PRAWO? TO MNIE DOTYCZY! · CZĘŚĆ 1

Prawo to moja supermoc!



Jak zasady chronią mnie i innych

Klasy I–III szkoły podstawowej

Jarosław Kinal · Michał Skóra · Magdalena Kruczek

Wiem, co jest w porządku.

Wiem, kiedy powiedzieć „stop”.

Wiem, kogo poprosić o pomoc.

PRAWO? TO MNIE DOTYCZY! · CZĘŚĆ 1

PRAWO TO MOJA SUPERMOC!

Jak zasady chronią mnie i innych · klasy I–III

CZĘŚĆ 1

Tytuł	Prawo to moja supermoc! Jak zasady chronią mnie i innych. Edukacja prawna dla uczniów, klasy I–III
Autorzy	Jarosław Kinal, Michał Skóra, Magdalena Kruczek
Seria	„Prawo? To mnie dotyczy!”
Część serii	Część 1 z 3 · klasy I–III
Wydawca	Rzeszowskie Towarzystwo Naukowe, ul. Porąbki 94/23, 35-317 Rzeszów
ISBN	978-83-983600-7-4 (całość serii)
Wydanie i rok	Wydanie I, Rzeszów 2026

Stan prawny i redakcyjny: 25 września 2026 r.

Materiał ma charakter edukacyjny i nie zastępuje indywidualnej porady prawnej.
Numery pomocowe: 112 · 116 111 (Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży) · 800 12 12 12 (Dziecięcy Telefon Zaufania RPD).

WYDAWCA

Rzeszowskie Towarzystwo Naukowe

ul. Porąbki 94/23, 35-317 Rzeszów

RZESZOWSKIE TOWARZYSTWO NAUKOWE

ISBN 978-83-983600-7-4

9788398360074

10 misji do wykonania

Za każdą dobrą odpowiedź w quizie i grach dostajesz gwiazdkę. Licznik jest na górze strony.

1. Po co nam zasady?
2. Mam prawa, bo jestem dzieckiem
3. Moje ciało, moje granice
4. W szkole też mam prawa i obowiązki
5. Kłótnia, dokuczanie czy krzywda?
6. Zdjęcie, imię, hasło – moja prywatność
7. Kupuję, wybieram, nie daję się nabrać
8. Internet też jest prawdziwym miejscem
9. Kto może mi pomóc?
10. Moja klasa – mała wspólnota

MISJA 1

Po co nam zasady?

Po tej misji: Odróżniam zasadę od przypadku i rozumiem, po co są reguły.

Wyobraź sobie boisko bez żadnych zasad. Każdy grałby inaczej, nikt nie wiedziałby, kiedy jest faul, a spory trwałyby bez końca. Podobnie jest w życiu: zasady pomagają nam przewidzieć, co wolno, czego nie wolno i co zrobić, gdy ktoś przekracza granice.

HISTORYJKA

Na przerwie Kuba biegnie korytarzem i potrąca Olę. Mówi: „Przecież nie ma znaku zakazu biegania!”. Czy to znaczy, że wszystko było w porządku? Nie. Nie każda dobra zasada musi wisieć na ścianie. Wspólne bezpieczeństwo jest ważniejsze niż sprytne szukanie luk.

Prawo, regulamin, umowa

Prawo to zasady obowiązujące w państwie. Szkoła ma także swoje zasady, zapisane m.in. w statucie i regulaminach. Klasa może ustalić dodatkowe reguły współpracy, na przykład sposób zgłaszania się do odpowiedzi. Takie reguły nie mogą jednak odbierać uczniom praw gwarantowanych przez prawo.

Dobra zasada jest jasna, możliwa do wykonania i służy bezpieczeństwu albo wspólnej pracy. Jeśli nie rozumiesz, dlaczego jakaś zasada istnieje, możesz zapytać dorosłego o jej sens.

Czy wszystkie zasady są takie same?

Nie. Niektóre zasady dotyczą wszystkich ludzi, inne tylko określonego miejsca. W domu możesz mieć zasadę odkładania telefonu przed snem, w bibliotece – zachowania ciszy, a na drodze – przechodzenia w wyznaczonym miejscu. Ważne jest, by wiedzieć, kto ustala daną zasadę i po co.

Gra: jaka to zasada?

Kliknij, skąd pochodzi zasada.

Nie wolno bić.

Prawo – dla wszystkich | Zasada klasy lub szkoły

W naszej klasie podlewamy kwiaty w piątki.

Prawo – dla wszystkich | Zasada klasy lub szkoły

Na czerwonym świetle czekamy.

Prawo – dla wszystkich | Zasada klasy lub szkoły

Na przerwie nie biegamy po korytarzu.

Prawo – dla wszystkich | Zasada klasy lub szkoły

Moje supermoce

- ★ Zasady pomagają żyć razem
- ★ Nie każda zasada jest prawem
- ★ Jeśli zasada jest niejasna, można o nią zapytać

Misja dla klasy

- [ ] Wymyślcie trzy zasady dla „najbezpieczniejszej klasy świata”. Przy każdej dopiszcie: kogo chroni i przed czym.
- [ ] Nauczyciel czyta zdania: „Nie wolno bić”, „W naszej klasie podlewamy kwiaty w piątki”, „Na czerwonym świetle czekamy”. Ustalcie, które są zasadami bezpieczeństwa, które klasowymi, a które wynikają z prawa.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy klasa może ustalić zasadę, że wolno wyśmiewać osobę, która się pomyliła?

TAK | NIE

Czy można zapytać, dlaczego jakaś zasada obowiązuje?

TAK | NIE

▼ Dla nauczyciela

Celem nie jest nauka definicji źródeł prawa, lecz zrozumienie funkcji reguł. Warto od razu wprowadzić zasadę: prawa jednego człowieka spotykają się z prawami innych.

MISJA 2

Mam prawa, bo jestem dzieckiem

Po tej misji: Rozpoznaję podstawowe prawa dziecka.

Każde dziecko ma prawa. Nie trzeba na nie „zasłużyć” dobrymi ocenami ani wzorowym zachowaniem. Prawa wynikają z tego, że każda osoba ma godność i powinna być traktowana z szacunkiem.

HISTORYJKA

Maja słyszy: „Skoro dostałaś jedynkę, nie masz prawa zadawać pytań”. To nieprawda. Ocena nie odbiera dziecku prawa do nauki, informacji ani szacunku.

Najważniejsze prawa w codziennym języku

Dziecko ma prawo do bezpieczeństwa, nauki, odpoczynku, ochrony zdrowia, prywatności, wyrażania swojego zdania w sprawach, które go dotyczą, oraz ochrony przed przemocą. Ma też prawo być traktowane bez poniżania i dyskryminacji.

Prawo do wyrażenia zdania nie oznacza, że zawsze to zdanie decyduje. Dorosły powinien jednak wysłuchać dziecka odpowiednio do jego wieku i dojrzałości.

Prawo nie jest nagrodą

Nie można powiedzieć: „Byłeś niegrzeczny, więc nie masz prawa do szacunku”. Można wyciągać konsekwencje z zachowania, ale bez poniżania, przemocy i odbierania podstawowych praw.

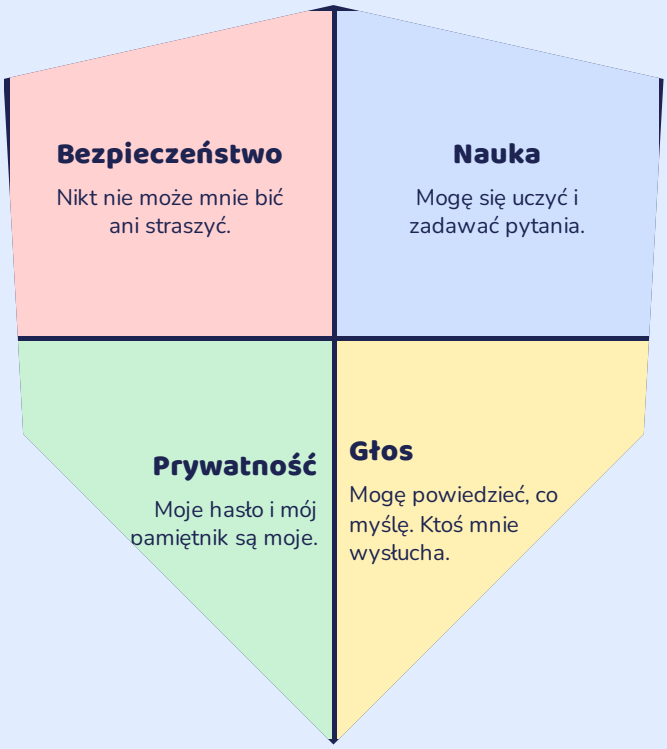
Moje zdanie – z szacunkiem

Mam prawo powiedzieć, co myślę. Ale nie każde zdanie jest w porządku tylko dlatego, że jest „moją opinią”. Zdanie „Uważam, że jesteś głupi” to nie jest zwykła opinia. To obrażanie drugiej osoby.

Mogę się z kimś nie zgadzać. Mówię wtedy o sprawie, a nie o człowieku: zamiast „Jesteś głupi” – „Nie zgadzam się z tobą, bo…”. Wyzywanie, ośmieszanie i straszenie innych ma konsekwencje – także wtedy, gdy ktoś mówi, że „tylko wyraża swoje zdanie”.

Tarcza moich praw

Narysuj taką tarczę w zeszycie. W każdym polu narysuj swój przykład.



Dokończ zdanie: *„Czuję, że ktoś szanuje moje prawa, kiedy…”*

Gra: mówię z szacunkiem czy obrażam?

Mogę mówić, co myślę – ale bez obrażania innych.

„Nie zgadzam się z tobą, bo wolę grać w berka.”

Mówię z szacunkiem | Obrażam

„Uważam, że jesteś głupi.”

Mówię z szacunkiem | Obrażam

„Twój rysunek mi się nie podoba. Wolę inne kolory.”

Mówię z szacunkiem | Obrażam

„Wszyscy uważają, że jesteś beznadziejna.”

Mówię z szacunkiem | Obrażam

Moje supermoce

- ★ Prawa ma każde dziecko
- ★ Prawo do szacunku nie zależy od oceny
- ★ Mówię, co myślę, ale nie obrażam innych
- ★ Moje prawa nie pozwalają mi krzywdzić innych

Misja dla klasy

- [ ] Narysuj tarczę z czterema polami: bezpieczeństwo, nauka, prywatność, głos. W każdym polu narysuj przykład swojego prawa.
- [ ] Dokończ zdanie: „Czuję, że ktoś szanuje moje prawa, kiedy…”.
- [ ] Zamieńcie zdania obraźliwe na zdania z szacunkiem, np. „Jesteś głupi” → „Nie zgadzam się z tobą, bo…”.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy prawo do własnego zdania oznacza, że zawsze musi być po mojemu?

TAK NIE

Czy prawa dziecka mają także dzieci, które popełniają błędy?

TAK NIE

Czy zdanie „Uważam, że jesteś głupi” to moja opinia, na którą mam prawo?

TAK NIE

▼ Dla nauczyciela

Punktem odniesienia jest Konwencja o prawach dziecka. Unikaj przedstawiania praw jako katalogu roszczeń; łącz je z odpowiedzialnością i prawami innych osób. Wyraźnie pokaż granicę: prawo do wyrażania zdania nie obejmuje obrażania, wyzywania ani zastraszania innych. Uczniowie nie mogą czuć się bezkarni tylko dlatego, że „mają prawo do opinii”. Ćwiczcie mówienie o sprawie, a nie o osobie.

MISJA 3

Moje ciało, moje granice

Po tej misji: Potrafię powiedzieć „stop” i szukać pomocy.

Granica to niewidzialna linia, która mówi: „to jest dla mnie w porządku” albo „tego nie chcę”. Każdy człowiek może mieć nieco inne granice. Prawo i zasady bezpieczeństwa szczególnie chronią dzieci przed przemocą, zmuszaniem i krzywdzącym dotykiem.

HISTORYJKA

Olek nie chce, by kolega zabierał mu czapkę i uciekał z nią po korytarzu. Koledzy mówią: „To tylko żart!”. Żart przestaje być żartem, gdy druga osoba mówi „stop”, bo jest jej przykro, boi się albo czuje się upokorzona.

Trzy kroki

Gdy ktoś przekracza twoją granicę, możesz zrobić trzy rzeczy: powiedzieć jasno „stop”, odejść w bezpieczne miejsce i powiedzieć zaufanemu dorosłemu. Jeśli sytuacja jest groźna, nie musisz najpierw dyskutować – najważniejsze jest bezpieczeństwo.

Nie trzeba dochowywać tajemnicy, która dotyczy przemocy, strachu, groźby albo krzywdy. „Nie mów nikomu” nie jest ważniejsze niż bezpieczeństwo.

Szanuję także cudze „nie”

Tak samo jak ty możesz odmówić, inni też mają prawo do swoich granic. Pytanie „czy mogę?” jest oznaką szacunku, nie słabości.

Trzy kroki supermocy

Gdy ktoś przekracza twoją granicę:

1
Powiedz „STOP”
Głośno i wyraźnie.

2
Odejdź
W bezpieczne miejsce.

3
Powiedz dorosłemu
Takiemu, któremu ufasz.

Poćwiczcie te zdania – spokojnie, ale stanowczo:

Nie zgadzam się. **Przestań, proszę.** **Idę po pomoc.**

Moje supermoce

- ★ „Stop” to pełne zdanie
- ★ Krzywdzącej tajemnicy nie trzeba zachowywać
- ★ Gdy nie czuję się bezpiecznie, mówię dorosłemu

Misja dla klasy

- [ ] Przećwiczcie trzy zdania: „Nie zgadzam się”, „Przestań, proszę”, „Idę po pomoc”. Powiedzcie je spokojnie, ale stanowczo.
- [ ] Ułóż listę pięciu dorosłych lub miejsc, do których można zwrócić się o pomoc.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy muszę przytulić kogoś, jeśli nie chcę?

TAK NIE

Czy „to był tylko żart” zawsze kończy sprawę?

TAK NIE

▼ **Dla nauczyciela**

Prowadź temat bez proszenia dzieci o ujawnianie osobistych doświadczeń na forum klasy. Daj możliwość rozmowy indywidualnej po zajęciach.

MISJA 4

W szkole też mam prawa i obowiązki

Po tej misji: Rozumiem równowagę praw, obowiązków i konsekwencji.

Szkoła to miejsce nauki i wspólnego życia. Uczeń ma w niej prawa, ale też obowiązki. Prawo do nauki nie oznacza prawa do przeszkadzania innym. Prawo do własnego zdania nie oznacza prawa do obrażania.

HISTORYJKA

Zosia mówi, że nie będzie wykonywać poleceń, bo „ma swoje prawa". Tymczasem prawa ucznia nie znoszą obowiązków. Zasady pracy na lekcji mogą być wymagane, o ile są zgodne z prawem i szanują godność ucznia.

Co to znaczy fair?

Uczeń powinien być traktowany z szacunkiem, mieć jasne zasady oceniania i możliwość uczenia się w bezpiecznych warunkach. Jednocześnie powinien przestrzegać zasad szkoły, przygotowywać się do zajęć w ustalonym zakresie, szanować innych i dbać o wspólne mienie.

Konsekwencje za naruszenie zasad powinny być związane z zachowaniem, przewidywalne i stosowane zgodnie z procedurą. Kara nie może polegać na przemocy, upokarzaniu ani naruszaniu godności.

Co idzie w parze?

Każde prawo ma swojego kolegę – obowiązek.

prawo do nauki	+	nie przeszkadzam innym
prawo do bezpieczeństwa	+	nie krzywdzę innych
prawo do własnego zdania	+	mówię z szacunkiem

Moje supermoce

- ★ Prawo i obowiązek mogą istnieć razem
- ★ Konsekwencja nie może poniżać
- ★ Zasady szkoły powinny być jasne

Misja dla klasy

- [ ] Połączcie w pary: prawo do nauki – obowiązek nieprzeszkadzania; prawo do bezpieczeństwa – obowiązek niekrzywdzenia; prawo do własnego zdania – obowiązek szacunku.
- [ ] Znajdźcie w statucie szkoły dwa prawa i dwa obowiązki ucznia.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy uczeń może krzyczeć na innych, powołując się na wolność wypowiedzi?

TAK NIE

Czy nauczyciel może wyśmiewać ucznia jako „karę”?

TAK NIE

▼ **Dla nauczyciela**

Prawa i obowiązki uczniów opisuje statut szkoły. Uchwalony w 2026 r. ustawowy katalog praw ucznia nie wszedł w życie (weto Prezydenta z 2 lipca 2026 r.). W pracy z młodszymi dziećmi wystarczy język codziennych przykładów.

MISJA 5

Kłótnia, dokuczanie czy krzywda?

Po tej misji: Rozróżniam konflikt od przemocy i wiem, kiedy potrzebna jest pomoc.

Nie każda kłótnia jest przemocą. W konflikcie dwie strony zwykle mają podobną siłę i spierają się o coś. Przemoc pojawia się wtedy, gdy ktoś krzywdzi, zastrasza, poniża albo wykorzystuje przewagę.

HISTORYJKA

Dwie osoby chcą siedzieć na tym samym miejscu – to konflikt. Jeśli jedna codziennie zabiera drugiej miejsce, grozi jej i namawia innych do wyśmiewania – to już coś więcej niż zwykła kłótnia.

Co robić?

W zwykłym konflikcie pomaga rozmowa, mediacja i szukanie rozwiązania. Przy przemocy trzeba przede wszystkim zatrzymać krzywdę i włączyć dorosłych. Osoba pokrzywdzona nie ma obowiązku „dogadać się" samodzielnie ze sprawcą, jeśli się boi.

Świadek też ma wybór. Może nie dołączać do krzywdzenia, wesprzeć osobę poszkodowaną i poinformować dorosłego.

Gra: co to jest?

Przeczytaj sytuację i wybierz kartę. Potem porozmawiajcie w klasie.

Ala i Ola chcą huśtać się na tej samej huśtawce i kłócą się.

Konflikt | Dokuczanie | Przemoc

Tomek raz schował Kasi piórnik, a gdy poprosiła, od razu oddał.

Konflikt | Dokuczanie | Przemoc

Kilka osób codziennie nie pozwala Zuzi usiąść przy stoliku i śmieje się z niej.

Konflikt | Dokuczanie | Przemoc

Dwóch chłopców spiera się, kto pierwszy dobiegł do mety.

Konflikt | Dokuczanie | Przemoc

Starszy uczeń mówi Kacprowi: „Dawaj pieniądze, bo pożałujesz”.

Konflikt | Dokuczanie | Przemoc

Moje supermoce

- ★ Konflikt i przemoc to nie to samo
- ★ Przy przemocy bezpieczeństwo jest ważniejsze niż „zgoda za wszelką cenę”
- ★ Świadek może pomóc

Misja dla klasy

- [ ] Nauczyciel podaje pięć sytuacji. Uczniowie pokazują kartę: KONFLIKT, DOKUCZANIE, PRZEMOC lub NIE WIEM – POTRZEBUJĘ WIĘCEJ INFORMACJI.
- [ ] Ułóżcie trzy zdania, którymi świadek może wesprzeć osobę krzywdzoną bez wdawania się w bójkę.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy osoba pokrzywdzona zawsze musi sama porozmawiać ze sprawcą?

TAK | NIE

Czy zgłoszenie przemocy dorosłemu to „skarżenie”?

TAK | NIE

▼ **Dla nauczyciela**

Unikaj etykietowania uczniów jako „sprawca/ofiara” w odniesieniu do realnych osób w klasie. Pracuj na fikcyjnych sytuacjach.

MISJA 6

Zdjęcie, imię, hasło – moja prywatność

Po tej misji: Chronię podstawowe dane i wizerunek.

Prywatność oznacza, że nie wszystko o nas musi wiedzieć każdy. Imię i nazwisko, adres, numer telefonu, zdjęcie, nazwa szkoły czy lokalizacja mogą być ważnymi informacjami. W internecie warto dzielić się nimi ostrożnie.

HISTORYJKA

Koleżanka robi Antkowi śmieszne zdjęcie i chce wysłać je na klasową grupę. Antek mówi: „Nie chcę, żeby to zdjęcie trafiło na grupę”. Najlepsza reakcja? Uszanować jego decyzję i nie publikować zdjęcia.

Hasło to nie dowód przyjaźni

Hasła do kont i urządzeń powinny pozostać tajemnicą. Prawdziwy przyjaciel nie wymaga podania hasła „na dowód zaufania”. Jeśli ktoś poznał twoje hasło, warto je zmienić i powiedzieć dorosłemu, jeżeli czujesz zagrożenie.

Zanim opublikujesz czyjeś zdjęcie lub film, zapytaj tę osobę o zgodę. Nawet jeśli zdjęcie zostało zrobione w miejscu publicznym, jego publikacja może naruszać czyjąś prywatność lub wizerunek.

Gra: światła danych

Zielone – mogę podać. Żółte – ostrożnie. Czerwone – nie podaję.

Moje imię

Zielone | Żółte | Czerwone

Mój ulubiony kolor

Zielone | Żółte | Czerwone

Adres mojego domu

Zielone | Żółte | Czerwone

Moje hasło

Zielone | Żółte | Czerwone

Zdjęcie całej klasy

Zielone | Żółte | Czerwone

Mój numer telefonu – dla kogoś poznanego w grze

Zielone | Żółte | Czerwone

Moje supermoce

- ★ Nie podaję obcym adresu i numeru telefonu
- ★ Nie udostępniam haseł
- ★ Pytam przed publikacją cudzego zdjęcia

Misja dla klasy

- [ ] Zagrajcie w „zielone–żółte–czerwone dane”: imię, ulubiony kolor, adres domu, hasło, zdjęcie klasy, numer telefonu. Omówcie, co można podawać swobodnie, co ostrożnie, a czego nie udostępniać.
- [ ] Wymyśl bezpieczne zdanie odmowy: „Nie podam ci hasła, bo…”.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy kolega ma prawo znać moje hasło, jeśli jest moim najlepszym przyjacielem?

TAK NIE

Czy warto zapytać przed wysłaniem czyjegoś zdjęcia na grupę?

TAK NIE

▼ **Dla nauczyciela**

UODO zaleca dzieciom m.in. ograniczanie ujawniania danych, silne hasła i ostrożność wobec nieznanych linków oraz osób poznanych w sieci.

MISJA 7

Kupuję, wybieram, nie daję się nabrać

Po tej misji: Rozpoznaję reklamę i podstawowe zasady bezpiecznych zakupów.

Dzieci także są konsumentami. Kupują drobne rzeczy, korzystają z gier i aplikacji, widzą reklamy. Warto wiedzieć, że reklama chce nas przekonać, a „najlepsza oferta" nie zawsze naprawdę jest najlepsza.

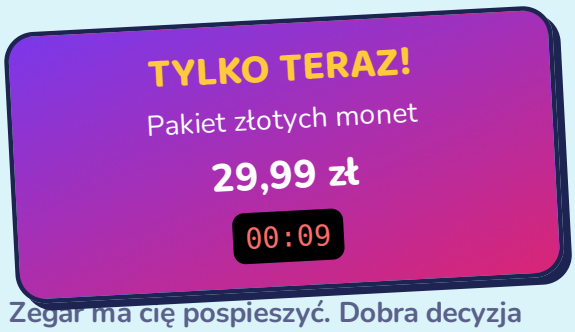
HISTORYJKA

Gra pokazuje komunikat: „Tylko teraz! Kup pakiet za 29,99 zł!". Zegar odlicza sekundy. To ma wywołać pośpiech. Dobra decyzja zakupowa nie potrzebuje paniki.

Drobne zakupy

Dzieci poniżej 13 lat nie mają pełnej zdolności do samodzielnego dokonywania czynności prawnych. Prawo przewiduje jednak wyjątek dla drobnych, codziennych umów, które zostały wykonane i nie krzywdzą dziecka. Dlatego zakup bułki czy biletu wygląda inaczej niż kosztowna subskrypcja w aplikacji.

W internecie łatwo nacisnąć przycisk szybciej, niż zdążymy pomyśleć. Jeśli zakup kosztuje więcej, wiąże się z abonamentem albo prosi o dane płatnicze, zatrzymaj się i poproś dorosłego.



Zegar ma cię pospieszyć. Dobra decyzja nie potrzebuje paniki.



Pomyśl przed zakupem

- Czy to jest mi naprawdę potrzebne?
- Ile to kosztuje? Czy będę płacić co miesiąc?
- Czy zapytałem / zapytałam dorosłego?

Moje supermoce

- ★ Reklama chce wpłynąć na mój wybór
- ★ Przy większym zakupie proszę dorosłego
- ★ Nie klikam „kup" pod presją czasu

Misja dla klasy

- [ ] Znajdźcie trzy zdania reklamowe i zamieńcie je na neutralne informacje.
- [ ] Zaprojektuj znak „STOP – pomyśl przed zakupem”.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy komunikat „zostały 2 sekundy” oznacza, że muszę kupić?

TAK NIE

Czy każda płatność w grze jest drobnym codziennym zakupem?

TAK NIE

▼ **Dla nauczyciela**

UOKiK prowadzi materiały edukacyjne dla młodych konsumentów. Warto połączyć lekcję z przykładami reklam z gier, aplikacji i sklepów.

MISJA 8

Internet też jest prawdziwym miejscem

Po tej misji: Reaguję na cyberprzemoc i podejrzane kontakty.

To, co dzieje się w internecie, może mieć prawdziwe skutki. Wiadomość może zranić, zdjęcie może rozprzestrzenić się bardzo szybko, a osoba poznana w grze może nie być tym, za kogo się podaje.

HISTORYJKA

Ktoś tworzy konto podszywające się pod ucznia i wysyła obraźliwe wiadomości. To nie jest „zabawa w internet”. Podszywanie się i krzywdzenie w sieci wymaga reakcji.

Plan bezpieczeństwa

Jeśli w sieci wydarzy się coś niepokojącego: nie odpowiadaj agresją, zrób zrzut ekranu, zablokuj konto, zgłoś treść w serwisie i powiedz dorosłemu. Nie usuwaj od razu wszystkiego, jeśli może to być potrzebne jako dowód.

Nie umawiaj się samodzielnie na spotkanie z osobą poznaną wyłącznie online. Jeśli ktoś prosi o sekret, zdjęcie, pieniądze albo grozi – przerwij kontakt i powiedz dorosłemu.

Gra: znajdź czerwone flagi

Ktoś z gry pisze do ciebie. Która wiadomość to czerwona flaga?

„Hej, fajnie grasz! Zagramy jeszcze raz?”

Czerwona flaga | Zwykła wiadomość

„Nie mów rodzicom, że ze mną rozmawiasz.”

Czerwona flaga | Zwykła wiadomość

„Wyślij mi kod, który przyszedł ci SMS-em.”

Czerwona flaga | Zwykła wiadomość

„Spotkajmy się, tylko ty i ja. Nikomu nie mów.”

Czerwona flaga | Zwykła wiadomość

„Wyślij mi swoje zdjęcie.”

Czerwona flaga | Zwykła wiadomość

Moje supermoce

- ★ Internet nie jest „poza prawem”
- ★ Zrzut ekranu może być dowodem
- ★ Niepokojący kontakt zgłaszam dorosłemu

Misja dla klasy

- [ ] Ułóżcie pięciopunktową instrukcję „Co robię, gdy ktoś mnie krzywdzi w sieci?”.
- [ ] Przećwiczcie rozpoznawanie czerwonych flag w wiadomościach: „nie mów rodzicom”, „wyślij kod”, „spotkajmy się sami”.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy warto zachować dowód obraźliwej wiadomości?

TAK | NIE

Czy osoba z gry, z którą rozmawiam od miesiąca, na pewno jest dzieckiem w moim wieku?

TAK | NIE

▼ Dla nauczyciela

MEN i UODO udostępniają aktualne materiały o cyberprzemocy i ochronie danych. W razie ujawnienia realnej krzywdy zastosuj szkolne procedury bezpieczeństwa.

MISJA 9

Kto może mi pomóc?

Po tej misji: Tworzę własną mapę pomocy.

Prawo działa najlepiej wtedy, gdy wiemy, jak z niego skorzystać. Dziecko nie musi znać nazwy właściwego urzędu. Powinno wiedzieć, że zawsze może zacząć od zaufanego dorosłego.

HISTORYJKA

Lena nie wie, czy jej problem jest „wystarczająco poważny”. To nie ona musi oceniać przepisy. Jej zadaniem jest powiedzieć, co się stało i jak się czuje. Dorosły powinien pomóc znaleźć kolejne kroki.

Moja drabina pomocy

Pierwszy szczebel to osoba, której ufasz: rodzic, opiekun, wychowawca, nauczyciel, pedagog lub psycholog szkolny. Jeśli pierwsza osoba nie pomaga, można powiedzieć drugiej. Przy nagłym zagrożeniu życia lub zdrowia należy szukać natychmiastowej pomocy i dzwonić pod numer alarmowy 112.

Są też instytucje chroniące dzieci, uczniów, konsumentów i dane osobowe. Ich nazw nie trzeba zapamiętywać na pamięć – ważne, by wiedzieć, że istnieją.

Moja drabina pomocy

Zaufany dorosły
rodzic, opiekun, wychowawca, pedagog, psycholog szkolny

Nie pomógł? Mówię następnej osobie
Mogę powiedzieć więcej niż jednej osobie.

Nagłe zagrożenie? Dzwonię 112
Gdy ktoś jest w niebezpieczeństwie teraz.

112
Numer alarmowy
gdy ktoś jest w niebezpieczeństwie teraz

116 111
Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży
bezpłatnie, możesz porozmawiać o każdym kłopocie

800 12 12 12
Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
bezpłatnie

Moja karta pomocy

Wpisz imiona osób, do których możesz pójść.

W szkole

np. pani wychowawczyni

Poza szkołą

np. mama, tata, babcia

Zacznij rozmowę tak: *„Potrzebuję pomocy, bo wydarzyło się…”*

Moje supermoce

- Mogę powiedzieć więcej niż jednej osobie
- Nie muszę znać nazwy przepisu, by poprosić o pomoc
- 112 służy do nagłych zagrożeń

Misja dla klasy

- [ ] Wypełnij „moją kartę pomocy”: trzy osoby w szkole, trzy osoby poza szkołą, jeden numer alarmowy.
- [ ] Przećwicz zdanie rozpoczynające rozmowę: „Potrzebuję pomocy, bo wydarzyło się…”.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Jeśli pierwszy dorosły zbagatelizuje problem, czy mogę powiedzieć drugiemu?

TAK NIE

Czy muszę umieć podać numer artykułu, żeby zgłosić krzywdę?

TAK NIE

▼ **Dla nauczyciela**

Zadbaj, aby uczniowie znali konkretne osoby pełniące funkcje pomocowe w ich szkole i sposób kontaktu z nimi.

MISJA 10

Moja klasa – mała wspólnota

Po tej misji: Współtworzę sprawiedliwe zasady i biorę odpowiedzialność za wspólne dobro.

Prawo uczy nie tylko tego, czego nie wolno. Uczy także współdecydowania, odpowiedzialności i troski o wspólne rzeczy. Klasa jest dobrym miejscem, by ćwiczyć te umiejętności.

HISTORYJKA

Klasa chce ustalić, jak wybierać reprezentantów. Jedni chcą losować, inni głosować. Najważniejsze, by wcześniej ustalić jasną zasadę i zastosować ją tak samo wobec wszystkich.

Sprawiedliwie nie zawsze znaczy identycznie

Sprawiedliwość oznacza stosowanie jasnych zasad i uwzględnianie potrzeb. Czasem ktoś potrzebuje więcej czasu na wykonanie zadania albo innego rodzaju wsparcia. Równe traktowanie nie zawsze polega na robieniu wszystkiego dokładnie tak samo.

Wspólnota działa lepiej, gdy osoby mogą się wypowiedzieć, znają zasady i wiedzą, jak rozwiązuje się spory.

Konstytucja naszej klasy

Sześć punktów. W każdym jest prawo i obowiązek.

	Prawo	Obowiązek
1	Mamy prawo mówić i być wysłuchani	Mamy obowiązek słuchać innych
2	Mamy prawo...	Mamy obowiązek...
3	Mamy prawo...	Mamy obowiązek...
4	Mamy prawo...	Mamy obowiązek...
5	Mamy prawo...	Mamy obowiązek...
6	Mamy prawo...	Mamy obowiązek...

Moje supermoce

- ★ Wspólne zasady tworzymy jasno
- ★ Głos każdego może być wysłuchany
- ★ Dbam o dobro wspólne

Misja dla klasy

- [ ] Stwórzcie „Konstytucję klasy” w 6 krótkich punktach. Każdy punkt powinien zawierać prawo i odpowiadający mu obowiązek.
- [ ] Przeprowadźcie głosowanie nad jedną neutralną sprawą klasową i omówcie, co sprawiło, że procedura była fair.

Szybki quiz: TAK czy NIE?

Czy większość może ustalić zasadę, która pozwala krzywdzić jedną osobę?

TAK NIE

Czy sprawiedliwe traktowanie zawsze oznacza dokładnie takie samo traktowanie?

TAK NIE

▼ **Dla nauczyciela**

To dobre miejsce na podsumowanie całej części: godność, bezpieczeństwo, głos, odpowiedzialność, procedura i pomoc.

Moja karta SOS

Gdy dzieje się coś złego, zadaj sobie te pytania po kolei.

1. Czy jestem teraz bezpieczny / bezpieczna?
2. Co się stało? Gdzie i kiedy? Kto tam był?
3. Czy mam coś, co to pokazuje? Wiadomość, zdjęcie, świadek?
4. Któremu dorosłemu o tym powiem?
5. Czy pomoc jest potrzebna od razu? Jeśli tak – 112.
6. Czego chcę? Żeby to się skończyło? Przeprosin? Naprawienia szkody?

Nie musisz znać przepisów, żeby chronić swoje prawa. Powiedz, co się stało, i poproś o pomoc.

Słowniczek

Kliknij kartę, żeby ją odwrócić.

prawo zasady, które obowiązują wszystkich ludzi w państwie	**obowiązek** coś, co trzeba zrobić – albo czego nie wolno robić	**uprawnienie** coś, co wolno mi zrobić albo czego mogę się domagać	**małoletni** osoba, która nie ma jeszcze 18 lat
nieletni słowo z przepisów o młodych osobach; jego znaczenie zależy od rodzaju sprawy	**dane osobowe** informacje, po których można poznać, kim jesteś: imię i nazwisko, adres, zdjęcie	**konsument** osoba, która kupuje coś dla siebie, a nie do swojej pracy czy firmy	**dowód** coś, co pomaga pokazać, co się naprawdę stało

Dla nauczyciela i rodzica

Ta część pomaga najmłodszym uczniom zrozumieć, że prawa i zasady nie są po to, by straszyć, ale by chronić ludzi. Dziecko uczy się rozpoznawać swoje granice, szanować granice innych, odróżniać konflikt od krzywdy i wiedzieć, do kogo zwrócić się o pomoc.

Prawo w tej części nie jest listą artykułów do zapamiętania. Jest narzędziem, które pomaga rozumieć granice, bezpieczeństwo, odpowiedzialność i sposoby szukania pomocy. Język został dostosowany do wieku uczniów: krótkie zdania, proste przykłady, minimum terminologii i dużo ćwiczeń sytuacyjnych.

Pomysł dydaktyczny. Każdy rozdział może stanowić samodzielną lekcję wychowawczą (około 45 minut). Ta część zawiera 10 głównych tematów, scenki sytuacyjne, pytania do dyskusji, ćwiczenia i krótkie quizy. Nauczyciel może realizować całość lub wybierać moduły odpowiadające aktualnym potrzebom klasy.

Ważne. Materiał ma charakter edukacyjny. Nie zastępuje indywidualnej porady prawnej. Przepisy mogą się zmieniać, dlatego przed kolejnym wydaniem warto sprawdzić aktualny stan prawny w ELI/ISAP oraz na stronach właściwych instytucji.

Autorzy: Jarosław Kinal, Michał Skóra, Magdalena Kruczek. **Wydawca:** Rzeszowskie Towarzystwo Naukowe, ul. Porąbki 94/23, 35-317 Rzeszów. **ISBN** 978-83-983600-7-4 (całość serii). Wydanie I, Rzeszów 2026.

Podstawy prawne i źródła

W tej części celowo ograniczono liczbę numerów artykułów. Celem jest rozumienie zasad, nie pamięciowe uczenie się przepisów.

- Konwencja o prawach dziecka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne ONZ 20 listopada 1989 r.; oficjalny tekst dostępny w BIP Rzecznika Praw Dziecka.
- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z 2 kwietnia 1997 r. – m.in. art. 122 (weto ustawodawcze) oraz prawa i wolności człowieka.
- Ustawa z 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe, w aktualnym brzmieniu (tekst jednolity w ELI/ISAP).
- Ustawa z 29 maja 2026 r. o zmianie ustawy – Prawo oświatowe (ustawowy katalog praw i obowiązków ucznia, rzecznicy praw uczniowskich) – zawetowana przez Prezydenta RP 2 lipca 2026 r.; weto nie zostało odrzucone, ustawa nie weszła w życie.
- Ustawa z 9 czerwca 2022 r. o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich, w aktualnym brzmieniu (tekst jednolity w ELI/ISAP).
- Ustawa z 23 kwietnia 1964 r. – Kodeks cywilny, w szczególności przepisy o zdolności do czynności prawnych małoletnich.
- Ustawa z 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny, w szczególności art. 10 dotyczący wieku odpowiedzialności karnej i wyjątków.
- Urząd Ochrony Danych Osobowych – materiały edukacyjne dla dzieci i młodzieży dotyczące danych osobowych, haseł i bezpiecznego internetu.
- Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów – Prawa Konsumenta oraz materiały edukacyjne dla dzieci i młodzieży.
- Ministerstwo Edukacji Narodowej – materiały o cyberprzemocy i przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej.
- Statut konkretnej szkoły i obowiązujące w niej regulaminy – jako źródła szczegółowych procedur wewnątrzszkolnych.
- Ustawa z 28 lipca 2023 r. o zmianie ustawy – Kodeks rodzinny i opiekuńczy oraz niektórych innych ustaw – obowiązek wprowadzenia w szkołach standardów ochrony małoletnich.

Pełne definicje pojęć

- **prawo** – zbiór obowiązujących reguł ustanawianych lub uznawanych przez państwo
- **obowiązek** – to, co zgodnie z prawem lub zasadą trzeba zrobić albo czego trzeba zaniechać
- **uprawnienie** – możliwość określonego działania lub żądania ochrony
- **małoletni** – osoba, która co do zasady nie ukończyła 18 lat
- **nieletni** – pojęcie używane w przepisach dotyczących postępowania wobec osób młodych; jego znaczenie zależy od rodzaju sprawy
- **dane osobowe** – informacje, które pozwalają zidentyfikować osobę bezpośrednio lub pośrednio

- **konsument** – osoba fizyczna dokonująca z przedsiębiorcą czynności niezwiązanej bezpośrednio z jej działalnością zawodową lub gospodarczą
- **dowód** – informacja lub przedmiot, który pomaga ustalić, co się wydarzyło

Stan prawny i redakcyjny: 25 września 2026 r. Uwzględniono weto Prezydenta z 2 lipca 2026 r. do nowelizacji Prawa oświatowego: ustawowy katalog praw ucznia i rzecznicy praw uczniowskich nie weszli w życie. Przed zajęciami sprawdź aktualny stan prawny w ELI/ISAP. Numery telefonów zaufania warto sprawdzić przed zajęciami.

Klucz odpowiedzi

Dla nauczyciela: odpowiedzi do quizów i gier z każdego rozdziału.

Misja 1 · Po co nam zasady?

1. Nie wolno bić. → **Prawo – dla wszystkich** Tej zasady pilnuje prawo. Chroni każdego człowieka, wszędzie.
2. W naszej klasie podlewamy kwiaty w piątki. → **Zasada klasy lub szkoły** Tę zasadę ustaliła klasa, żeby dbać o wspólne rzeczy.
3. Na czerwonym świetle czekamy. → **Prawo – dla wszystkich** To przepis ruchu drogowego. Chroni pieszych i kierowców.
4. Na przerwie nie biegamy po korytarzu. → **Zasada klasy lub szkoły** To zasada szkoły. Pamiętasz Kubę? Nie musi wisieć na ścianie, żeby chronić innych.
5. Czy klasa może ustalić zasadę, że wolno wyśmiewać osobę, która się pomyliła? → **NIE** Nie. Taka zasada naruszałaby godność i bezpieczeństwo innych.
6. Czy można zapytać, dlaczego jakaś zasada obowiązuje? → **TAK** Tak. Pytanie o sens reguły jest czymś normalnym.

Misja 2 · Mam prawa, bo jestem dzieckiem

1. „Nie zgadzam się z tobą, bo wolę grać w berka.” → **Mówię z szacunkiem** Mówisz, co myślisz, i nikogo nie obrażasz.
2. „Uważam, że jesteś głupi.” → **Obrażam** To nie jest zwykła opinia, tylko obrażanie. Można się nie zgadzać, ale bez wyzwisk.
3. „Twój rysunek mi się nie podoba. Wolę inne kolory.” → **Mówię z szacunkiem** Mówisz o rysunku, a nie wyśmiewasz kolegi. To w porządku.
4. „Wszyscy uważają, że jesteś beznadziejna.” → **Obrażam** To ranienie i ośmieszanie. „To moje zdanie” nie usprawiedliwia krzywdzenia.
5. Czy prawo do własnego zdania oznacza, że zawsze musi być po mojemu? → **NIE** Nie. Masz prawo być wysłuchany, ale decyzja może zależeć również od bezpieczeństwa, prawa i odpowiedzialności dorosłych.
6. Czy prawa dziecka mają także dzieci, które popełniają błędy? → **TAK** Tak.
7. Czy zdanie „Uważam, że jesteś głupi” to moja opinia, na którą mam prawo? → **NIE** Nie. To obrażanie. Mogę się nie zgadzać, ale bez wyzwisk i ośmieszania.

Misja 3 · Moje ciało, moje granice

1. Czy muszę przytulić kogoś, jeśli nie chcę? → **NIE** Nie. Możesz odmówić kontaktu fizycznego.
2. Czy „to był tylko żart” zawsze kończy sprawę? → **NIE** Nie. Liczy się także to, czy ktoś czuł się bezpiecznie i czy jego granice były szanowane.

Misja 4 · W szkole też mam prawa i obowiązki

1. Czy uczeń może krzyczeć na innych, powołując się na wolność wypowiedzi? → **NIE** Nie. Prawa jednej osoby nie pozwalają naruszać praw innych.
2. Czy nauczyciel może wyśmiewać ucznia jako „karę”? → **NIE** Nie. Konsekwencje nie powinny naruszać godności.

Misja 5 · Kłótnia, dokuczanie czy krzywda?

1. Ala i Ola chcą huśtać się na tej samej huśtawce i kłócą się. → **Konflikt** To konflikt: obie mają podobną siłę i spierają się o jedną rzecz. Pomoże rozmowa.
2. Tomek raz schował Kasi piórnik, a gdy poprosiła, od razu oddał. → **Dokuczanie** To dokuczanie. Nie było miłe, ale Tomek przestał, gdy Kasia powiedziała „stop”.
3. Kilka osób codziennie nie pozwala Zuzi usiąść przy stoliku i śmieje się z niej. → **Przemoc** To przemoc: dzieje się ciągle, grupa ma przewagę, a Zuzia cierpi. Trzeba powiedzieć dorosłemu.
4. Dwóch chłopców spiera się, kto pierwszy dobiegł do mety. → **Konflikt** To konflikt. Można go rozwiązać rozmową albo powtórzyć wyścig.
5. Starszy uczeń mówi Kacprowi: „Dawaj pieniądze, bo pożałujesz”. → **Przemoc** To przemoc: groźba i przewaga siły. Kacper nie musi sam tego załatwiać – mówi dorosłemu.
6. Czy osoba pokrzywdzona zawsze musi sama porozmawiać ze sprawcą? → **NIE** Nie.
7. Czy zgłoszenie przemocy dorosłemu to „skarżenie”? → **NIE** To szukanie pomocy i ochrony.

Misja 6 · Zdjęcie, imię, hasło – moja prywatność

1. Moje imię → **Zielone** Imię możesz zwykle podać. Ale imię, nazwisko, szkoła i adres razem to już bardzo dużo.
2. Mój ulubiony kolor → **Zielone** Tą informacją możesz się dzielić bez obaw.
3. Adres mojego domu → **Czerwone** Adresu nie podajemy nieznajomym – ani na żywo, ani w internecie.
4. Moje hasło → **Czerwone** Hasło jest tylko twoje. Zna je najwyżej rodzic. Nawet najlepszy przyjaciel go nie potrzebuje.
5. Zdjęcie całej klasy → **Żółte** Ostrożnie! Na zdjęciu są inne osoby. Trzeba zapytać je o zgodę.
6. Mój numer telefonu – dla kogoś poznanego w grze → **Czerwone** Nie podajemy numeru osobom znanym tylko z internetu.
7. Czy kolega ma prawo znać moje hasło, jeśli jest moim najlepszym przyjacielem? → **NIE** Nie.
8. Czy warto zapytać przed wysłaniem czyjegoś zdjęcia na grupę? → **TAK** Tak.

Misja 7 · Kupuję, wybieram, nie daję się nabrać

1. Czy komunikat „zostały 2 sekundy” oznacza, że muszę kupić? → **NIE** Nie.
2. Czy każda płatność w grze jest drobnym codziennym zakupem? → **NIE** Nie. Zwłaszcza subskrypcje i większe kwoty wymagają ostrożności i udziału dorosłego.

Misja 8 · Internet też jest prawdziwym miejscem

1. „Hej, fajnie grasz! Zagramy jeszcze raz?” → **Zwykła wiadomość** To zwykła wiadomość. Ale i tak nie podajesz tej osobie swoich danych.
2. „Nie mów rodzicom, że ze mną rozmawiasz.” → **Czerwona flaga** Czerwona flaga! Dobre sekrety nie każą ukrywać niczego przed rodzicami.
3. „Wyślij mi kod, który przyszedł ci SMS-em.” → **Czerwona flaga** Czerwona flaga! Kody są tylko dla ciebie. Ktoś może chcieć przejąć twoje konto.
4. „Spotkajmy się, tylko ty i ja. Nikomu nie mów.” → **Czerwona flaga** Czerwona flaga! Przerwij rozmowę i powiedz dorosłemu.
5. „Wyślij mi swoje zdjęcie.” → **Czerwona flaga** Czerwona flaga! Nie wysyłasz zdjęć osobom poznanym w sieci.
6. Czy warto zachować dowód obraźliwej wiadomości? → **TAK** Tak.
7. Czy osoba z gry, z którą rozmawiam od miesiąca, na pewno jest dzieckiem w moim wieku? → **NIE** Nie ma takiej pewności.

Misja 9 · Kto może mi pomóc?

1. Jeśli pierwszy dorosły zbagatelizuje problem, czy mogę powiedzieć drugiemu? → **TAK** Tak.
2. Czy muszę umieć podać numer artykułu, żeby zgłosić krzywdę? → **NIE** Nie.

Misja 10 · Moja klasa – mała wspólnota

1. Czy większość może ustalić zasadę, która pozwala krzywdzić jedną osobę? → **NIE** Nie.
2. Czy sprawiedliwe traktowanie zawsze oznacza dokładnie takie samo traktowanie? → **NIE** Nie zawsze; czasem potrzebne jest dostosowanie do potrzeb.