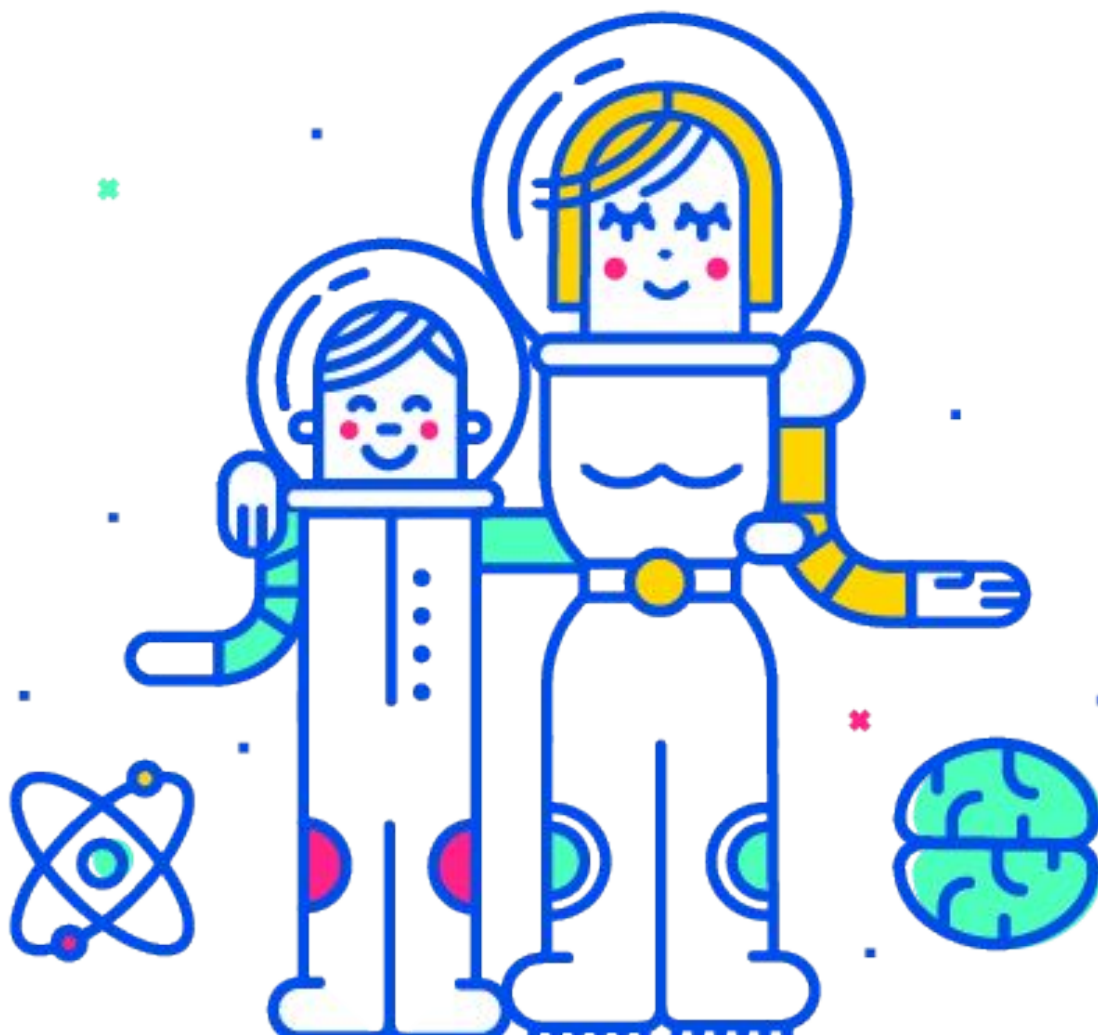


Jak budować relacje?

Gotowe scenariusze lekcji,
projekty edukacyjne i filmy z ekspertami
dla uczniów szkół podstawowych



Gotowe lekcje o relacjach i emocjach

Zebrane poniżej scenariusze lekcji zawierają **propozycje ćwiczeń i aktywności**, które zachęcają uczniów do rozmowy, współpracy i refleksji. Nauczyciel znajdzie tu przygotowane przez ekspertów wiedzę i wskazówki do przeprowadzenia zajęć.

Wybierz temat, który najlepiej odpowiada potrzebom Twojej klasy i rozpocznij rozmowę o tym, co pomaga budować zdrowe relacje!

Lista scenariuszy dla klas 1-3:

[Jak być dobrym przyjacielem?](#)

[Jaką moc ma empatia?](#)

[Jak ludzie przeżywają emocje?](#)

[Czym ludzie różnią się między sobą?](#)

[Jak poznać kogoś lepiej?](#)

[Co robić, gdy wszyscy się kłócą?](#)

[Jak mówić o tym, co czuję?](#)

[Jak wspólnie zapracować na sukces?](#)

[Jak mówić: nie?](#)

Lista scenariuszy dla klas 4-8:

[Jak dbać o relacje z innymi?](#)

[Czym jest empatia?](#)

[Dlaczego słowa ranią?](#)

[Dlaczego emocje innych wywołują emocje w nas?](#)

[Czy każdy może być wrażliwy?](#)

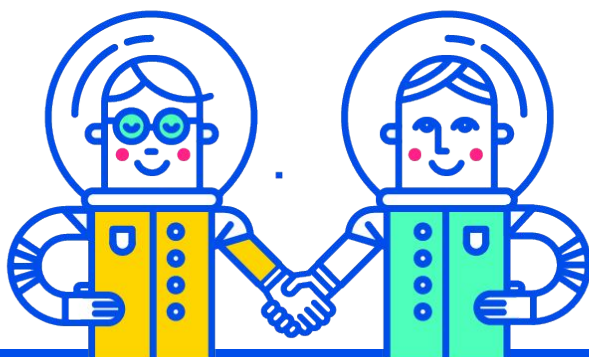
[Czy Internet może być źródłem wykluczenia?](#)

[Jak sobie radzić z agresją w sieci?](#)

[Co zrobić, by poznać się bliżej?](#)

[Jak zrozumieć konflikt?](#)

[Jak dbać o swoje granice?](#)



Uniwersytet
Dzieci

Więcej pomysłów na lekcje znajdziesz na:

wklasie.uniwersytetdzieci.pl

Projekty o emocjach i relacjach – regularny trening ważnych kompetencji

Empatii, radzenia sobie z emocjami i budowania relacji nie uczymy się raz na zawsze. Dlatego przygotowaliśmy **gotowe projekty – cykle lekcji**, które możesz realizować krok po kroku, by systematycznie wzmacniać umiejętności ważne dla dobrych relacji i bezpiecznego funkcjonowania w grupie rówieśniczej.

Wybierz cykl najbardziej dopasowany do potrzeb Twojej klasy i zaplanuj regularny trening ważnych umiejętności społecznych i emocjonalnych.

Lista projektów:

[Lekcje z emocjami – dla uczniów klas 1-3](#)

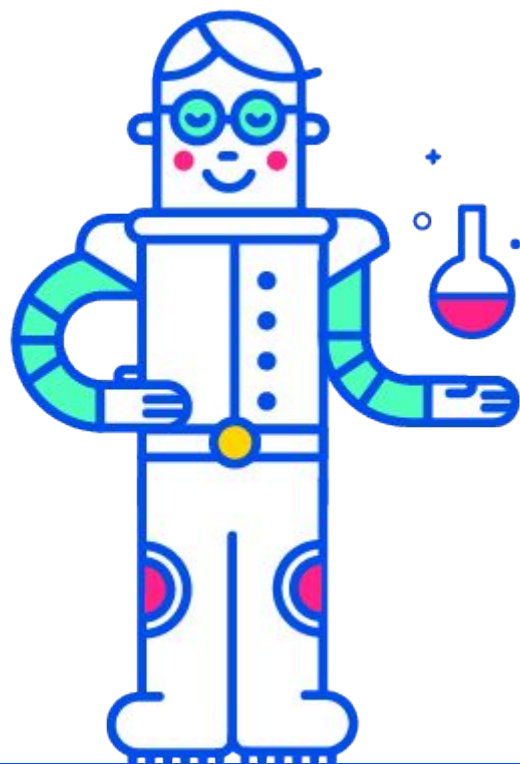
[Lekcje z emocjami – dla uczniów klas 4](#)

[Ja w relacjach – dla uczniów klas 5-6](#)

[Ja w Internecie – dla uczniów klas 7-8](#)

[Ja w świecie emocji – dla uczniów klas 5-6](#)

[Ja w świecie emocji – dla uczniów klas 7-8](#)



Krótkie filmy – ważne rozmowy

Zebrane poniżej **filmy edukacyjne** pochodzą ze scenariuszy lekcji i projektów Fundacji Uniwersytet Dzieci, ale mogą stanowić też niezależny materiał do wykorzystania podczas zajęć z uczniami.

W kilkunastuminutowych filmach z miniwykładami psychologów i inni eksperci w przystępny sposób wyjaśniają zagadnienia związane z emocjami, empatią, relacjami, komunikacją czy wykluczeniem.

Filmy mogą być ciekawym wprowadzeniem do lekcji, punktem wyjścia do dyskusji albo inspiracją do wspólnego poszukiwania rozwiązań.

Propozycje filmów:

[Czym różni się język szakala od języka żyrafy?](#)

[Gdzie kryje się empatia?](#)

[Po co nam relacje z innymi?](#)

[Jaką moc mają słowa?](#)

[Skąd się bierze agresja w sieci?](#)

[Czym jest efekt pierwszego wrażenia?](#)

[Dlaczego zarażamy się emocjami?](#)

[Jak nie wykluczać w Internecie?](#)

