

Od motyli w brzuchu do prawdziwego uczucia

SCENARIUSZ DO ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH OBSZAR: ZDROWIE SPOŁECZNE

Scenariusz zajęć został opracowany do wykorzystania na przedmiocie **Edukacja zdrowotna**. Nauczyciel może elastycznie dostosować zaproponowane tutaj treści do specyfiki grupy, z którą pracuje. Scenariusz opiera się na sytuacjach codziennych i realnych wyborach, co sprzyja budowaniu samodzielności oraz odpowiedzialności za własne zdrowie. Nauczyciel decyduje, w jaki sposób wykorzysta ten materiał, uwzględniając potrzeby i możliwości swoich uczniów.



Treści programowe

Treści zawarte w scenariuszu odnoszą się do podstawy programowej z zakresu przedmiotu Edukacja zdrowotna, **Dział 6. Zdrowie społeczne, punkt 1.** *[uczeń] opisuje oznaki zakochania; odróżnia zakochanie od popędu seksualnego oraz od miłości, a także miłość młodzieńczą od miłości dojrzałej.* Koncentrują się na pytaniu przewodnim: „Jak budować relacje interpersonalne oparte na otwartości, zaufaniu i podmiotowości w otoczeniu rodzinnym, szkolnym, rówieśniczym i lokalnym?”.

Scenariusz jest przeznaczony do wykorzystania w klasach VII–VIII szkoły podstawowej.



Pojęcia kluczowe: zakochanie, miłość młodzieńcza, miłość dojrzała, popęd seksualny



Cel główny

Kształtowanie umiejętności rozróżniania zakochania, popędu seksualnego i miłości oraz budowanie świadomości znaczenia dojrzałych relacji opartych na szacunku i odpowiedzialności.



Cele operacyjne

Wiedza i umiejętności

Uczeń:

- wyjaśnia pojęcia: zakochanie, miłość młodzieńcza, miłość dojrzała, popęd seksualny;
- wskazuje i opisuje oznaki zakochania;
- odróżnia zakochanie od popędu seksualnego oraz od miłości;
- rozróżnia cechy miłości młodzieńczej i miłości dojrzałej, podając przykłady charakterystycznych emocji i zachowań;
- rozumie, że emocje i relacje rozwijają się w czasie i mogą ulegać zmianie;
- potrafi wskazać elementy budowania zdrowych relacji (otwartość, zaufanie, szacunek, podmiotowość);
- formułuje własne wnioski i argumenty w dyskusji na temat różnych rodzajów relacji.

Postawy

Uczeń:

- rozwija postawę szacunku wobec uczuć i emocji innych osób;
- dostrzega wartość szczerości i zaufania w relacjach międzyludzkich;
- akceptuje i świadomie wyraża swoje emocje w różnych typach relacji.



Formy pracy

- praca indywidualna;
- praca w grupach.



Metody i techniki pracy

- metody asymilacji wiedzy – rozmowa kierowana;
- metody samodzielnego dochodzenia do wiedzy – burza mózgów, analiza tekstu;
- metody praktyczne – karta pracy, mapa myśli;
- metody aktywizujące – debata, głosowanie i uzasadnianie swojego stanowiska, storytelling.



Pomoce dydaktyczne

- wydrukowany fragment powieści „Zakochałem się w Milenie” Per Nilssona (w lekcji [„Kochać – jak to łatwo powiedzieć”](#) na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej);
- prezentacja „Od motyli w brzuchu do prawdziwego uczucia”;
- flipchart, mazaki, długopisy;
- telefon lub tablet (do udzielenia odpowiedzi w aplikacji LearningApps);
- kostki story cubes;
- karta pracy.



Ewaluacja osiągnięć

- obserwacja i ocena aktywności uczniów podczas pracy w grupach;
- ocena zaangażowania i trafności wypowiedzi w trakcie dyskusji moderowanych;
- weryfikacja umiejętności wskazywania konstruktywnych sposobów na rozwiązanie przedstawionych sytuacji i obalanie mitów.

OPIS PRZEBIEGU ZAJĘĆ

1

Wprowadzenie

Nauczyciel odczytuje na głos temat lekcji: **Od motyli w brzuchu do prawdziwego uczucia**.

Następnie dzieli tablicę na trzy części. W pierwszej na środku zapisuje słowo „Zakochanie”, w drugiej – „Miłość młdzieńcza”, a w trzeciej – „Miłość dojrzała”. Prosi uczniów, aby podali swoje skojarzenia z tymi pojęciami oraz wymienili charakterystyczne emocje i zachowania łączące się z każdym z nich. Nauczyciel zapisuje wypowiedzi uczniów na tablicy w formie mapy myśli.

Po zakończeniu burzy mózgów nauczyciel wyświetla slajd **Wprowadzenie** i zadaje uczniom pytania, które skłaniają ich do refleksji nad własnymi doświadczeniami, obserwacjami i przykładami z życia codziennego.

Następnie nauczyciel prezentuje slajd **Pojęcia kluczowe** i czyta na głos definicje terminów związanych z tematem lekcji, tak aby uczniowie mogli się z nimi zapoznać. Wśród pojęć znajdują się: zakochanie, miłość młdzieńcza, miłość dojrzała, popęd seksualny – nauczyciel podkreśla, że zagadnienia te będą omawiane w dalszej części zajęć.

Jako podsumowanie tej części zajęć uczniowie grają w [„Miłość czy zauroczenie?”](#) w aplikacji LearningApps.

2

Mit kontra rzeczywistość – zagłosuj i uzasadnij

Nauczyciel rozdaje uczniom pod dwie kartki: na jednej jest napis „mit”, na drugiej – „rzeczywistość”. Nauczyciel wyświetla slajd **Mit kontra rzeczywistość** i odczytuje na głos kolejne hasła. Zadaniem uczniów jest

zagłosowanie, czy dane stwierdzenie jest mitem (stereotypem), czy jest zgodne z rzeczywistością. Po głosowaniu nauczyciel prosi ochotników o uzasadnienie swojej decyzji.

Następnie nauczyciel wyświetla slajd **Podstawy zdrowych relacji** i omawia go z uczniami.

3 Story cubes – od zakochania do miłości dojrzałej

Nauczyciel zapowiada uczniom, że wspólnie stworzą historię o rozwoju relacji – zaczynając od zakochania, przez miłość młodzieńczą, aż po miłość dojrzałą. Do tego posłużą im kości opowieści (story cubes), na których każdy symbol może oznaczać dowolny element historii: emocję, wydarzenie, zachowanie czy doświadczenie związane z bohaterami.

Do zadania zgłaszają się trzej ochotnicy. Każdy z nich otrzymuje trzy kości. Pierwszy uczeń odpowiada za wymyślenie fragmentu historii o **zakochaniu**, drugi za jej rozwinięcie, które ma pokazać **miłość młodzieńczą**, a trzeci nadaje opowieści zakończenie, ilustrując **miłość dojrzałą**. Kolejno rzucają kośćmi i budują wspólną opowieść, dbając o to, by całość była spójna i pokazywała zmieniające się uczucia, emocje i zachowania bohaterów.

Na zakończenie nauczyciel inicjuje krótką rozmowę z klasą. Pyta, jakie różnice uczniowie dostrzegli między zakochaniem a miłością młodzieńczą, co charakteryzuje tę drugą i w jaki sposób różni się ona od miłości dojrzałej. W czasie dyskusji można wypisywać na tablicy słowa-klucze pojawiające się w historii, aby łatwiej uchwycić kontrasty między etapami.

Ćwiczenie można powtórzyć z nowymi ochotnikami. W drugiej wersji zadania nauczyciel może poprosić, aby uczniowie wykorzystali trzy kości do wymyślenia wstępu, trzy do rozwinięcia i trzy do zakończenia historii.

Dzięki temu opowieść staje się bardziej rozbudowana, a uczniowie mają okazję lepiej pokazać zmienność uczuć w kolejnych etapach relacji.

Nauczyciel podsumowuje ćwiczenie, podkreślając, że zakochanie, miłość młodsza i miłość dojrzała są ze sobą powiązane, ale różnią się intensywnością emocji, poziomem odpowiedzialności i troski o drugą osobę. To, co początkowo jest fascynacją i silnym uczuciem, z czasem może rozwijać się w coraz bardziej świadomą, dojrzałą więź opartą na zaufaniu, bliskości i wzajemnym szacunku.

4 Jak pomóc Dawidowi?

Nauczyciel rozdaje uczniom wydrukowaną historię Dawida (z książki „Zakochałem się w Milenie” Per Nilssona; potrzebny fragment jest dostępny w lekcji „[Kochać – jak to łatwo powiedzieć](#)” na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej). Następnie prosi jednego chętnego ucznia o odczytanie tekstu na głos.

Historia Dawida

Zakochałem się w Milenie.

Milena chodzi do mojej klasy. Jej oczy to dwa czarne słońca. Jednak te oczy mnie nie widzą. Nie istnieję dla niej. A tego właśnie pragnę najbardziej na świecie: żeby Milena mnie zauważyła.

W niedzielę po południu siedziałem w swoim pokoju, rozmyślając o Milenie, kiedy mama zawołała z kuchni:

- Dawidzie, możesz wyjść na spacer z Busią? Musi się załatwić.
- Nie mam czasu! – odkrzyknąłem. – We wtorek mamy sprawdzian z geografii. [...] Mam mnóstwo nauki...
- Aha – westchnęła mama.

To była po części prawda. Faktycznie mieliśmy sprawdzian. Tylko że wcale nie zamierzałem wkuwać niczego o Gotlandii i Olandii, o nie. Chciałem jedynie w spokoju pomyśleć o Mileniu.

Na samą myśl o niej robiło mi się jednocześnie zimno i gorąco. Jak zwykle. Postanowiłem: przed końcem tygodnia porozmawiam z Mileną. Sprawię, że zwróci na mnie uwagę. Jakoś to zrobię. Ale jak?

Skrob, skrob, skrob w drzwi.

Otworzyłem, a tam oczywiście siedziała Busia. Wlepiła we mnie pełen nadziei wzrok.

– Niestety – westchnąłem, kucając przy niej. – Nie mam czasu z tobą wyjść. [...] Ja muszę się nad czymś zastanowić.

Busia zrozumiała. Ona wszystko rozumie. Polizała mnie po nosie i podreptała z powrotem.

Po chwili usłyszałem trzaśnięcie drzwi. I bardzo dobrze, bo potrzebowałem spokoju, żeby się porządnie namyślić. Miałem pewien plan: jeśli ją rozweselę, jeśli sprawię, że się roześmieje, wtedy mnie dostrzeże.

Milena o oczach jak dwa czarne słońca.

Następnie nauczyciel rozpoczyna z uczniami dyskusję moderowaną. Oto przykładowe pytania:

- Jakie oznaki zakochania można zauważyć u Dawida? Podajcie przykłady z tekstu.
- W jaki sposób zakochanie wpływa na to, jak Dawid traktuje swoje obowiązki? Czy takie zachowanie można uznać za właściwe? Dlaczego tak lub nie?
- Jak Dawid opisuje Milenę? Jakich używa określeń i czy to jest realistyczny opis osoby? Co nam to mówi o jego spojrzeniu na nią?

- Dlaczego Waszym zdaniem Dawidowi tak trudno podejść do Mileny i rozpocząć rozmowę?
- Gdybyście byli jego przyjaciółmi/przyjaciółkami, jaką radę dalibyście/dałybyście Dawidowi w tej sytuacji?

5 Debata klasowa

Nauczyciel dzieli uczniów na cztery grupy i proponuje cztery tematy do debaty:

1. Zakochanie jest silniejsze niż miłość dojrzała.
2. Miłość zawsze wymaga poświęceń.
3. Silne emocje i potrzeba bliskości fizycznej to nie to samo, co prawdziwa miłość.
4. Media społecznościowe zniekształcają obraz prawdziwej miłości.

Dwie pierwsze grupy pracują nad tematami 1) i 2), a dwie pozostałe nad tematami 3) i 4).

Każda para grup przygotowuje się do krótkiej debaty. Najpierw jedna strona przedstawia argumenty za, a druga odpowiada, argumentując przeciw. Przy kolejnym temacie role się odwracają – ci, którzy wcześniej bronili tezy, teraz muszą ją podważać, a ci, którzy byli przeciw, przejmują rolę zwolenników. Dzięki temu uczniowie uczą się patrzeć na problem z różnych perspektyw i rozumieją, że każdą tezę można rozważać wielostronnie.



Ważne: Każdy uczeń otrzymuje po dwa wydruki karty pracy, aby podczas pełnienia roli obserwatora mógł na bieżąco zapisywać argumenty obu stron, wskazywać najmocniejsze uzasadnienia i podjąć decyzję, która grupa jego zdaniem zaprezentowała lepszą linię argumentacji. Dzięki temu wszyscy uczniowie są aktywnie zaangażowani – zarówno w roli uczestników debaty, jak i w roli jury.

6 Podsumowanie i zakończenie zajęć

Nauczyciel przygotowuje kostkę z pytaniami/refleksjami (na każdej ściance inne pytanie, np. „Czego dziś się nauczyłem/nauczyłam?”, „Co mnie zaskoczyło?”, „Z czym się nie zgadzam?”, „Jak mogę wykorzystać tę wiedzę?”). Ochotnicy rzucają kostką i odpowiadają.



Sposoby dostosowania przebiegu zajęć w zakresie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

- Należy dostosować tempo i czas pracy tak, aby osoby ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE) mogły pracować w poczuciu komfortu i bezpieczeństwa.
- Przy organizacji pracy w grupach warto zadbać o to, by uczniowie ze SPE współpracowali z rówieśnikami neurotypowymi, co sprzyja integracji i wzajemnemu uczeniu się.
- Należy unikać oceniania porównawczego – zamiast tego skupić się na postępie indywidualnym ucznia i jego zaangażowaniu.
- Uczniowie potrzebujący wsparcia mogą pracować w parach albo w mniejszych grupach.



Komentarz metodyczny dla nauczyciela

Celem zajęć jest pogłębienie świadomości uczniów o różnych typach relacji. Scenariusz opiera się na rozmowie o emocjach i pojęciach, które mogą być dla uczniów trudne do przekazania – takich jak popęd seksualny, czy zauroczenie – dlatego ważne jest, żeby nauczyciel aktywnie wspierał ich i tworzył dla nich bezpieczną przestrzeń.

Realizując treści zawarte w scenariuszu, można skorzystać z rekomendowanych zasobów Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej (zpe.gov.pl) dostępnych w lekcji „[Kochać – jak to łatwo powiedzieć](#)” [online, dostęp dn. 10.11.2025].



Bibliografia

- [„Zakochanie a miłość. Różnice i etapy rozwoju uczucia”](#), (2025), artykuł w serwisie istotnie.pl [dostęp dn. 26.09.2025]
- [„Zauroczenie a zakochanie: Różnice i podobieństwa w miłości”](#), (2024), artykuł w serwisie pieknołubni.pl [online, dostęp dn. 26.09.2025].

Obserwuję debatę

KARTA PRACY DLA JURY

Temat debaty:

Argumenty strony ZA:

Argumenty strony PRZECIW:

Najsilniejsze argumenty, które zapamiętałem(-am)

Ze strony ZA:

Ze strony PRZECIW:

Moja decyzja (która grupa miała mocniejsze argumenty?):

- Grupa ZA
- Grupa PRZECIW

Uzasadnienie mojego wyboru:
