



**Powstań i pokaż, że pamiętasz!**

**BohaterON na lekcjach Wiedzy o Polsce**

BohaterON – włóż historię! to ogólnopolska kampania o tematyce historycznej mająca na celu upamiętnienie i uhonorowanie uczestników Powstania Warszawskiego oraz promocję historii Polski XX wieku. Projekt ma edukować Polaków, bazując na historiach Powstańców, wzmacniać poczucie tożsamości narodowej, krzewić postawy patriotyczne oraz budować wrażliwość społeczną.

# Rola Kobiet w Powstaniu Warszawskim

## BohaterON 2025

Powstanie Warszawskie było jednym z najtragiczniejszych, a zarazem najbardziej heroicznych wydarzeń w historii Polski XX wieku. Wybuchło 1 sierpnia 1944 roku i trwało 63 dni – dwa miesiące walk, poświęcenia i niezłomnej wiary w wolność. W tym wielkim zrywie uczestniczyły nie tylko tysiące żołnierzy Armii Krajowej, ale także kobiety – ciche bohaterki powstańczej Warszawy, których odwaga, determinacja i poświęcenie zapisały się złotymi zgłoskami w historii naszego narodu.

Kobiety stanowiły około jedną czwartą wszystkich uczestników Powstania Warszawskiego. Walczyły z bronią w ręku, służyły jako sanitariuszki, łączniczki, kucharki, pielęgniarki i opiekunki rannych. Niosły pomoc tam, gdzie często nie docierał już nikt inny. Ich zadaniem było ratowanie życia, niesienie nadziei, a także utrzymywanie łączności między oddziałami w mieście ogarniętym ogniem walki.

Niektóre z nich, jak „Inka”, „Basia”, „Zośka”, „Magda” czy „Halina”, stały się symbolem odwagi i bezinteresownego oddania sprawie. Kobiety te często wyruszały z meldunkami pod ostrzałem, opatrywały rannych w ruinach domów, a niekiedy same stawały do walki z bronią w ręku. Ich codzienność była pełna bólu, strachu i cierpienia – ale też niezwykłej godności, hartu ducha i miłości do Ojczyzny.

Powstańcze sanitariuszki niosły rannych z barykad do szpitali polowych, często same ginąc pod gruzami. Łączniczki, działające w oddziałach Armii Krajowej, przносиły rozkazy i meldunki w kanałach i ruinach, wiedząc, że każda misja może być ich ostatnią.

Kobiety powstańcze prowadziły kuchnie polowe, organizowały punkty opieki nad dziećmi, a w chwilach ciszy – modliły się z żołnierzami, podtrzymując ich na duchu.

Nie sposób nie wspomnieć o bohaterskich kobietach cywilnych – matkach, babciach, nauczycielkach i harcerkach, które mimo głodu, strachu i bombardowań wspierały powstańców, dzieliły się ostatnim kawałkiem chleba, pomagały chorym i rannym.

Ich postawa była przejawem największej odwagi – odwagi codziennego trwania.

Kobiety w Powstaniu Warszawskim nie tylko ratowały życie, ale także chroniły człowieczeństwo w czasach, gdy wszystko wokół wydawało się tracić sens.

Ich siła była siłą serca – pełnego współczucia, czułości i nadziei.

W obliczu śmierci potrafiły podać dłoń, opatrzyć ranę, wyszeptać słowo otuchy.

W powojennej Polsce wiele z nich zostało zapomnianych lub musiało milczeć o swojej przeszłości.

Dziś – dzięki inicjatywom takim jak BohaterON – możemy przywracać im należne miejsce w historii i w naszej pamięci.

Powstanie Warszawskie było dramatem i chwałą – było także świadectwem wielkiej siły kobiet, które mimo młodego wieku, cierpienia i lęku udźwignęły ciężar walki o wolność. To dzięki nim idea niepodległości przetrwała – w sercach, pieśniach, wspomnieniach i wychowaniu kolejnych pokoleń.

Niech pamięć o nich będzie lekcją odwagi i miłości – tej najczystszej, bezinteresownej, wpisanej w historię naszego narodu.

Z wyrazami pamięci i szacunku,

mgr Katarzyna Słabowska-Wachowiak

Historyk, koordynator projektu, nauczyciel Wiedzy o Polsce



# KOBIETY W POWSTANIU WARSZAWSKIM

Scenariusz zajęć dla uczniów klas 7 i 8 szkół podstawowych



## Nauczycielko/Nauczycielu,

otrzymujesz materiały edukacyjne przygotowane w ramach akcji BohaterON w Twojej Szkole 2025, z pomocą których przeprowadzisz lekcje z zakresu edukacji historyczno-patriotycznej na temat Powstania Warszawskiego.

Tegoroczną edycję poświęciliśmy kobietom – uczestniczkom powstania, które stanowiły około 20 proc. wszystkich powstańców i odegrały niezwykle ważną rolę w jego przebiegu.

„Niezapomniane bohaterki – rola kobiet w Powstaniu Warszawskim” to propozycja 90-minutowych zajęć rekomendowanych dla uczniów klas 7 i 8 szkoły podstawowej. Scenariusz możesz realizować na lekcji historii, j. polskiego, w ramach godziny wychowawczej bądź pozalekcyjnych spotkań z uczniami.

Podstawą scenariusza jest odcinek serii „Co za historia” pt. „Kobiety w Powstaniu Warszawskim”. Autorem kanału jest Arkadiusz Pater – nauczyciel historii, który już od ponad pięciu lat swoimi filmami pokazuje uczniom, że historia może być czadowa i wcale nie trzeba się jej bać.

Dziękujemy, że sięgasz po nasze materiały. Życzymy powodzenia na zajęciach, a Twoje sprawozdanie będzie dla nas cenną informacją zwrotną.

Zespół BohaterON

## Wskazówki dla prowadzącej/ego zajęcia:

W tym roku chcemy zwrócić szczególną uwagę uczniów na udział dziewcząt i kobiet w działaniach zbrojnych, a także w łączności, opiece medycznej, zapotrzeniu i wspieraniu walczących. Temat ten może mieć istotny wpływ na to, jak uczestnicy lekcji będą patrzeć na sytuację kobiet w trudnych momentach dziejów. Może także pobudzić do refleksji nad tym, czym jest odpowiedzialność, odwaga, wytrwałość i jak wyobrażamy sobie strategię dążenia do tych wartości, szczególnie w kontekście płci. Wobec jakich wyzwań stają mężczyźni i kobiety w sytuacji wojny? Czy któraś płć ma większe „zastugi”? Czy da się ocenić, kto oddaje i ryzykuje więcej?

## Podczas lekcji warto:

- angażować uczniów w dyskusję i dawać im prawo do wygłaszania swojego zdania, ale w oparciu o fakty;
- używać języka obserwacji i faktów, a nie ocen, etykiet, a szczególnie – nie języka pogardy;
- poprosić o próbę spojrzenia na temat z różnych perspektyw (własnej płci i płci przeciwnej).

Trzeba przy tym pamiętać, że uczniowie klas VII-VIII są w okresie dojrzewania (i mogą np. wstydzić się wyrażania zdania o związku płci z rolami społecznymi), szukają swojej tożsamości (nie bardzo rozumieją siebie, a co dopiero innych), mogą mieć przejściowo niższy poziom empatii. To nie ich wina – przechodzą specyficzny okres rozwoju. Jednocześnie mogą być bardzo wrażliwi, ale z trudnymi emocjami radzić sobie w sposób, który dorosłym wydaje się niewłaściwy (śmiech, drwina, obojętność). To nie znaczy, że nie należy z nimi rozmawiać o udziale kobiet w wojnie, wręcz przeciwnie! Ale warto mieć świadomość, że treść lekcji może powodować w uczniach różne postawy i niezręczne zachowania. Warto skupić się na tym, by lekcję udało się przeprowadzić w sposób angażujący i dopilnować, by uczniowie wyrażali się z szacunkiem lub neutralnie. To już będzie duży sukces.

**Joanna Szulc**, psycholożka,  
dziennikarka, autorka tekstów i książek  
o wychowaniu dzieci i młodzieży



# NASZE DZIEWCZYNINY

## bohaterki Powstania Warszawskiego

Scenariusz zajęć dla uczniów szkół ponadpodstawowych



### Nauczycielko/Nauczycielu,

otrzymujesz materiały edukacyjne przygotowane w ramach akcji BohaterON w Twojej Szkole 2025, z pomocą których przeprowadzisz lekcje z zakresu edukacji historyczno-patriotycznej na temat Powstania Warszawskiego.

Tegoroczną edycję poświęciliśmy kobietom – uczestniczkom powstania, które stanowiły około 20 proc. wszystkich powstańców i odegrały niezwykle ważną rolę w jego przebiegu.

„Walczyły, kochały i umierały. Kobiety w Powstaniu Warszawskim” to propozycja 90-minutowych zajęć rekomendowanych dla uczniów szkół ponadpodstawowych. Scenariusz możesz realizować na lekcji historii, j. polskiego, w ramach godziny wychowawczej bądź pozalekcyjnych spotkań z uczniami.

Podstawą scenariusza jest odcinek serii „Historia bez Cenzury” pt. „Nasze Dziewczyny – bohaterki Powstania Warszawskiego”. Twórcy kanału znani są z dynamicznego, niekonwencjonalnego i przystępnego stylu opowiadania o historii, dzięki czemu potrafią zaciekawić nawet tych, dla których historia bywa trudna lub odległa.

Dziękujemy, że sięgasz po nasze materiały. Życzymy powodzenia na zajęciach, a Twoje sprawozdanie będzie dla nas cenną informacją zwrotną.

Zespół BohaterON

### Wskazówki dla prowadzącej/ego zajęcia:

W tym roku chcemy zwrócić szczególną uwagę uczniów na udział dziewcząt i kobiet w działaniach zbrojnych, a także w łączności, opiece medycznej, zapotrzeniu i wspieraniu walczących. Temat ten może mieć istotny wpływ na to, jak uczestnicy lekcji będą patrzeć na sytuację kobiet w trudnych momentach dziejów. Może także pobudzić do refleksji nad tym, czym jest odpowiedzialność, odwaga, wytrwałość i jak wyobrażamy sobie strategię dążenia do tych wartości, szczególnie w kontekście płci. Wobec jakich wyzwań stają mężczyźni i kobiety w sytuacji wojny? Czy da się ocenić, kto oddaje i ryzykuje więcej?

Podczas lekcji warto zachęcić uczniów do dyskusji, stawiając otwarte pytania, np.:

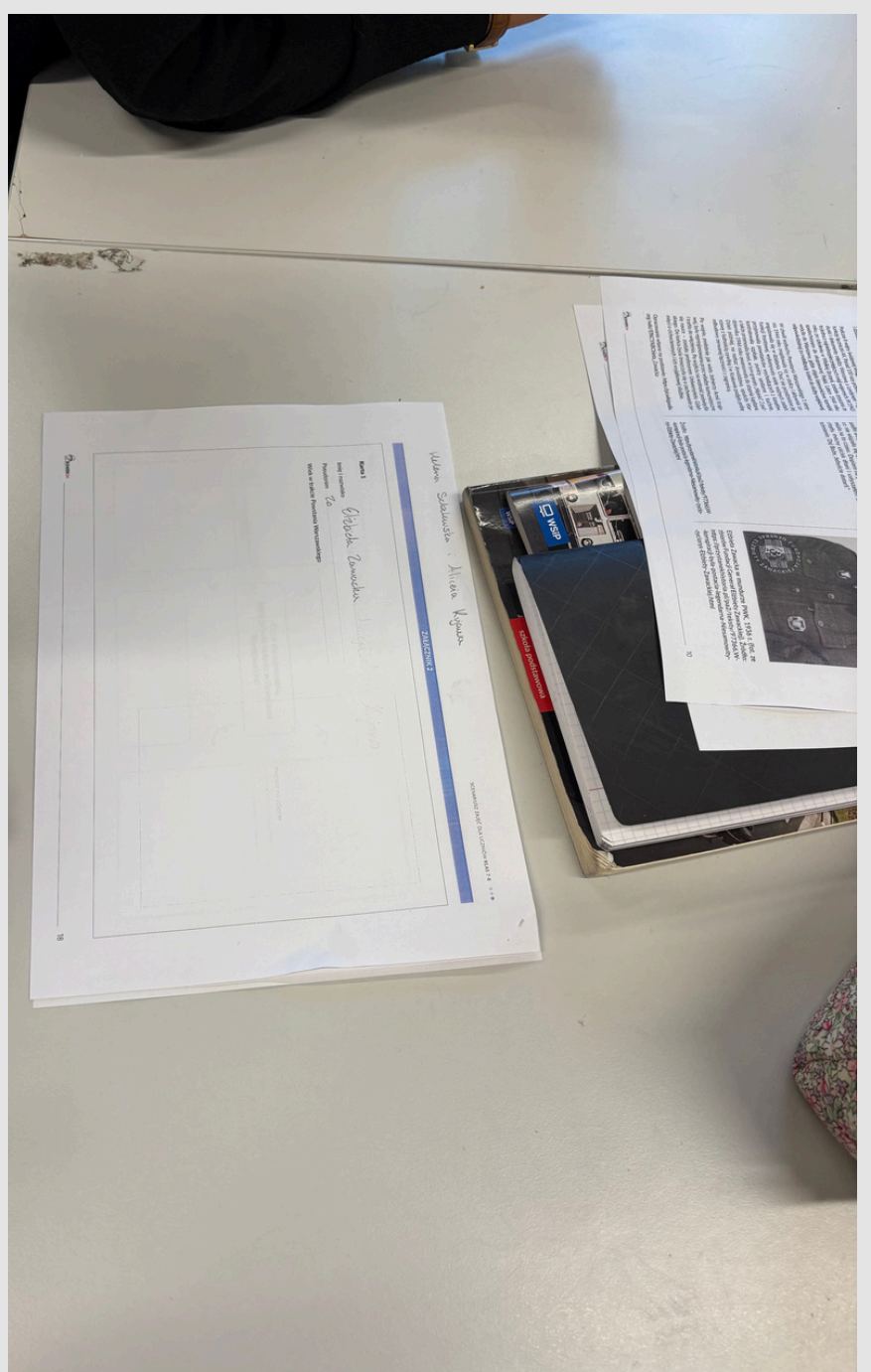
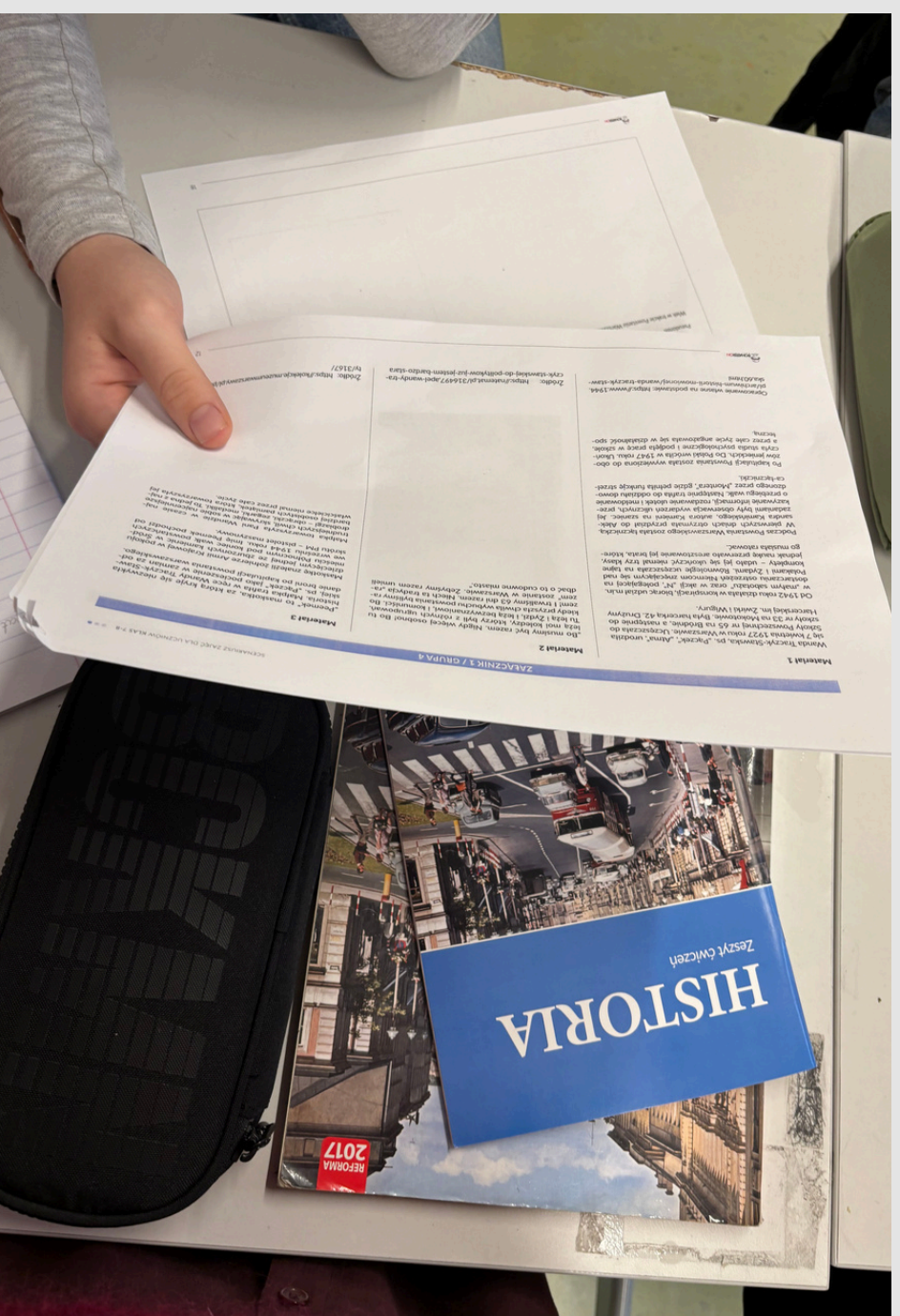
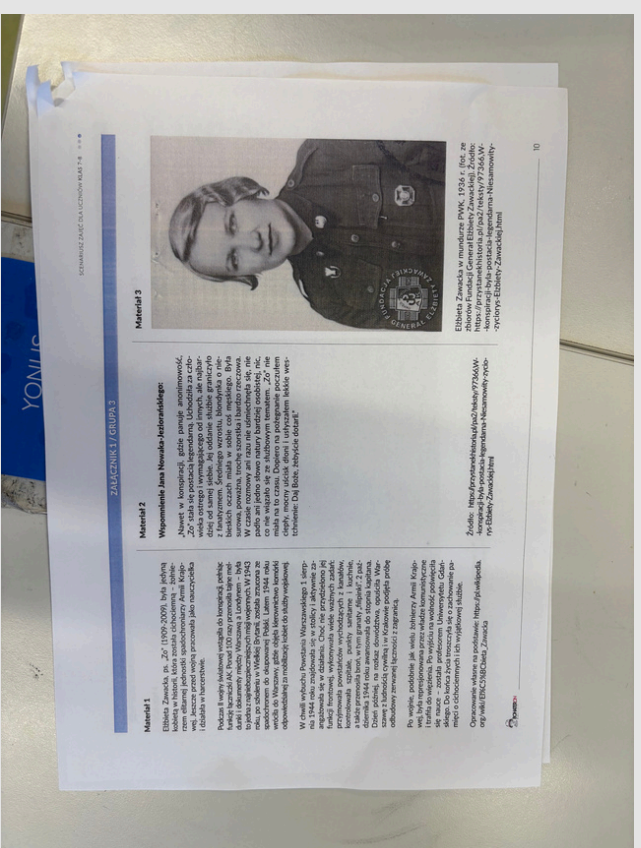
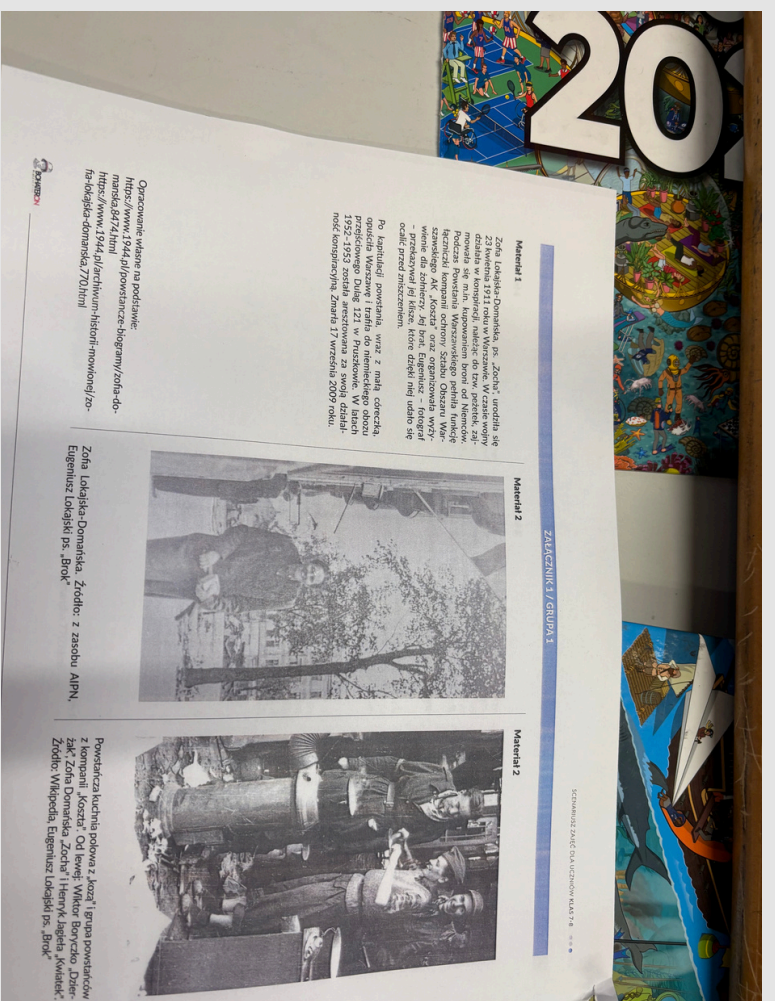
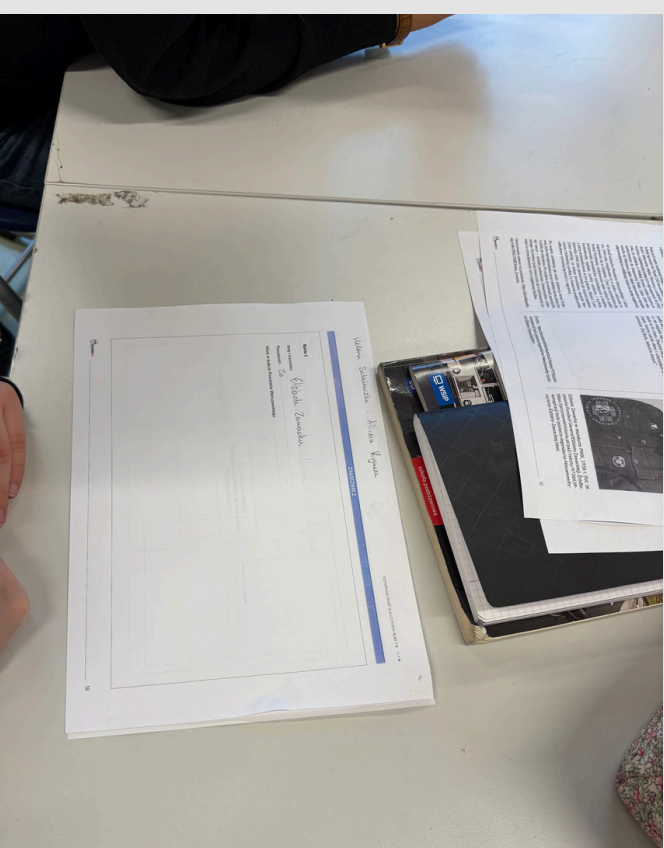
- jaki fragment nagrania zrobił na was największe wrażenie i dlaczego?
- co musiało być szczególnie trudne dla dziewcząt w powstaniu? A dla chłopców?
- dlaczego młode Polki i młodzi Polacy zdobywali się na takie poświęcenie?
- w jaki sposób kobiety i mężczyźni wzajemnie sobie pomagali i się wspierali?

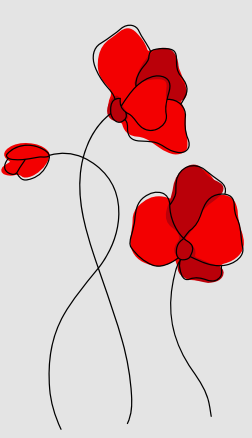
Choć tematem lekcji jest rola kobiet w powstaniu, warto zadbać, by o chłopcach i mężczyznach także rozmawiać. Punktem wyjścia może być np. pytanie o to, jak mogli czuć się powstańcy, gdy wiedzieli, że ich siostry, przyjaciółki, narzeczone, żony, matki narażają życie. Można podkreślać, że chłopcy i dziewczęta byli razem w tym dramatycznym doświadczeniu, zjednoczeni w działaniu.

Jeśli w klasie są uczniowie z krajów objętych wojną należy zachować dużą ostrożność w moderowaniu rozmów, by nie pogłębiać cierpienia młodej osoby/młodych osób, dla której/dla których działania zbrojne, zagrożenie dla życia i zdrowia oraz traumatyczne przeżycia są czymś, co dzieje się teraz, a nie w połowie ubiegłego stulecia.

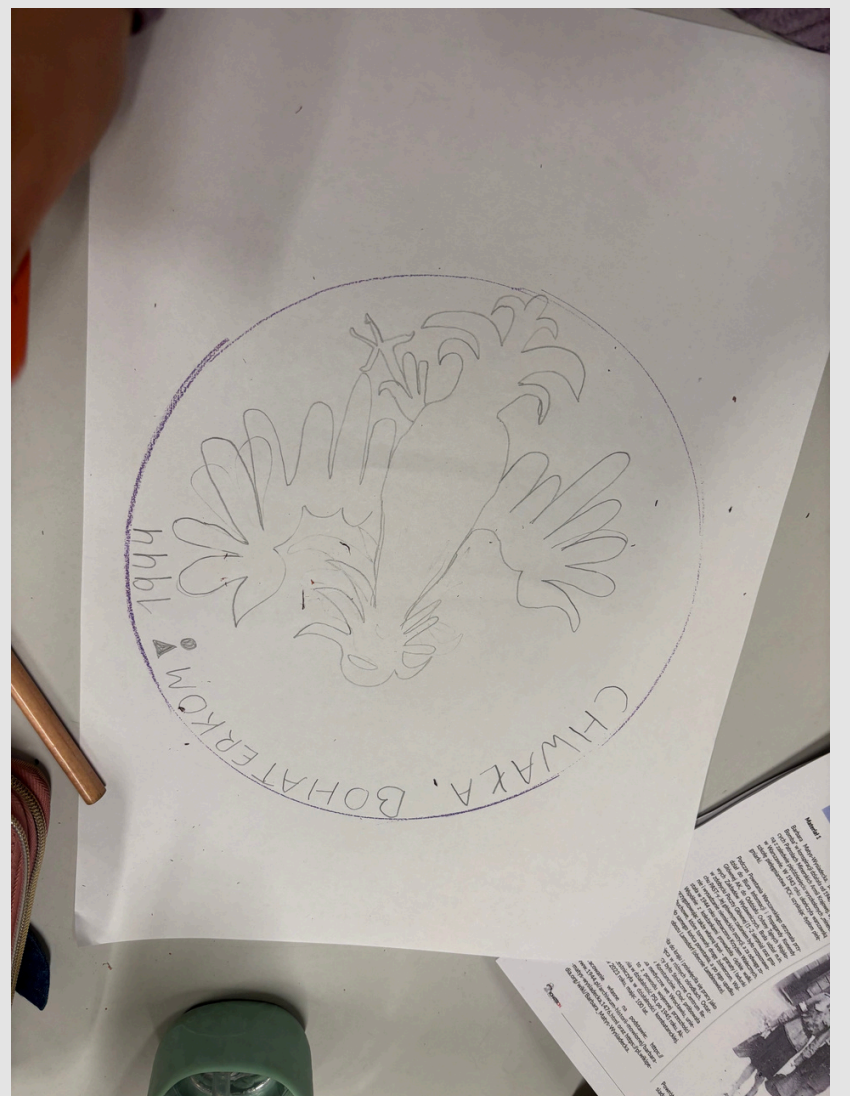
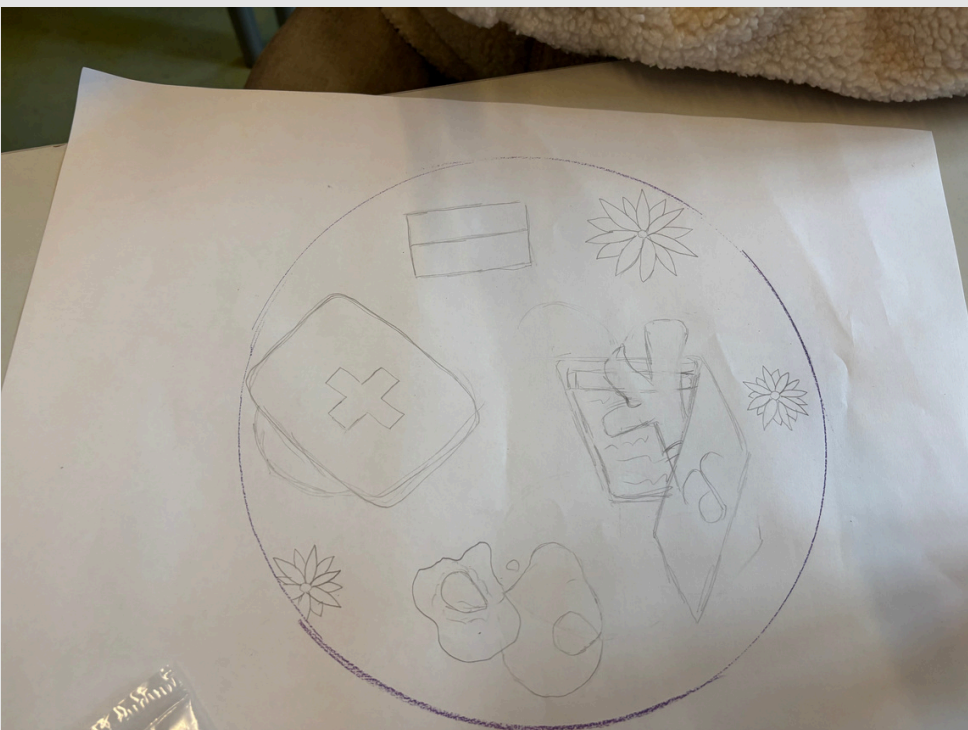
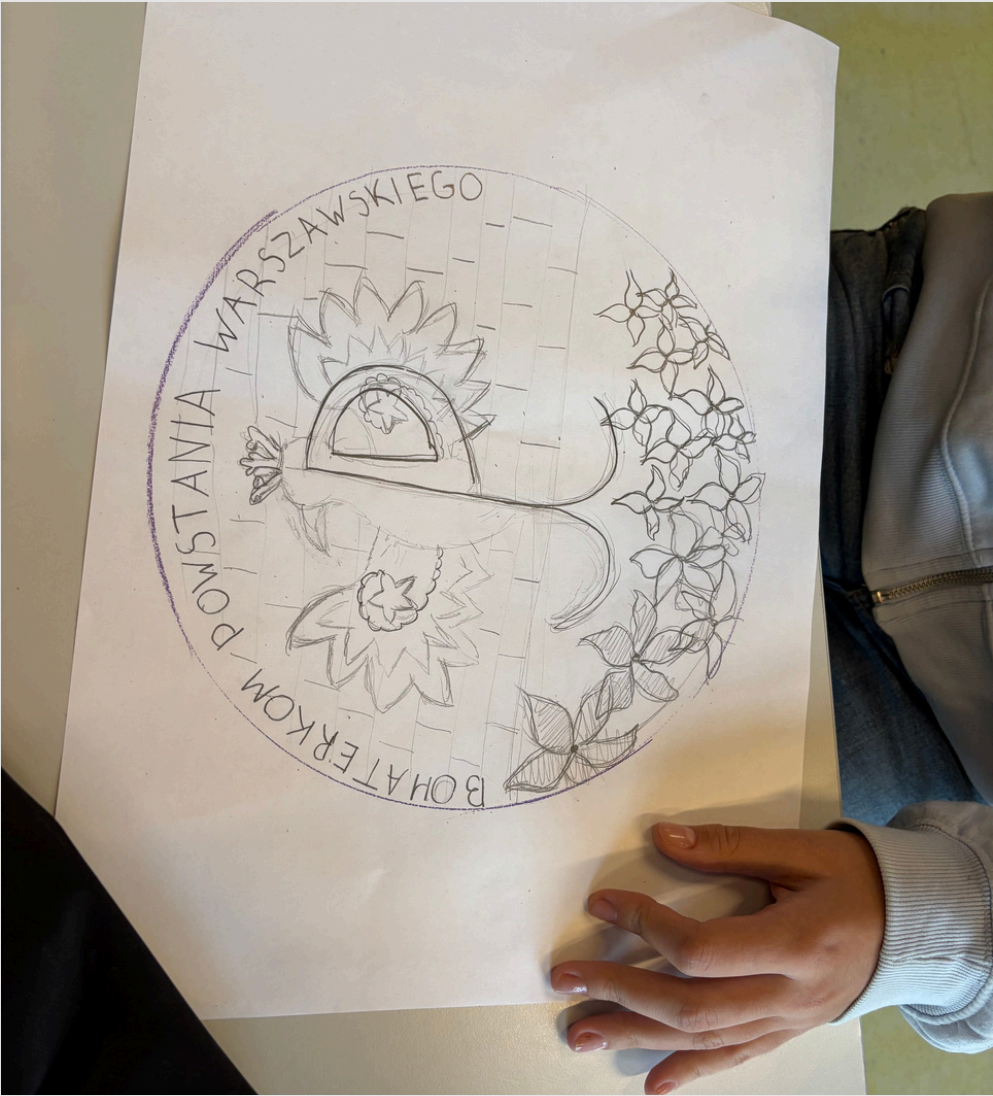
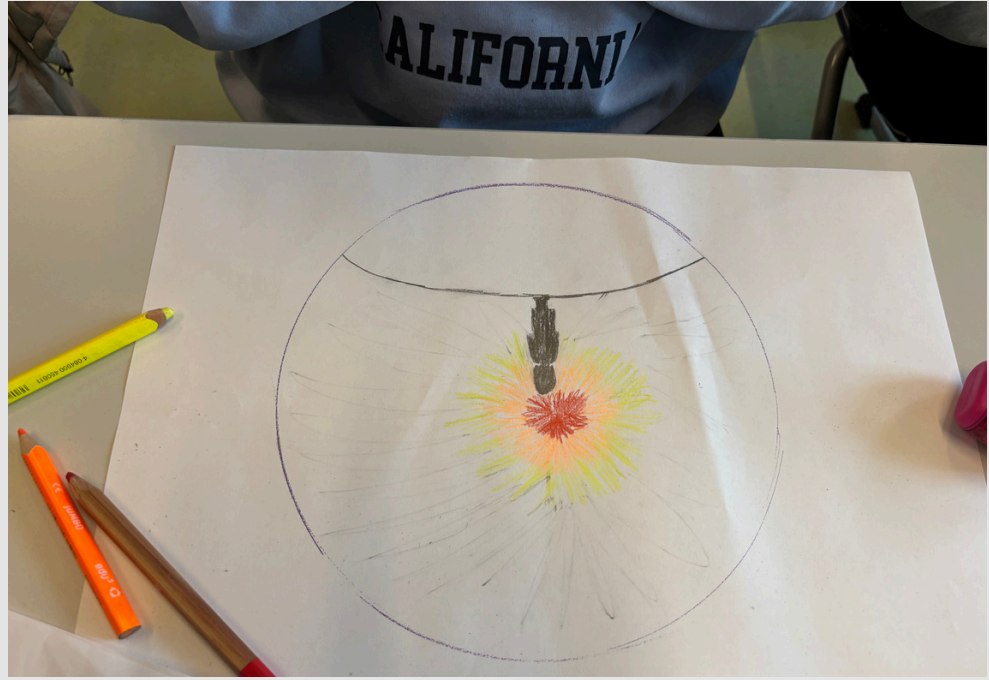
**Joanna Szulc, psycholożka,**  
dziennikarka, autorka tekstów i książek  
o wychowaniu dzieci i młodzieży







# Przygotowanie odznaczeń dla Bohateerek

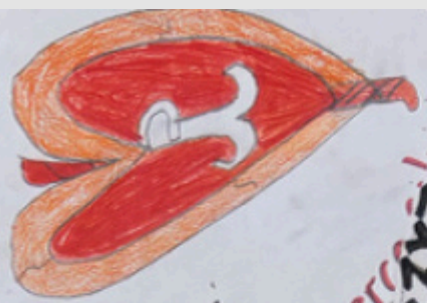






ODMAGA  
CH  
BOH

BOHATERKOM POWSTANIA



Za serce i oczy  
ZŁY KOPER I OICZYWNE



1944

Pamiętamy  
1944



BOHATERKOM POWSTANIA



Warszawa 1944  
Bohaterkom

MEDAL ZA ODWAGĘ

Pamiętamy  
1944



BOHATERKOM  
1944



POWSTANIA

BOHATERKOM  
1944  
WARSZAWSKIE



ZA ODWAGĘ Kobietom  
1944



ZA ODWAGĘ Kobietom  
1944



BOHATERKOM



WARSZAWSKIEGO  
ERKOM POWSTANIA



Sercem i duszą  
dziękuję

# GIRLANDA Z SERC



**Maria Urbaniec-Downarowicz**



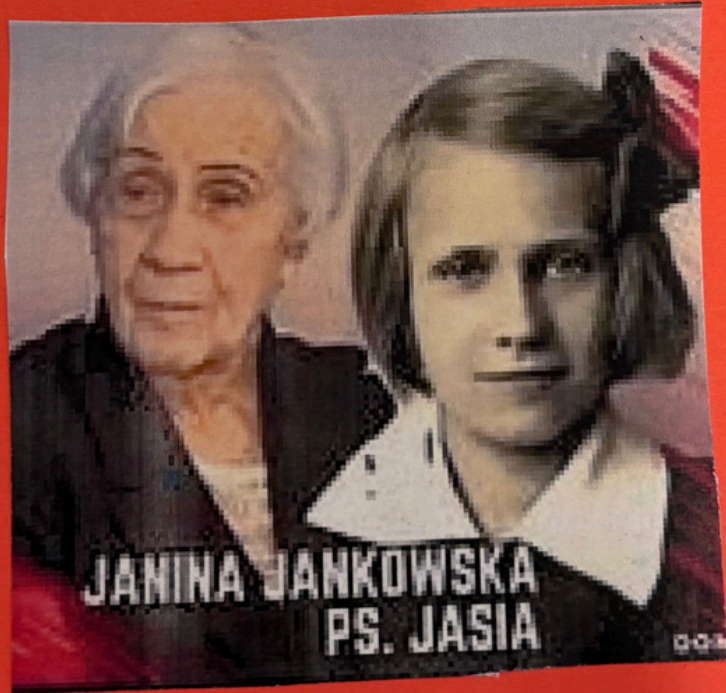
**Barbara Bogumiła  
Gancarczyk z d.  
Piotrowska ps.  
„Konarzewska”,  
„Pająk”**



**Halina Rogozińska ps.  
Mała lub Niebieska**

Halina Rogozińska ps. „Mała” była młodą, odważną łączniczką Armii Krajowej, która walczyła w Powstaniu Warszawskim. Pomagała jako sanitariuszka, przenosiła broń i ryzykowała życie, by wspierać swoich towarzyszy. Mimo wojennej traumy pozostała wierna.

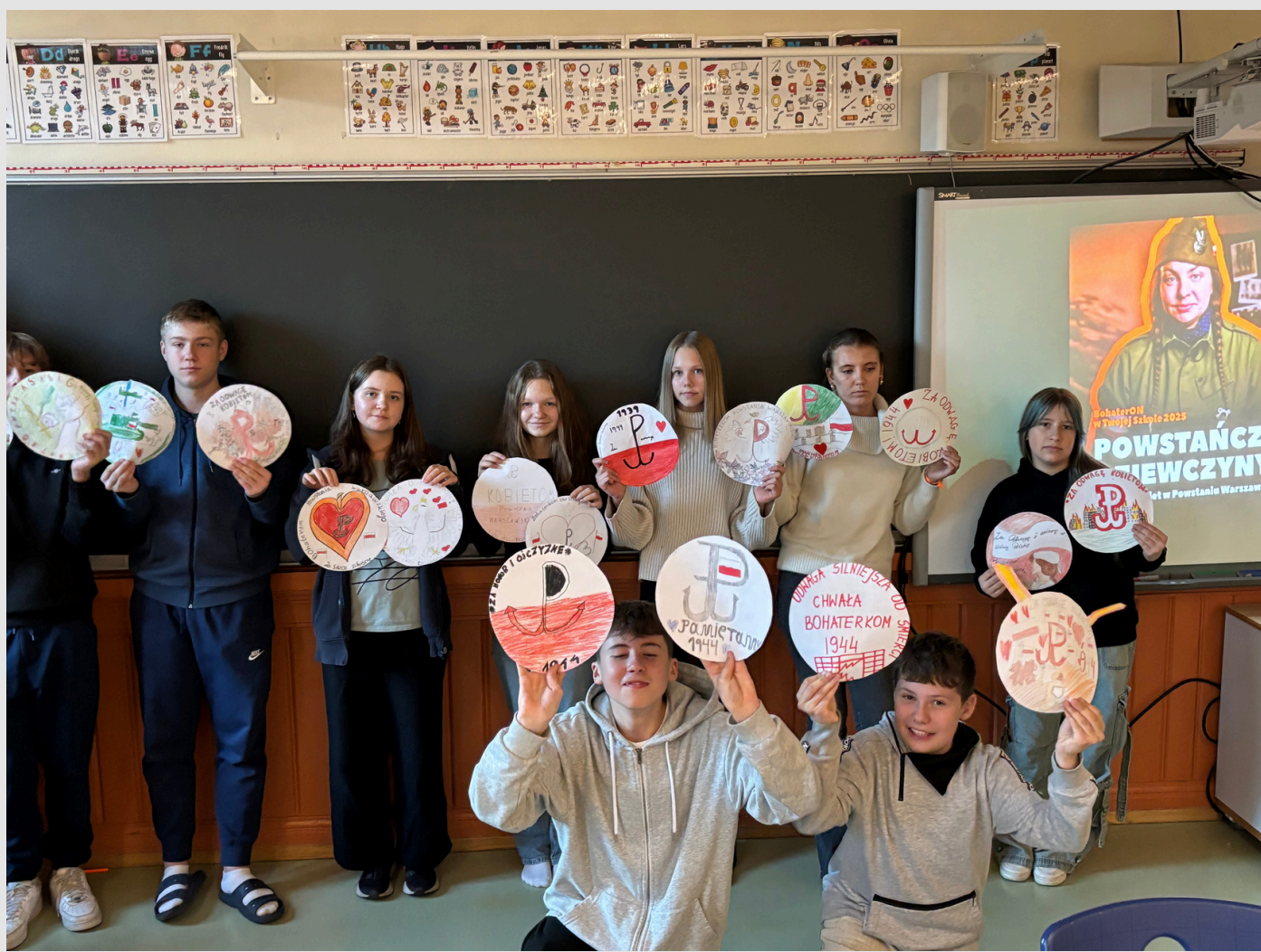
Janina Jankowska "Jasia"



Ho  
od  
wa  
Pon  
bron  
swoj  
Poz











# Podsumowanie projektu „Kobiety w Powstaniu Warszawskim”

W październiku 2025 r. uczniowie klas 4–8 oraz liceum wzięli udział w projekcie historyczno-edukacyjnym „Kobiety w Powstaniu Warszawskim”.

Celem projektu było przybliżenie sylwetek bohaterskich kobiet walczących w 1944 roku o wolność stolicy i Ojczyzny, a także ukazanie ich odwagi, poświęcenia i codziennego heroizmu w czasie powstańczych dni.

Praca uczniów została zorganizowana z uwzględnieniem wieku i poziomu edukacyjnego:

- Klasy 4–6 pracowały z kartami pracy opracowanymi specjalnie dla ich grupy wiekowej. Poznały podstawowe fakty dotyczące Powstania Warszawskiego oraz role kobiet jako sanitariuszek, łączniczek i ochotniczek walczących na barykadach.

Uczniowie przygotowali odznaki dla Bohatek, symbolicznie uhonorowując ich odwagę i patriotyzm.

- Klasy 7–8 korzystały z bardziej szczegółowych kart pracy, które pozwoliły im zgłębić wiedzę o poszczególnych uczestniczkach Powstania oraz o ich powojennych losach. Dzięki pracy z materiałem źródłowym uczniowie mogli lepiej zrozumieć dramatyzm tamtych wydarzeń oraz znaczenie kobiet w strukturach powstańczych.

- Klasy licealne pracowały również z kartami pracy nawiązującymi do filmu Andrzeja Wajdy „Kanał”.

Na koniec przygotowały „Serce Pamięci”, na którym umieściły wizerunki wybranych bohaterek Powstania Warszawskiego.

Na odwrocie każdego serca znalazł się życiorys powstańczy danej postaci. W ten sposób powstała symboliczna galeria kobiet – uczestniczek walk o wolność Warszawy.



Efektom wspólnej pracy była girlanda z serc, wykonana przez uczniów klas I i II liceum, zaprezentowana podczas szkolnej wystawy.

Uczniowie klasy 6 przygotowali natomiast girlandę z odznaczeń, stanowiącą wyraz pamięci i wdzięczności wobec wszystkich kobiet, które walczyły, pomagały i ratowały życie w czasie Powstania Warszawskiego.

## Wnioski

- Projekt znacząco poszerzył wiedzę historyczną uczniów na temat roli kobiet w Powstaniu Warszawskim oraz ich wkładu w walkę o niepodległość.
- Zróżnicowanie materiałów dydaktycznych (karty pracy dostosowane do wieku) pozwoliło na skuteczne zaangażowanie uczniów z różnych etapów edukacyjnych.
- Włączenie elementów plastycznych i symbolicznych (odznaki, serca, girlandy) pobudziło kreatywność i ekspresję artystyczną uczniów, wzmacniając emocjonalny wymiar nauki historii.
- Współpraca pomiędzy klasami młodszymi a licealnymi sprzyjała integracji społeczności szkolnej i budowaniu wspólnoty pamięci.
- Projekt miał głęboki wymiar wychowawczy – kształtował postawy patriotyczne, empatię, wrażliwość na los innych i szacunek dla kobiet, które swoją odwagą zapisały się na kartach historii.
- Prezentacja efektów projektu w przestrzeni szkolnej była nie tylko okazją do podsumowania pracy, lecz także formą upamiętnienia i uhonorowania bohaterów Powstania Warszawskiego.

*Opracowanie graficzne i merytoryczne:  
mgr Katarzyna Słabowska-Wachowiak*