



# INSTRUKCJA DLA EDUKATORA

Klasy (5-8, 11-15 lat)

---

## CZYM JEST TEN MATERIAŁ

- Ta instrukcja prowadzi cię przez zajęcia krok po kroku.
- Zawiera minimum, które wystarczy do samodzielnego poprowadzenia lekcji: przebieg, czasy, pytania kluczowe i wskazówki „czego nie robić”.
- Pracujesz na trzech elementach: ta instrukcja + karta pracy ucznia + checklista SPRAWDŹ (do zabrania do domu).
- Rozszerzone omówienie każdego modułu znajdziesz w głównej części publikacji.

## PRZED ZAJĘCIAMI

- 1** Wydrukuj kartę pracy (jedna na ucznia) i checklistę SPRAWDŹ (jedna na ucznia).
- 2** Przygotuj tablicę lub flipchart.
- 3** Internet pomocny, ale nieobowiązkowy – przydatny przy kroku 5 (Google Lens na żywo).
- 4** Zaplanuj czas: pełne zajęcia ok. 75–90 minut. Pojedynczy krok jako mini-lekcja: 15–20 minut.

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

### KROK 1 - SCREENSHOT NA GRUPIE (7-8 minut)

Przeczytaj lub wyświetl historię (uczniowie mają ją na karcie pracy). Pozostaw chwilę na reakcję.

Zadaj pytanie kluczowe: „Co byś zrobił/a w momencie otrzymania wiadomości? I co zrobisz teraz, znając finał sytuacji?”

Zbierz 4-5 reakcji. Zapytaj wprost: kto z was dostał coś podobnego? Kto wysłał dalej, nie sprawdzając?

- Jeśli uczniowie mówią „ja bym sprawdził/a” - zapytaj: jak? Co dokładnie byś zrobił/a?
- Jeśli mówią „wysłałbym dalej” - nie oceniaj. Powiedz: to bardzo normalna reakcja. Zaraz zobaczymy dlaczego.

Czego NIE robić: nie pytaj każdej osoby z grupy i nie analizuj powodów. Celem jest pokazanie mechanizmu, nie wskazanie “winnych”.



## KROK 2 - CZTERY TECHNIKI DEZINFORMACJI (10-12 minut)

Wróć do historii. Zapytaj: co sprawiło, że 23 osoby wysłały dalej bez sprawdzania? Wskazówka: nie chodzi o to, że byli głupi. Chodzi o to, jak była napisana wiadomość.

Zbierz odpowiedzi. Nakieruj na: pilność („jutro”), autorytet („dyrekcja”), potwierdzenie („sprawdziłem u kolegi”), strach przed przegapieniem.

Zapisz na tablicy cztery techniki:

1. PILNOŚĆ - „ostatnia szansa”, „zanim usuną”, „tylko dziś” → ma sprawić, że działasz szybciej, niż myślisz.

2. FAŁSZYWY AUTORYTET - „naukowcy potwierdzili”, „dyrekcja ogłosiła”, „ekspert mówi” → sprawdź: jacy naukowcy? który ekspert?

3. POTWIERDZENIE SPOŁECZNE - „wszyscy już wiedzą”, „40 tysięcy udostępnień” → dużo ludzi może się mylić jednocześnie. Liczba nie oznacza prawdy.

4. EMOCJA ZAMIAST FAKTU - strach, oburzenie, litość, euforia → jeśli treść wywołuje silną emocję, zanim zdążysz pomyśleć, zatrzymaj się przed dalszą interakcją z tą treścią.

Sygnały alarmowe: „Zanim usuną” lub „Tylko rodzina to wie” lub „Przekaż dalej” lub „Zostało 48 godzin”.

Ćwiczenie w parach (3 minuty): które z czterech technik były w wiadomości o szkole? (Odpowiedź: pilność + fałszywy autorytet + potwierdzenie społeczne. Pole na karcie pracy.)

**Ważne:** nie prezentuj technik jako listy, pokaż to jako detektywistyczne odkrycie. Uczniowie mają je „znaleźć” w wiadomości.

## KROK 3 - MODEL SPRAWDŹ (10-12 minut)

Wprowadź narzędzie: model SPRAWDŹ - siedem pytań, które zadajesz, zanim uwierzysz lub wyślesz dalej. Uczniowie mają pełny model na checkliście.

Nie czytaj SPRAWDŹ jak listy ze słownika. Każdą literę zilustruj pytaniem o screenshot ze szkoły - klasa wypełnia analizę na karcie pracy:

**S (siła napędowa):** screenshot nie ma nadawcy. „Kolega z innej klasy” to osoba przekazująca, nie autor. Anonimowość to pierwsza czerwona flaga.

**P (pochodzenie):** jeden chat klasowy. Żadne niezależne źródło go nie powtórzyło. Czy oficjalny kanał szkoły coś ogłosił? Nie.

**R (rzetelność):** „UWAGA!!!” - trzy wykrzykniki to emocja. „Potwierdzone” przez kolegę, to nie weryfikacja.

**A (aktualność):** wczoraj wieczorem przez grupę klasową. Czy dyrekcja wysłała oficjalne komunikaty wieczorem przez chat?

**W (wiarygodność):** z jednej anonimowej wiadomości wyciągnięto wniosek, że szkoła jest zamknięta. Jeden „potwierdzający” kolega to dowód anegdotyczny.

**D (dowody):** żadnych. Brak dokumentu, linku do strony szkoły.

**Ź (źródło):** nieoficjalny chat klasowy. Jeden telefon do sekretariatu wystarczyłby, żeby zatrzymać łańcuch udostępnień.

Domknij: środowisko informacyjne ma znaczenie. SPRAWDŹ działa, gdy masz artykuł, post z linkiem, screenshot z nadawcą. Gdy widzisz post w feedzie, który leci przez ekran - STOP przed kliknięciem „dalej”. Zapytaj siebie: co czuję teraz? Silna emocja = sygnał, żeby nie wysyłać natychmiast.



#### KROK 4 - JĘZYK MANIPULACJI (10-12 minut)

Wprowadzenie - stronniczość jako wybór. Wyobraź sobie, że piszę o meczu:

Wersja A: „Drużyna X strzeliła 3 gole i wygrała 3:2.”

Wersja B: „Drużyna X straciła 12 szans na gola i wygrała tylko dzięki błędowi bramkarza drugiej drużyny.”

Oba zdania są prawdziwe. Które daje pełniejszy obraz? To jest stronniczość, przedstawianie tylko faktów, które pasują do tezy.

Przeanalizujcie screenshoota, zapytaj:

- Jakich słów użył autor? Były „gorące”? (UWAGA!!! - trzy wykrzykniki. „Potwierdzone” - pewność bez dowodu.)
- Co autor przemilczał? (Szkoła ma oficjalny kanał, żaden nauczyciel nie potwierdził, „sprawdziłem u kolegi” to nie weryfikacja.)
- Jaką emocję wywołała wiadomość? (Strach/niepewność przed konsekwencjami - mama bierze wolne, żeby zająć się młodszymi dziećmi.)

Ćwiczenie kluczowe - przepisuj neutralnie (pole na karcie pracy). W parach: przepisujcie wiadomość bez gorących słów i bez przemilczeń.

Przykład dobrej odpowiedzi: „Ktoś na grupie napisał, że jutro nie ma szkoły z powodu awarii. Nie ma potwierdzenia od dyrekcji. Sprawdźcie u wychowawcy.”

Zapytaj: co się zmieniło? Czy nadal chciałbyś/chciałabyś wysłać tę wersję dalej?

Jeśli uczniowie mają trudność, naprowadź: co jest faktem? Co jest interpretacją?

#### KROK 5 - OBRAZ MOŻE KŁAMAĆ (10-12 minut)

Trzy sposoby, w jakie obraz kłamie:

**1. ZŁY KONTEKST** - prawdziwe zdjęcie, z innego czasu lub miejsca. Przykład: zdjęcie powodzi z 2010 roku opisane jako „powódź dziś w Polsce”.

**2. MANIPULACJA** - zdjęcie edytowane: usunięty element, dodana postać. Narzędzia AI sprawiają, że edycja jest niewidoczna lub bardzo trudna do wykazania.

**3. DEEPFAKE** - twarz i głos prawdziwej osoby wygenerowane przez AI, mówiącej coś, czego nigdy nie powiedziała.

**Powiedz: 6 na 10 nastolatków nie wie, że deepfake istnieje. Wy już wiecie.**

Narzędzia weryfikacji: Google Lens - pokaże, gdzie obraz pojawia się w internecie; odwrócone wyszukiwanie obrazu (images.google.com) - sprawdź datę i kontekst wszystkich wystąpień.

Sygnały deepfake omów z karty pracy uczniów. Najważniejsze pytanie: czy to wideo pochodzi z oficjalnego kanału tej osoby?

Przy deepfake: nie strasz. To istnieje, możemy się nauczyć to rozpoznawać, to nie jest magia. Jeśli masz internet w klasie, pokaż Google Lens na żywo. Dwie minuty praktyki zastępują wykład.



## KROK 6 - ALGORYTM I BAŃKA (10-12 minut)

Jak działa algorytm: decyduje, co widzisz w feedzie. Pokazuje to, co według niego będziesz oglądać najdłużej. Bezustannie obserwuje: co oglądasz i jak długo, co zatrzymuje twój palec, co wywołuje reakcję. Zapamiętuje nawet to, co piszesz i zaraz kasujesz.

Bańka informacyjna: algorytm pokazuje treści podobne do tych, które już oglądasz. Efekty: twój świat informacyjny wygląda, jakby „wszyscy” się zgadzali – bo algorytm ukrył tych, którzy się nie zgadzają. Dezinformacja w bańce nie jest „sprawdzana” przez inne głosy. Im dłużej siedzisz w bańce, tym trudniej ją dostrzec.

Trzy rzeczy do zrobienia już dziś (uczniowie wybierają jedną na karcie pracy):

1. Wyłącz powiadomienia dla aplikacji, które nie wymagają natychmiastowej reakcji.
2. Rozróżniaj pasywne od aktywnego. Pasywne: scrollujesz bez celu, to algorytm wybiera. Aktywne: szukasz konkretnego, to ty wybierasz.
3. Raz w miesiącu sprawdź swoją bańkę: poszukaj celowo opinii, z którą się nie zgadzasz. Nie po to, żeby zmienić zdanie, ale po to, żeby wiedzieć, że taka opinia istnieje.

Sen i uwaga: każda godzina ekranu po 18:00 redukuje głęboki sen. Wśród 14-17-latków wysokie użycie ekranów wiązało się z ponad dwukrotnie wyższym prawdopodobieństwem depresji i lęku. Unikaj zakazów i pouczania, to jest informacja.

Ważne: bańka informacyjna to most między higieną cyfrową a dezinformacją, pokaż ten most wprost. Liczby o śnie podaj bez emocji, jako informację, którą uczniowie mogą sami zweryfikować.

## KROK 7 - CO NAPISZESZ W GRUPIE? (10-12 minut)

Wróć do początku: rano szkoła była otwarta. 23 osoby wysłały fałszywą wiadomość. Jak na takie rzeczy reagować?

Trzy sytuacje, trzy skrypty:

**SYTUACJA 1** - widzisz fałszywą wiadomość, zanim wszyscy wyślą. Na grupie napisz: „Hej, zanim wyślecie dalej - czy ktoś sprawdził to u wychowawcy/na stronie szkoły? Oficjalne info przychodzi zwykle przez [dziennik/stronę]. Sprawdzam.” (Nie atakujesz osoby, dajesz grupie wyjście bez wstydu, bierzesz na siebie sprawdzenie.)

**SYTUACJA 2** - wszyscy już wysłali. Nie pisz na grupie, że ta osoba się myliła. Napisz prywatnie do osoby, która zaczęła: „Hej, sprawdziłem/am, szkoła jutro jest. Może warto napisać na grupie? Możesz to zrobić, albo ja mogę.” (Prywatna rozmowa zamiast publicznego zawstydzenia, dajesz szansę na samodzielne sprostowanie.)

**SYTUACJA 3** - ktoś się upiera. Napisz raz: „Mam inne info, sprawdziłem/am u wychowawcy. Szkoła jest jutro otwarta. Zostawiam tu, na wypadek gdyby ktoś potrzebował.” Potem milcz. Jeden raz powiedziane wystarczy. Powtarzanie nie przekona, tylko irytuje.

Kluczowa zasada - efekt bumerangu: gdy ktoś jest przekonany do czegoś i ktoś go atakuje często wierzy w to jeszcze mocniej. Dlatego: jeden raz, spokojnie, z dowodem. Potem odpuść. Twoja rola to dać prawdziwą informację, nie wygrać dyskusję.

Prowadź trzy sytuacje jako scenki w trójkach: nadawca dezinformacji, reagujący, obserwator grupy. Ucz „jak dać informację bez zrywania relacji”, nie „jak wygrać dyskusję o fake newsach”.



Runda zamykająca: każdy odpowiada w jednym zdaniu - „jedna rzecz, którą zabierasz z dzisiejszych zajęć” (pole na karcie pracy).

### **Trzy zdania na koniec - wypowiedz je do klasy:**

1. Dezinformacja istnieje i będzie istnieć. Nie da się jej wyeliminować, ale można być na nią gotowym.
2. Gotowość polega na tym, żebyś umiał/a się zatrzymać, zapytać czy to prawda.
3. I na tym, żebyś umiał/a rozmawiać z ludźmi, których lubisz, bez próby ich atakowania, w zamian za to z troską, która pozwoli przełamać jej nieufność.

### **PO ZAJĘCIACH**

- Rozdaj karty detektywa do zabrania do domu.
- Po tygodniu wróć do zadania z odkładaniem telefonu - porozmawiaj z grupą dlaczego to było trudne, jak czuli się uczniowie, komu się udało.
- Lekcja do powiedzenia na głos: Zасыianie i budzenie się bez telefonu jest bardzo ważne, wtedy mózg może odpocząć i łatwiej zasnąć wieczorem, rano można wejść w dzień na spokojnie. Próbujcie tego rytuału, nawet jeśli nie codziennie się Wam to uda.
- Podpowiedzi na problematyczne sytuacje:
  - poradnik „Trudne sytuacje prowadzącego”;
  - wyjaśnienia pojęć.



**PORADNIK**



**SŁOWNIK POJĘĆ**