



KÖZÉPISKOLA 2. 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:
2019.01.15.



Egészségügyi Ellátórendszer
Szakmai Módszertani Fejlesztése
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanóra

Célcsoport/osztály: 10. évfolyam (2. óra)

Modul megnevezése: Digitális világ

Témakör megnevezése: Digitális Immunerősítés

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: Online veszélyek és kezelési lehetőségek, Digitális Immunerősítő Program, DIP-teszt

2. Kulcsfogalmak: elektronikus zaklatás, álhír, adatbiztonság, netikett

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: Mozgóképkultúra és médiaismeret, informatika

4. Kapcsolódás a többi modul között: Társas kapcsolatok, Egészséges jövőkép

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei: A tanulók megismerik a digitális világ kihívásait, az online veszélyeket, illetve ezek kivédési lehetőségeit. Tisztában vannak a Digitális Immunerősítő Program keretében elérhető egészségfejlesztő tanácsokkal és a tudásukat, védettségüket mutató DIP index-szel.

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

- Bene Viktória (2019): Ki lánkol a végén? Módszerek a biztonságos internethasználat fejlesztésére. Módszerek a biztonságos internethasználat fejlesztésére. In: Hulyák-Tomesz Tímea (szerk.): Generációs kérdések a kommunikációs készségfejlesztésben. Budapest, Hungarovox Kiadó 90-103. oldal
- Bene Viktória – Fegyverneki Gergő (2017): Hogyan tanítsuk tréningen és tanórán az etikus mobilhasználatot? In. (Aknai Dóra Orsolya – dr. Fehér Péter szerk.): Mobil – világ – iskola. Válogatott tanulmányok az I. Mobil eszközök az oktatásban konferenciáról. Debrecen, Debreceni Egyetemi Kiadó 192-199. oldal Elérhetőség: <https://mek.oszk.hu/18300/18338/18338.pdf> Utolsó letöltés: 2019. 08. 20.
- Fegyverneki Gergő (2017): A kaméleon-pedagógus így csinálja 3. rész. Hogy segíthetünk az állandóan netező tanulóknak? Elérhetőség: <https://neteducatio.hu/a-kameleon-pedagogus-igy-csinolja-3-resz-hogy-segithetunk-az-allandoan-netezo-tanuloknak/> Utolsó letöltés: 2019. 08. 20.

7. Ajánlott irodalom/művészeti alkotás:

- A posztolás veszélyei című kisfilm; Elérhetőség: <https://www.youtube.com/watch?v=5ha0E-oJrOw> Utolsó letöltés 2019. 08. 10.
- Az internetes zaklató (Cyberbully), angol krimi, 62 perc
- Facebookos buktatók című film Elérhetőség: <https://www.youtube.com/watch?v=iMKw76Z0jIQ> Utolsó letöltés 2019. 08. 10.
- Social network – A közösségi háló, amerikai életrajzi film, 120 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	Ráhangelődés	<p>Az osztály közös gondolattérképet készít arról, milyen veszélyekkel találkozhatunk az életben, és ezektől hogyan óvhatjuk meg magunkat (ha nagy az osztálylétszám, csoportmunkában is megoldható ez a feladat). Lehetséges válaszok, példák:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ha hideg van, felöltözünk, hogy ne fázzunk meg.• Ha mély vízbe megyünk, és nem tudunk magabiztosan úszni, úszógumit viszünk magunkkal.• Ha egy oroszlán kerget, megpróbálunk elfutni.• Ha stresszelünk egy vizsga miatt, alaposan felkészülünk stb. <p>A tanár rávezeti a tanulókat, hogy az életben vannak veszélyek, de a legtöbbet ki tudjuk védeni, vagy legalábbis kezelni tudjuk a problémát. Egy betegséget például megelőzhetünk úgy, ha egészséges életmódot folytatunk és megfelelően erősítjük vitaminokkal az immunrendszerünket. Ugyanígy, a digitális világból is leselkednek veszélyek, de legtöbbet kivédhetjük, ha kellően erős a digitális „immunrendszerünk”, vagyis megfelelő ismeretekkel rendelkezünk az internetről. Ezeket szedjük össze a mai órán, de mindenekelőtt felmérjük, kinek mennyire erős a digitális „immunrendszere.”</p> <p>A tanár így folytatja: <i>A DIP a Digitális Immunerősítő Program rövidítése a fiatalok digitális védelme érdekében. Készült egy teszt, ami a veszélyszintet is jelzi. A teszt végén</i></p>	Frontális osztálymunka	Csomagolópapír, színes filcek



		<p><i>megjelenik a válaszokból generált szám: a Digitális Védettségi Index. A Digitális Védettségi Indexed (DVI) azt mutatja, hogy mennyire használod tudatosan a digitális világot. Minél magasabb, annál kisebb az esélye annak, hogy hackertámadás, adatlopás, vagy egyéb digitális visszaélés áldozata leszel.</i></p> <p>Töltsék ki a fiatalok telefonjukon, ha erre nincs mód, nyomtatott alapon.</p>		
10 perc	DIP-teszt	A tanulók kitöltik a DIP-tesztet.	Egyéni munka	Laptop/ okostelefon, internet Amennyiben ezek nincsenek, a tesztet nyomtassuk ki. http://www.mydip.xyz/dipteszt
5 perc	Az eredmények megbeszélése	Hőmérő- „rajzolás” A diákok egy vonalon helyezkednek el, ami egy képzeletbeli hőmérő 1-10 Celsius-fokkal. Ezen helyezkedjenek el az eredményeiknek megfelelően.	Frontális osztálymunka	
10 perc	Digitális immunrendszerünk erősítése	<p>A tanár csoportokat alakít. Minden csoport kap egy-egy témát, amiről szórakoztató és/ vagy tanulságos és informatív/ elgondolkodtató képregényt vagy gondolattérképet kell készítsenek a tanulók. Az időre próbáljanak meg ügyelni.</p> <p>Fontos, hogy legyen valamilyen informatív, tanító jellege az elkészített képregényeknek, ezért hívjuk fel a tanulók figyelmét az alábbi alapvető oldalra, ahol megbízható forrásokat találnak:</p> <ul style="list-style-type: none">• http://www.saferinternet.hu/• http://www.mydip.xyz/• https://www.monguforteen.com/hu/ <p>Próbáljunk legalább csoportonként egy-egy digitális eszközt és internetkapcsolatot biztosítani a tanulóknak, akár teremcserével az informatikateremben.</p>	Csoportmunka	Csomagolópapír, filctoll Amennyiben rendelkezésre állnak digitális eszközök és internet, használhatjuk a https://www.storyboardthat.com/hu képregényszerkesztő oldalt is. Gondolattérképes oldalak: https://coggle.it/ https://www.mindmeister.com/



		<p>Lehetséges témák:</p> <ul style="list-style-type: none">• A biztonságos jelszó• Adatbiztonság• Kamuprofilok• Álhírek• Digitális kommunikáció és személyes kommunikáció: érteni és félreérteni• Elektronikus zaklatás (cyberbullying)• Hogyan léphetünk fel tisztességesen a zaklatókkal szemben?		
10 perc	A plakátok bemutatása és az eredmények megbeszélése	<p>A tanulók bemutatják plakátjaikat, ismertetik témájukat, a munkamegosztást, bemutatják képregényüket és ennek segítségével megpróbálják osztálytársainak megtanítani a legfontosabb tudnivalókat.</p> <p>A fontos tanári reflexióról, kiegészítésről a táblára írjunk fel kulcsszavakat.</p> <ul style="list-style-type: none">• Biztonságos jelszó: <i>minimum 11 betűből áll, tartalmaz kis és nagy betűket, számokat és speciális karaktereket is (pl.: & @ _ *). Akár értelmetlen mondat is lehet a jelszó. Fontos, hogy mindenhova más jelszavunk legyen. Ezeket időnként (3 hónap) cseréljük. Fontos, hogy olyan helyre írjuk fel, amit más nem talál meg. Ha ezeket mind nem is tartjuk be a gyakorlatban, fontos, hogy ne adjunk könnyen kitalálható jelszavakat (pl. nevünk, születési dátumunk), és semmi esetre se adjuk ki senkinek semmilyen körülmények között a jelszavainkat, mert visszaélhetnek vele. A legtöbb regisztrációkor láthatjuk jelszavaink erősségét.</i>		<p>A fontos, kiemelt kulcsszavakból a tanár készíthet a táblára jegyzetet, vagy az elkészült produktumokat osszák meg a csoportok egymással, online, amiből otthoni jegyzetet készíthetnek a tanulók. Ezeket egy következő alkalommal beszéljük meg, ellenőrizzük, hogy biztos jó információk rögzüljenek a tanulóknak.</p>



- **Adatbiztonság:** adataink *fontos információk*, ezeket *védenünk* kell. Nem kiabáljuk szét az utcán, így az interneten sem szabad közzétenni, mert *visszaélhetnek vele*. Lakcímet, telefonszámot, bankszámlaszámot ne tegyünk közzé profilunkon, ha chat-en kérik, akkor se adjuk ki. Regisztrációkor *se adjuk meg* a bankszámlaszámunkat. Ha fizetős oldalra szeretnénk regisztrálni, győződjünk meg arról, hogy megbízható-e az oldal. Kérjük egy tapasztaltabb felhasználó *segítségét*. A PIN-kódot semmiképpen se adjuk meg.
- **Kamuprofilok:** az interneten *nem mindenki az, akinek mutatja magát*. Bárki *belebújhat* bárki szerepébe. Ezt lehet, hogy valaki ártatlan csínynek szánja, de *nem vicc*, mert rosszindulatú emberek is behálózhatnak túlzott kedvességükkel, nem zárható ki, hogy szexuális jellegű kihasználás miatt (*behálózás = grooming*). Legyünk mindig óvatosak, ha valami szokatlan, furcsa feltűnik chat-elés közben, még akkor is, ha ismerős a profilkép. Személyesen *kérdezzünk rá* az esetre az illetőnél. Meztelen, félmeztelen képet *semmiképpen se küldjünk magunkról*, bármennyire is szépen kérik, mert online szexuális zaklatás (*online sexual harassment*) áldozatai lehetünk. Az is lehet, hogy a mi arcképünkkel élnek vissza. Ez esetben küldhetünk üzenetet az illetőnek, hogy fejezze be, értesíthetjük ismerőseinket, hogy nem mi vagyunk azok, illetve jelentsük a profilt.
- **Álhírek:** Az internet, különösen a közösségi média fejlődésével egyre több megtévesztő, álhírral



találkozunk. Ezek *téves, fals* információk, amelyek *félrevezethetik* a felhasználókat. A híreket részben szándékosan torzítják, manipulálják. Ennek lehet marketinges vagy politikai célja, (pl. *kattintásszám* növelése), de alapvetően megbízható híroldalak is átverhetnek akaratuk ellenére álhíreket. A címek önmagukban nem mondanak semmi, ezek alapján ne alkossunk véleményt, mert szándékosan túlzók, kíváncsiság felkeltőek. *Mindig olvassuk el a cikket is*. Használjuk a józan eszünket: *mérlegeljünk*, hogy vajon tényleg igaz-e a hír. Fontos a *forráskritika: nézzünk utána* az adott szövegnek több oldalon is, ellenőrizzük le a cikk íróját, hogy megbízható-e, nézzük meg a honlap alján a szerkesztőségi adatokat az *impresszumban*, ha nem tudunk dönteni, kérdezzünk meg egy *szakértőt*. Az álhírek mellett *áltudományos* dolgok is terjednek (pl. lapos a Föld). Ilyenek az *összeesküvés-elméletek is* (konteó, vagyis konspirációs teória).

- **Digitális és személyes kommunikáció:** A személyes kommunikáció *nagy előnye*, hogy szemtől szemben beszélgethetünk, látjuk egymás érzéseit, azonnal *vissza tudunk jelezni, tisztázni* a félreértéseket. A körülöttünk lévő környezet (*kontextus*) is segíti értelmezni a kommunikációt. A digitális kommunikáció akkor jó, ha *nincs lehetőség személyes találkozóra*, gyorsan meg kell valamit beszélni (ez lehet e-mail, messenger, videochat, viber). Nincs mindig szemkontaktus, nehezebb egymásra hangolódni, arckifejezéseinket *emotikonokkal* (digitális



hangulatjelek) helyettesítjük. Hiányzik a kontextus, ezért történhetnek *félreértések*. Ha online vagyunk, a nap 24 órájában üzeni tudnak nekünk, ez frusztráló is lehet. Ügyeljünk arra, hogy a digitális kommunikáció *csak kiegészítse* a személyes, valódi kommunikációnak. Fontos, hogy *amit nem tennénk meg, vagy nem mondanánk személyesen, azt az interneten se tegyük*. Próbáljuk elkerülni a félreértéseket, vagy azonnal tisztázzuk, ha megtörtént.

- **Elektronikus zaklatás (cyberbullying):** Szemtől szemben internet nélkül is történhet zaklatás akár **szóban**, akár **tettben**. Zaklatás = *folymatosan ismétlődő, ártó, bántó cselekedet*. Fontos éles határt húzni a vicc, a sértés és a zaklatás között. Elektronikus zaklatás *bárhol, bármikor* megtörténhet, iskolán kívül is a *nap 24 órájában*. Gyakran nem tudjuk, ki a zaklató, mert névtelen marad vagy álprofil mögé bújhat. *Hiányzik* a személyes kommunikációra jellemző *metakommunikáció*. *Elektronikus eszközön* keresztül éri utol áldozatát a zaklató. A zaklatás mindig bűncselekménynek számít.
- **Hogyan lépünk fel a zaklatóval szemben?**
A zaklatásnak több típusa van: kirekesztés, szitokszavak szórása, rágalmazás, fenyegetés, zsarolás, szexuális tartalmú szövegek. Ha ilyenekkel találkozunk a neten, kérjük meg a zaklatót, hogy azonnal fejezze be. Fejezzük be azonnal a kommunikációt, bizonyítékként mentjük le a képernyőképet, blokkoljuk, tiltsuk le és szóljunk az esetről egy felnőttnek.
- **Netikett – online viselkedéskultúra:** Fontos tudni,



		<p>hogy az online világban is be kell tartani bizonyos szabályokat. A netikett az internetes etikett. Amit nem tennék meg a valóságban, azt a neten se tegyék meg. Ne bántsunk meg szándékosan másokat. Feleslegesen ne posztoljunk. Posztolás előtt gondolkodjunk. Próbáljunk barátságosak és kedvesek lenni. Amit egyszer feltöltünk az internetre, az ott is marad. Próbáljuk jó dolgokra használni a netet.</p>		
--	--	---	--	--



10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 10 évfolyam (2. óra)

Modul megnevezése: Digitális világ

Témakör megnevezése: Digitális Immunerősítő Program

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
3 perc	Ráhangelődés	<p>Az osztály közös gondolatterképét készíti arról, milyen veszélyekkel találkozhatunk az életben, és ezekről hogyan óvhatjuk meg magunkat (ha nagy az osztálylétszám, csoportmunkában is megoldható ez a feladat).</p> <p>Lehetséges válaszok:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ha hideg van, felöltözünk, hogy ne fázzunk meg.• Ha mély vízbe megyünk, és nem tudunk magabiztosan úszni, úszógumit viszünk magunkkal.• Ha egy oroslán kerget, megpróbálunk elfutni.• Ha stresszelünk egy vizsga miatt, alaposan felkészülünk stb. <p>A tanár rávezeti a tanulókat, hogy az életben vannak veszélyek, de a legtöbbet ki tudjuk védeni, vagy legalábbis kezelni tudjuk a problémát. Egy betegséget például megelőzhetünk úgy, hogy</p>	Frontális osztálymunka	Csomagolópapír, színes filcek



egészséges életmódot folytatunk, és megfelelően erősítjük vitaminokkal az immunrendszerünket. Ugyanígy, a digitális világból is leselkednek veszélyek, de a legtöbbet kivédhetjük, ha kellően erős a digitális „immunrendszerünk”, vagyis megfelelő ismeretekkel rendelkezünk az internetről. Ezeket szedjük össze a mai órán, de mindeneelőtt felmérjük, kinek mennyire erős a digitális „immunrendszere.”

A tanár így folytatja: A DIP a Digitális Immunerősítő Program rövidítése a fiatalok digitális védelme érdekében. Készült egy teszt, ami a veszélyszintet is jelzi. A teszt végén megjelenik a válaszokból generált szám: Digitális Védettségi Index. A Digitális Védettségi Indexed (DVI) azt mutatja, hogy mennyire használod tudatosan a digitális világot. Minél magasabb, annál kisebb az esélye annak, hogy hackertámadás, adatlopás, vagy egyéb digitális visszaélés áldozata leszel.

Töltsék ki a fiatalok telefonjukon, ha erre nincs mód, nyomtatott alapon.



6 perc	DIP-teszt	A tanulók kitöltik a http://www.mydip.xyz/dipteszt oldalon a DIP-tesztet	Egyéni munka	Laptop/ okostelefon, internet Amennyiben ezek nincsenek, a tesztet nyomtassuk ki.
1 perc	Az eredmények megbeszélése		Frontális osztálymunka	