AI?:** Prowadzący wyjaśnia, że SUNO AI to narzędzie do tworzenia muzyki, które umożliwia użytkownikom komponowanie utworów za pomocą prostych, intuicyjnych interfejsów. Krótko omawia podstawowe funkcje narzędzia – tworzenie własnego tekstu, dodawanie melodii, korzystanie z różnych instrumentów i efektów dźwiękowych.
- **Dlaczego muzyka?:** Prowadzący tłumaczy, w jaki sposób muzyka może wspierać dobrostan psychiczny, poprawiać nastrój, zwiększać pewność siebie i budować więzi społeczne. Przedstawia zalety SUNO AI (łatwa dostępność do narzędzia, intuicyjna obsługa).

### **Pokaz możliwości SUNO AI (10 min) – tutorial w załączniku**

- **Krok po kroku:** Prowadzący krok po kroku demonstruje, jak można wykorzystać SUNO AI do skomponowania prostego utworu muzycznego.
  - **Tworzenie tekstu:** opracowanie słów do piosenki na podstawie wprowadzonych promptów;
  - **Dodawanie muzyki:** komponowanie melodii, dodawanie instrumentów i eksperymentowanie z dźwiękami;
  - **Efekty dźwiękowe (opcjonalnie):** wzbogacanie utworu poprzez zastosowanie efektów (takich jak: echo, reverb itp.).

### **Interaktywna prezentacja**

Prowadzący zaprasza uczestników do zaprezentowania możliwości aplikacji – np. pyta grupę o sugestie dotyczące kolejnych kroków podczas tworzenia utworu.

Uczestnicy mogą zadawać pytania, aby lepiej zrozumieć funkcje SUNO AI.

### **Ćwiczenie**

Krótkie, wspólne ćwiczenie, podczas którego wszyscy uczestnicy zajęć pod kierunkiem prowadzącego tworzą fragment utworu muzycznego. Dzięki temu w praktyce zaznajamiają się z interfejsem SUNO AI i jego podstawowymi funkcjami, a tym samym przygotowują się do samodzielnej pracy w grupach w dalszej części zajęć.

## **Kreatywne warsztaty muzyczne (40 min)**

Warsztaty mają na celu rozwijanie umiejętności współpracy, komunikacji i kreatywności w grupie, wzmacniając jednocześnie dobrostan uczestników poprzez umożliwienie im twórczego wyrażania emocji dzięki muzyce.

### **Podział na grupy (5 min)**

- **Losowy dobór:** Prowadzący dzieli uczestników na małe zespoły (3–4-osobowe). Można to zrobić na przykład przez losowanie karteczek z numerami.
  - **Cel:** Zapewnienie różnorodności w grupach, aby uczestnicy mogli się lepiej poznać i nauczyć współpracować z różnymi osobami.
- **Podział ról:** Każda grupa wybiera osoby odpowiedzialne za różne aspekty utworu, np. rytm/nastroj, melodię, efekty dźwiękowe.
  - **Cel:** Wyznaczenie ról usprawnia organizację pracy i zwiększa zaangażowanie wszystkich członków grupy.

### **Tworzenie piosenki (25 min)**

- **Tematyka utworu:** Każda grupa wybiera jedno z trzech uczuć (radość, spokój, pewność siebie), które zostanie odzwierciedlone w utworze muzycznym.
  - **Cel:** Ułatwienie skupienia się na konkretnym temacie i pokazanie, w jaki sposób muzyka może wyrażać emocje.
- **Proces twórczy:** Grupy rozpoczynają pracę nad utworami w SUNO AI. Prowadzący wspiera uczestników zajęć i odpowiada na ich pytania.
  - **Eksperymentowanie z rytmem:** Grupy wybierają odpowiedni rytm, dostosowując tempo i rodzaj beatów do danego uczucia.
  - **Tworzenie melodii:** Grupy komponują melodię, wybierając instrumenty i tonacje najlepiej odzwierciedlające emocje.

- **Dodawanie efektów dźwiękowych:** Uczestnicy eksperymentują z efektami dźwiękowymi i/lub z instrumentami, aby wzbogacić utwór i nadać mu unikalny charakter.
- **Koordynacja i współpraca:** Członkowie grupy współpracują ze sobą, dzielą się pomysłami, słuchają nawzajem swoich propozycji i wspólnie podejmują decyzje.
- **Kreatywne podejście:** Prowadzący zachęca uczestników do wyrażania siebie, eksperymentowania z dźwiękami i nieograniczania kreatywności.

### Współpraca w grupie (10 min)

- **Omówienie doświadczeń:** Każda grupa w skrócie omawia swoje doświadczenia, problemy i sposoby ich rozwiązania.
  - **Cel:** Dzielenie się doświadczeniami wzmacnia poczucie wspólnoty i umożliwia uczenie się od siebie nawzajem.
- **Refleksja nad współpracą:** Uczestnicy zastanawiają się, jak współpraca wpłynęła na proces twórczy i jakie umiejętności komunikacyjne były najważniejsze.
  - **Cel:** Zrozumienie znaczenia dobrej komunikacji i współpracy w osiąganiu wspólnych celów.

## Prezentacja i omówienie utworów (20 min)

Ten etap ma na celu nie tylko przedstawienie rezultatów pracy uczestników, lecz także rozwijanie umiejętności komunikacyjnych, krytycznego myślenia oraz przekazywania i przyjmowania konstruktywnej opinii.

### Prezentacja utworów (10 min)

- **Przygotowanie do przedstawienia kompozycji:** Każda grupa ma na to kilka minut. Prowadzący może zwrócić uwagę na wyjaśnienie, jak piosenka odzwierciedla wybrane emocje.
- **Prezentacje grup:** Każda grupa odtwarza swój utwór muzyczny pozostałym uczestnikom zajęć.
  - **Wprowadzenie:** Przed prezentacją utworu grupa krótko omawia, jakie uczucie chciała wyrazić i jakie elementy muzyczne wykorzystała do tego celu.
  - **Odtworzenie utworu:** Grupy prezentują swoje piosenki, używając głośników lub słuchawek, w zależności od dostępności sprzętu. Uczestnicy zajęć odsłuchują utwory poszczególnych zespołów, zwracając uwagę na różnorodność wykorzystanych technik.

### Omówienie i wyrażanie opinii (10 min)

- **Otwarte dyskusje:** Po każdej prezentacji prowadzący zachęca uczestników do dzielenia się wrażeniami na temat zaprezentowanych utworów. Dyskusje mogą dotyczyć:
  - **wrażeń emocjonalnych** (Jakie uczucia wywołała muzyka?; Czy utwór dobrze oddał zamierzone emocje?);
  - **elementów technicznych** (Jakie elementy muzyczne – rytmy, melodie, efekty – były szczególnie efektywne?);
  - **kreatywności i innowacyjności** (Jakie były najbardziej kreatywne i innowacyjne aspekty utworu?).
- **Konstruktywna opinia:** Prowadzący moderuje dyskusję, zachęcając do przekazywania konstruktywnych opinii na temat piosenki. Uczestnicy uczą się, jak formułować informacje w sposób wspierający i motywujący.
  - **Pozytywne aspekty:** Podkreślenie udanych elementów w utworach każdej grupy.
  - **Sugestie do poprawy:** Delikatne wskazanie obszarów, które mogą wymagać dodatkowej pracy lub innego podejścia – zawsze z poszanowaniem wysiłku i zaangażowania grupy.



**Refleksje grupy:**

Uczestnicy zajęć krótko podsumowują swoje wrażenia z prezentacji i omówienia, dzieląc się tym, czego się nauczyli i jakie wnioski wyciągnęli z opinii innych.

- **Cel:** Kształtowanie refleksji i samooceny oraz zachęcanie do dalszego rozwoju.

**Uwaga**

Trzeba zadbać o to, by każdy uczestnik zajęć miał możliwość wypowiedzenia się, zarówno po prezentacji utworu swojej grupy, jak i po wystłuchaniu piosenek innych zespołów.

**Refleksja i zamknięcie zajęć (5 min)**

Ten etap ma na celu ugruntowanie doświadczeń uczestników i umożliwienie im wyciągnięcia wniosków z aktywności, w których brali udział. Ma być pozytywnym zakończeniem, które pozostawi dobre wrażenia i zmotywuje uczestników do dalszej pracy twórczej.

**Refleksja indywidualna (3 min)**

- **Cisza i skupienie:** Prowadzący prosi uczestników o znalezienie spokojnego miejsca, zamknięcie oczu i skupienie się na swoich myślach oraz uczuciach.
  - **Cel:** Pomoc uczestnikom w uporządkowaniu odczuć i doświadczeń z zajęć.
- **Pytania refleksyjne:** Prowadzący zadaje kilka pytań, które mają pomóc w refleksji:
  - Jakie były twoje wrażenia z dzisiejszych zajęć?
  - Co najbardziej ci się podobało i dlaczego?
  - Czego się nauczyłeś/nauczyłaś o sobie i o współpracy w grupie?
  - Jakie umiejętności wykorzystałeś/wykorzystałaś podczas tworzenia muzyki?
- **Notatki:** Uczestnicy otrzymują notatniki i długopisy, by mogli zapisać swoje myśli i odpowiedzi na wymienione pytania.
  - **Cel:** Utrwalenie doświadczeń oraz przemyślenie wiedzy i umiejętności, zdobytych podczas zajęć.

**Podsumowanie i zamknięcie (2 min)**

- **Podsumowanie zajęć przez prowadzącego:** Przypomnienie najważniejszych celów i aktywności.
  - **Podkreślenie osiągnięć:** Docenienie współpracy, stworzonych utworów i sposobu dzielenia się wrażeniami/opiniami.
- **Zachęta do dalszej pracy:** Prowadzący namawia do dalszego korzystania z SUNO i eksperymentowania z muzyką. Może również zaproponować dodatkowe zasoby i materiały pomocne w rozwijaniu umiejętności muzycznych i twórczych.
  - **Inspiracja:** Podkreślenie, że muzyka jest efektywnym narzędziem wyrażania siebie, radzenia sobie z emocjami i budowania relacji z innymi.
- **Podziękowanie i zakończenie:** Prowadzący dziękuje uczestnikom za aktywny udział, ich zaangażowanie i kreatywność. Oficjalnie kończy zajęcia, życząc wszystkim powodzenia w dalszej twórczości.
  - **Pożegnanie:** Uczestnicy mogą się pożegnać i wymienić wrażeniami w mniej formalnej atmosferze.

## Dodatkowe wskazówki

- **Dostosowanie poziomu trudności**

Zajęcia mogą być dopasowane do różnych poziomów doświadczenia uczestników. W grupach początkujących prowadzący powinien więcej czasu poświęcić na wyjaśnienie podstawowych funkcji SUNO AI. Dla bardziej zaawansowanych uczestników można przygotować dodatkowe wyzwania (np. tworzenie bardziej skomplikowanych utworów).

- **Elastyczność czasu**

Plan zajęć powinien być elastyczny, dostosowany do tempa pracy grup. Jeśli uczestnicy potrzebują więcej czasu na tworzenie muzyki, można skrócić inne segmenty. Ważne jest, aby mieli wystarczająco dużo czasu na pełne zaangażowanie się w proces twórczy.

- **Zróżnicowanie metod nauczania**

Prowadzący może używać różnych metod nauczania (demonstracje, ćwiczenia, dyskusje grupowe i refleksje indywidualne), by utrzymać zainteresowanie uczestników zajęć i ułatwić im przyswajanie wiedzy.

- **Stworzenie bezpiecznej przestrzeni**

Prowadzący powinien zadbać o stworzenie przestrzeni zaufania i bezpieczeństwa, w której wszyscy będą się czuli swobodnie podczas wyrażania swoich pomysłów i emocji. Powinien też zachęcać do otwartości i wspierać uczestników zajęć w ich twórczych wysiłkach.

- **Adaptacja do różnych grup**

Zajęcia mogą być dostosowane do różnych grup wiekowych i demograficznych. W przypadku młodszych uczestników warto wprowadzić więcej elementów zabawy i interaktywności. Starsi mogą się skupić na bardziej złożonych aspektach tworzenia muzyki i pogłębieniu refleksji nad emocjami.

- **Przygotowanie techniczne**

Przed zajęciami prowadzący powinien się upewnić, że wszystkie urządzenia są sprawne oraz że uczestnicy mają dostęp do SUNO AI. Warto również przygotować kopie instrukcji i przewodników na wypadek problemów technicznych.

SUNO AI pozwala na wygenerowanie 10 utworów – być może konieczne będzie założenie osobnych kont dla każdej grupy.

- **Integracja z innymi zajęciami**

Zaproponowane zajęcia mogą być częścią szerszego programu rozwoju osobistego lub artystycznego. Prowadzący może współpracować z nauczycielami i trenerami, aby włączyć elementy muzyczne do innych obszarów nauczania i rozwoju.



The image features a central graphic consisting of a large orange circle with a blue border. This circle is surrounded by several thick, slanted lines in blue and orange, extending towards the top and bottom edges of the frame. The text "Szkoła ponadpodstawowa" is centered within the orange circle in a white, sans-serif font.

Szkoła  
ponadpodstawowa



# Na dobry początek

Autorka: Monika Khan

Czas trwania zajęć	2 × 45 min
Grupa docelowa	uczniowie szkół ponadpodstawowych (zaproponowane aktywności można również zastosować w pracy z młodszymi uczniami)
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie członków zespołu klasowego i budynku szkoły</li> <li>• integracja klasy poprzez współpracę</li> <li>• uświadomienie uczniom ich mocnych stron</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kolorowe samoprzylepne karteczki typu Post-it</li> <li>• wykreślanka (jedna kopia dla grupy 4–5 uczniów)</li> <li>• karta pracy „Znajdź kogoś, kto...” (jedna kopia dla każdego ucznia)</li> <li>• karta pracy „Szkolne podchody – <i>Scavenger hunt</i>” (jedna kopia dla grupy 4–5 uczniów)</li> <li>• arkusz brystolu A2 z nagłówkiem (np. z hasłem lub z nazwą klasy) oraz narysowanym budynkiem szkoły z liczbą okien odpowiadającą liczbie uczniów</li> <li>• białe kartki wielkości okien na arkuszu brystolu (jedna kopia dla każdego ucznia)</li> <li>• kredki, flamastry, markery, klej, taśma klejąca, nożyczki</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Classroomscreen</b> i funkcja Group Maker do dzielenia klasy na grupy</li> <li>• <b>Puzzle Maker</b> do przygotowania wykreślanki z ukrytym hasłem lub cytatem</li> <li>• <b>Canva</b> do przygotowania kart pracy „Znajdź kogoś, kto...” i „Szkolne podchody – <i>Scavenger hunt</i>”</li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:  
[bit.ly/Na\\_dobry\\_poczatek](https://bit.ly/Na_dobry_poczatek)



# Przebieg zajęć

## Lekcja 1

### Przygotowanie

Przed rozpoczęciem zajęć nauczyciel drukuje wykreślankę przygotowaną w aplikacji Puzzle Maker (jedna kopia dla grupy 4–5 uczniów) oraz kartę „Znajdź kogoś, kto...” (jedna kopia dla każdego ucznia).

### Wprowadzenie

Nauczyciel wyjaśnia uczniom przebieg i cele zajęć.

### Wykreślanka

Nauczyciel rozdaje samoprzylepne karteczki typu Post-it, na których uczniowie zapisują swoje imiona (mogą je dodatkowo w dowolny sposób ozdobić). Następnie przyklejają je w widocznym miejscu do ubrania.

Prowadzący dzieli klasę na 4–5-osobowe grupy (np. za pomocą generatora dostępnego w Classroomscreen). Każda z grup otrzymuje wykreślankę przygotowaną w Puzzle Maker (opcja Hidden Message Puzzle – wykreślanka z ukrytą wiadomością). Zadaniem uczniów jest odnalezienie i wykreślenie imion wszystkich osób w klasie i odkrycie cytatu motywacyjnego (propozycja strony internetowej ze zbiorem cytatów: [bit.ly/4hRaTRS](https://bit.ly/4hRaTRS)). Nauczyciel rozmawia z uczniami o jego znaczeniu.

### Uwaga

Warto umożliwić uczniom swobodne poruszanie się po sali lekcyjnej, żeby mogli poznać imiona osób z innych grup (zapytać je lub sprawdzić na przyklejonych karteczkach).

### „Znajdź kogoś, kto...”

Nauczyciel rozdaje karty pracy „Znajdź kogoś, kto...”. Zadaniem uczniów jest rozmowa z innymi osobami w klasie na temat aktywności wakacyjnych i znalezienie kogoś, kto brał w nich udział. Imię tej osoby wpisywane jest w odpowiedniej rubryce na otrzymanej karcie. Uczniowie wykonują zadanie przez 15 minut lub do chwili, gdy jeden z nich uzupełni całą kartę.

### Uwaga

Nauczyciel może zdecydować, że uczniowie podczas każdej rundy rozmów mogą pytać jedną osobę o określoną liczbę aktywności (np. 2–3), a następnie przechodzić do kolejnej. Po zakończeniu zadania uczniowie siadają w kole i każdy z nich dzieli się ze wszystkimi jedną uzyskaną wcześniej informacją.

## Podsumowanie zajęć

Nauczyciel rozdaje każdemu uczniowi samoprzylepną karteczkę Post-it. Uczniowie podsumowują zajęcia, odpowiadając na pytania: „Co ci się podobało w dzisiejszej lekcji?”, „Co byś zmienił/zmieniła?”. Wychodząc z sali lekcyjnej, przyklejają swoje odpowiedzi w ustalonym wcześniej miejscu.

## Lekcja 2

### Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel drukuje kartę „Szkolne podchody – *Scavenger hunt*” (jedna kopia dla grupy 4–5 uczniów), przygotowuje arkusz brystolu A2 z narysowanym budynkiem szkoły oraz tyłoma oknami, ilu jest uczniów w klasie, białe kartki wielkości okien na arkuszu brystolu (jedna kopia dla każdego ucznia) oraz kredki, flamastry, markery, klej, taśmę klejącą i nożyczki.

### Uwaga

Na wcześniejszej lekcji nauczyciel może poprosić uczniów o przyniesienie potrzebnych materiałów do rysowania i klejenia.

### Wprowadzenie

Nauczyciel wyjaśnia uczniom przebieg i cele zajęć.

### Szkolne podchody – *Scavenger hunt*

Nauczyciel dzieli klasę na 4–5-osobowe grupy za pomocą generatora dostępnego na stronie Classroomscreen. Każdy z zespołów otrzymuje kopię karty „Szkolne podchody – *Scavenger hunt*”. Zadaniem uczniów jest zlokalizowanie miejsc wskazanych na karcie i uzupełnienie odpowiedzi na pytania. Mogą swobodnie przemieszczać się po budynku szkoły w asyście nauczyciela. Po 15 minutach (lub wcześniej, gdy uzupełnią kartę), wracają do sali lekcyjnej i porównują swoje odpowiedzi z innymi grupami.

### Nasza klasa pełna supermocy

Nauczyciel przynosi arkusz brystolu A2 z nagłówkiem (np. „Nasza klasa pełna supermocy”) lub z nazwą klasy i narysowanym budynkiem szkoły z liczbą okien odpowiadającą liczbie uczniów. Udostępnia też materiały do rysowania i klejenia.

Następnie wręcza każdemu uczniowi białą kartkę wielkości okna na arkuszu A2. Zadaniem uczniów jest napisanie na niej swojego imienia oraz zilustrowanie swoich mocnych stron, zasobów, umiejętności i przyklejenie w wybranym oknie. Gdy wszystkie miejsca są uzupełnione, uczniowie umieszczają plakat w widocznym miejscu (ma im towarzyszyć przez cały rok szkolny).

### Podsumowanie zajęć

Nauczyciel rozdaje każdemu uczniowi samoprzylepną karteczkę typu Post-it. Uczniowie podsumowują zajęcia, odpowiadając na pytania: „Co ci się podobało w dzisiejszej lekcji?”, „Co byś zmienił/zmieniła w dzisiejszych zajęciach?”. Wychodząc z sali lekcyjnej, przyklejają swoje odpowiedzi w ustalonym wcześniej miejscu.





# Us in Europe

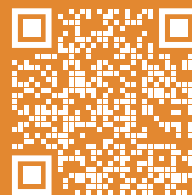
Autorka: Anna Pławecka



Czas trwania zajęć	45–90 min
Grupa docelowa	uczniowie szkół ponadpodstawowych ze znajomością angielskiego na poziomie B1+/B2 i wyższym, grupy projektowe
Cele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• integracja zespołu – budowanie dobrostanu, poczucia pewności siebie, dobrych relacji w grupie</li> <li>• doskonalenie umiejętności tworzenia wypowiedzi w języku angielskim</li> <li>• obalanie stereotypów</li> <li>• uwrażliwianie na różnorodność</li> </ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smartfony lub tablety z dostępem do internetu i możliwością skanowania kodów QR (przynajmniej jeden na grupę uczniów), ewentualnie słuchawki</li> <li>• wydrukowane karty <b>Cards for Democracy for All</b> (na licencji Creative Commons, do pobrania w dowolnym języku)</li> <li>• wydrukowane karty z kodami QR</li> <li>• karty odpowiedzi z tabelą do uzupełnienia</li> </ul>
Proponowane narzędzia TIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aplikacja <b>ClassDojo</b> w celu losowego podziału na grupy</li> <li>• <b>Generator kodów QR</b> (plansze z kodami)</li> <li>• plansza <b>Poll Everywhere</b> do zebrania informacji zwrotnej po wykonaniu zadania przez uczniów</li> <li>• słownik internetowy (np. <i>Longman Dictionary of Contemporary English</i> – LDOCE lub aplikacja Macmillan Dictionary for free na smartfon)</li> </ul>

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:

[bit.ly/Us\\_in\\_Europe](http://bit.ly/Us_in_Europe)





# Przebieg zajęć

## Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel zakłada klasę w portalu ClassDojo, w którym dzieli uczestników na grupy (tutorial w załączeniu). Przygotowuje wydruki wybranych kart Cards for Democracy for All w języku (językach) pasujących do zadania/sytuacji, plansze z kodami QR (załącznik 2) oraz link do głosowania Poll Everywhere, umożliwiający zebranie informacji zwrotnej na temat zajęć (załącznik 3).

## Realizacja zadania

### Etap 1

Nauczyciel wyjaśnia uczniom przebieg tego etapu zajęć:

- podział na grupy;
- przedstawienie się;
- praca z kodami QR.

Dzieli uczestników na grupy za pomocą Class Dojo (załącznik 4) – każdej z nich przypisuje jeden kraj europejski. Uczniowie przedstawiają się, a następnie uzupełniają zdanie dotyczące dobrostanu – np. „What makes me feel good is...” (lub inne).

### Wskazówka

Jeśli w ramach projektu działają osoby z różnych państw, dzielimy je na grupy według krajów – każda odpowiada na pytania na temat swojej ojczyzny (w takiej sytuacji wymienione poniżej poszukiwanie w internecie można pominąć).

Nauczyciel rozdaje uczniom karty odpowiedzi z tabelą do uzupełnienia (załącznik 1) – po jednej na grupę. Uczniowie rozpoczynają realizację zadania poprzez odczytywanie kodów QR i zapisywanie numerów pytań oraz odpowiedzi w tabeli, po uprzednim wyszukaniu informacji w internecie. Żeby zwiększyć komfort psychiczny uczniów, można w tym czasie odtworzyć muzykę odpowiednią dla danej grupy wiekowej/narodowościowej.

### Uwaga

Można poprosić uczniów o uzupełnianie tabeli w GoogleDocs, ale lepiej sprawdzą się kartka i długopis.

Grupy prezentują swoje odpowiedzi nauczycielowi. Pytania są sformułowane w taki sposób, że nie da się udzielić na nie niewłaściwych odpowiedzi – w związku z tym informacje zwrotne od prowadzącego dają uczniom poczucie sukcesu (opcjonalnie: można przygotować drobne upominki/nagrody dla wszystkich kończących zadanie).

## Etap 2

[Ten etap najlepiej się sprawdza w mieszanych grupach projektowych, ale można go zrealizować także w klasie].

Nauczyciel wyjaśnia uczniom przebieg drugiego etapu zajęć:

- podział na zespoły mieszane narodowościowo;
- przedstawienie się w obecnych grupach;
- praca z kartami.

Uczniowie dzielą się na grupy w taki sposób, by w każdej znajdowała się jedna osoba z danego kraju – jeśli w projekcie działało np. 5 zespołów 4-osobowych reprezentujących poszczególne kraje, tworzymy 4 grupy 5-osobowe.

Uczniowie przedstawiają się i wykonują ćwiczenie typu „Dokończ zdanie”: „What makes Polish people feel good is...” (podając narodowość, która była przedmiotem badań ich grupy).

Nauczyciel rozdaje grupom karty Cards for Democracy for All (np. po jednej dla każdej osoby). Poszczególne osoby omawiają na forum grupy zagadnienia zaprezentowane na kartach.

### Uwaga

W zależności od potrzeb grupy nauczyciel decyduje, czy odpowiedzi mają dotyczyć danego kraju, czy przekonań pojedynczych osób.

## Etap 3 (opcjonalny)

Grupy „wielonarodowościowe” tworzą plakat przedstawiający ich refleksje na temat omawiany podczas zajęć (mogą wykorzystać różnorodne narzędzia i techniki: farby, flamastry, kredki, kolaże).

Powstałe plakaty mogą być wykorzystane jako materiały pomocnicze na zajęciach dla innych grup – których porządek będzie odwrotny do zaprezentowanego w tym scenariuszu.

## Podsumowanie zajęć

Nauczyciel wyświetla uczniom kod QR do planszy Poll Everywhere (załącznik 3), na której uczniowie zostawiają krótką informację zwrotną na temat lekcji.



# Trees of Collaboration

Autorka: Katarzyna Siwczak

Czas trwania zajęć	45–90 min (w zależności od wersji scenariusza) – zajęcia na świeżym powietrzu (wymagane miejsce w otoczeniu drzew, np. park)
Grupa docelowa	uczniowie szkół ponadpodstawowych
Cele	<ul style="list-style-type: none"><li>• integracja zespołu klasowego poprzez współpracę grupową oraz rywalizację (gamifikacja, wykorzystanie kreatywności)</li><li>• rozwijanie umiejętności językowych (czytania, słuchania, mówienia i pisania)</li><li>• wzbogacenie słownictwa (m.in. z zakresu nazewnictwa drzew)</li><li>• kształtowanie postawy prozdrowotnej i obywatelskiej</li></ul>
Potrzebne materiały – wersja z wykorzystaniem ActionBound	<ul style="list-style-type: none"><li>• smartfony/tablety z dostępem do internetu i z zainstalowaną aplikacją ActionBound (przynajmniej jeden na grupę)</li><li>• karty podziału na grupy (załącznik 1)</li><li>• kartki formatu A2</li><li>• kolorowe markery</li><li>• instrukcja startowa zawierająca wygenerowany w ActionBound kod QR rozpoczynający grę (załącznik 2)</li><li>• karta ewaluacji zajęć (załącznik 3)</li></ul>
Potrzebne materiały – wersja z wykorzystaniem metody Treasure Hunt i kodów QR	<ul style="list-style-type: none"><li>• smartfony/tablety z dostępem do internetu z zainstalowanym skanerem kodów QR (przynajmniej jeden na grupę)</li><li>• tablety/komputery (przynajmniej jeden na grupę)</li><li>• karty podziału na grupy (załącznik 1)</li><li>• kody QR zawierające instrukcje zadań (załącznik 4)</li><li>• kartki formatu A2</li><li>• kolorowe markery</li><li>• taśma klejąca</li><li>• ankieta końcowa utworzona w aplikacji Wooclap (tutorial dołączony do scenariusza)</li></ul>

## Proponowane narzędzia TIK

- **ActionBound** (wersja A scenariusza)
- **Canva** (karty podziału na grupy – załącznik 1, karta ewaluacji zajęć – załącznik 3)
- **Wordwall** – gra „połącz w pary” (nazwy drzew w językach angielskim i polskim)
- **WordArt**
- **Wooclap** (ankieta końcowa w wersji B scenariusza)

Gra **ActionBound**, dostępna dla osób posiadających konto w aplikacji (tutorial i załączniki):

[bit.ly/Trees\\_of\\_collaborations](https://bit.ly/Trees_of_collaborations)





# Przebieg zajęć

wersja A: ActionBound

## Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel opracowuje grę w aplikacji ActionBound. Jeśli posiada licencję EDU, wystarczy skopiować *bound* (grę) udostępniony pod tym linkiem. W darmowej wersji konta grę trzeba stworzyć na podstawie instrukcji dołączonych do scenariusza. Nauczyciel przygotowuje kod QR wygenerowany w ActionBound (rozpoczynający grę), a także odpowiednią liczbę kart dla uczniów z podziałem na grupy. Każdy zespół otrzymuje również kartki A2 oraz kolorowe markery. Nauczyciel drukuje kartę ewaluacji zajęć (jedno drzewo dla każdego ucznia).

## Wprowadzenie

Uczniowie losują karty z nazwami drzew (załącznik 1), w ten sposób tworząc grupy. Nauczyciel objaśnia ćwiczenie: Każdy zespół uczestniczy w misji *Trees of Collaboration*, składającej się z jedenastu zadań, które należy wykonać poprawnie, by dotrzeć do końca. Grę rozpoczynamy, skanując kod QR w aplikacji ActionBound, wygenerowany wraz z instrukcją (załącznik 2).

## Realizacja zadań

Po zeskanowaniu kodu QR uczniowie otrzymują dostęp do opisu misji. W grupach realizują poszczególne zadania przedstawione poniżej:

**Zadanie 1:** rozwiązanie rebusu (odpowiedź tekstowa: *wellbeing*);

**Zadanie 2:** kreatywne – zrobienie zdjęcia wyrazu *wellbeing*, utworzonego ze znalezionych liści, gałązek, żółodzi (uwaga: uczniowie wykorzystują wyłącznie materiały znalezione na ziemi – nie zrywają niczego z drzew; instrukcja zawiera informację: „Do Not Hurt Trees!”);

**Zadanie 3:** rozwiązanie quizu – odpowiedź w formie zdjęcia prezentującego uzyskany wynik (link do quizu wykorzystanego w zadaniu – [tinyurl.com/3mmjzycn](https://tinyurl.com/3mmjzycn));

**Zadanie 4:** jednokrotny wybór (link do artykułu wykorzystanego w tym zadaniu – [tinyurl.com/2nff43yj](https://tinyurl.com/2nff43yj));

**Zadanie 5:** kreatywne – zdjęcie zespołu przytulającego się do drzewa;

**Zadanie 6:** jednokrotny wybór (link do strony zawierającej informację wykorzystaną w tym zadaniu – [tinyurl.com/6t2fuv77](https://tinyurl.com/6t2fuv77));

**Zadanie 7:** kreatywne – zdjęcie odrysowanych konturów dłoni uczestników tworzących kształt drzewa;

**Zadanie 8:** burza mózgów – utworzenie chmury wyrazowej (w kształcie drzewa) z przynajmniej 12 słów określających dobrą współpracę (link do WordArt wykorzystanego w tym zadaniu – [wordart.com/create](https://wordart.com/create));

**Zadanie 9:** kreatywne – zdjęcie uczestników wykonujących pozycję drzewa w jodze (link do filmu wykorzystanego w tym zadaniu – [tinyurl.com/78tfvdah](https://tinyurl.com/78tfvdah));



**Zadanie 10:** drzewo decyzyjne – prezentacja argumentacji w formie nagrania wideo (link do przykładowej strony zawierającej informacje na temat drzewa decyzyjnego – [tinyurl.com/Sab6u35t](https://tinyurl.com/Sab6u35t));

**Zadanie 11:** otwarte – wypowiedź pisemna uzasadniająca podejmowane w trakcie zajęć decyzje grupowe (link do strony internetowej zawierającej cytaty wykorzystane w tym zadaniu – [tinyurl.com/3v655h66](https://tinyurl.com/3v655h66)).

Po wykonaniu ostatniego zadania uczniowie otrzymują wiadomość końcową.

## Podsumowanie

Nauczyciel składa grupom gratulacje za wykonania zadania.

## Ewaluacja zajęć

Każdy uczeń otrzymuje wydrukowany zarys drzewa (załącznik 3), do którego dorysowuje liście zawierające słowa (przynajmniej trzy), którymi opisuje zajęcia i współpracę w grupie. Nauczyciel może zebrać odpowiedzi lub poprosić uczniów o ich przedstawienie wraz z argumentacją.



## Przebieg zajęć

wersja B: „Treasure Hunt” z kodami QR

### Przygotowanie

Przed zajęciami nauczyciel drukuje kody QR ([tinyurl.com/mrxwxe4p](https://tinyurl.com/mrxwxe4p)) i rozmieszcza je w wybranej lokalizacji (w otoczeniu drzew). Kody można umocować za pomocą taśmy klejącej na drzewach, ławkach czy huśtawkach w taki sposób, aby odnalezienie ich było wyzwaniem i wymagało od uczniów współpracy grupowej. Nauczyciel przygotowuje również w aplikacji Wooclap ankietę, która zostanie wykorzystana do podsumowania zajęć (tutorial w załączniku).

### Wprowadzenie

Uczniowie losują karty z nazwami drzew (załącznik 1) – ci z takimi samymi drzewami tworzą grupy. Zespoły otrzymują kartki A2 oraz kolorowe markery.

Nauczyciel objaśnia zadanie: każda grupa musi odnaleźć ukryte kody QR, aby wykonać dwanaście zadań (w kolejności 1–12); przy czym pierwsze jedenaście należy zrealizować poza klasą, a dwunaste w sali lekcyjnej (przygotowanie w pracowni komputerowej prezentacji dotyczącej wcześniejszych zadań). Nauczyciel oznajmia, że kolejne zajęcia będą poświęcone prezentacjom przygotowanym przez zespoły. Wybrana zostanie najlepsza – oceniane będą: kreatywność oraz współpraca grupy.

## Realizacja zadania

Pracując w grupach, uczniowie odnajdują kody QR i realizują ukryte pod nimi zadania (Task 1–11).

**Task 1** ([tinyurl.com/3k8h9vmj](https://tinyurl.com/3k8h9vmj))

**Task 2** ([tinyurl.com/2cjtpj52](https://tinyurl.com/2cjtpj52))

**Task 3** ([tinyurl.com/yj36epn5](https://tinyurl.com/yj36epn5))

**Task 4** ([tinyurl.com/mrwyuxjz](https://tinyurl.com/mrwyuxjz))

**Task 5** ([tinyurl.com/mry999hu](https://tinyurl.com/mry999hu))

**Task 6** ([tinyurl.com/2p9u3ua4](https://tinyurl.com/2p9u3ua4))

**Task 7** ([tinyurl.com/ykd5j923](https://tinyurl.com/ykd5j923))

**Task 8** ([tinyurl.com/yabzk4b7](https://tinyurl.com/yabzk4b7))

**Task 9** ([tinyurl.com/24msjcnv](https://tinyurl.com/24msjcnv))

**Task 10** ([tinyurl.com/3w2bwcp6](https://tinyurl.com/3w2bwcp6))

**Task 11** ([tinyurl.com/2jpaj9hz](https://tinyurl.com/2jpaj9hz))

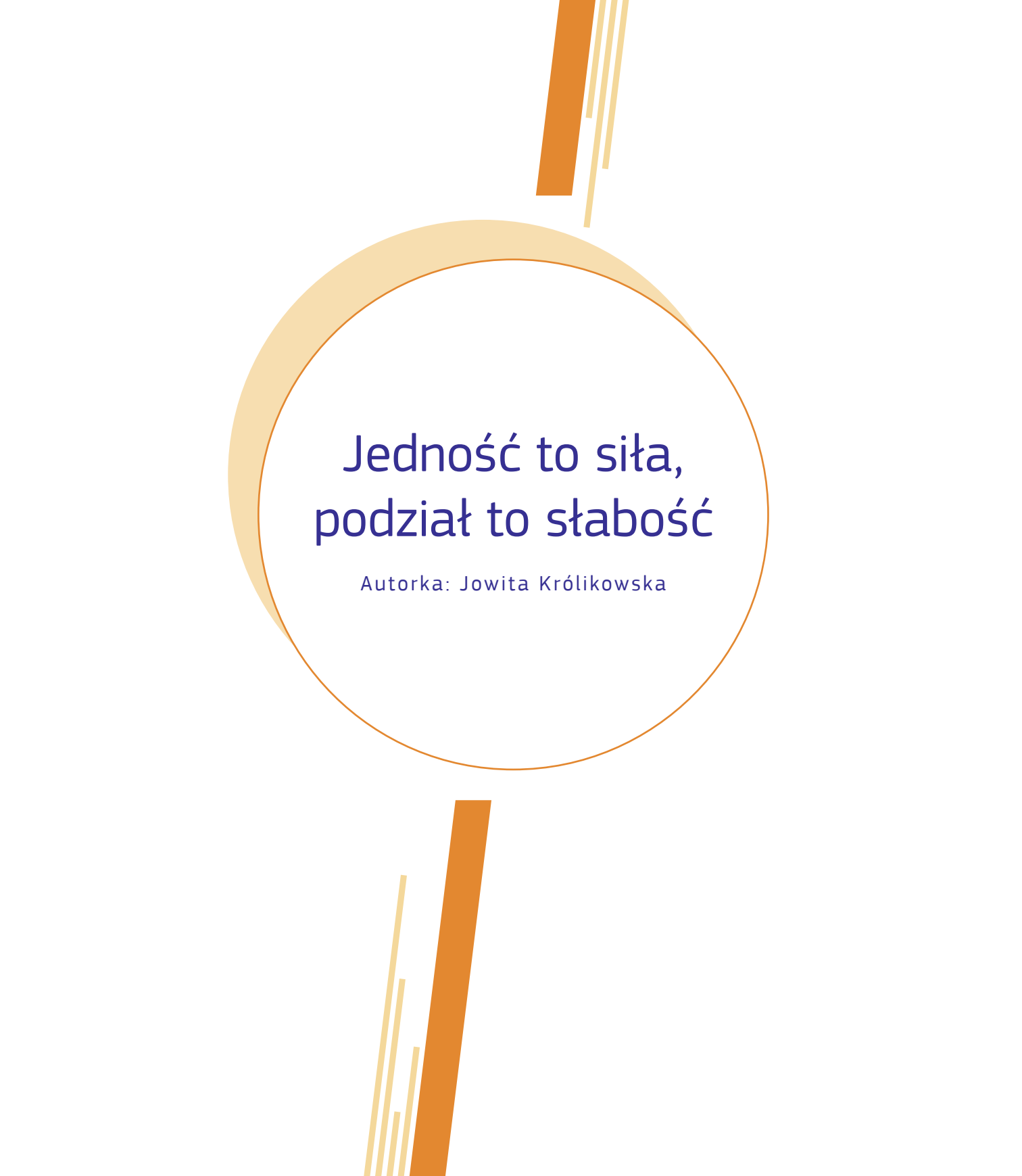
**Zadanie 12 (Task 12 – [tinyurl.com/yazpjz3v](https://tinyurl.com/yazpjz3v))** można zrealizować w wersji outdoorowej (jeśli uczniowie wyrażą chęć tworzenia prezentacji przy wykorzystaniu smartfonów/tabletów) lub w sali lekcyjnej z dostępem do komputerów.

## Podsumowanie

Wybierając tę opcję scenariusza, należy zaplanować kolejną lekcję, podczas której grupy wystąpią ze swoimi prezentacjami. Po zakończeniu zapraszamy uczniów do głosowania na najlepszą z prac według następujących zasad:

- każdy uczeń (i nauczyciel) ma jeden głos;
- NIE można głosować na własną prezentację;
- wybór odbywa się za pomocą aplikacji Wooclap (nauczyciel wyświetla dostępny w aplikacji kod QR, który przeniesie uczniów na stronę głosowania – instrukcja korzystania z aplikacji Wooclap dostępna jest w załącznikach).

Nauczyciel podsumowuje zajęcia, dziękując uczestnikom za zaangażowanie. Zwycięzcy zostają nagrodzeni dobrymi ocenami.



# Jedność to siła, podział to słabość

Autorka: Jowita Królikowska

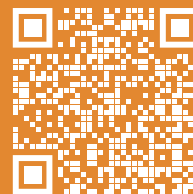
Czas trwania zajęć	90 min
Grupa docelowa	uczniowie szkół ponadpodstawowych rozpoczynający naukę w danej placówce
Cele	<ul style="list-style-type: none"><li>• tworzenie pozytywnych relacji w zespole klasowym/ projektowym</li><li>• budowanie dobrostanu psychofizycznego poprzez rozwijanie umiejętności współpracy i aktywność fizyczną</li><li>• promowanie różnorodności jako czynnika niezbędnego w budowaniu silniejszych, zjednoczonych społeczności</li><li>• zwiększanie wiedzy uczniów na temat integracji i jej wpływu na funkcjonowanie spójnego i zróżnicowanego społeczeństwa</li><li>• zrozumienie znaczenia edukacji obywatelskiej oraz wartości europejskich w kształtowaniu świadomych, odpowiedzialnych i zaangażowanych obywateli</li></ul>
Potrzebne materiały	<ul style="list-style-type: none"><li>• smartfony lub tablety z dostępem do internetu (przynajmniej jeden na grupę)</li><li>• karta pracy „Różnorodność ma moc! Poznajmy się!” (załącznik 1)</li><li>• kartki z nazwami grupy (załącznik 2)</li><li>• szyfr „Szachownica Polibiusza” (załącznik 3)</li><li>• koperty z zaszyfrowaną wiadomością dla każdej grupy (załącznik 4)</li><li>• kody QR z zaszyfrowanymi zadaniami (załącznik 5)</li><li>• karty pracy z testami w LearningApps (załącznik 7, alternatywa dla kart pracy drukowanych)</li><li>• karty pracy z testami (załączniki 8–12)</li><li>• 5 piątek, 15 mat gimnastycznych (zamiennikiem mogą być gazety, koce, duże arkusze papieru lub tektury)</li><li>• długopisy, kartki A4</li></ul>

## Proponowane narzędzia TIK

- **Canva** (przygotowanie materiałów na zajęcia)
- **Learning Apps** (ćwiczenia interaktywne – teksty z lukami do wypełnienia)
- **Tricider** (aplikacja do przeprowadzenia dyskusji; instruktaż korzystania – załącznik 14)
- **ChatGPT** (narzędzie wykorzystane do tworzenia skojarzeń [załącznik 6] oraz do generowania tekstów z lukami)
- **Generator kodów QR** (załącznik 5)

Załączniki oraz tutoriale dotyczące wykorzystanych narzędzi TIK:

[bit.ly/Jednosc\\_to\\_sila](https://bit.ly/Jednosc_to_sila)





# Przebieg zajęć

## Wprowadzenie (5 min)

Nauczyciel przedstawia uczniom tematykę lekcji. Podaje cele zajęć oraz sprawdza obecność.



### Przykład wprowadzenia

Witajcie w nowej szkole. Na dzisiejszych zajęciach będziemy rozmawiać o bardzo ważnych kwestiach, które dotyczą nas wszystkich – o różnorodności, dobrostanie i wartościach europejskich.

Godność człowieka, wolność, równość, demokracja, poszanowanie praw drugiego człowieka to wartości, które wpływają na nas oraz są fundamentem życia społecznego i kulturalnego w Europie. Każdy z nas jest inny, a różnorodność jest tym, co sprawia, że nasze społeczeństwo jest tak wyjątkowe. Różnorodność jest naszą siłą, ale także wyzwaniem. Abyśmy mogli czerpać z niej jak najwięcej, musimy nauczyć się wzajemnego szacunku, zrozumienia i współpracy. W budowaniu silniejszych więzi pomogą nam dzisiejsze zajęcia integrujące zespół klasy: „Jedność to siła, podział to słabość”, w trakcie których lepiej się poznamy i zrozumiemy oraz postaramy się stworzyć atmosferę wzajemnego szacunku i środowisko współpracy w zespole klasowym.

## Zadanie 1: Poznajmy się (15 min)

Uczniowie otrzymują kartę pracy „Różnorodność ma moc! Poznajmy się” (załącznik 1), na której zapisują swoje imię oraz uzupełniają odpowiedzi:

1. Lubię...
2. Nie lubię...
3. Moją mocną stroną jest...
4. Od klasy oczekuję...

Następnie wyszukują osoby:

- które lubią te same rzeczy (lub ich nie lubią);
- z którymi nie mają ani jednej cechy wspólnej;  
i zapisują ich imiona. Zadaniem każdego ucznia jest wymyślenie, w jaki sposób można wykorzystać różnorodność w zespole klasowym.

### Podsumowanie zadania

Uczniowie przedstawiają, ile osób z podobnymi lub innymi zainteresowaniami znaleźli. Nauczyciel zachęca do odczytania pomysłów związanych z wykorzystaniem różnorodności w klasie.

**Wersja online**

Alternatywą dla papierowej karty pracy jest użycie interaktywnej wersji, stworzonej w aplikacji Canva. Link do szablonu znajduje się w kodzie QR ([bit.ly/3YSC9a6](https://bit.ly/3YSC9a6)).

**Zadanie 2: Podział uczniów na pięć grup (4 min)**

Uczniowie losują karteczki z pięcioma różnymi wyrazami (załącznik 2). Zadaniem jest znalezienie w klasie osób, które mają to samo słowo na kartce i stworzenie z nimi grupy:

- Grupa 1 – „Różnorodność”;
- Grupa 2 – „Dobrostan”;
- Grupa 3 – „Wartości europejskie”;
- Grupa 4 – „Edukacja obywatelska”;
- Grupa 5 – „Integracja”.

**Zadanie 3: Przedstaw swoją grupę (5 min)**

Uczniowie szukają pomysłu na przedstawienie swojej grupy za pomocą ruchu i krótkiej rymowanki (zawierającej nazwę zespołu).

**Przykład dla grupy „Dobrostan”**

„Ruszaj się, energię znajdź! Razem w górę – o dobrostan walczyć!”. Na słowa „ruszaj się, energię znajdź” uczniowie wykonują ćwiczenia (np. podskoki, obroty wokół własnej osi), a po usłyszeniu „razem w górę o dobrostan walczyć” robią przysiad podparty i wyskok w górę.

**Zadanie 4: Rozszyfruj wiadomość (10 min)**

Uczniowie otrzymują kopertę z zaszyfrowaną wiadomością za pomocą „Szachownicy Polibiusza” (wyjaśnienie szyfru w załączniku 3 lub w kodzie QR 1 z załącznika 5). Dla utrudnienia wiadomość może zostać pocięta, aby uczestnicy zajęć musieli samodzielnie ją złożyć (w projekcie eTwinning można użyć puzzli wykonanych w aplikacji Jigsaw Planet). Treść zaszyfrowanej wiadomości (załącznik 4) to: „Wypisz imiona kolegów i koleżanek z innych grup. Podaj przy każdym imieniu mocną stronę ucznia. Powodzenia!”.

**Podsumowanie (2 min)**

Uczniowie dzielą się wypracowanymi efektami pracy grupowej. Wspólnie uzupełniają imiona oraz mocne strony osób, które nie zostały uwzględnione.

**Zadanie 5: Ruchome wyspy (5 min)**

Kolejne zadanie ukryte jest w kodzie QR 2 (załącznik 5). Aby do niego dotrzeć, uczniowie muszą użyć mat gimnastycznych (zamiennikiem mogą być gazety, koce, duże arkusze papieru lub tektury). Każdy zespół powinien mieć trzy maty.

W zabawie wyznaczona jest linia startu i mety. Członkowie każdej z grup ustawiają się w rzędzie. Pierwsza osoba trzyma maty przed sobą. Na sygnał nauczyciela uczniowie wykorzystują maty do przemieszczenia się na linię mety, gdzie znajduje się kod QR 2 z kolejnym zadaniem. Uczestnicy zajęć nie mogą stanąć poza matami, które tworzą ścieżkę dla całej grupy – samodzielnie wymyślają technikę dotarcia do celu. Zabawa jest kontynuowana do momentu, aż wszyscy członkowie grupy przekroczą linię mety. Jeśli ktoś dotknie podłoża, cały zespół wraca na linię startu i rozpoczyna zadanie od nowa.

### Przykład

Uczniowie stoją na trzech matach. Następnie grupują się na dwóch, aby jedna z nich pozostała wolna, i podają ją do przodu, układając przed sobą. Każdy członek grupy przemieszcza się o jedną matę do celu. Wolna mata znów podawana jest do pierwszej osoby w rzędzie.

## Zadanie 6: Skojarzenia – wędrujące kartki (7 min)

Zadaniem uczniów jest wypisanie na kartce słów-skojarzeń związanych z nazwą grupy. Aby zwiększyć liczbę propozycji, grupy wymieniają się kartkami i każda dopisuje swoje propozycje do skojarzeń innych zespołów. Kartki podawane są do momentu, aż każda grupa otrzyma własną. Następnie uczniowie muszą ułożyć zdanie, w którym będzie zawarta nazwa ich grupy i jak największa liczba słów z kartki.

Na pisanie skojarzeń i ich uzupełnianie uczniowie mają jedną minutę, na ułożenie zdania – dwie minuty.

### Podsumowanie

Uczniowie odczytują ułożone zdania (przykłady skojarzeń – załącznik 6).

## Zadanie 7: Wyścig piłek (5 min)

Aby przejść do następnego zadania, uczniowie muszą przemieścić się z linii startu na metę. W tym celu ustawiają się w rzędzie w pozycji rozkroczonej. Pierwsze osoby trzymają przed sobą piłkę, którą na sygnał prowadzącego podają nad głową do osoby stojącej za nią. Ta robi skłon w przód i podaje piłkę między nogami do kolejnego ucznia, ten przekazuje ją górną. Gdy piłka dotrze na koniec rzędu, ostatnia osoba biegnie z nią do przodu i ustawia się jako pierwsza. W ten sposób uczniowie przemieszczają się na linię mety. Ważne, by piłka podawana była naprzemiennie – raz górną, raz dołem. Zabawa kończy się, gdy wszyscy członkowie grupy dotrą do linii mety, gdzie czeka na nich kolejne zadanie.

## Zadanie 8: Uzupełnij luki w tekście (15 min)

Po dotarciu na linię mety uczniowie podnoszą kartkę z tekstem dotyczącym nazwy ich grupy. Zawiera on luki, a zadaniem uczestników zabawy jest ich uzupełnienie (mają na to 5 minut) oraz zapamiętanie jak największej liczby informacji, którymi będą się dzielić z innymi zespołami. Po wykonaniu zadania nauczyciel rozdaje karty z poprawnymi odpowiedziami (załącznik 13).



## Uwaga

Zadanie można zrealizować z wykorzystaniem ćwiczeń interaktywnych w aplikacji LearningApps i kodów QR (załącznik 7). Grupy otrzymują teksty z lukami do uzupełnienia:

- Grupa 1 – na temat różnorodności (załącznik 8);
- Grupa 2 – na temat dobrostanu (załącznik 9);
- Grupa 3 – na temat wartości europejskich (załącznik 10);
- Grupa 4 – na temat edukacji obywatelskiej (załącznik 11);
- Grupa 5 – na temat integracji (załącznik 12).

Po sprawdzeniu poprawności zadania grupy wysyłają swoich przedstawicieli do innych zespołów (przynajmniej jedna osoba do każdego z nich), aby zdobyć informacje na temat opracowywanych przez innych zagadnień. Po zebraniu informacji wracają do swoich grup i dzielą się zdobytą wiedzą. Najważniejsze kwestie zapisują na kartce.

## Zadanie 9: Dyskusja online z wykorzystaniem aplikacji Tricider (11 min)

Uczniowie skanują kod QR 3 (załącznik 5), w którym znajduje się dyskusja online dotycząca dobrostanu (Jak zadbać o nasz dobrostan? Jakie działania możemy podjąć, aby wszyscy uczniowie niezależnie od różnic, czuli się dobrze i bezpiecznie w naszej klasie?).

Instrukcja tworzenia dyskusji w aplikacji Tricider w tutorialu (załącznik 13).

### Podsumowanie

Odczytanie wpisów, które zdobyły najwięcej głosów, wraz z krótkim komentarzem.

## Zadanie 10: Ćwiczenie na uważność – „Minutka” (2 min)

Uczniowie siadają w dowolnym miejscu (mogą też położyć się na matach lub kocach). Zamykają oczy i wsłuchują się w odgłosy przyrody, skupiają się na oddechu. Na sygnał nauczyciela rozpoczynają odmierzenie jednej minuty bez użycia zegarka – kiedy stwierdzą, że już upłynęła, otwierają oczy i przyjmują pozycję siedzącą. Nauczyciel wskazuje osobę, która otworzyła oczy równo po minucie.

## Podsumowanie zajęć (6 min)

Nauczyciel prosi uczniów, by dokończyli zdania:

- Na dzisiejszej lekcji dowiedziałam/dowiedziałem się...
- Chciałbym się dowiedzieć więcej na temat...
- Szczególnie ważne było dla mnie...

**Dobrostan** (*wellbeing*) to termin z dziedziny psychologii, stosowany na określenie subiektywnego poczucia zadowolenia z własnego życia w trzech obszarach: fizycznym (zdrowie), psychicznym i społecznym. Dobrostan to także temat przewodni programu eTwinning w 2024 roku. Przedstawione w tej publikacji scenariusze zajęć z zakresu *wellbeing* mogą być wykorzystane na lekcjach, podczas wyjazdów integracyjnych oraz w projektach. Grupy docelowe zaproponowanych rozwiązań są szerokie: od przedszkolaków po uczniów szkół ponadpodstawowych. Każdy scenariusz zawiera materiały pomocnicze: załączniki, adresy stron internetowych wspierających dane aktywności oraz tutoriale ułatwiające efektywne wykorzystanie przedstawionych narzędzi.

**Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji** działa od 1993 roku. Pełni funkcję Narodowej Agencji Programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności na lata 2021–2027, realizuje również projekty w ramach Funduszy Europejskich dla Rozwoju Społecznego (FERS). Równolegle prowadzi europejskie inicjatywy informacyjno-edukacyjne: eTwinning, Eurodesk, Eurydice, Europass, Euroguidance, EVET i EPALE. Wspiera także współpracę z krajami Wschodu za pośrednictwem Polsko-Litewskiego Funduszu Wymiany Młodzieży, Polsko-Ukraińskiej Rady Wymiany Młodzieży oraz Centrum Współpracy SALTO z Krajami Europy Wschodniej i Kaukazu.

