



KÖZÉPISKOLA 3. 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 Széchényi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma: 2019.01.24.





FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanóra

Célcsoport/osztály: 12. évfolyam (3. óra)

Modul megnevezése: Egészséges jövőkép

Témakör megnevezése: "Útravaló"

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: ebben az anyagban nincs konkrét tárgyi ismeret, célja az együttes élmény, spontán játékos együttlét. Tudjanak egymás felé pozitív gesztust nyújtani, személyes üzeneteket küldeni. Az üzenet gazdagítja a tanulók önképét, fejleszti az önismeretét.

2. Kulcsfogalmak: önismeret, önkép, spontaneitás, játékoság, fantázia

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: magyar nyelv és irodalom, művészetek és tánc, erkölcsstan, ember és természet műveltségterület/ egészség, ill. magatartás és lelki egészség témakörei.

4. Kapcsolódás a többi modul között: társas kapcsolatok modulok tartalmi

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei:

Ismeret:

- Személyközi interakciók jelentősége (megtapasztaláson keresztül)
- Pozitív megerősítés szerepe (megtapasztaláson keresztül)
- Jövőtervezés útjai, lehetséges szempontok (megtapasztaláson keresztül)

Képesség:

- A társas tükrözés pozitív és tudatos működtetésére való képesség
- Több forgatókönyvben való gondolkodásra való képesség (saját üzenetek értelmezése által)
- Magas selfkomplexitás kialakítására való képesség (saját üzenetek értelmezése által)

Attitűd:

- Személyközi interakciók felértékelése
- Pozitív megerősítések iránti elköteleződés
- Kreatív feladatmegoldások szeretete

A tanulók spontán, játékos együttlétet élnek meg kreatív feladat végrehajtása közben. A feladat a társas tükrözés játékos formáját használja, lehetőséget ad arra, hogy egymásnak személyes, támogató, jövőre vonatkozó üzeneteket küldjenek. Kooperatív jellegű, csapatépítő hatású játékról van szó. A tanulók önképe gazdagodik, önismerete fejlődik.



6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

Rudas János: Delfi örökösei - Önismereti csoportok- elmélet, módszer, gyakorlatok, Oriold és Társai Kiadó, 2016

Telkes József; Dr. Bagdy Emőke: Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában, Tankönyvkiadó, 1990

7. Ajánlott irodalom/művészeti alkotás:

Könyvek tanulóknak:

Mohás Livia: Ki vagy te? Önismereti könyv önjáró fiataloknak SAXUM Kiadó, 2006

Mohás Livia: Kamasznapló, Pont Kiadó, 2001

Andrew Matthews: Hallgass a szívedre! Varázsládika Kiadó, 2009

Andrew Matthews: Hallgass a szívedre akkor is, ha nehéz idők jönnek! Varázsládika Kiadó, 2009

Andrew Matthews: A Barátkozni jó! Varázsládika Kiadó 2010

B. Beil - C. von Schelling: Kamaszgondok, Könyvklub, 2003

Dr. Koncz István: Kamaszkapaszkodó, Fapadoskönyv Kiadó, 2011

Sabine Thor – Wiedemann: Abszolút lány - 99 kérdés & válasz kamaszoknak Sclar Kiadó, 2016

Tippek kamaszoknak - Szépségről, barátságról, szerelemről, iskoláról, családról Pannon-Literatúra Kft., 2012

Covey Sean: A kiemelkedően eredményes fiatalok 7 szokása, Harmat Kiadó, 2018



Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Miről szól az adott rész? Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
5 perc	. Útravaló játék ismertetése	<p>Tanulók elhelyezkedésének segítése, eszközök kiosztása.</p> <p>Instrukció: <i>Sok időt töltöttünk együtt és nem tudjuk, hogy kinek hogyan alakul a következő években az élete. Szeretném, ha küldenétek egymásnak egy-egy "ajándék üzenetet", útravalót, amit ki-elvihet magával. Gondoljátok végig, hogy kinek, milyen üzenetet szeretnétek küldeni. Legyen személyes, szólhat bármiről, ami eszedbe jut, ha úgy gondolod, hogy az jó útravaló lehet az illető számára. Ügyelj rá, hogy ne legyen félreérthető vagy bántó - ajándékról van szó.</i></p> <p><i>Mindenkinek adok egy papírt, aminek a tetejére, kérlek, hogy írjátok fel a neveteket- ne túl nagy betűvel.</i></p> <p><i>Ha ezzel megvagytok, adjátok majd át a közvetlen szomszédotoknak a papírokat.</i></p> <p><i>A továbbiakban az lesz a feladatotok, hogy írjátok az éppen nálatok lévő papírra egy-egy "útravaló üzenetet", ajándékba személyesen annak, akinek</i></p>	tanári magyarázat, egyéni munka, plenáris elrendezés: körben ülve	A4-es papírok, tollak Minimum annyi A4-es papírra van szükség, ahány tanuló van az osztályban. Ha a papírok legyezőszerű hajtogatása közben a tanulók a papír hátoldalára is írnak, úgy kétszer annyi üzenet fér el a papíron. Magas osztálylétszám esetén érdemes úgy készülni a gyakorlatra, hogy celluxszal hosszában összeragasztanak két a4-es papírt, hogy elférjenek az üzentek. Javasolt a pedagógusnak előzetesen kipróbálni a hajtogatást, hogy meg tudja becsülni a "papírszükségletet és ne legyen technikai fennakadás a gyakorlat közben.



		<i>a papírja nálatok van. Ha megvagtok az üzenettel, hajtsátok be a papírt legyezőszerűen, hogy ne látszódjon az üzenetek (csak a név) és adjátok tovább. Mindenki hajtson egyet a "legyezőn", hogy ne lássátok egymás üzenetét - az elvonná a figyelmeteket arról, hogy ti mit üzentek. Körülbelül 1-1 percek van 1-1 útravaló üzenetre. Vigyázzatok rá, hogy ne torlódjanak nálatok a papírok.</i>		
30 perc	Játék kivitelezése az instrukció alapján.	A pedagógusnak a játék alatt csak háttérszerepe van: szükség esetén segít, ügyel arra, hogy mindenki tartsa a kereteket. Ennek a szakasznak akkor van vége, amikor mindenkihez visszakerült a saját papírja.	Egyéni munka plenáris elrendezés	A4-es papírok, tollak



10 perc	Zárókör	Egy gyors záró körben a tanulók beszámolnak arról, hogy milyen volt részt venni a játékban, mi volt könnyű/nehéz, kapott-e valaki olyan üzenetet, amit szeretne megosztani a többiekkel.	Teljes csoportos beszélgetés tanári irányítással, plenáris	A kapott üzenetek (mindenki hazaviheti).
---------	---------	--	--	--



10 perces kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 12. évfolyam (3. óra)

Modul megnevezése: Egészséges jövőkép

Témakör megnevezése: "Útravaló"

Órakeret/Időtartam: 10 perces blokk (45 perces órából/foglalkozásból kiemelve)

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Miről szól az adott rész? Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
2 perc	Útravaló játék ismertetése	<p>Elhelyezkedés, eszközök kiosztása. Ügyeljünk arra, hogy ha valaki a saját nevét húzta, azt cseréljük ki valaki máséra.</p> <p>Instrukció: <i>Sok időt töltöttünk együtt és nem tudjuk még, hogy kinek hogyan alakul a következő években az élete. Szeretném, ha küldenétek egymásnak egy "ajándék üzenetet", útravalót, amit elvihet magával. Húzzatok a kalapból egy nevet. Gondold végig, hogy milyen üzenetet szeretnél küldeni annak, akit húztál, mit szeretnél megosztani vele. Legyen személyes az üzenet, szólhat bármiről, ami eszedbe jut, ha úgy gondolod, hogy az jó útravaló lehet az illető számára. Ügyelj rá, hogy ne legyen félreérthető vagy bántó - ajándékról van szó.</i></p>	Tanári magyarázat, plenáris elrendezés: körben ülve	Kalap, mindenki neve 1-1 cédulán szerepeljen a kalapban. A cédula akkora legyen, hogy a név másik oldalára ráférjen egy üzenet.



6 perc	Játék kivitelezése az instrukció alapján. Ha elkészültek az üzenettel, a tanulók dobják vissza a cetliket a kalapba.	A pedagógusnak a játék alatt csak háttérszerepe van: szükség esetén segít, ügyel arra, hogy mindenki tartsa a kereteket.	Egyéni munka plenáris elrendezés	Kalap, cetlik, tollak
2 perc	Zárás	Kiosztjuk az "útravalókat", mindenkinek megköszönjük a részvételt	frontális	-