



KÖZÉPISKOLA

1. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma: 2020.04.30.



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanórára

Célcsoport/osztály: 12. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Káros szenvedélyek

Témakör megnevezése: A drogfogyasztás kialakulásának okai, veszélyeztető tényezők, a drogkarrier feldolgozása

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek:

- Döntés előkészítés: mérlegelési szempontok és eljárások a saját döntések meghozatalához.
- Az alkohol és drogfogyasztásra hajlamosító és védő tényezők megismerése.
- A barátok, osztálytársak, a család szerepe.
- Alapvető szükségleteink: szeretet, elfogadás, valahova tartozás, sikerélmény.
- Az alkohol és droghasználat veszélyességét fokozó tényezők megismerése.
- Lehetőség nyílt, kommunikációra a drogfogyasztásról és a hozzá kapcsolódó témákról.
- Alkohol- és droghasználat helyetti más alternatívák megismertetése.

2. Kulcsfogalmak: drogfogyasztás drogkarrier segítségnyújtás kortárs csoport alternatívák döntéselőkészítés döntéshozatal

3. Kapcsolódás a tantárgyak között:

Magyar nyelv és irodalom:

- Kritikai gondolkozás véleményalkotás
- Kulturált véleménynyilvánítás
- Önálló és társas feladatvégzés

Történelem:

- társadalmi felelősség, érzékenység, szolidaritás és normakövetés,
- az egyéni kezdeményezőkészség és a közösség iránti felelősségvállalás,
- valamint a --demokratikus elkötelezettség alapelemei.

Társadalmi ismeretek:

- Társas együttműködés fejlesztése



- Emberi jogok
- Felkészülés a felnőtt szerepre

4. Kapcsolódás a többi modul között:

- Társas kapcsolatok: interakció vizsgálata, az emberi kapcsolatok fontosságának hangsúlyozása.

Modulok közös tartalmi elemei:

- Önismeret: Helyes, reális énkép kialakítása. Döntéshozás fejlesztése

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei:

A tapasztalati tanulás útján való ismeretátadás megtapasztalása

- A kortársakkal végzett közös munka során fejlődik:
- Önismeret
- Empátia
- Egymás véleményének elfogadása,
- Konfliktuskezelés,
- Vitakultúra
- Nemet mondás képessége
- Döntés előkészítés – döntéshozatal

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

A koncepció az Egészséged testben és lélekben Tanári kézikönyv/tanulói munkafüzet (a CHEF-Hungary Alapítvány személyiségfejlesztő drog- és alkoholmegelőző programja) és a Kompánia Alapítvány drogprevenciós tematikáinak felhasználásával készült.

Drogprevenció:

- Interaktív drogprevenciós játéktár- Kompánia Füzetek. (Budapest, Kompánia Alapítvány, 2005.)
- Egészséged testben és lélekben – Tanári kézikönyv/tanulói munkafüzet – a CHEF-Hungary Alapítvány személyiségfejlesztő drog- és alkoholmegelőző programja. (Budapest, CHEF-Hungary Alapítvány, 1992.)
- Rácz József (szerk.): Leszakadók. A társadalmi kirekesztődés folyamata. (Budapest, L'Harmattan, 2007.)



- Rác József: A drogkérdésről – őszintén. (Budapest, B-V Medical+Technical Lap- és Könyvkiadó, 2005.)
- Pikó B. (szerk): Védőfaktorok nyomában. A káros szenvedélyek megelőzése és egészségfejlesztés serdülőkorban. Kutatások 11. (Budapest, L'Harmattan Kiadó, 2010.)

Kortárs segítség:

- Bácskai Erika Gerevich József: A kortárs segítség tanári kézikönyve. Az egészséges Ifjúságért Alapítvány, 2000.
- Rác József (2008): Az esélyteremtés új útjai. Kortárs és sorstárs segítséssel szerzett tapasztalataink. L'Harmattan, Budapest.

Csoportok működése, játéktárak:

- Barczy M.: A csoportok hatékonysága és a személyes változás. (Budapest, Animula, 1997.)
- Bagdy, E., Telkes, J.: Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában (Budapest, Tankönyvkiadó, 1990.)
- Benedek, L.: Játék és pszichoterápia. (Budapest, Animula, 2001).

7. Ajánlott irodalom/művészeti alkotás:

- Csodálatos fiú c. film
- Egy kosaras naplója c. film
- Dizájneren c. dokumentumfilm

8. Szakmai weboldalak a témakörben:

- A Nemzeti Népegészségügyi Központ szakmai oldala az alkoholfogyasztásról: <http://egeszseg.hu/alkohol.html>
- A Nemzeti Népegészségügyi Központ szakmai oldala a drogfogyasztásról: <http://egeszseg.hu/drog.html>
- A Nemzeti Népegészségügyi Központ szakmai oldala a dohányzásról: <http://egeszseg.hu/dohanyzas.html>
- A „Teljeskörű iskolai egészségfejlesztés” programról: <http://projektek.egeszseg.hu/web/tie/iskolai-programok>
- Az EMMI Dohányzás Fókuszpontjának dohányzás prevenció honlapjai: <https://www.cikiacigi.hu/> <https://www.leteszemacigit.hu/>
https://www.dohanyzasvisszaszoritasa.hu/iskolai_megelozesi_program.html
- Az Országos Korányi és Pulmonológiai Intézet (OKPI) dohányzásról való leszokást támogató weboldala: <http://www.leszokastamogatas.hu/>

9. Drogprevenció, kezelő és egyéb támogató beavatkozások (pl. lelki segély telefonszámok, prevenció szervezetek internetes elérhetőségei, programjuk leírásai) országos szinten és megyei bontásban: <https://ellataskereso.hu/> (**1. Melléklet**)



| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|---|--|---|--|
| 15 perc | I. Károly története A játék célja: A drogfogyasztás kialakulásának okai, veszélyeztető tényezők, a drogkarrier feldolgozása egy konkrét történeten keresztül. | I. feladat Pedagógusi instrukciók: A háttértörténet (2. Melléklet) felolvasása előtt a pedagógus elmondja: <i>„Egy olyan történetet fogok nektek felolvasni, amely akár valódi is lehetne. Hallgassátok végig figyelmesen, később feladatokat kaptok vele kapcsolatban.”</i> A felolvasás után az alábbi kérdéseket teszi fel: <ul style="list-style-type: none">- Milyen drogokat használt Károly, hogyan vélekedett róluk?- Miért kezdett el drogokat használni, milyen problémái voltak a kezdetekkor?- Mit történt Károllyal a droghasználata során, hogyan változott?- Milyen problémái lettek később?- <u>Ki vagy mi segíthetett volna Károlynak, hogy ne váljon drogfüggővé?</u>- <u>Mi lesz Károllyal 10 év múlva, hogy alakul a sorsa?</u> | I. feladat Frontális tanári munka kérdésfeltevésekkel és a válaszok megvitatásával A tanulók segítése tiszta instrukciókkal, a feladat mindenki számára érthető megfogalmazásával A tanulók kommunikációjának, megnyilvánulásainak facilitálása, pontosítása, a feladatok kereteinek betartatása: <ul style="list-style-type: none">- Passzolás joga- A tanulók egymás véleményét ne minősítsék,- Ne vágjanak bele egymás szavába, | Előkészületek: a terem átrendezése Eszközигény: terem mozgatható székekkel |



| | | | | |
|---------|---|---|---|--------------------|
| | | <p>Variáció: A fenti kérdések közül ki lehet hagyni azt, amit a pedagógus a tanulói közösséget ismerve nem tart adekvátnak. Az utolsó két kérdést minden esetben fel kell tenni, mivel azokra szerepjáték formájában is keresni fogják a tanulók a választ.</p> | - Minden érdekes vélemény | |
| 15 perc | <p>II. Károly múlt- és jövő alternatívái</p> <p>A játék célja: szituációs szerepjáték a drogfogyasztás kialakulásának okai, a veszélyeztető tényezők és a drogkarrier feldolgozása kapcsán</p> | <p>II. feladat</p> <p>Pedagógusi instrukciók:</p> <p>A szerepjáték instrukcióinak kiadása, szituációk bemutatása a következőképpen:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Két kiscsoportot megkérünk, hogy keressenek egy olyan időszakot a történetben (egy kiemelkedő jelentőségű helyzetet), amikor úgy tűnik, hogy segíteni lehetne /lehetett volna/ Károlynak. Ezt Károly környezetéből valamely fontos személy szerepéből szemléljük!2. Ezt követően egy elképzelt jövőkép feldolgozásához szintén megkérünk két kiscsoportot, hogy beszéljék meg és játsszák el, hogyan él, mi történik Károllyal 5 vagy 10 év múlva. (Kedvelt alternatíva: a csoportok képzelt interjút készítenek a múltjára visszatekintő Károllyal.) | <p>II. feladat</p> <p>Kiscsoportos munka, szituációs szerepjátékkal, pedagógusi facilitálással</p> | Eszközigény: nincs |



| | | | | |
|---------|--|--|---|--|
| | | <p>3. A tanulókat 4 kiscsoportra osztjuk. A megbeszélthelyzethez szereplőket választva a 2 csoport bemutatja az elképzelt fordulópontot, a másik 2 csoport pedig az elképzelt jövőképet.</p> <p>4. Megbeszéléssel zárjuk a játékot.</p> | | |
| 10 perc | <p>III. Mondatbefejezés</p> <p>A játék célja: a csoport tagjai egyes fogalmakhoz (drogok) való viszonyának feltérképezése, tudatosítása, involváltsági fok növelése</p> | <p>III. feladat</p> <p>Pedagógusi instrukció:</p> <p><i>„Felírom a táblára egy mondat kezdetét, és arra kérek mindenkit, hogy gondolatban fejezze be a mondatot. Utána meg fogjuk beszélni, hogy ki hogyan fejezné be és miért pont úgy.”</i></p> <p>A mondatkezdet: <i>“Azt gondolom a drogokról, hogy.....”</i></p> <p>A feladat menete:</p> <p>A csoportvezető felírja a táblára a mondat kezdetét és hagy néhány percet gondolkodásra. Mindenki elmondja és megindokolja, hogy miért úgy fejezné be a mondatot, ezeket a pedagógus fel is írhatja a táblára.</p> | <p>III. feladat</p> <p>Frontális tanári munka, a válaszok megvitatásával</p> | Eszközигény: nincs |
| 3 perc | <p>Összegzés</p> | <p>A feladatok során nyert tapasztalatok pár mondatos összegzése/megbeszélése a pedagógus részéről, felvetődött kérdések megválaszolása, az óra zárása, közben a segítőhelyek listájának (1. Melléklet) kivetítése (megjegyzés/kommentár nem szükséges hozzá a pedagógus részéről)</p> | <p>Frontális tanári munka, kérdésfeltevésekkel és a válaszok megvitatásával</p> | Eszközигény: internet, projektor, kivetítési lehetőség |



10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 12. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Káros szenvedélyek

Témakör megnevezése: A csoport tagjai egyes fogalmakhoz való viszonyának feltérképezése, tudatosítása, involváltsági fok növelése

Órakeret/Időtartam: 10 perc

| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|--|---|---|--|
| 10 perc | „Mondatbefejezés” A játék célja: a csoport tagjai egyes fogalmakhoz (drogok) való viszonyának feltérképezése, tudatosítása, involváltsági fok növelése | Pedagógusi instrukció: <i>„Felírom a táblára egy mondat kezdetét, és arra kérek mindenkit, hogy gondolatban fejezze be a mondatot. Utána meg fogjuk beszélni, hogy ki hogyan fejezné be és miért pont úgy.”</i> A mondatkezdet: <i>"Azt gondolom a drogokról, hogy....."</i> A feladat menete: A csoportvezető felírja a táblára a mondat kezdetét és hagy néhány percet gondolkodásra. Mindenki elmondja és megindokolja, hogy miért úgy fejezné be a mondatot, ezeket a pedagógus fel is írhatja a táblára. | Frontális tanári munka, a válaszok megvitatásával | Eszközigény: nincs |

1. Melléklet

A Nemzeti Drog Fókuszpont hivatalos portálja (<https://ellataskereso.hu/>) szerinti összeállítás a fővárosi drogprevenciós, kezelő és egyéb támogató beavatkozásokról (a szakmai adatbázisban aktuálisan 262 szolgáltatás adata szerepel területi/megyei bontásban, tevékenységek szerint csoportosítva, így valamennyi iskola esetében kikereshető és beállítható az adott iskola megyéjéhez kapcsolódó ellátóhelyek listája, azok elérhetőségeivel, így az a tanórán kivetíthető)

| Program/Ellátóegység | Anyaintézmény | Cím | Elérhetőség | Leírás |
|---|--|--|--|---|
| Drog-Free Alapítvány | | 1092 Budapest, Kinizsi u 11 | Telefon: E-mail: | |
| Ébredések Alapítvány | Ébredések Alapítvány | 1089 Budapest, 1089 Budapest Kálvária tér 5 | Telefon: +36 13341550 E-mail: ebredesekalapitvany@gmail.com | |
| Jahn Ferenc Dél-pesti Kórház, Pszichiátriai és Addiktológiai Centrum | Jahn Ferenc Dél- pesti Kórház | 1204 Budapest, Köves út 1. | Telefon: 2896200 E-mail: addikt@delpesztikorhaz.hu | |
| Magyar Ökumenikus Segélyszervezet Szociális és Fejlesztő Központ Budapest XIII. Kerület Szenvedélybetegek Nappali Intézménye | Magyar Ökumenikus Segélyszervezet | 1139 Budapest, Országbíró u. 16. | Telefon: 0613208253 E-mail: budapest.szni@segelyszervezet.hu | |
| Írisz Klub Szenvedélybetegek Nappali Intézménye | Ferencvárosi Szociális és Gyermekjóléti Intézmények Igazgatósága | 1094 Budapest, Berzenczey u. 26 | Telefon: +3612166053 E-mail: Irisz.Klub@feszgyi.hu | Milyen szolgáltatásokat biztosítunk? munkavégzés lehetőségének szervezése,életvitelre vonatkozó tanácsadás, életvezetés segítése,konzultációs szabadidős programok szervezése,szükség szerint az egészségügyi alapellátás megszervezése, a szakellátásokhoz való hozzájutás segítése,hivatalos ügyek intézésének segítése,speciális önszerveződő csoportok támogatása, működésének, szervezésének segítése. |



2. Melléklet

KÁROLY TÖRTÉNETE

Nagyon hamar elkezdtem alkoholt fogyasztani, a haverokkal söröztem már 13 éves koromban. Otthon rengeteg volt a veszekedés, nem jöttem jól ki a nevelőapámmal, anyukám inkább a kisebb testvéreimmel foglalkozott. Mindig találtak valami hibát abban, ahogy a dolgaimat intéztem. Akkor tudtam csak ellazulni, amikor a haverokkal ittunk. Büszke voltam rá, fel is néztek rám, hogy milyen jól bírom az italt.

Hasist 14 éves koromban szereztem először egy házibuliban. Nagyon menő lettem hirtelen az osztályban. Eddig nem nagyon tudtam mivel kitűnni, pedig nagyon szeretek rajzolni. Rajziskolába is jártam, de eddig nem voltak igazából barátaim, kevesebbnek éreztem magam mindig a társaimnál. A hasis hatását is nagyon élveztem, megélenkült a képzelőerőm, nem voltam másnapos utána. El is kezdem lenézni azokat, akik alkoholt fogyasztanak.

Amikor alkoholt ittam megfogadtam, hogy nem fogok hasist szívni, amikor hasist szívtam megfogadtam, hogy nem próbálom ki az LSD-t. Aztán mégis megtettem. Otthon állandósultak a balhék, romlottak a jegyeim, rajzolni sem jártam már el, a haverjaimat otthon utálták, úgy éreztem nem ért meg senki. Egy hatalmas balhé után, aminek az előzménye egy intő és egy szülői konzultációra való behívó volt, jött az első trip. Erősebbnek éreztem magam, minden gondom megszűnt.

Aztán jöttek a tabletták, ha nem volt pénzem LSD-re. Haza alig jártam, a baráti köröm a második otthonommá vált. Szakítottam a barátnőmmel is, nem bírtam már hallgatni, hogy folyamatosan piszkál a drogozás miatt.

A heroin hatására még kevésbé éreztem a bűntudatot és a sok otthoni és iskolai gond is elhalványult. Elkezdtem lopni otthonról, hogy pénzt szerezzek rá, amikor kiderült, leléptem otthonról. Mindenképp szükségem lett az anyagra, kereskedni kezdtem a droggal. Már a barátok sem számítottak csak az, hogy anyagot szerezhessenek.

Eljött a pillanat, amikor rájöttem, hogy semmim és senkim nincs, mindent elveszítettem.