



## **ZAJĘCIA DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH:**

### **- „Bezpieczne zachowania”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, czas zajęć 30 min.

W trakcie zajęć najmłodsze dzieci uczą się zachowywać bezpieczeństwo w domu oraz na podwórku. Za pomocą prowadzonych warsztatów przystosowanych specjalnie do wieku odbiorców, dzieci uczą się „zasady ograniczonego zaufania” w stosunku do osób obcych. W trakcie warsztatów prowadzonych na lekcji, dzieci uczone są podstawowych zasad asertywności wobec osoby obcej.

Dzieci z grupy lekcyjnej stawiane są przed sytuacją problemową, w trakcie której wyrabiają, lub utrwalają umiejętność odmowy osobie dorosłej w odpowiedzi na różne propozycje z jej strony - np. otwarcie drzwi w domu, przyjęcie poczęstunku na ulicy, zaproszenie do samochodu, prośba o przystanie zdjęć lub podanie swojego adresu zamieszkania.

---

### **- „Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawanie są z pojęciem zagrożeń cyberprzestrzeni a także nabywają umiejętności rozpoznawania i nieprowokowania sytuacji niebezpiecznych, które mogą zaistnieć podczas korzystania z sieci Internet.

Podczas lekcji dzieci przedszkolne zapoznawane są z podstawowymi zagadnieniami związanymi z bezpieczeństwem korzystania z Internetu a także wypracowują cztery podstawowe zasady bezpiecznego internauty.

---

## **ZAJĘCIA DLA DZIECI SZKÓŁ PODSTAWOWYCH:**

### **ZAJĘCIA DLA DZIECI GRUP „O”:**

#### **- „Bezpieczne zachowania”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, czas zajęć 30 min .

W trakcie zajęć najmłodsze dzieci uczą się zachowywać bezpieczeństwo w domu oraz na podwórku. Za pomocą prowadzonych warsztatów przystosowanych specjalnie do wieku odbiorców, dzieci uczą się „zasady ograniczonego zaufania” w stosunku do osób obcych.

W trakcie warsztatów prowadzonych na lekcji, dzieci uczone są podstawowych zasad asertywności wobec osoby obcej. Dzieci z grupy lekcyjnej stawiane są przed sytuacją problemową, w trakcie której wyrabiają, lub utrwalają umiejętność odmowy osobie dorosłej w odpowiedzi na różne propozycje z jej strony - np. otwarcie drzwi w domu, przyjęcie poczęstunku na ulicy, zaproszenie do samochodu, prośba o przysłanie zdjęć lub podanie swojego adresu zamieszkania.

Podczas lekcji dzieci wypracowują cztery podstawowe zasady bezpieczeństwa w życiu codziennym.

---

#### **- "Podstawy bezpieczeństwa w Ruchu Drogowym "**

Metoda prowadzenia zajęć – wykład, warsztaty, czas zajęć 30 min.

W trakcie zajęć dzieci zapoznane zostają z najważniejszymi i podstawowymi zasadami dotyczącymi ruchu pieszych oraz koniecznością używania odblasków. W trakcie warsztatów dzieci uczą się praktycznych zasad przechodzenia przez jezdnię i innych reguł zachowania się na drodze.

---

#### **- „Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawanie są z pojęciem zagrożeń cyberprzestrzeni a także nabywają umiejętności rozpoznawania i nieprovokowania sytuacji niebezpiecznych, które mogą zaistnieć podczas korzystania z sieci Internet.

Podczas lekcji dzieci grup "O" zapoznawane są z podstawowymi zagadnieniami związanymi z bezpieczeństwem korzystania z Internetu a także wypracowują cztery podstawowe zasady bezpiecznego internauty.

---

## ZAJĘCIA DLA DZIECI KLAS I-III SZKÓŁ PODSTAWOWYCH:

### - „Bezpieczne zachowania”

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, czas zajęć 45 min

Współczesne życie, oprócz wielu udogodnień i ułatwień niesie ze sobą szereg zagrożeń na które narażone są zwłaszcza osoby najmłodsze. Często bezkrytyczne korzystanie z Internetu przez uczniów początkowych klas szkół podstawowych niesie ze sobą szereg zagrożeń takich jak ryzyko napotkania w Internecie informacji niebezpiecznych lub niewłaściwych dla najmłodszych dzieci lub groźba ujawnienia swoich danych osobowych osobom nieznanym.

Również życie codzienne niesie ze sobą szereg zagrożeń dla najmłodszych dzieci, do których nie zawsze są właściwie przygotowani. Ze środków masowego przekazu niejednokrotnie można dowiedzieć się o kolejnym dziecku, które po uprzednim zaproszeniu do samochodu osoby obcej zostało uprowadzone[1], lub pozostawione samo w domu przez rodziców którzy na chwilę opuścili mieszkanie wpuścił do niego osobę obcą, która mogła dokonać kradzieży wartościowych przedmiotów lub po prostu dokonać na nim przestępstwa o charakterze seksualnym[2].

Naturalna ufność dziecka, a także całkowity brak asertywności wobec osoby obcej może dodatkowo potęgować wymienione zagrożenia.

Brak wiedzy dzieci na temat zagrożeń niestety bardzo często wykorzystują również pedofile, którzy umiędząc zdobyć zaufanie najmłodszych osób , częstują je słodyczami lub dając prezenty mogą doprowadzić do uwiedzenia a następnie do czynności seksualnych przy wykorzystaniu osoby nieletniej[3].

Zajęcia przeprowadzone w klasach I szkoły podstawowej mają na celu zapoznanie dziecka z najczęściej występującymi zagrożeniami w życiu codziennym a także podstaw asertywności wobec osoby dorosłej chcącej od dziecka cokolwiek uzyskać, lub w inny sposób nawiązać z nim niebezpieczny kontakt.

Dzieci poznają zasady bezpiecznych zachowań w przypadku, kiedy pozostają same w domu, kiedy na podwórku zaczepia je osoba obca, lub są zapraszane do samochodu przez taką osobę. Uczą się również właściwych zachowań w przypadku wystąpienia jakichkolwiek zagrożeń w szkole. Jedną z podstawowych zasad wpajanych dzieciom w trakcie lekcji jest jak najszybsze informowanie rodziców, opiekunów lub nauczycieli o zaistniałym zagrożeniu.

---

[1] <http://www.polskieradio.pl/5/3/Artykul/1548469,Dzi...> : dostęp 16.03.2016

[2] <http://www.radiozet.pl/Rozrywka/O-tym-sie-mowi/Szo...> ; dostęp 16.03.2016

[3] <http://express.bydgoski.pl/349459,Nie-wystarczy-po...> , dostęp 13.03.2016

---

### **- "Podstawy bezpieczeństwa w Ruchu Drogowym" (tylko klasy I)**

Metoda prowadzenia zajęć – wykład, warsztaty, czas zajęć 45 min

W trakcie zajęć dzieci zapoznane zostają z najważniejszymi i podstawowymi zasadami dotyczącymi ruchu pieszych oraz koniecznością używania odblasków. W trakcie warsztatów dzieci uczą się praktycznych zasad przechodzenia przez jezdnię i innych reguł zachowania się na drodze.

---

### **- „Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z pojęciem zagrożeń cyberprzestrzeni a także nabywają umiejętności rozpoznawania i nieprovokowania sytuacji niebezpiecznych, które mogą zaistnieć podczas korzystania z sieci Internet. Podczas lekcji dzieci zapoznawane są z podstawowymi zagadnieniami związanymi z bezpieczeństwem korzystania z Internetu a także wypracowują cztery podstawowe zasady bezpiecznego internauty.

---

### **- Zajęcia "Stop cyberprzemocy"**

Forma prowadzenia zajęć: wykład, warsztaty, prezentacja multimedialna. Czas zajęć - 1, 2 lub 3 godziny lekcyjne.

Opis zajęć: w trakcie zajęć uczniowie klas młodszych szkół podstawowych zapoznawani są z ogólnymi zagadnieniami dotyczącymi zagrożeń internetowych, za szczególnym zwróceniem uwagi na cyberprzemoc. W trakcie warsztatów prowadzonych na lekcji, dzieci uczone są podstawowych zasad asertywności wobec osoby obcej.

Dzieci z grupy lekcyjnej stawiane są przed sytuacją problemową, w trakcie której wyrabiają, lub utrwalają umiejętność odmowy osobie dorosłej w odpowiedzi na różne propozycje z jej strony - np. otwarcie drzwi w domu, przyjęcie poczęstunku na ulicy, zaproszenie do samochodu, prośba o przystanie zdjęć lub podanie swojego adresu zamieszkania.

Następnie uczniom przedstawiane są sytuacje z zakresu szeroko pojmowanego bezpieczeństwa cyberprzestrzeni, które po omówieniu są podstawą do wzajemnej dyskusji na temat minimalizowania zagrożeń a także dalszego postępowania w przypadku ich wystąpienia. Szczególny nacisk położony jest na konieczność informowania rodziców, opiekunów, nauczycieli na każde zdarzenie w Internecie, które zdenerwuje, zaniepokoi lub zawstydzi dziecko. Główny nacisk podczas prowadzenia zajęć położony jest na zjawisko cyberprzemocy.

Dzieci są informowane, jak należy zachować się w przypadku, kiedy ktokolwiek wykorzystuje przeciwko nim sieć teleinformatyczną. W trakcie warsztatów utrwalają sobie wiedzę o bezwzględnym zakazie wykorzystywania sieci telefonii komórkowej i Internetu przeciwko drugiej osobie a także o jak najszybszym informowaniu rodziców lub opiekunów jeżeli ktokolwiek będzie podejmował takie działania przeciwko nim.

## **ZAJĘCIA DLA DZIECI KLAS IV-VI SZKOŁY PODSTAWOWEJ**

### **- „Bezpieczeństwo własne”**

Metoda prowadzenia zajęć: warsztaty, wykład interaktywny, czas zajęć 45 min

W trakcie zajęć uczniowie zapoznani zostają z metodami działania sprawców przestępstw a także z zagrożeniami z którymi mogą się spotkać w codziennym życiu a także metodami przeciwdziałania im. Zajęcia ilustrowane są przykładami wziętymi z bogatego doświadczenia zawodowego prowadzącego .

W trakcie warsztatów uczestnicy zajęć samodzielnie rozwiązują zadane sytuacje problemowe wypracowując modele profilaktyczne zachowań w miejscach zagrożonych określonymi rodzajami przestępczości.

---

### **- „Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min

**W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawanie są z pojęciem zagrożeń cyberprzestrzeni a także nabywają umiejętności rozpoznawania i nieprovokowania sytuacji niebezpiecznych, które mogą zaistnieć podczas korzystania z sieci Internet.**

---

### **"Żyjesz dla siebie, czy dla smartfona?" - zagrożenia związane z fonoholizmem.**

**Forma zajęć - warsztaty**

**Czas zajęć - 45 minut**

W trakcie zajęć uczniowie zapoznani zostają ze zjawiskiem fonoholizmu, dokonywany jest przegląd zagrożeń związanych z używaniem telefonu komórkowego w każdym miejscu i sytuacji.

W trakcie warsztatów uczestnicy rozwiązują test mający na celu stwierdzenie, czy w przypadku konkretnych uczniów można mówić o zjawisku nadużywania smartfona oraz opracowują metody minimalizacji skutków tych zagrożeń.

---

### **- „Cyberprzemoc - Ty możesz to przerwać”**

Zajęcia "Stop cyberprzemocy" dla uczniów klas IV - VI Szkół Podstawowych.

Forma prowadzenia zajęć: wykład, warsztaty, prezentacja multimedialna. Czas zajęć - 1, 2 lub 3 godziny lekcyjne.

**Opis zajęć:** w trakcie zajęć uczniowie opowiadają do czego najczęściej używają Internetu, a następnie próbują sami wykazać pozytywne i negatywne strony używania tego narzędzia w trakcie korzystania z jego zasobów.

W trakcie "burzy mózgów", którą moderuje prowadzący, dzieci zapoznają się z podstawowymi zagrożeniami internetowymi, opracowują zasady minimalizacji tych zagrożeń, oraz zasady natychmiastowego powiadamiania rodziców, nauczycieli lub innych opiekunów w przypadku wystąpienia jakichkolwiek sytuacji mogących stanowić zagrożenie.

Podczas dyskusji szczególna uwaga zwrócona jest za sytuacje związane z szeroko pojmowaną cyberprzemocą. Uczniowie zapoznawani są z sytuacjami mogącymi sprowokować takie zachowania, a następnie sami wypracowują metody zachowań w Internecie, które nie prowadzą do wystąpienia takich sytuacji. Uczniowie rozpatrują różne warianty zdarzeń ( np. konsekwencje wysłania obcej osobie zdjęć, podania adresu zamieszkania, nazwy szkoły, umieszczenia zdjęć w Internecie) zastanawiając się, które mogą prowadzić do zaistnienia cyberprzemocy a które mogą być przyczyną innych zagrożeń związanych z Internetem.

W prowadzonych warsztatach uczniowie dochodzą do konkluzji, że umieszczony materiał pozostaje w sieci na zawsze oraz że bezwzględnie zabronione jest wykorzystywanie Internetu i sieci telefonii komórkowej przeciwko drugiej osobie.

Duży nacisk położony jest na natychmiastowe informowanie rodziców i nauczycieli o wystąpieniu takich zdarzeń, co jest postawą do ich szybkiej i skutecznej interwencji. Dzieciom prezentowany jest numer ogólnopolskiego telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111 który w ostatnim czasie przejął po telefonie zaufania Helpline, zagadnienia związane ze zgłoszeniami dotyczącymi cyberprzemocy.

---

#### **- „Profilaktyka agresji”**

Metoda prowadzenia zajęć – wykład, warsztaty, czas zajęć 45 min .

W trakcie zajęć dzieci zapoznane zostają z problematyką agresji wśród uczniów a następnie w trakcie warsztatów prowadzonych w formie „burzy mózgów” dzieci podają pomysły dotyczące konsekwencji negatywnych zachowań, efektów zachowań pozytywnych oraz wypracowują alternatywne metody rozwiązywania konfliktów. Dyskusja jest na bieżąco moderowana przez prowadzącego.

---

#### **- „Odpowiedzialność prawna nieletnich” (TYLKO DLA KLAS VI)**

-metoda prowadzenia zajęć: warsztaty, wykład interaktywny, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z aktualnymi regulacjami prawnymi związanymi z odpowiedzialnością prawną nieletnich a także rodzajami sankcji prawnych za popełnione przez nich czyny zabronione.

---

#### **- „Świadkowie cyberprzemocy – milcząca większość”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

Zajęcia mają na celu zmianę postrzegania świadka w oczach dzieci i młodzieży szkolnej. Podczas zajęć uświadamiana jest uczestnikom rola świadka, oraz jego wpływ na eliminację negatywnych zdarzeń, które w przypadku ich zlekceważenia mogą dotknąć każdą osobę.

Aby zminimalizować tzw. „strach przez nieznanym”, podczas zajęć prezentowane są zasady postępowania przed sądem oraz podawane są osoby, miejsca, numery telefonów i adresy internetowe, pod którym osoba decydująca się świadczyć może uzyskać pomoc i wsparcie.

Podczas warsztatów uczniowie wypracowują trzy podstawowe zasady oraz narzędzia które w istotny sposób umożliwiają ograniczyć zjawisko cyberprzemocy.

---

## Zajęcia dla uczniów klas gimnazjalnych.

### **„Bezpieczeństwo własne”**

Metoda prowadzenia zajęć: warsztaty, wykład interaktywny, czas zajęć 45 min

W trakcie zajęć uczniowie zapoznani zostają z metodami działania sprawców przestępstw a także z zagrożeniami z którymi mogą się spotkać w codziennym życiu a także metodami przeciwdziałania im.

Zajęcia ilustrowane są przykładami wziętymi z bogatego doświadczenia zawodowego prowadzącego . W trakcie warsztatów uczestnicy zajęć samodzielnie rozwiązują zadane sytuacje problemowe wypracowując modele profilaktyczne zachowań w miejscach zagrożonych określonymi rodzajami przestępczości.

---

### **- „Cyberprzemoc - Ty możesz to przerwać”**

Zajęcia "Stop cyberprzemocy" dla uczniów klas szkół gimnazjalnych oraz ponadgimnazjalnych.

Forma prowadzenia zajęć: wykład, warsztaty, prezentacja multimedialna. Czas zajęć - 1, 2 lub 3 godziny lekcyjne.

Opis zajęć: w trakcie zajęć uczniowie zapoznawani są w formie pytań quizowych ze skalą korzystania z Internetu w skali globalnej. Odpowiadają m.in. na pytania, ilu ludzi korzysta w jednej chwili z Internetu, jak długo przeciętny użytkownik tygodniowo jest zalogowany w Internecie, ile w ciągu jednej doby jest uplodowanych zdjęć na różnego rodzaju stronach internetowych itp.

Następnie uczniowie zapoznawani są szczegółowo ze zjawiskiem cyberprzemocy, przedstawiane są im prawdziwe zaczerpnięte z doświadczenia prowadzącego sytuacje, których bohaterowie spotkali się z różnymi formami cyberprzemocy a następnie w formie "burzy mózgów" moderowanej przez prowadzącego zastanawiali się, w jaki sposób osoba, która doświadczyła konkretnej formy cyberprzemocy powinna postąpić. Szczególny nacisk położony jest na rolę i postępowanie osoby która wie, że jej koleżanka lub kolega doświadczają cyberprzemocy czyli świadka.

Wypracowywane są metody postępowania, w jaki sposób udzielić pomocy i wsparcia dla poszkodowanego, nie przyczynić się do rozpowszechniania i zwiększania popularności zamieszczonego, materiału który ośmiesza kolegę lub koleżankę. Istotną częścią zajęć jest uświadomienie uczniom, że cyberprzemoc jest zabroniona przez odpowiednie przepisy polskiego prawa.

Przedstawiane są więc podstawowe zagadnienia dotyczące odpowiedzialności prawnej nieletnich za czyny związane z szeroko pojmowaną cyberprzemocą, stalkingiem, włamaniami na konto strzeżone hasłem elektronicznym itp. Młodzieży prezentowany jest numer ogólnopolskiego telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111, który w ostatnim czasie przejął po telefonie zaufania Helpline, zagadnienia związane ze zgłoszeniami dotyczącymi cyberprzemocy.

---

### **"Żyjesz dla siebie, czy dla smartfona?" - zagrożenia związane z fonoholizmem.**

#### **Forma zajęć - warsztaty**

#### **Czas zajęć - 45 minut**

W trakcie zajęć uczniowie zapoznani zostają ze zjawiskiem fonoholizmu, dokonywany jest przegląd zagrożeń związanych z używaniem telefonu komórkowego w każdym miejscu i sytuacji.

W trakcie warsztatów uczestnicy rozwiązują test mający na celu stwierdzenie, czy w przypadku konkretnych uczniów można mówić o zjawisku nadużywania smartfona oraz opracowują metody minimalizacji skutków tych zagrożeń.

---

### **- „Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z pojęciem zagrożeń cyberprzestrzeni a także nabywają umiejętności rozpoznawania i nieprowokowania sytuacji niebezpiecznych, które mogą zaistnieć podczas korzystania z sieci Internet. W trakcie warsztatów uczniowie wypracowują podstawowe zasady bezpieczeństwa w Internecie, identyfikują zagrożenia oraz wypracowują metody przeciwdziałania im.

---

### **- „Twój wizerunek należy do Ciebie – stop sextingowi”**

Metoda prowadzenia zajęć – prezentacja, wykład, warsztaty. Czas 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznani zostają z problematyką sextingu internetowego, jego przyczynami i skutkami oraz profilaktyką. W trakcie warsztatów rozwiązują w grupach zadania problemowe związane z zagadnieniem sextingu. Podawane są informacje związane z zakresem pomocy oraz miejsca, gdzie można uzyskać pomoc w przypadku zaistnienia zjawiska.

---



### **- „Nie daj się złapać w sieć – stop pedofilii internetowej”**

Metoda prowadzenia zajęć – prezentacja, wykład, warsztaty. Czas 45 min.

Zajęcia mają na celu przedstawienie metod za pomocą których pedofile Internetowi zakładają pułapki na niczego nieświadomą ofiarę. Zajęcia mają na celu wyczulenie dziecka na pewne podejrzane typy zachowań osób poszukujących nieletniej ofiary za pośrednictwem Internetu.

Przedstawiane są podstawy prawne związane z przestępczością o charakterze pedofilskim, oraz przekazywane są informacje związane z zakresem pomocy oraz miejsca, gdzie można uzyskać pomoc w przypadku zaistnienia zjawiska.

---

### **- „Profilaktyka agresji”**

Metoda prowadzenia zajęć – wykład, warsztaty, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć dzieci zapoznane zostają z problematyką agresji wśród uczniów a następnie w trakcie warsztatów prowadzonych w formie „burzy mózgów” dzieci podają pomysły dotyczące konsekwencji negatywnych zachowań, efektów zachowań pozytywnych efektów zachowań pozytywnych oraz wypracowują alternatywne metody rozwiązywania konfliktów. Dyskusja jest na bieżąco moderowana przez prowadzącego. Dyskusja jest na bieżąco moderowana przez prowadzącego.

---

### **- „Odpowiedzialność prawna nieletnich”**

-metoda prowadzenia zajęć: wykład interaktywny, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z aktualnymi regulacjami prawnymi związanymi z odpowiedzialnością prawną nieletnich a także rodzajami sankcji prawnych za popełnione czyny zabronione.

---

### **- „Świadkowie cyberprzemocy – milcząca większość”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

Zajęcia mają na celu zmianę postrzegania świadka w oczach dzieci i młodzieży szkolnej. Podczas zajęć uświadamiana jest uczestnikom rola świadka, oraz jego wpływ na eliminację negatywnych zdarzeń, które w przypadku ich zlekceważenia mogą dotknąć każdą osobę.

Aby zminimalizować tzw „strach przez nieznanym”, podczas zajęć prezentowane są zasady postępowania przed sądem oraz podawane są osoby, miejsca, numery telefonów i adresy internetowe, pod którym osoba decydująca się świadczyć może uzyskać pomoc i wsparcie.

Podczas warsztatów uczniowie wypracowują trzy podstawowe zasady oraz narzędzia które w istotny sposób umożliwiają ograniczyć zjawisko cyberprzemocy rzez nich czyny zabronione.

---

## **"Nie wypal myślenia - dopalacze, droga bez powrotu"**

**Forma zajęć - wykład multimedialny lub warsztaty.**

**Czas 45 lub 90 min.**

Problematyka zażywania środków zwanych dopalaczami pojawiła się w Polsce w roku 2008, kiedy to powstał pierwszy sklep internetowy oferujący te substancje. Następnie pojawiły się sklepy stacjonarne oferujące te środki. Główną grupą odbiorców byli młodzi ludzie, którzy do zakupu byli zachęceni m.in. hasłem *"życie jest zbyt krótkie, aby jeść niezdrowe tabletki"*.

Metody reklamy i marketingu stosowane przez osoby sprzedające dopalacze stały się na tyle skuteczne, że na terenie całego kraju zaczęły powstawać sklepy stacjonarne oferujące te środki. Oferowane produkty sprzedawane były pod nazwą produktów kolekcjonerskich, nie do spożycia przez ludzi. Sprzedawcy sugerowali, że sprzedawane substancje są przeznaczone do umieszczenia w klaserze, podobnie jak znaczki i inne faktyczne przedmioty kolekcjonerskie.

W ciągu następných kilku lat, problem z dopalaczami stał się na tyle poważny, że po serii przypadków śmiertelnych wywołanych zażywaniem tych substancji, ówczesny Rząd Polski zdecydował się wypowiedzieć walkę osobom prowadzącym handel tymi środkami a także dokonał nowelizacji przepisów prawnych, umieszczając składniki środków umieszczanych w dopalaczach na liście substancji zakazanych w Ustawie o przeciwdziałaniu narkomanii.

Skutkiem działań było zdelegalizowanie tych substancji oraz zamknięcie sklepów stacjonarnych działających na terenie Kraju oraz na krajowych stronach internetowych.

Jednak mimo podjęcia tak zdecydowanych działań, handel dopalaczami nie zanikł całkowicie. Osoby zainteresowane mogły bez trudu znaleźć sklepy internetowe oferujące sprzedaż wysyłkową, które umieszczone były na zagranicznych serwerach.

Sam termin "dopalacz" nie ma charakteru naukowego. Oznacza on urządzenie stosowane w lotnictwie, lub slangowo - środki wspomagające dla sportowców, skąd przyjął się w środowisku osób zażywających te substancje. Dlatego najczęściej używa się go potocznie, dla określenia nazwy mieszanek o faktycznym, lub rzekomym działaniu psychoaktywnym. Wspomniane mieszanki i substancje są produkowane niejako na zamówienie i poprzez niewielkie zmiany w składzie chemicznym dokonywane przez producentów traktowane są jako nowe, legalne substancje i pod nową nazwą są wprowadzane do użytku.

Jednak w ostatnim okresie czasu, doniesienia medialne wskazują, że problem substancji zwanych dopalaczami nie został całkowicie rozwiązany. Jak donoszą środki masowego przekazu, przed wakacjami 2015 roku nastąpiły liczne zatrucia tymi środkami, a zwłaszcza substancją o nazwie "Mocarz" na terenie całego kraju. Czas wystąpienia to jedna godzina dydaktyczna na klasę.

**Z uwagi na dynamicznie prowadzoną formułę zajęć nie podano czasów realizacji poszczególnych zagadnień.**

Podczas zajęć omówione zostaną zagadnienia związane z problematyką zażywania środków tzw. "dopalaczy" przez osoby nieletnie za szczególnym uwzględnieniem metod stosowanych przez handlarza takimi substancjami zmierzających do sprzedaży dopalaczy osobom niezdecydowanym.

- Uczniowie zdobędą umiejętności związane z właściwym reagowaniem w przypadku, gdy ktoś proponuje im zakup środka odurzającego, udzieleniem pomocy wśród uczniów klasowych w przypadku zaistnienia podejrzenia, że ktoś z kolegów mógł zażyć taki środek, wiedzę na temat działań podejmowanych przez instytucje zajmujące się zwalczaniem uzależnień od środków odurzających i zasad współpracy z nimi.

- W prowadzonych zajęciach położono nacisk na zachowania niezgodne z obowiązującymi normami prawnymi oraz zaprezentowano zasady odpowiedzialności prawnej nieletnich za czyny związane z przestępczością narkotykową.

- Uczniowie zapoznani zostaną metody i sposoby weryfikacji informacji dostępnych w internecie a zwłaszcza informacji o charakterze pseudomedycznym dotyczących środków tzw. "dopalaczy".

- Uczniowie zdobywają wiedzę że substancje o tej samej nazwie, mogą mieć różny skład chemiczny, a także o trudnościach ze skutecznym udzieleniem pomocy przez lekarza, w przypadku, gdy osoba zażyje niezidentyfikowaną substancję chemiczną.

- uczestnicy poznają działanie mechanizmu zwiększania tolerancji organizmu na substancję chemiczną.

- w warsztatach prowadzonych metodą "burzy mózgów" uczniowie podają przyczyny i skutki zażywania środków odurzających przez osoby nieletnie.

---

## **ZAJĘCIA DLA UCZNIÓW KLAS PONADGIMNAZJALNYCH:**

### **- „Bezpieczeństwo własne”**

Metoda prowadzenia zajęć: warsztaty, wykład interaktywny, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczniowie zapoznani zostają z metodami działania sprawców przestępstw a także z zagrożeniami z którymi mogą się spotkać w codziennym życiu a także metodami przeciwdziałania im. Zajęcia ilustrowane są przykładami wziętymi z bogatego doświadczenia zawodowego prowadzącego .

---

### **"Żyjesz dla siebie, czy dla smartfona?" - zagrożenia związane z fonoholizmem.**

**Forma zajęć - warsztaty**

**Czas zajęć - 45 minut**

W trakcie zajęć uczniowie zapoznani zostają ze zjawiskiem fonoholizmu, dokonywany jest przegląd zagrożeń związanych z używaniem telefonu komórkowego w każdym miejscu i sytuacji.

W trakcie warsztatów uczestnicy rozwiązują test mający na celu stwierdzenie, czy w przypadku konkretnych uczniów można mówić o zjawisku nadużywania smartfona oraz opracowują metody minimalizacji skutków tych zagrożeń

---

#### **- „Odpowiedzialność prawna nieletnich”**

-metoda prowadzenia zajęć: warsztaty, wykład interaktywny, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z aktualnymi regulacjami prawnymi związanymi z odpowiedzialnością prawną nieletnich a także rodzajami sankcji prawnych za popełnione przez nich czyny zabronione.

---

#### **- „Cyberprzemoc - Ty możesz to przerwać”**

Zajęcia "Stop cyberprzemocy" dla uczniów klas szkół gimnazjalnych oraz ponadgimnazjalnych. Forma prowadzenia zajęć: wykład, warsztaty, prezentacja multimedialna. Czas zajęć - 1, 2 lub 3 godziny lekcyjne.

Opis zajęć: w trakcie zajęć uczniowie zapoznawani są w formie pytań quizowych ze skalą korzystania z Internetu w skali globalnej. Odpowiadają m.in. na pytania, ilu ludzi korzysta w jednej chwili z Internetu, jak długo przeciętny użytkownik tygodniowo jest zalogowany w Internecie, ile w ciągu jednej doby jest uplodowanych zdjęć na różnego rodzaju stronach internetowych itp.

Następnie uczniowie zapoznawani są szczegółowo ze zjawiskiem cyberprzemocy, przedstawiane są im prawdziwe zacerpnięte z doświadczenia prowadzącego sytuacje, których bohaterowie spotkali się z różnymi formami cyberprzemocy a następnie w formie "burzy mózgów" moderowanej przez prowadzącego zastanawiali się, w jaki sposób osoba, która doświadczyła konkretnej formy cyberprzemocy powinna postąpić. Szczególny nacisk położony jest na rolę i postępowanie osoby która wie, że jej koleżanka lub kolega doświadczają cyberprzemocy czyli świadka.

Wypracowywane są metody postępowania, w jaki sposób udzielić pomocy i wsparcia dla poszkodowanego, nie przyczynić się do rozpowszechniania i zwiększania popularności zamieszczonego, materiału który ośmiesza kolegę lub koleżankę. Istotną częścią zajęć jest uświadomienie uczniom, że cyberprzemoc jest zabroniona przez odpowiednie przepisy polskiego prawa.

Przedstawiane są więc podstawowe zagadnienia dotyczące odpowiedzialności prawnej nieletnich za czyny związane z szeroko pojmowaną cyberprzemocą, stalkingiem, włamaniami na konto strzeżone hasłem elektronicznym itp. Młodzieży prezentowany jest numer ogólnopolskiego telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111, który w ostatnim czasie przejął po telefonie zaufania Helpline, zagadnienia związane ze zgłoszeniami dotyczącymi cyberprzemocy.

---

### **- „Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z pojęciem zagrożeń cyberprzestrzeni a także nabywają umiejętności rozpoznawania i nieprowokowania sytuacji niebezpiecznych, które mogą zaistnieć podczas korzystania z sieci Internet. W trakcie warsztatów uczniowie wypracowują podstawowe zasady bezpieczeństwa w Internecie, identyfikują zagrożenia oraz wypracowują metody przeciwdziałania im.

---

### **- „Twój wizerunek należy do Ciebie – stop sextingowi”**

Metoda prowadzenia zajęć – prezentacja, wykład, warsztaty. Czas 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznani zostają z problematyką sextingu internetowego, jego przyczynami i skutkami oraz profilaktyką. W trakcie warsztatów rozwiązują w grupach zadania problemowe związane z zagadnieniem sextingu.

Podawane są informacje związane z zakresem pomocy oraz miejsca, gdzie można uzyskać pomoc w przypadku zaistnienia zjawiska.

---

### **- „Nie jesteś na sprzedaż”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

W trakcie zajęć uczestnicy zapoznawani są z bardzo głośnym ostatnio zjawiskiem tzw. „galerianek”. W trakcie warsztatów rozwiązują sytuacje problemowe związane z motywacjami, charakterystyką i konsekwencjami takich zachowań. Na zakończenie zajęć podawane są informacje związane z zakresem pomocy oraz miejsca, gdzie można uzyskać pomoc w przypadku zaistnienia zjawiska.

---

### **- „Świadkowie cyberprzemocy – milcząca większość”**

Metoda prowadzenia zajęć – warsztaty, prezentacja multimedialna, czas zajęć 45 min.

Zajęcia mają na celu zmianę postrzegania świadka w oczach dzieci i młodzieży szkolnej. Podczas zajęć uświadamiana jest uczestnikom rola świadka, oraz jego wpływ na eliminację negatywnych zdarzeń, które w przypadku ich zlekceważenia mogą dotknąć każdą osobę.

Aby zminimalizować tzw „strach przez nieznanym”, podczas zajęć prezentowane są zasady postępowania przed sądem oraz podawane są osoby, miejsca, numery telefonów i adresy internetowe, pod którym osoba decydująca się świadczyć może uzyskać pomoc i wsparcie.

Podczas warsztatów uczniowie wypracowują trzy podstawowe zasady oraz narzędzia które w istotny sposób umożliwiają ograniczyć zjawisko cyberprzemocy.

---

## **- "Nie wypal myślenia - dopalacze, droga bez powrotu"**

**Forma zajęć - wykład multimedialny lub warsztaty.**

**Czas 45 lub 90 min.**

Problematyka zażywania środków zwanych dopalaczami pojawiła się w Polsce w roku 2008, kiedy to powstał pierwszy sklep internetowy oferujący te substancje. Następnie pojawiły się sklepy stacjonarne oferujące te środki. Główną grupą odbiorców byli młodzi ludzie, którzy do zakupu byli zachęceni m.in. hasłem "*życie jest zbyt krótkie, aby jeść niezdrowe tabletki*".

Metody reklamy i marketingu stosowane przez osoby sprzedające dopalacze stały się na tyle skuteczne, że na terenie całego kraju zaczęły powstawać sklepy stacjonarne oferujące te środki. Oferowane produkty sprzedawane były pod nazwą produktów kolekcjonerskich, nie do spożycia przez ludzi. Sprzedawcy sugerowali, że sprzedawane substancje są przeznaczone do umieszczenia w klaserze, podobnie jak znaczki i inne faktyczne przedmioty kolekcjonerskie.

W ciągu następnych kilku lat, problem z dopalaczami stał się na tyle poważny, że po serii przypadków śmiertelnych wywołanych zażywaniem tych substancji, ówczesny Rząd Polski zdecydował się wypowiedzieć walkę osobom prowadzącym handel tymi środkami a także dokonał nowelizacji przepisów prawnych, umieszczając składniki środków umieszczanych w dopalaczach na liście substancji zakazanych w Ustawie o przeciwdziałaniu narkomanii.

Skutkiem działań było zdelegalizowanie tych substancji oraz zamknięcie sklepów stacjonarnych działających na terenie Kraju oraz na krajowych stronach internetowych.

Jednak mimo podjęcia tak zdecydowanych działań, handel dopalaczami nie zanikł całkowicie. Osoby zainteresowane mogły bez trudu znaleźć sklepy internetowe oferujące sprzedaż wysyłkową, które umieszczone były na zagranicznych serwerach.

Sam termin "dopalacz" nie ma charakteru naukowego. Oznacza on urządzenie stosowane w lotnictwie, lub slangowo - środki wspomagające dla sportowców, skąd przyjął się w środowisku osób zażywających te substancje. Dlatego najczęściej używa się go potocznie, dla określenia nazwy mieszanek o faktycznym, lub rzekomym działaniu psychoaktywnym. Wspomniane mieszanki i substancje są produkowane niejako na zamówienie i poprzez niewielkie zmiany w składzie chemicznym dokonywane przez producentów traktowane są jako nowe, legalne substancje i pod nową nazwą są wprowadzane do użytku.

Jednak w ostatnim okresie czasu, doniesienia medialne wskazują, że problem substancji zwanych dopalaczami nie został całkowicie rozwiązany. Jak donoszą środki masowego przekazu, przed wakacjami 2015 roku nastąpiły liczne zatrucia tymi środkami, a zwłaszcza substancją o nazwie "Mocarz" na terenie całego kraju. Czas wystąpienia to jedna godzina dydaktyczna na klasę.

**Z uwagi na dynamicznie prowadzoną formę zajęć nie podano czasów realizacji poszczególnych zagadnień.**

Podczas zajęć omówione zostaną zagadnienia związane z problematyką zażywania środków tzw. "dopalaczy" przez osoby nieletnie za szczególnym uwzględnieniem metod stosowanych przez handlarza takimi substancjami zmierzających do sprzedaży dopalaczy osobom niezdecydowanym.

- Uczniowie zdobędą umiejętności związane z właściwym reagowaniem w przypadku, gdy ktoś proponuje im zakup środka odurzającego, udzieleniem pomocy wśród uczniów klasowych w przypadku zaistnienia podejrzenia, że ktoś z kolegów mógł zażyć taki środek, wiedzę na temat działań podejmowanych przez instytucje zajmujące się zwalczaniem uzależnień od środków odurzających i zasad współpracy z nimi.

- W prowadzonych zajęciach położono nacisk na zachowania niezgodne z obowiązującymi normami prawnymi oraz zaprezentowano zasady odpowiedzialności prawnej nieletnich za czyny związane z przestępczością narkotykową.

- Uczniowie zapoznani zostaną metody i sposoby weryfikacji informacji dostępnych w internecie a zwłaszcza informacji o charakterze pseudomedycznym dotyczących środków tzw. "dopalaczy".

- Uczniowie zdobywają wiedzę że substancje o tej samej nazwie, mogą mieć różny skład chemiczny, a także o trudnościach ze skutecznym udzieleniem pomocy przez lekarza, w przypadku, gdy osoba zażyje niezidentyfikowaną substancję chemiczną.

- uczestnicy poznają działanie mechanizmu zwiększania tolerancji organizmu na substancję chemiczną.

- w warsztatach prowadzonych metodą "burzy mózgów" uczniowie podają przyczyny i skutki zażywania środków odurzających przez osoby nieletnie.

## **ZAJĘCIA DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI:**

**- „Procedury reagowania szkoły w przypadku stwierdzenia przypadku cyberprzemocy”.**

**Czas zajęć ok. 45 min Adresaci: nauczyciele szkół gimnazjalnych.**

**Forma zajęć : wykład multimedialny.**

W trakcie zajęć nauczyciele zapoznani zostają ze szczegółowymi procedurami postępowania personelu szkoły w przypadku ujawnienia w placówce przypadku cyberprzemocy.

---

### **-”Zagrożenia cyberprzestrzeni”**

Czas zajęć ok. 45 min lub uzależniony od czasu udostępnionego przez Dyрекcję Szkoły. Adresaci: rodzice dzieci szkół podstawowych i gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych.

Cel zajęć: zapoznanie rodziców z głównymi zagrożeniami cyberprzestrzeni wynikających z doboru gier komputerowych z treściami niedostosowanymi do wieku dziecka oraz zagrożeniami związanymi z nieostrożnym korzystaniem przez dzieci z sieci Internet. Metoda zajęć: Wykład połączony z prezentacją multimedialną.

Cześć pierwsza : Gry komputerowe.

Prowadzący omawia negatywny wpływ gier komputerowych w których są agresywne treści na psychikę dziecka na podstawie dostępnych przykładów oraz badań psychologicznych. Uczestnikom szkolenia wyświetlone zostają fragmenty trailerów wybranych gier komputerowych zawierających agresywne treści. Prowadzący komentuje każdy z prezentowanych trailerów krótko informując o treści gry. Następnie uczestnicy szkolenia zapoznani zostają z oznaczeniami gier znajdującymi się na okładkach do gier komputerowych. Wskazane zostają miejsca w których należy szukać oznaczeń, uczestnicy zapoznani zostają ze znaczeniem poszczególnych symboli. W dalszej części szkolenia uczestnikom przedstawiony zostaje pozytywny wpływ gier komputerowych, które zostały odpowiednio dobrane do wieku dziecka a także zostają poinformowani na jakie elementy powinni zwrócić uwagę aby dobrać grę komputerową dostosowaną do wieku dziecka.

Część druga: Zagrożenia internetowe.

Prowadzący zapoznaje rodziców z ogólną charakterystyką gier komputerowych tj. zagrożeń o charakterze psychicznym, fizycznym oraz zdrowotnym. We wstępie do części drugiej skrótowo prezentuje wyniki badań własnych dot. ryzykownych zachowań dzieci w sieci Internet. Na zakończenie rodzice zapoznani zostają z symptomami wskazującymi, że dziecko może być uzależnione od Internetu a także metody postępowania w przypadku zauważenia takich objawów. Metoda: Wykład połączony z prezentacją multimedialną, czas ok. 45 min.

---

### **" Cyberbaiting - czyli nauczyciel złapany w sieć"**

**Forma zajęć: wykład multimedialny**

**Czas zajęć - ok 45 min.**

W trakcie zajęć uczestnicy - nauczyciele zostają zapoznani ze zjawiskiem cyberbaitingu, czyli nękania nauczycieli w Internecie, których autorami są uczniowie oraz rodzice. Podczas zajęć przedstawione są przyczyny cyberbaitingu, jego formy a także sposoby minimalizacji zaistnienia takich przypadków.

---

### **"Dopalacze - droga bez powrotu"**

**Forma zajęć - wykład multimedialny.**

**Czas 45 min.**

W trakcie zajęć poruszane są zagadnienia związane z problematyką zażywania dopalaczy. Nowością na tle innych programów związanych z tą tematyką jest element stopniowego odkrywania manipulacji i kłamstwa, jakimi posługują się osoby handlujące "dopalaczami" w celu sprzedaży tego środka. Słuchacze poznają mechanizm tolerancji organizmu na substancję chemiczną oraz podstawowe zasady odpowiedzialności prawnej nieletnich związane z przestępczością narkotykową. Ponadto rodzicom zaprezentowane zostają "sygnały ostrzegawcze" sugerujące, że dziecko może zażywać środki odurzające oraz ośrodki pomocowe w przypadku kiedy dziecko ma kontakt z substancjami odurzającymi.



### **Zajęcia dla rodziców:**

#### **"Dopalacze - droga bez powrotu"**

**Forma zajęć - wykład multimedialny.**

**Czas 45 min.**

W trakcie zajęć poruszane są zagadnienia związane z problematyką zażywania dopalaczy. Nowością na tle innych programów związanych z tą tematyką jest element stopniowego odkrywania manipulacji i kłamstwa, jakimi posługują się osoby handlujące "dopalaczami" w celu sprzedaży tego środka. Słuchacze poznają mechanizm tolerancji organizmu na substancję chemiczną oraz podstawowe zasady odpowiedzialności prawnej nieletnich związane z przestępczością narkotykową. Ponadto rodzicom zaprezentowane zostają "sygnały ostrzegawcze" sugerujące, że dziecko może zażywać środki odurzające oraz ośrodki pomocowe w przypadku kiedy dziecko ma kontakt z substancjami odurzającymi.

---

#### **-"Twoje dziecko on-line - charakterystyka zagrożeń dla dzieci i młodzieży"**

Czas zajęć ok. 45 min lub uzależniony od czasu udostępnionego przez Dyрекcję Szkoły. Adresaci: rodzice dzieci szkół podstawowych i gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych.

Cel zajęć: zapoznanie rodziców z głównymi zagrożeniami cyberprzestrzeni wynikających z doboru gier komputerowych z treściami niedostosowanymi do wieku dziecka oraz zagrożeniami związanymi z nieostrożnym korzystaniem przez dzieci z sieci Internet. Metoda zajęć: Wykład połączony z prezentacją multimedialną.

Cześć pierwsza : Gry komputerowe.

Prowadzący omawia negatywny wpływ gier komputerowych w których są agresywne treści na psychikę dziecka na podstawie dostępnych przykładów oraz badań psychologicznych. Uczestnikom szkolenia wyświetlone zostają fragmenty trailerów wybranych gier komputerowych zawierających agresywne treści. Prowadzący komentuje każdy z prezentowanych trailerów krótko informując o treści gry. Następnie uczestnicy szkolenia zapoznani zostają z oznaczeniami gier znajdującymi się na okładkach do gier komputerowych. Wskazane zostają miejsca w których należy szukać oznaczeń, uczestnicy zapoznani zostają ze znaczeniem poszczególnych symboli. W dalszej części szkolenia uczestnikom przedstawiony zostaje pozytywny wpływ gier komputerowych, które zostały odpowiednio dobrane do wieku dziecka a także zostają poinformowani na jakie elementy powinni zwrócić uwagę aby dobrać grę komputerową dostosowaną do wieku dziecka.

Cześć druga: Zagrożenia internetowe.

Prowadzący zapoznaje rodziców z ogólną charakterystyką gier komputerowych tj. zagrożeń o charakterze psychicznym, fizycznym oraz zdrowotnym. We wstępie do części drugiej skrótowo prezentuje wyniki badań własnych dot. ryzykownych zachowań dzieci w sieci Internet. Na zakończenie rodzice zapoznani zostają z symptomami wskazującymi, że dziecko może być uzależnione od Internetu a także metody postępowania w przypadku zauważenia takich objawów. Metoda: Wykład połączony z prezentacją multimedialną, czas ok. 45 min.

---

## **ZAJĘCIA DLA STUDENTÓW UNIWESYTETÓW TRZECIEGO WIEKU:**

### **„Senior bezpieczny w Internecie”**

Metoda zajęć: wykład połączony z prezentacją multimedialną, czas ok. 45/ 90 min.

W trakcie zajęć seniorzy – studenci Uniwersytetu trzeciego wieku zapoznawani są z możliwościami narzędzia zwanego ogólnie Internetem. Oprócz korzyści, jakie ze sobą niesie, osoby uczestniczące zapoznawane są z zagrożeniami, z którymi mogą się spotkać w trakcie korzystania z Internetu.

Prezentowane są zasady ostrożnego korzystania z Internetu, zasady ograniczonego zaufania podczas kontaktowania się z osobami obcymi za pośrednictwem Internetu oraz inne zasady bezpieczeństwa.

Podczas zajęć przekazywane są informacje dotyczące zapobiegania coraz częstszym ostatnio kradzieżom na tzw. „wnuczka”, „na inkasenta” lub „na sąsiada” a także wyłudzeniom pieniędzy na tzw. „przedstawiciela handlowego”. Celem zajęć jest zaprezentowanie i zapobieganie zagrożeniom w świecie rzeczywistym jak i wirtualnym a także podnoszenie kompetencji cyfrowych seniorów.