



ÁLTALÁNOS ISKOLA

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:
2020.01.20.

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanóra

Célcsoport/osztály: 6. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Káros szenvedélyek

Témakör megnevezése: Legálisan kapható, függőséget okozó termékek

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek:

- Előismeretek aktivizálása.
- Önismeret fejlesztése.
- Rész-egész összefüggés felfedezési képességének fejlesztése.
- Legális és illegális kifejezések közötti különbség megismerése, a fogalmak alkalmazása.
- Pozitív és negatív függőségek (szennvedély, szennvedélybetegség) megkülönböztetése.
- Legálisan kapható, függőséget okozó szerek ismertetése, azok káros hatásai a szervezetre.
- Kémiai és viselkedési addikciók alapszinten történő feltárása, jelentésük ismertetése.
- Gyógyszerek szerepe a társadalomban, gyógyszerfüggőség.
- Szituációs játékokon keresztül valós élethelyzetek kipróbálása, helyes magatartási formák elsajátítása.
- Megküzdési stratégia fejlesztése, formálása.

2. Kulcsfogalmak: önismeret, fogyasztási cikkek, szokások, szennvedély, függőség, káros szennvedély, addikció, legális-illegális, egészség, egészségkárosító, megelőzés, gyógyszerfüggőség, drog, dependencia, gyógyszer, gyógyszerfüggőség, koffein, cukor

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: matematika, természetismeret, technika, életvitel és gyakorlat, egészségtan, osztályfőnöki óra, magyar nyelv és irodalom

4. Kapcsolódás a többi modul között: Társas kapcsolatok

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei:

- A foglalkozások során fejlődik a tanuló kommunikációs képessége.



- Érdeklődése érzékenyül az adott téma iránt.
- Képes az adott témával kapcsolatos előzetes tudását aktivizálni.
- Rész-egész összefüggés felfedezési képessége fejlődik, mélyül.
- Ismeri a függőséggel kapcsolatos alapkiefejezéseket, azokat a megfelelő helyzetben készségi szinten alkalmazni is tudja.
- Meg tudja különböztetni a legális és illegális szereket.
- Legális szerekekkel kapcsolatos tudása bővül.
- Önmagától csoportosítani tudja a legálisan kapható, függőségeket okozó szereket.
- Képes a témával kapcsolatos fogalmakhoz példákat társítani.

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:


- Bűnmegelőzési ismeretek drogokról: <http://bunmegelozes.eu/pdf/drogfogyaszt.pdf>
- Demetrovics Zsolt: Az addiktológia alapjai II. (Budapest, ELTE Eötvös Kiadó, 2009)
- Jan Snel: A tiltott gyümölcs lélektana – A rossz dolgok rendszerint nagyon jók (AB-ART Könyvkiadó, 2006):
<http://www.webbeteg.hu/cikkek/psziches/1345/hogyan-alakul-ki-a-szenvedelybetegseg>

7. Ajánlott irodalom/művészeti alkotás:

Pedagógusoknak, szülőknek:

- A legális drogok veszélyesebbek, mint a hagyományosak (Euronews video) <https://www.youtube.com/watch?v=gIRc7xebnvg>
- Bűnmegelőzési ismeretek drogokról: <http://bunmegelozes.eu/pdf/drogfogyaszt.pdf>
- Hétköznapi pszichológia: <http://pszichoforyou.hu>
- Demetrovics Zsolt: Az addiktológia alapjai II. (Budapest, ELTE Eötvös Kiadó, 2009)
- Jan Snel: A tiltott gyümölcs lélektana – A rossz dolgok rendszerint nagyon jók (AB-ART Könyvkiadó, 2006)
<http://www.webbeteg.hu/cikkek/psziches/1345/hogyan-alakul-ki-a-szenvedelybetegseg>



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
		<p>I. Óra előtti szervezés</p> <p>A terem csoportmunkához rendezzük be. A csoportok számának megfelelő mennyiségű kép szükséges, különböző függőséget okozó, vagy egészségkárosító, legálisan kapható termékekről, pl.: alkohol, energiaital, kávé, cigaretta, cukros üdítőital stb. Ezeket helyezzük el a csoportok asztalaira, mindegyikre egyet.</p> <div data-bbox="734 831 1043 986"></div>		<p>Képek hivatkozása: https://femina.hu/egeszseg/alkohol-lebomlasa/ https://www.nlcafe.hu/egeszseg/20160814/energiaital-karos-cukor-koffein/ https://www.vajma.info/cikk/gazdasag/5742/Szerbia-Jovore-dragul-a-cigaretta--az-alkoholos-italok-ara-is-valtozik.html http://vira.hu/vilagnapok/2017/09/29/a-kave-vilagnapja/ http://www.origo.hu/tafelspicc/kozelet/20161128-mennyi-cukros-uditot-isznak-a-gyerekek.html</p>



<p>15 perc</p>	<p>Napjaink fogyasztó társadalmában szinte megszámlálhatatlan fogyasztási cikkel találkozhatunk. Azonban fontos különbséget tennünk közöttük, mert azon túl, hogy több aspektusból csoportosíthatók (jogi, kémiai, fizikai, biológiai), számos olyan következménnyel járhat fogyasztásuk, melybe nem gondol bele az ember. Egyik ilyen következmény lehet például, hogy függőséget okozhatnak.</p> <p>A drog szó hallatára a társadalom más-más módon asszociál, többnyire negatív kontextusba helyezik (pl. csak egy adott kábítószerre gondolnak), pedig ha mélyebben megvizsgáljuk jelentését, akkor világossá válik, hogy a drogok egy részét nap, mint nap használjuk: megvásároljuk a boltban (pl.: üdítők), esetleg ajándékba adjuk egy szerettünknek (pl.: édességek, cukorkák, teák) vagy ezzel indítjuk a napot (pl.: kávé).</p> <p>Minden olyan szert, amelynek vásárlását, fogyasztását,</p>	<p>II. Az óra/foglalkozás bevezetése</p> <p><i>Kedves gyerekek. Ahogy azt látjátok, a mai órán csoportban fogunk dolgozni. Arra kérlek titeket, hogy mindig hallgassátok meg a pontos utasításokat és csak azután kezdjétek a munkához. Ha felemelem a kezemet, az azt fogja jelenteni, hogy szeretnék a teljes osztályhoz szólani, ezért ekkor kérlek, fejezzétek be az éppen aktuális feladatot és figyeljétek rám. Kezdjük is el!</i></p> <p>2.1 Beszélgetőkör</p> <p><i>Az első feladatokat az lesz, hogy nézzetek végig a termen. Minden asztalon láttok egy képet. Arra kérlek titeket, hogy ahhoz az asztalhoz üljétek le, amin annak a terméknek a képe van, amiről a legtöbb információtok van. Ha leültetek, kezdjétek beszélgetni róla. 5 perctek van a feladatra. (Igyekezzünk úgy szervezni a feladatot, hogy minden asztalhoz üljön le minimum 2 gyerek.)</i></p> <p>2.2 Úton a szakértőhöz</p> <p><i>Most azt szeretném kérni, hogy minden csoport válasszon ki egy főt. Ő lesz a téma „szakértője”, aki a többieknek majd beszámol az adott termékről. A szakértők maradjanak a helyükön, a többiek pedig álljanak fel és most ahhoz a képhez üljenek le, amiről a legkevesebb információjuk van. A szakértőket pedig arra kérem, hogy beszéljenek az adott termékről, illetve válaszoljanak a többiek kérdéseire. A feladatra szintén 5 perctek van.</i></p>	<p>csoportok kialakítása, tanári magyarázat, szabályok tisztázása</p> <p>csoportmunka előismeretek alkalmazása</p> <p>csoportmunka, szakértő mozaik, kortársi interakciók, tanári magyarázat</p>	<p>képek legálisan kapható függőséget okozó termékekről</p>
----------------	--	--	--	---



9 perc

gyártását, raktározását, exportját, importját, forgalmazását az állam nem tiltja (vagy csak bizonyos feltételek mentén engedélyezi), legális szereknek nevezzük.

A feladat célja, hogy a gyerekek előismereteit aktivizáljuk. Felmérjük, hogy mi jut eszükbe az adott termékekről, milyen információhoz jutottak az előző feladatban.

III. Az óra/foglalkozás témájának bevezetése, részösszefoglalás

*Az asztalokon elhelyezett termékekről készült képeket táblázatba rendeztem. Ezt itt láthatjátok a táblán.
- Kérlek titeket, hogy minden csoport szókétyákra írjon össze 4-5 tulajdonságot az adott termékről.
- Ezt követően a csoport szóvivője a jelzésem után hozza ki azt ide a táblához és ragassza fel a megfelelő oszlopba.*



KÁROS	FINOM	BÚDÓS	KESERÚ	KÁROS
EGÉSZSÉGTLEEN	OLCSÓ	DRÁGA	ÉBREN TART	FINOM
ALKOHOLIZMUS	CUKROS	KÁROS	SOK FAJTÁJA VAN	EGÉSZSÉGTLEEN
BÓDÍTÓ HATÁSÚ	SZÉNNAVAS	EGÉSZSÉGTLEEN	JÓ AZ ILLATA	SZÍNEZŐANYAGOK VANNAK BENNE

(A táblázat lehetséges tanulói válaszokat tartalmaz.)
A szókétyák felolvasásra kerülnek. Ha valamelyik csoport az adott termékhez tud még tulajdonságot mondani, azt is pótoljuk. Tanári kiegészítés is történjen meg.

csoportmunka, rendszerező elemzés, ismeretek aktivizálása,

szemléltetés: szókétyák elhelyezése

tábla, táblázat, írószközök, gyurmaragasztó, szókétyák



<p>15 perc</p>	<p><u>Legális</u> szó jelentése: törvényes, jogos. Illegális szó jelentése: törvénytelen, törvénybe ütköző, tilalom alá eső.</p> <p><u>Függőség</u>: Hétköznapi szóhasználatban a függőség szót hozzászokás, szükséglet, ragaszkodás értelemben használjuk. A jelenségnek önmagában nincs pozitív vagy negatív értéke, jelentését mindig a kontextus adja. Példa: függünk az oxigéntől, ruhadaraboktól stb. Amennyiben az egyén egy bizonyos viselkedési formát a negatív következmények ellenére is tovább folytat, <u>káros szenvedélyről</u> beszélünk.</p> <p><u>Pancsolt drogok</u> (szleng kifejezés): Előfordulnak olyan szerek, melyek kémiai hatóanyagainak tartása, előállítás, fogyasztása vagy bármely nemű ezekkel kapcsolatos tevékenysége nem</p>	<p><u>VI. Új ismeret átadása:</u></p> <p><i>A mai órán olyan termékekről beszélgetünk, amik legálisan kaphatók, de egészségkárosító hatásuk mellett függőséget is okozhatnak.</i></p> <p><i>De mit is jelentenek ezek a szavak. Fogalmazzuk meg: Mi az, hogy legális, illegális? Mit jelent az, hogy egészségkárosító? Mi az, hogy függőség?</i></p> <p>Irányított beszélgetés mellett térjünk ki a következőkre is: - gyógyszerfüggőség, - pancsolt drogok (veszélyei, miért nem illegális, ha a megnevezése drog).</p> <p><i>Tudtok még olyan legálisan kapható termékekről, ami függőséget okoz, okozhat?</i></p> <p>A beszélgetés során térjünk ki egészségkárosító szokásokra is, illetve érdekes függőségekre.</p>	<p>szókétyák felolvasása, közös megbeszélés</p> <p>frontális osztálymunka</p> <p>tanári kérdések</p> <p>tanári magyarázat, közös fogalomalkotás</p> <p>bemutatás: videó megtekintése</p> <p>közös megbeszélés</p>	<p>interaktív tábla/kivetítő</p>
----------------	--	---	---	----------------------------------



5 perc	<p>illegális, azonban pszichoaktív tulajdonságokkal rendelkezhetnek, így a központi idegrendszerre való hatásuk miatt megváltoztatják az agy működését.</p> <p>A <u>gyógyszer</u> olyan készítmény (általában mesterségesen előállított kémiai, vagy növényi eredetű hatóanyagok keveréke), amit a betegségek gyógyítására, megelőzésére vagy diagnosztikai célokra használnak. Ha egy személy ezen szereket nem orvosi vagy gyógyászati célból, hanem bizonyos – a gyógyszer által kiváltott – élmények előidézésére használ, akkor az illetőt <u>gyógyszerfüggőségben</u> szenvedőnek nevezzük.</p> <p>„Rajtunk múlik, hogy a szenvedélyből ártalmatlan rajongás vagy kóros függőség kerekedik? Azok az élőlények, akik hozzánk hasonló bonyolult idegrendszerrel és fejlett társadalmi-technikai</p>	<p><u>V. Óra végi összefoglalás.</u> <u>Ismétlés, gyakorlás, játék: ismeretek alkalmazása</u></p> <p><i>Az előző videóban sok furcsa függőséget láthattatok, az óra során pedig bemutatásra kerültek a legálisan kapható, függőséget okozó termékek. Nem szabad, hogy összekeverjétek a függést azzal, hogy valaki szereti</i></p>	frontális osztálymunka ismeretek alkalmazása, tanári magyarázat	labda
--------	--	--	---	-------



1 perc	<p>környezettel rendelkeznek, ki vannak téve a szenvedélybetegség magas kockázatának. Sajátos, genetikailag előhuzalozott szervezetünk kémiaja sérülékennyé, kiszolgáltatottá teszi neurológiai rendszerünket, modern környezetünk pedig széles kínálatban zúdítja ránk a függőséget, hozzászokást kiváltó ingereket, a lassan öltő drogoktól a gyors lefutásúakig, a legálisig, a kémiai szerektől a viselkedéses addikciókig.” (http://mipszi.hu/cikk/160508-szenvedely-rajongas-vagy-fuggoseg)</p> <p>Függőséget okozó termékek összefoglalása.</p>	<p><i>valamelyik terméket. Kíváncsi vagyok, ti hogyan különböztetitek meg a kettőt. Érzitek-e a különbséget a két állítás között: Szenvedélyesen szeretem a csokit, csokifüggő vagyok.</i></p> <p><i>Álljunk körbe. Labdát fogunk dobálni egymásnak. A feladat, hogy aki dobja a labdát, mondjon egy, az órán említett terméket és azt, hogy „függő vagy”, vagy „nagyon szeretem” kijelentést. A labdát elkapó feladata, hogy az utasításnak megfelelően viselkedve mondjon egy mondatot.</i></p> <p><i>Pl.:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- csokoládé, függő vagy: Már egy órája nem ettem csokit, úgy érzem, belehalok.- kóla, szeretem: Ha lesz időm ma, veszek egy kólát. <p>Az elhangzott állításokat az osztály együtt értékeli, ha szükséges, javítja.</p> <p><u>VI. Reflexió</u></p> <p><i>Ma nagyon ügyesen dolgoztatok. Dobáljuk körbe a labdát. Mindenki mondjon egy terméket, ami a mai órán szerepelt és meglepődött rajta, hogy képes függőséget okozni.</i></p>	játék arckörben	közös értékelés, megbeszélés
			labdajáték, értékelés	labda



10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 6. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Káros szenvedélyek

Témakör megnevezése: Legálisan kapható, függőséget okozó termékek

Órakeret/Időtartam: 10 perc

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanuló tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
5 perc	A feladat célja, hogy a gyerekek előismereteit aktivizáljuk. Felmérjük, hogy mi jut eszükbe az adott termékekről, milyen információhoz jutottak az előző feladatban.	<u>I. A foglalkozás bevezetése</u> Csoportkialakítás: <i>Mindenki húzzon tőlem egy kis képet és ahhoz az asztalhoz üljön le, amin a kezében tartott kép nagyméretű másolata található.</i> <u>I. A foglalkozás témája:</u> <i>Az asztalokon elhelyezett termékekről készült képeket táblázatba rendeztem. Ezt itt láthatjátok a táblán.</i> <i>- Kérlek titeket, hogy minden csoport szókétyákra írjon össze 4-5 tulajdonságot az adott termékről.</i> <i>- Ezt követően a csoport szóvivője a jelzésem után hozza ki azt a táblához és ragassza fel a megfelelő oszlopba.</i>	csoportkialakítás csoportmunka előismeretek aktivizálása meglévő tudásanyag rendszerezése szemléltetés, szókétyák elhelyezése	Kis képek és nagy méretű másolatuk. (pl: alkohol: 5 db kis kép a csoportkialakításhoz, egy db A/4-es méretű az asztal közepére) táblázat a táblán



3 perc

Legális szó jelentése: törvényes, jogos.
 Illegális szó jelentése: törvénytelen, törvénybe ütköző, tilalom alá eső.
Függőség: hétköznapi szóhasználatban a függőség szót hozzászokás, szükséglet, ragaszkodás értelemben használjuk. A jelenségének önmagában nincs pozitív vagy negatív értéke, jelentését mindig a kontextus adja.
 Példa: függünk az oxigéntől, ruhadaraboktól stb.
 Amennyiben az egyén egy bizonyos viselkedési formát a negatív következmények ellenére is tovább folytat, káros szenvedélyről beszélünk.

				
KÁROS	FINOM	BÜDÖS	KESERŰ	KÁROS
EGÉSZSÉGTELEN	OLCSÓ	DRÁGA	ÉBREN TART	FINOM
ALKOHOLIZMUS	CUKROS	KÁROS	SOK FAJTÁJA VAN	EGÉSZSÉGTELEN
BÓDÍTÓ HATÁSÚ	SZÉNSAVAS	EGÉSZSÉGTELEN	JÓ AZ ILLATA	SZÍNEZŐANYAGOK VANNAK BENNE

A szókétyák felolvasásra kerülnek. Ha valamelyik csoport az adott termékhez tud még tulajdonságot mondani, azt is pótoljuk.

II. Téma megjelölés:

*Az előző feladatban olyan termékekről beszélgettünk, amik legálisan kaphatók, de egészségkárosító hatásuk mellett függőséget is okozhatnak. De mit is jelentenek ezek a szavak. Fogalmazzuk meg:
 Mi az, hogy legális, illegális?
 Mit jelent az, hogy egészségkárosító?
 Mi az, hogy függőség?*

szókétyák felolvasása, közös megbeszélés frontális munka, szemléltetés

frontális szervezés, tanári kérdések, fogalomalkotás, tanári magyarázat

előző feladatban kitöltött táblázat



2 perc	A következtetések levonása mellett feladatot is adunk a gyerekeknek, hiszen fontos, hogy tudják: az órán megemlített termékek mellett számos legálisan kapható anyag van, amely függőséget okozhat. Mi ezen az órán csak a legismertebbeket hoztuk szóba.	III. Összefoglalás: Ismeretek strukturálása, rendszerezése stb. <i>Ha a táblázatba illesztett válaszaitokat megnézzük, láthatjuk, hogy minden oszlopban szerepel egy olyan tulajdonság, ami egészségkárosító hatással bír. Minden itt szerepelt termék folyamatos, napi szintű fogyasztása károsítja az egészségünket, függőséget okozhat. Tud még valaki mondani ilyen termékeket? Hallott már valaki, valamilyen érdekes, legálisan kapható termékéről, ami függőséget alakított ki valakiben? Például, én hallottam egy lányról, aki minden nap körömlakkot szagolgatott, nyalogatott, néha meg is itta azokat. Kutassatok az interneten hasonló érdekes függőségek után.</i>	tanári kérdések, következtetések levonása otthoni feladat kiosztása	
--------	---	--	--	--