

# PIEP\*ZYĆ MICKIEWICZA 3

W KINACH OD 13 LUTEGO



**SCENARIUSZ ZAJĘĆ**

DLA KLAS 7-8 SZKOŁY PODSTAWOWEJ  
I KLAS SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH

## MATERIAŁY DYDAKTYCZNE

DLA NAUCZYCIELEK I NAUCZYCIELI

przygotowane przez



**KinoSzkoła**  
FUNDACJA ROZWOJU  
KOMPETENCJI MEDIALNYCH  
I SPOŁECZNYCH

## Szanowni Państwo,

zapraszamy Państwa do pracy z młodzieżą poprzez film „Piep\*zyć Mickiewicza 3” – produkcję, która w niezwykle autentyczny i bliski młodym ludziom sposób opowiada o dorastaniu w cieniu presji, oczekiwań i nierówności. To opowieść o emocjach, lęku przed przyszłością, o relacjach, tożsamości i o tym, jak trudno wchodzić w dorosłość w świecie, który jednocześnie wymaga dojrzałości, ale nie daje poczucia bezpieczeństwa.

Współczesna szkoła funkcjonuje w dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości społecznej. Z jednej strony zachęcamy młodzież do rozwoju, odwagi i podążania za marzeniami.

Z drugiej – młodzi czują, że system, rynek pracy, rodzina i społeczeństwo nakładają na nich coraz większą odpowiedzialność. Film pozwala im **nazwać te napięcia**, a nauczycielom – zobaczyć uczniów nie tylko jako „przyszłych maturzystów”, ale jako młodych ludzi mierzących się z ogromnym bagażem emocji.

W trzeciej części serii *Piep\*zyć Mickiewicza* obserwujemy maturzystów, którzy zmagają się nie tylko z egzaminem, ale z:

- lękiem przed dorosłością,
- obawą przed utratą relacji,
- pytaniem o własną tożsamość i sens dalszej drogi,
- koniecznością podejmowania pierwszych poważnych decyzji.

Film bardzo trafnie oddaje **zadania rozwojowe okresu adolescencji**: budowanie tożsamości, testowanie granic, konfrontowanie marzeń z realnością. To dokładnie ten obszar, który podstawa programowa definiuje jako przygotowanie do świadomego uczestnictwa w życiu społecznym i podejmowania decyzji w oparciu o wartości.

Jednocześnie bardzo wyraźnie ukazane zostają **nierówności społeczne**. Bohaterowie startują w dorosłość z różnych miejsc – jedni mają wsparcie, stabilność i zaplecze, inni funkcjonują w poczuciu braku bezpieczeństwa. Film pokazuje, jak wpływa to na:

- poczucie własnej wartości,
- motywację,
- plany edukacyjne,
- poziom lęku i presji.

To ważny materiał do rozmowy o **wyrównywaniu szans, wrażliwości społecznej i empatii** – jednym z kluczowych obszarów polityki oświatowej 2025/2026.

Istotnym walorem filmu jest także przedstawienie wątku **neuroróżnorodności**. Postać ucznia w spektrum autyzmu nie jest tu symbolem ani sloganem, lecz realną osobą funkcjonującą w szkolnej przestrzeni. Film:

- wspiera edukację włączającą,
- oswaja inność,
- przeciwdziała stygmatyzacji,
- uczy empatii i odpowiedzialności grupy,
- pomaga zrozumieć różnorodność potrzeb uczniów/uczennic.

Dzięki językowi i formie bliskiej młodym ludziom film staje się **rzeczywistym narzędziem** wychowawczym, idealnie wpisującym się w kierunki polityki oświatowej MEN 2025/2026: dbałość o zdrowie psychiczne, rozwijanie kompetencji społeczno-emocjonalnych, edukację włączającą oraz świadome przygotowanie młodzieży do dorosłości.

Przygotowaliśmy materiał dydaktyczny dla:  
**klas 7–8 szkoły podstawowej oraz szkół ponadpodstawowych**

**„Jak oswoić lęk? O emocjach, presji i budowaniu własnej odporności w czasie dorastania”**

Scenariusz pomaga młodzieży:

- zrozumieć własne emocje i źródła stresu,
- nazwać presję, której doświadczają,
- przyjrzeć się lękowi rozwojowemu w bezpiecznej przestrzeni,
- poszukać konstruktywnych sposobów wzmacniania odporności psychicznej,
- porozmawiać o relacjach, przyszłości, nierównościach i poczuciu sprawczości.

Film staje się punktem wyjścia do rozmowy o tym, co młodzi ludzie zwykle przeżywają w ciszy – a szkoła zyskuje narzędzie wspierające **profilaktykę zdrowia psychicznego, budowanie empatii i świadomego podejścia do dorastania**.

Wierzmy, że seans „Piep\*zyć Mickiewicza 3” i praca ze scenariuszem pozwolą młodzieży zobaczyć, że nie są sami w swoich lękach i wątpliwościach, a nauczycielom/kom – wzmocnią możliwości wspierania uczniów/uczennice w tym niezwykle wymagającym etapie życia.

Z serdecznymi pozdrowieniami,  
Prezeska Fundacji KinoSzkoła

*dr Joanna Zabłocka - Skorek*

Opracowała: **EMILIA ŻUBER**

edukatorka filmowa, laureatka nagrody PISF  
w kategorii edukacja filmowa.

# JAK OSWOIĆ LĘK? O EMOCJACH, PRESJI I BUDOWANIU ODPORNOŚCI W CZASIE DORASTANIA.

**Grupa odbiorcza:** szkoła podstawowa klasy 7-8; szkoła ponadpodstawowa

**Przedmiot:** godzina do dyspozycji wychowawcy;

**Czas trwania:** 45 min.;

## **Cele zajęć:**

Podczas zajęć uczeń/uczennica:

- rozumie, dlaczego bohaterowie filmu czują lęk i presję w relacjach rówieśniczych i rodzinnych;
- rozpoznaje i ocenia skuteczność sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami pokazanymi w filmie;
- analizuje film pod kątem pokazywania napięcia, presji i dorastania;
- zastanawia się nad własnymi emocjami i własną odpornością psychiczną, szukając sposobów na wzmacnianie siebie w sytuacjach streśu.

## **Metody pracy:**

- praca z tekstem kultury filmowej;
- praca indywidualna, praca w grupie;
- burza mózgów;
- dyskusja.

## **Potrzebne materiały:**

- tablica, marker, karteczki post-it, kartki A4;
- wydrukowane Karty pracy – załącznik nr 1;

**Przed zajęciami:** Uczniowie/uczennice oglądają film pt. „Piep\*zyć Mickiewicza 3”, reżyseria Sara Bustamante-Drozdek, Polska, 2026, 1h 27 min., prod! MTL Maxfilm

## Przebieg zajęć:

### 1. FAZA WSTĘPNA

Nauczyciel/ka wita uczniów/uczennice i nawiązuje do filmu „Piep\*zyć Mickiewicza 3”. Proponuje krótką rozgrzewkę: każda osoba dostaje karteczkę samoprzylepną, a klasę dzieli na dwie grupy. Na tablicy zapisuje pytanie: „Z czego najczęściej rodzi się lęk u nastolatków?”. Grupa 1 zapisuje dwie odpowiedzi z własnych doświadczeń. Grupa 2 zapisuje dwie odpowiedzi dotyczące bohaterów filmu. Po 2 minutach uczniowie/uczennice przyklejają karteczki na tablicy – odpowiedzi grupy 1 po lewej, grupy 2 po prawej. Nauczyciel/ka odczytuje je, zachęca do dyskusji i porównania. Podsumowuje, że zarówno bohaterowie filmu, jak i młodzi ludzie doświadczają lęku i presji, a celem zajęć jest lepsze zrozumienie emocji bohaterów, przyjrzenie się sposobom radzenia sobie z lękami oraz refleksja nad własną odpornością psychiczną.

Czas trwania: 5 min.

### 2. PRACA Z FILMEM

Nauczyciel/ka dzieli klasę na pięć grup i prosi o wykonanie plakatów charakteryzujących bohaterów filmu: Dantego, Adama, Nel, Cegły i Korka. Zadaniem uczniów i uczennic jest dokonanie „portretu emocjonalnego” bohaterów przez udzielenie odpowiedzi na pytania: Jakie emocje przeżywa bohater/ka? Skąd mogą się brać? Jak na nie reaguje? Co mu/jej pomaga? Co mu/jej szkodzi? Jak można go/ją wesprzeć? Każda grupa otrzymuje kartę pracy z Załącznika nr 1. Na przygotowanie plakatu uczestnicy otrzymują 10 min. Po tym czasie każda grupa prezentuje efekt swojej pracy.

Czas trwania: 20 min.

### 3. DYSKUSJA

Nauczyciel/ka dba o bezpieczną atmosferę rozmowy i zadaje pytania, które pomagają lepiej zrozumieć emocje bohaterów, ich sposoby radzenia sobie ze stresem oraz ich relacje z innymi.

#### Pytania o emocje bohaterów:

W jakich momentach bohaterowie czuli największy lęk?

Jak te emocje wpływały na ich zachowania wobec innych?

#### Pytania o radzenie sobie ze stresem:

Jak bohaterowie próbowali poradzić sobie z trudnymi emocjami?

Które sposoby pomagały im najbardziej, a które wcale nie pomagały?

## Pytania o relacje rówieśnicze:

Kiedy wsparcie kolegów i koleżanek dodawało bohaterom siły?

W jakich sytuacjach zachowania rówieśników utrudniały im radzenie sobie ze stresem?

Czas trwania: 10 min.

## 4. PRACA INDYWIDUALNA

Nauczyciel/ka zaprasza uczniów i uczennice do wspólnego stworzenia „klasowego barometru lęku” i znalezienia sposobów na radzenie sobie z nim. Wcześniej zapisuje na tablicy po lewej stronie skalę „barometru stresu”:

*niski lęk (prawie nieodczuwalny, nie utrudnia działania) – 1,  
średni lęk (jest odczuwalny, ale mimo to, można działać) – 2,  
wysoki lęk (utrudnia działanie) – 3.*

Na środku tablicy w pionowej kolumnie zapisuje określenia odwołujące się do codziennych sytuacji uczniów/uczennic: *surowa uwaga nauczyciela/ki, zbyt dużo materiału do nauki, lęk przed porażką, porównywanie się do innych, oczekiwania rodziców, zmęczenie, brak pewności siebie, wspólna nauka z kolegami/koleżankami.* Zadaniem uczniów/uczennic jest przypisać cyfrę poziomu lęku do każdej sytuacji. Nauczyciel/ka zapisuje propozycje. We wspólnej dyskusji uczestnicy ustalają, co jest największym powodem codziennego lęku i presji. Następnie zadaniem uczniów i uczennic jest wskazanie jednej skutecznej strategii do każdej sytuacji np. surowa uwaga nauczyciela/ki – prośba o pomoc, lęk przed porażką – rozmowa z kimś zaufanym/technika oddechowa. Na koniec uczestnicy głosują przez podniesienie ręki nad jedną najważniejszą radą dla całej klasy, która pomaga sobie radzić z lękiem/presją.

Czas trwania: 7 min.

## ZAKOŃCZENIE ZAJĘĆ

Nauczyciel/ka dziękuje uczniom i uczennicom za otwartą i szczerą pracę. Podkreśla, że dzisiejsze spotkanie pokazuje, że lęk i presja są naturalną częścią dorastania – doświadczają ich zarówno bohaterowie filmu, jak i my wszyscy, a ich źródła bywają podobne. Zwraca uwagę, że kluczowe jest budowanie własnej odporności poprzez szukanie wsparcia i świadome wybieranie konstruktywnych strategii radzenia sobie z trudnymi emocjami. Wskazuje na jedną radę radzenia sobie z lękiem, która stworzyła solidny fundament wsparcia dla całej klasy.

Czas trwania: 3 min.

## GRUPA 1 – Portret emocjonalny Dantego

Opis zadania: Przygotujecie plakat, który będzie przedstawiał zachowanie Dantego. Udzielcie odpowiedzi na następujące pytania:



# DANTE

**Jakie emocje przeżywa?**

.....  
.....  
.....

**Skąd mogą się brać?**

.....  
.....  
.....

**Jak na nie reaguje?**

.....  
.....  
.....

**Co mu pomaga?**

.....  
.....  
.....

**Co mu szkodzi?**

.....  
.....  
.....

**Jak można by go wesprzeć?**

.....  
.....  
.....

Bądźcie również kreatywni/ne i narysujcie postać portret Waszego bohatera.

Czas pracy: 10 min.

## GRUPA 2 – Portret emocjonalny Adama

Opis zadania: Przygotujecie plakat, który będzie przedstawiał zachowanie Adama.  
Udzielcie odpowiedzi na następujące pytania:



**Jakie emocje przeżywa?**

.....  
.....  
.....

**Skąd mogą się brać?**

.....  
.....  
.....

**Jak na nie reaguje?**

.....  
.....  
.....

**Co mu pomaga?**

.....  
.....  
.....

**Co mu szkodzi?**

.....  
.....  
.....

**Jak można by go wesprzeć?**

.....  
.....  
.....

Bądźcie również kreatywni/ne i narysujcie postać portret Waszego bohatera.

Czas pracy: 10 min.

## GRUPA 2 – Portret emocjonalny Nel

Opis zadania: Przygotujecie plakat, który będzie przedstawiał zachowanie Nel.  
Udzielcie odpowiedzi na następujące pytania:



**Jakie emocje przeżywa?**

.....  
.....  
.....

**Skąd mogą się brać?**

.....  
.....  
.....

**Jak na nie reaguje?**

.....  
.....  
.....

**Co jej pomaga?**

.....  
.....  
.....

**Co jej szkodzi?**

.....  
.....  
.....

**Jak można by ją wesprzeć?**

.....  
.....  
.....

Bądźcie również kreatywni/ne i narysujcie postać portret Waszej bohaterki.

Czas pracy: 10 min.

## GRUPA 2 – Portret emocjonalny Cegły

Opis zadania: Przygotujecie plakat, który będzie przedstawiał zachowanie Cegły.  
Udzielcie odpowiedzi na następujące pytania:



**Jakie emocje przeżywa?**

.....  
.....  
.....

**Skąd mogą się brać?**

.....  
.....  
.....

**Jak na nie reaguje?**

.....  
.....  
.....

**Co mu pomaga?**

.....  
.....  
.....

**Co mu szkodzi?**

.....  
.....  
.....

**Jak można by go wesprzeć?**

.....  
.....  
.....

Bądźcie również kreatywni/ne i narysujcie postać portret Waszego bohatera.

Czas pracy: 10 min.

## GRUPA 2 – Portret emocjonalny Korka

Opis zadania: Przygotujecie plakat, który będzie przedstawiał zachowanie Korka.  
Udzielcie odpowiedzi na następujące pytania:

# KOREK

**Jakie emocje przeżywa?**

.....  
.....  
.....

**Skąd mogą się brać?**

.....  
.....  
.....

**Jak na nie reaguje?**

.....  
.....  
.....

**Co mu pomaga?**

.....  
.....  
.....

**Co mu szkodzi?**

.....  
.....  
.....

**Jak można by go wesprzeć?**

.....  
.....  
.....

Bądźcie również kreatywni/ne i narysujcie postać portret Waszego bohatera.

Czas pracy: 10 min.

# PIEP\*ZYĆ MICKIEWICZA 3

W KINACH OD 13 LUTEGO



next  
FILM

[www.next-film.pl](http://www.next-film.pl)



MTL MAXFILM

[www.mtl-maxfilm.pl](http://www.mtl-maxfilm.pl)

Opracowanie merytoryczne i graficzne  
„KinoSzkoła” Fundacja Rozwoju Kompetencji Medialnych i Społecznych  
ul. S. Batorego 1/6, 43-100 Tychy  
[www.kinoszkola.pl](http://www.kinoszkola.pl)



**KinoSzkoła**  
FUNDACJA ROZWOJU  
KOMPETENCJI MEDIALNYCH  
I SPOŁECZNYCH

W scenariuszu wykorzystano fotosy z filmu *Piep\*żyć Mickiewicza 3* dystrybucja Next Film