



# 3.0 CYBERLEKCJE

## Scenariusz lekcji

Wizerunek i tożsamość  
w Internecie

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

Wizerunek i tożsamość w Internecie

Scenariusz lekcji dla szkół ponadpodstawowych

Scenariusz opracowany w ramach projektu „Działania wspierające nauczanie o cyberbezpieczeństwie”

Autorka scenariusza: Agata Arkabus, Bernadetta Czerkawska

Redakcja merytoryczna: Cyberprofilaktyka NASK (Dział Profilaktyki Cyberzagrożeń), Dział Budowania Świadomości Cyberbezpieczeństwa

Redakcja językowa, dostępność (WCAG): Emilia Troszczyńska-Roszczyk, Marta Danowska

© NASK Państwowy Instytut Badawczy

Warszawa 2023

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji Creative Commons  
Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne (CC BY-NC) 4.0 Międzynarodowe

NASK Państwowy Instytut Badawczy

ul. Kolska 12

01-045 Warszawa

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Spis treści

Warto wiedzieć – wprowadzenie do zajęć .....	3
Informacje na temat zajęć .....	4
Cele ogólne powiązane z podstawą programową .....	4
Informatyka .....	4
Etyka.....	5
Wychowanie do życia w rodzinie .....	6
Cele szczegółowe powiązane z podstawą programową .....	6
Kompetencje kluczowe .....	6
Cele zajęć w języku ucznia:.....	7
Kryteria sukcesu dla ucznia/uczennicy: .....	7
Wskazówki do przeprowadzenia zajęć: .....	7
Metody/techniki pracy .....	8
Formy pracy .....	8
Środki dydaktyczne .....	8
Przebieg zajęć .....	9
Wprowadzenie.....	9
Część główna .....	10
Podsumowanie .....	13
Sposoby oceniania.....	13
Praca z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE).....	13
Bibliografia/Netografia.....	14

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

Temat: **Wizerunek i tożsamość w Internecie**

Etap: **szkoła ponadpodstawowa**

Czas realizacji: **2 x 45 minut**

## **Warto wiedzieć – wprowadzenie do zajęć**

Dla współczesnej młodzieży bycie w sieci jest nieodzownym elementem ich codzienności. Uczniowie nie wyobrażają już sobie funkcjonowania bez Internetu, który jest dla nich centrum życia społecznego, źródłem wszechstronnej wiedzy oraz przestrzenią do komunikacji.

Internet niewątpliwie ułatwia codzienne funkcjonowanie, usprawniając wiele aspektów naszego życia. Musimy jednak pamiętać, że korzystanie z sieci czasem może być również bardzo niebezpieczne. Nie wiemy bowiem, kto znajduje się po drugiej stronie ekranu. Nie mamy możliwości zweryfikowania intencji odbiorcy naszych wirtualnych przekazów.

Wyzwaniem związanym z komunikacją sieciową jest również ochrona wizerunku. Problem ten dotyczy w dużej mierze nastolatków, którym zdarza się dzielić w sieci nawet swoimi intymnymi zdjęciami.

Istotne jest więc uświadamianie młodzieży, do czego takie zachowania mogą prowadzić i z jak bardzo niebezpiecznymi konsekwencjami mogą być związane.

## Informacje na temat zajęć

### Cele ogólne powiązane z podstawą programową

#### Informatyka

III. Posługiwanie się komputerem, urządzeniami cyfrowymi i sieciami komputerowymi, w tym: znajomość zasad działania urządzeń cyfrowych i sieci komputerowych oraz wykonywania obliczeń i programów.

IV. Rozwijanie kompetencji społecznych, takich jak: komunikacja i współpraca w grupie, w tym w środowiskach wirtualnych, udział w projektach zespołowych oraz zarządzanie projektami.

V. Przestrzeganie prawa i zasad bezpieczeństwa. Respektowanie prywatności informacji i ochrony danych, praw własności intelektualnej, etykiety w komunikacji i norm współżycia społecznego, ocena zagrożeń związanych z technologią i ich uwzględnienie dla bezpieczeństwa swojego i innych.

II. Programowanie i rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem komputera i innych urządzeń cyfrowych. Uczeń:

2. do realizacji rozwiązań problemów prawidłowo dobiera środowiska informatyczne, aplikacje oraz zasoby,

3. przygotowuje opracowania rozwiązań problemów, posługując się wybranymi aplikacjami,

4. wyszukuje w sieci potrzebne informacje i zasoby.

V. Przestrzeganie prawa i zasad bezpieczeństwa. Uczeń:

2. respektuje obowiązujące prawo i normy etyczne dotyczące korzystania i rozpowszechniania oprogramowania komputerowego, aplikacji cudzych i własnych oraz dokumentów elektronicznych,

4. opisuje szkody, jakie mogą spowodować działania pirackie w sieci, w odniesieniu do indywidualnych osób, wybranych instytucji i całego społeczeństwa.

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Etyka

II. Wybrane zagadnienia etyki szczegółowej (praktycznej, stosowanej, zawodowej).

1. Etyka życia osobistego (indywidualnego). Uczeń:

5) identyfikuje i analizuje moralne aspekty ludzkiej seksualności, rozpoznaje biologiczne, psychiczne, społeczne i kulturowe uwarunkowania ludzkiej seksualności, formułuje ocenę moralną różnych zachowań seksualnych;

6) podaje przykłady działań, które są wyrazem troski o własne zdrowie i życie; wyjaśnia, dlaczego należy odnosić się z szacunkiem do własnego ciała;

9) wyjaśnia, dlaczego człowiekowi należy okazywać szacunek; kształtuje postawę szacunku wobec każdego człowieka;

4. Etyka a nauka i technika. Uczeń:

1) podaje przykłady właściwego i niewłaściwego wykorzystywania nowych technologii, w szczególności technologii informatycznych;

3) identyfikuje i analizuje wybrane problemy moralne związane z postępem naukowo-technicznym (np. problem ochrony prywatności, ochrony praw autorskich, cyberprzemocy, rozwój sztucznej inteligencji, transhumanizm).

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Wychowanie do życia w rodzinie

### II. Dojrzewanie. Uczeń:

- 2) rozumie, czym jest cielesność, płciowość, integracja seksualna;
- 9) rozumie, jak budowane są relacje międzysobowe, wyjaśnia ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym; w tym: istota koleżeństwa i przyjaźni, sympatie młodzieńcze; pierwsze fascynacje, zakochanie, miłość, wzajemny szacunek, udzielanie sobie pomocy, współpraca, empatia.

### III. Seksualność człowieka. Uczeń:

- 7) omawia problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej;
- 8) rozumie, na czym polega prawo człowieka do intymności i ochrona tego prawa.

## Cele szczegółowe powiązane z podstawą programową

### Uczeń:

- zna pojęcie wizerunku;
- wie, na czym polega zjawisko sextingu;
- określa prawne aspekty ochrony wizerunku;
- zna pojęcie awatara;
- posługuje się aplikacją do tworzenia awatarów.

### Kompetencje kluczowe

- kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji;
- kompetencje językowe;
- kompetencje cyfrowe;
- kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Cele zajęć w języku ucznia:

1. Wyjaśnię na przykładach, na czym polega wizerunek w sieci;
2. Wyjaśniam skutki sextingu;
3. Stosuję skuteczne sposoby ochrony wizerunku w sieci (własnego i innych osób).

## Kryteria sukcesu dla ucznia/uczennicy:

1. Potrafię wyjaśnić dwa sposoby kształtowania wizerunku w sieci.
2. Wymieniam po dwa krótkofalowe i długofalowe skutki sextingu i wyjaśniam ich przyczynę.
3. Stosuję trzy sposoby ochrony swojego wizerunku w sieci (wiem, gdzie je włączyć w aplikacjach, wiem, jak zastosować awatar i jak skorzystać z prawa do zapomnienia).

## Wskazówki do przeprowadzenia zajęć:

- W związku z rozbudowaną tematyką zajęcia można przedłużyć do trzech godzin lekcyjnych.
- Aby wykonać awatar, potrzebne są uczniom telefony komórkowe lub inne urządzenia mobilne. Alternatywnie można wykorzystać inne narzędzie do jego tworzenia: Avatar Maker. Uczniowie mogą również przygotować swój awatar w ramach zadania domowego.
- Jeśli nie ma możliwości tworzenia awatara, nauczyciel wyświetla [film „Niebezpieczna zabawa dzieci. Sexting”](#), podsumowujący zajęcia.
- ROZSZERZENIE: uczniowie mogą stworzyć chmurę wyrazów, które są dla nich ważne w kontekście ochrony wizerunku w sieci. Mogą to zrobić klasowo – wystarczy udostępnić link. Pomocna może być aplikacja <https://wordart.com/>.  
W bibliografii znajduje się link do szczegółowej instrukcji.



# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Metody/techniki pracy

- dyskusja;
- pogadanka;
- metoda problemowa – rutyny krytycznego myślenia: POMYŚL – ZASTANÓW SIĘ – PODZIEL SIĘ; WIDZĘ – MYŚLĘ – ZASTANAWIAM SIĘ;
- praca z filmem;
- praca z komputerem/aplikacją.

## Formy pracy

- indywidualna;
- grupowa – pary.

## Środki dydaktyczne

- [film „Na zawsze”](#);
- [prezentacja multimedialna „Ochrona wizerunku a prawo”](#);
- [infografika „Hejt – mowa nienawiści”](#);
- [infografika „Twój wizerunek w Internecie”](#);
- [infografika „Jak zadbać o swój wizerunek w Internecie?”](#);
- [karta pracy „Mój wizerunek”](#);
- [karta pracy „Zdjęcia a przyszłość”](#);
- [karta pracy „Refleksja po filmie”](#);
- [karta pracy „Analiza zachowania bohatera/ bohaterki”](#);
- [karta pracy „Wizerunek w sieci”](#);
- komputery z dostępem do Internetu;
- [aplikacja Voki](#).

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Przebieg zajęć

### Wprowadzenie

Nauczyciel zaczyna rozmowę w ramach rutyny krytycznego myślenia POMYŚL – ZNAJDŹ PARĘ – PODZIEL SIĘ. Prosi każdą osobę, aby zastanowiła się, co to jest wizerunek. Po chwili prosi uczniów, by połączyli się w pary i aby wspólnie zapisali definicję wizerunku. Następnie zaprasza każdą z par do zaprezentowania swoich pomysłów:

- Czym jest wizerunek?
- Jakie elementy składają się na wizerunek w sieci?

**Wizerunek** to obraz samego siebie lub sposób odbierania nas przez inne osoby.

Nauczyciel prosi klasę o wyliczenie elementów składających się na wizerunek w sieci. Podczas dyskusji uczniowie wymieniają następujące elementy składające się na wizerunek w sieci:

- zdjęcia, filmy i inne materiały z udziałem uczniów, które publikują w sieci;
- informacje na swój temat (imię, nazwisko, nick, awatar, zainteresowania, pasje, hobby);
- każdy ślad, jaki po sobie pozostawią w internecie (posty, komentarze, wypowiedzi, lajki, przynależność do różnych grup i społeczności na poszczególnych portalach);
- oznaczenia przez innych użytkowników, znajomych;
- informacje multimedialne wysyłane do znajomych, wśród których mogą pojawić się erotyczne materiały.

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Część główna

1. Nauczyciel zaprasza uczniów do obejrzenia filmu. Przed projekcją dzieli klasę na cztery części. Każdy, oglądając, skupia się na innym bohaterze: grupa 1. – Julia; grupa 2. – Darek; grupa 3. – Mateusz; grupa 4. – Anita (ta grupa będzie miała najmniej zapisów). Nauczyciel rozdaje [karty pracy „Analiza zachowania bohatera/ bohaterki”](#). Uprzedza, że co kilka minut będzie robił pauzę w filmie, aby młodzież miała czas na uzupełnienie indywidualnych notatek – tabeli. Tabele będą potrzebne w dalszej części lekcji.

Nauczyciel wyświetla [film „Na zawsze”](#) – ważne, aby zatrzymać projekcję kilka razy. Film porusza problem sextingu. Materiał opowiada historię z życia współczesnych nastolatków, korzystających na co dzień z Internetu. Młoda dziewczyna przenosi się z Częstochowy do Warszawy, ale dzięki komunikacji internetowej pozostaje w ciągłym kontakcie ze starymi znajomymi oraz chłopakiem. Równocześnie poznaje grono nowych przyjaciół, z którymi kontaktuje się za pomocą mediów społecznościowych, głównie Facebooka.

Wysyłane przez nieuwagę intymne zdjęcia pary trafiają do Internetu, co jest źródłem wielu problemów.

2. Nauczyciel rozdaje [karty pracy „Refleksja po filmie”](#) i prosi uczniów o zapisanie ich refleksji. Potem prosi kilka osób o odczytanie zapisków.

Nauczyciel dyskutuje z uczniami na temat obejrzanego materiału. Zwraca uwagę na istotę szacunku do własnego ciała, na relacje międzyosobowe, aspekty moralne ludzkiej seksualności.

Omawia też problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w sferze seksualnej.

Zadaje uczniom pytania:

- Czy spotkali się z pojęciem sextingu?
- Czym jest sexting?

# CYBERLEKCJE 3.0

## Wizerunek i tożsamość w Internecie

Następnie, jeśli jest taka potrzeba, uzupełnia wypowiedzi uczniów.

„[Sexting](#) (także seksting) – forma komunikacji elektronicznej, w której przekazem jest seksualnie sugestywny obraz lub treść.

Termin powstał w pierwszych latach XXI wieku jako zrost angielskich słów *sex* (seks) i *texting* (czynność wysyłania wiadomości SMS).

Z czasem jego znaczenie poszerzyło się na wysyłanie podobnych komunikatów także za pomocą innych mediów, na przykład komunikatorów internetowych, wiadomości MMS czy portali społecznościowych”.

3. Z *sexitingiem*, co było można zaobserwować w filmie, wiąże się często zjawisko hejtu.

Nauczyciel wyświetla uczniom [infografikę „Hejt – mowa nienawiści”](#). Prosi uczniów o wypowiedzi dotyczące ich doświadczeń.

4. Osoba prowadząca prosi uczniów o połączenie się w zespoły, które będą analizowały postawę konkretnych bohaterów. Zachęca do podzielenia się w grupach zapiskami dotyczącymi zachowania uczniów zrobionymi w tabelach i dyskusji, czy przewidzieli takie zdarzenia. Następnie prosi o zapisanie wspólnych wniosków na [karcie pracy „Wizerunek w sieci”](#).
5. Nauczyciel zwraca uwagę uczniów na rolę naszego wizerunku w Internecie, akcentuje aspekt prawny – posługuje się [prezentacją multimedialną „Ochrona wizerunku a prawo”](#). Zwraca szczególną uwagę na to, w jaki sposób możemy skorzystać z prawa do bycia zapomnianym.
6. Rozdaje uczniom [karta pracy „Mój wizerunek”](#). Zadaniem młodzieży jest udzielenie odpowiedzi na pytania. Po zakończonej pracy uczniowie przekazują swoje karty nauczycielowi, który odczytuje losowo wybrane prace. Następnie nauczyciel wyświetla [infografikę „Twój wizerunek w Internecie”](#).

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

7. Nauczyciel zadaje pytanie: Czy publikowanie zdjęć w Internecie może wpływać na moją przyszłość? Uczniowie otrzymują [karty pracy „Zdjęcia a przyszłość”](#), na których zapisują propozycje odpowiedzi. Po zakończeniu pracy wieszają wypełnione karty w miejscu widocznym dla całej klasy. Nauczyciel odczytuje i komentuje wypracowane propozycje, zwracając uwagę, że każde zdjęcie może być udostępnione przez innych, zapisane przez niepowołane osoby czy rozpowszechnione. Wielu pracodawców przegląda w Internecie informacje o swoich przyszłych pracownikach i często dociera do zdjęć publikowanych w przeszłości. Takie materiały mogą mieć wpływ np. na otrzymanie pracy, stażu, wyjazdu międzynarodowego, zakwalifikowanie się do drużyny sportowej itp. Następnie nauczyciel wyświetla [infografikę „Jak zadbać o swój wizerunek w Internecie?”](#).
8. Jednym ze sposobów ochrony wizerunku jest niepublikowanie takich materiałów w ogóle lub zastąpienie awatarem. Nauczyciel pyta uczniów, czy znają to pojęcie.

„[Awatar](#) jest to najczęściej graficzna, cyfrowa postać, pod jaką występuje w świecie wirtualnym (wirtualny wizerunek) użytkownik. Jest on wytworem charakterystycznym przede wszystkim dla gier komputerowych, forów oraz mediów społecznościowych, a także dla innych form nowoczesnej komunikacji internetowej. Awatar może przybierać dowolną postać (np. człowiek, zwierzę, maskotka itp.). Każdy uczestnik świata wirtualnego może sam nadać swojemu awatarowi, według własnego uznania: imię i nazwisko lub nick, a także wykreować jego wygląd poprzez wybór płci, fryzury, oczu, sylwetki czy ubrania, a także cech psychofizycznych wpływających na jego zachowanie. Awatary występują również jako emanacje użytkownika na forach dyskusyjnych, a także w grach komputerowych, serwisach społecznościowych oraz rzeczywistości wirtualnej. Użytkownik kreuje swojego awatara, a następnie za jego pomocą komunikuje

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

i porusza się po wirtualnym świecie. Awatar jest synonimem zdjęcia profilowego. Zdjęciem profilowym może być awatar w opisanej powyżej formie, jak i zdjęcie oddające rzeczywistą tożsamość, może zostać uznane za awatar”.

## Podsumowanie

Uczniowie tworzą swój awatar z wykorzystaniem [aplikacji Voki](#).

Jest to internetowe narzędzie do tworzenia animowanych bohaterów.

Można wybrać dowolną postać z wielu dostępnych, dobrać jej ubiór, gesty, fryzurę, akcesoria, tło itp. Wygenerowana postać, której dodamy swój głos, może wyrażać nas samych (awatar), np. zapraszać na naszego bloga.

Na koniec nauczyciel prosi uczniów, o wymienienie trzech działań, które wydają im się najważniejsze w kontekście dbania o swój wizerunek w sieci. Pomysły nauczyciel zapisuje na tablicy, prosi o ich uzasadnienie.

Pyta uczniów, które działania mogą wykonać jeszcze dziś, a które chcą zrobić w tym tygodniu?

## Komentarz metodyczny

### Sposoby oceniania

- udział w dyskusji;
- aktywność podczas lekcji;
- rozwiązywanie kart pracy;
- praca z [aplikacją Voki](#).

### Praca z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE)

Uczniowie zdolni samodzielnie (zamiast filmu) podsumowują zajęcia.

Zaprezentują w punktach najważniejsze aspekty związane z ochroną wizerunku. Uczniowie ze SPE mogą wykonywać karty pracy w parach z innymi uczniami.

# CYBERLEKCJE 3.0

Wizerunek i tożsamość w Internecie

## Bibliografia/Netografia

- [„Bez presji, kampania o tym, jak mądrze i z dystansem budować swoją obecność w mediach społecznościowych”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- <https://wom.edu.pl/wp-content/uploads/2014/05/Chmury-wyrazowe-WordArt-i-ABCYa-WOM.pdf> [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- Borkowska A., Witkowska M., (2020), [„Sharenting i wizerunek dziecka w sieci”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- [Film „Na zawsze”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- [Film „Niebezpieczna zabawa dzieci. Sexting”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- [„Krótki poradnik zarządzania swoim wizerunkiem w sieci”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- Kwaśnik A., (2019), [„Sexting i nagie zdjęcia. Twoje dziecko i ryzykowne zachowania online”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- [„Lekcja: Cyfrowy portret, czyli kilka słów o wizerunku w Internecie”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- [Mikroporady.pl, definicja „Awatara”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- Polak Z. (red.), (2021), [„Cyfrowy ślad małego dziecka”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- Rywczyńska A., Wójcik Sz. (red.), (2018), [„Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży online. Kompendium dla rodziców i profesjonalistów”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę [online, dostęp z dn. 06.07.2023].
- [Wikipedia, definicja „Sextingu”](#) [online, dostęp z dn. 06.07.2023].