

Scenariusz zajęć „Świadomy wybór – moje życie, moja decyzja” realizowany w ramach projektu „Wybierz marzenia, nie uzależnienia”

Autor konspektu: Natalia Gwoździk

Grupa: uczniowie klas 4–8 Szkoły Podstawowej w Dubiczach Cerkiewnych

Czas trwania: 45 minut

Cel ogólny:

- Rozwijanie umiejętności podejmowania świadomych i odpowiedzialnych decyzji w życiu codziennym.

Cele szczegółowe. Uczeń:

- Rozumie, że każda decyzja niesie za sobą konsekwencje (pozytywne lub negatywne).
- Potrafi zidentyfikować czynniki wpływające na jego wybory (emocje, presja grupy, wartości).
- Poznaje prosty model podejmowania decyzji „Zatrzymaj się – Pomyśl – Wybierz”.

Metody i formy pracy:

- **Metody:** Burza mózgów, mini-wykład, analiza studium przypadku (case study), „Linia decyzji” (metoda aktywizująca).
- **Formy:** Praca indywidualna, praca w grupach, dyskusja na forum.

Przebieg zajęć:

1. Wstęp: Dzisiejszy poranek (5 min)

Uczniowie wymieniają i zapisują na karteczkach 3 decyzje, które już dziś podjęli (np., co zjeść, w co się ubrać, czy wstać od razu).

2. Burza mózgów (10 min)

Co wpływa na nasze decyzje?

Uczniowie podają przykłady, nauczyciel zapisuje na tablicy.
(koledzy, reklamy, rodzice, strach, lenistwo, marzenia).

3. Świadomy wybór – moje życie, moje decyzje (15 min)

Praca z Kartą Pracy nr 1. Analiza sytuacji problemowych. Uczniowie w parach szukają różnych rozwiązań dla jednego problemu.

Karta pracy zawiera następujące zadania:

Zadanie 1. Drzewo Decyzji

Wyobraź sobie sytuację: Kolega/Koleżanka namawia Cię, abyś nie przygotował się do sprawdzianu, tylko „ściągał”, bo to łatwiejsze.

1. Decyzja A: Ściągam.
 - Krótkoterminowy skutek (dziś/jutro):
 - Długoterminowy skutek (za miesiąc/rok):
2. Decyzja B: Uczę się sam.
 - Krótkoterminowy skutek:
 - Długoterminowy skutek:

Zadanie 2. Termometr Wpływu

Zaznacz na skali (1–10), jak bardzo poniższe czynniki wpływają na Twoje decyzje:

- Zdanie rodziców: []
- Opinia kolegów: []
- Własne zainteresowania: []
- To, co widzę w Internecie/social mediach: []

Zadanie 3. Refleksja (Pytanie pomocnicze)

Który z powyższych czynników chciałbyś/chciałabyś, aby miał **mniejszy** wpływ na Twoje życie? Dlaczego?

.....

Pamiętaj: Każda decyzja to cegielka, z której budujesz swoją przyszłość.

KARTA PRACY: „Świadomy wybór – moje życie, moja decyzja”

Imię i nazwisko: Klasa:

Zadanie 1: Drzewo Decyzji

Sytuacja: Kolega/Koleżanka namawia Cię, abyś nie przygotował się do sprawdzianu, tylko „ściągał”, bo to łatwiejsze.

Decyzja A: Ściągam.

Krótkoterminowy skutek (dziś/jutro):
.....
.....

Długoterminowy skutek (za miesiąc/rok):
.....
.....

Decyzja B: Uczę się sam.

Krótkoterminowy skutek:
.....
.....

Długoterminowy skutek:
.....
.....

Zadanie 2: Termometr Wpływu

Zaznacz na skali (1-10), jak bardzo poniższe czynniki wpływają na Twoje decyzje:

Zdanie rodziców:

Opinia kolegów:

Własne zainteresowania: w internecie/social mediach:

To, co widzę w internecie/social mediach:

Który czynnik chciałbyś, aby miał na Ciebie **MNIEJSZY** wpływ i **DLACZEGO?**

.....
.....

4. Gra „Linia decyzji” (10 min)

Cel szczegółowy gry

Trening asertywności, uświadomienie sobie istnienia „strefy szarości” (nie wszystko jest czarno-białe) oraz nauka argumentowania własnych wyborów pod presją grupy.

Przygotowanie sali

1. Wyznacz na środku sali wolną przestrzeń.
2. Na jednym końcu ściany przyklej kartkę z napisem „**ZGADZAM SIĘ / WCHODZĘ W TO**”.
3. Na drugim końcu przyklej kartkę „**ODMAWIAM / NIE MA MOWY**”.
4. Środek linii to strefa „**NIE WIEM / TO ZALEŻY**”.

Instrukcja dla uczniów

„Przeczytam za chwilę kilka sytuacji. Twoim zadaniem jest stanąć w takim miejscu na linii, które najlepiej oddaje Twoją decyzję. Jeśli jesteś pewny/a – stań na samym końcu. Jeśli się wahasz – stań bliżej środka. Pamiętaj, nie ma złych odpowiedzi, ale musisz umieć uzasadnić, dlaczego tam stoisz”.

Propozycje stwierdzeń (dostosowane do wieku)

Dla klas 4-5 (Skupienie na relacjach i bezpieczeństwie):

- „Najlepszy kolega prosi Cię o podanie hasła do Twojego konta w grze, żeby mógł Ci nabić punkty”.
- „Wszyscy w klasie śmieją się z nowej osoby. Ktoś mówi do Ciebie: 'Ty też coś dorzuć!'”.
- „Znajdujesz na korytarzu 20 złotych. Wiesz, że nikt Cię nie widział”.

Dla klas 6-8 (Skupienie na presji grupy i etyce):

- „Grupa znajomych chce iść do sklepu, żeby coś ukraść dla wyzwania (tzw. challenge). Namawiają Cię, żebyś stał na czatach”.
- „Ktoś proponuje Ci spróbowanie e-papierosa za szkołą, mówiąc: 'Nie bądź dzieckiem, to tylko dym’”.
- „Widzisz, że Twoja paczka znajomych założyła grupę na WhatsAppie tylko po to, by wyzywać jedną osobę z klasy”.

Dynamika prowadzenia (Moderacja)

Kiedy uczniowie już wybiorą swoje miejsca, nauczyciel podchodzi do osób w różnych punktach linii i zadaje pytania pomocnicze:

1. **Pytanie do skrajności:** „Co sprawiło, że jesteś tak pewny/a swojej decyzji?”
2. **Pytanie do środka:** „Co musiałoby się stać, żebyś przesunął/przesunęła się bardziej w lewo lub w prawo?”

3. **Konfrontacja z presją:** „Widzisz, że większość klasy stoi po przeciwnej stronie. Jak się z tym czujesz, stojąc tutaj niemal sam/a?”

Ważne wskazówki dla nauczyciela:

- **Efekt owczego pędu:** Jeśli zauważysz, że uczniowie bezrefleksyjnie idą za liderem klasy, wprowadź zasadę: „Najpierw zamknijcie oczy, podejmijcie decyzję w myślach, a na mój sygnał wszyscy naraz idziemy na wybrane miejsca”.
- **Brak oceniania:** Jako prowadzący zachowaj neutralną twarz. Twoim celem jest wydobywanie argumentacji uczniów, a nie karcenie ich za „zły” wybór na potrzeby gry.
- **Zmiana zdania:** Pozwól uczniom zmienić miejsce na linii w trakcie dyskusji, jeśli argumenty kolegów ich przekonali. To świetna lekcja elastyczności i krytycznego myślenia.

Podsumowanie gry (2 min)

Zapytaj uczniów: „*Czy trudniej było podjąć decyzję, czy stać przy niej, gdy widzieliście, że inni wybrali inaczej?*”. To kluczowe pytanie o odwagę cywilną.

5. Podsumowanie lekcji (5 min)

„Moja decyzja na jutro”.

Każdy uczeń zapisuje sobie na kartce jedną rzecz, którą zrobi jutro bardziej świadomie.