

ERŐSSÉGEK BAJNOKAI PILOT PROGRAM

Tantárgyspecifikus ötletek

Korosztály: 10 - 20 éves korig

2020/21



Jobb Veled a Világ
Alapítvány



Jobb Veled a Világ Alapítvány

1145 Budapest, Columbus u. 37.
erossegekbajnokai@gmail.com

Tantárgyspecifikus ötletek

13. foglalkozás - KEDVESSÉG

Az itt látható feladatokat egy vagy több tantárgyhoz is megajánljuk. Használd fel, alakítsd át kreatívan és bátran a legkülönbözőbb tantárgyak esetében is, amelyekre mi esetleg most nem is gondoltunk. Sőt, a játékosítás során pontot, jelvényt vagy bármi mást érhet, ha a gyerekek megcsinálják őket.

A) Híresek és jó fejek

Híresek és jó fejek

Tom Hanks köztudottan sztárallűröktől mentes, kedves és közvetlen híresség, akinek mindig van egy-két jó szava, kedves gesztusa az „átlagemberekhez”, rajongótáborához. Jó példa erre a következő videó:

<https://vimeo.com/184448596> (1:17)

A felvételen az látható, hogy Tom a new yorki Central Parkban kocogva belefutott egy esküvői fotózásba, és ahelyett, hogy nagy ívben kikerülte volna, kedvesen gratulált az ifjú párnak, és még „trollkodott” is egy kicsit a felvételeken, hatalmas örömet és örök emléket okozva számára teljesen idegen, ismeretlen embereknek. Ez a gesztus nem került neki semmibe, pár perc kedvesség csupán, mégis nagy hatása van. Tom Hanks kifejezetten bővelkedik a hasonló, kedves és humoros gesztusokban.

Biztosan ismersz rajta kívül még más külföldi vagy hazai sztárokat is, akik szintén híresek kedves, jó lelkükről, közvetlenségükről! Kik ők? Keressélj az interneten jópofa élmények, történetek után!

Mutasd be a többiek előtt, hogy mit találtál!

Idő: 5-15 perc

Tantárgyi kapcsolódás:
mozgókép és médiaismeret,
etika

Módszer, munkaforma:
szemléltetés, közös
megbeszélés

Eszközigény: internet



A kép forrása: a videóból kivágva



Jól Veled a Világ

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai/>

B) Segítő akció



Segítő akció

Írjátok össze közösen a táblánál vagy egy online dokumentumban, hogy milyen érdeklődési területeitek, hobbijaitok vannak. Például: macskafélék, kutyák, hajók, motorok, bokszt, kirándulás, divat, makettezés stb. Ha egyszerre több minden érdekel, azokat is rögzítsétek!

Ez után szűkítsétek az érdeklődési kört és ennek megfelelően csoportosuljatok! Például a macskafélék alkotnak egy csoportot, ha a csoporttagokban közös, hogy a vadmacskák iránt is érdeklődnek.

Ha többen vagytok, akikhez a sport áll közel, viszont azon belül van foci és kézilabda is, akkor váljatok két csoportra, stb.

Ha egyedül vagy az érdeklődéssel, akkor se csüggedj, mert inentől a feladat mindenki számára ugyanaz: **gyűjtsetek minél több ötletet arra, hogy hogyan tudnátok támogatni a célcsoportotokat!** Maradva a macskaféléknél, például elmennétek takarítani egy állatmenhelyre, támogatnátok a WWF munkáját egy plüss megvételével, készítenétek egy figyelemfelkeltő ppt-t a kihalóban levő macskafélékről, a macskák bölcsességéről készítenétek egy válogatott verseskötetet és természetesen mindezt az érdeklődési területek minél több célcsoportjának a tudtára hoznátok.

Gondoljátok végig, hogy a felmerült ötletek közül ki melyik mellé állna oda szívesen, melyiket vállalná, hogy egyedül vagy együtt valakivel megvalósítja!

Készítsetek egy összefoglaló táblázatot arról, hogy ki milyen csoport/szervezet/személy stb. érdekében mit vállalt. Legyen egy tervetek és kezdődhet az akció!

Lehetőleg egy hónap alatt mindenki fejezze be, amit vállalt, utána pedig értékeljétek csoport, majd pedig osztályszinten a tapasztalatokat!

Mutassátok be tetszőleges formában, hogy hogyan valósítottátok meg az ötletet!

Érdeemes hírül adni az iskolaújságban is!

Idő: min. 15 perc
Tantárgyi kapcsolódás:
bármely tantárgy

Módszer, munkaforma:
munkáltatás, csoport-,
projektmunka

Eszközigény: tábla / internet /
csomagolópapír





C) Kedves térkép

Készítsétek el az iskola és az otthonok közötti útvonalat, úgy hogy jelöljétek rajta azokat a kisebb-nagyobb állomásokat, amiket érintetek, például: busz, kocsis, vonat, élelmiszerbolt, drogéria, kert, park, játszótér, piac, óvoda, kórház, irodaház tűzoltóság stb.

Írjátok ki az állomásaitokat egy-egy cetlire, majd dobjátok bele a sapkátokba vagy egy helyben hajtogatott csákóba!

Forduljatok egymás mögé, egyik kezeteket helyezzétek az előttek álló vállára, másik kezetekben a cetliket tartalmazó csákóval haladjatok ritmikusan körbe-körbe, míg a tanár azt nem mondja, hogy STOP! Stopnál engedjétek el az előttek állót és forduljatok oda valakihez. Akihez fordultatok, kivesz három cetlit a csákótokból és felolvassa hangosan.

Online esetben a pedagógus begyűjti ezeket és egyenként kinyomtatja, alaposan összekeveri és a hátulján megszámozza, majd a számmal felfelé lerakja. A diákok a képernyőjükön látják a papírokat. Egy diák 3 számot választ, a pedagógus pedig felolvassa.

Jegyezzétek meg jól, mert **ezen a helyeken valamilyen kedves, önzetlen jótéteményt kell véghez vinnetek.**

A cél az, hogy három hét alatt vigyétek véghez minél több jó cselekedetet ezen a helyszínen! Csak a helyszín adott, a szereplők, akikkel kedvesen bánasz, változhatnak.

Idő: min. 15 perc

Tantárgyi kapcsolódás:
földrajz, rajz és vizuális
nevelés

Módszer, munkaforma:
munkáltatás, egyéni munka

Eszközigény: papír, toll,
internet



Jobb Veled a Világ

D) Nice guys finish last



„A kedves emberek mindig hátul végeznek a sorban” – mi a véleményed erről a mondásról? Egyetértesz vele? Mi lehet az alapja?

Abban az esetben, ha találsz igazságot a mondatban, fejtsd ki gondolataidat egy esszé, glossza, tanmese, dalszöveg vagy vers formájában!

Miután megválaszoltad ezeket a kérdéseket, olvasd el a következő, a témában végzett kutatási eredményekről beszámoló cikket a Forbes internetes hasábjairól (2017): A tudomány azt mondja, legyél kedves. Megéri:

[https://forbes.hu/legyel-jobb/a-tudomany-azt-mondja-
legyel-kedves-megeri/](https://forbes.hu/legyel-jobb/a-tudomany-azt-mondja-legyel-kedves-megeri/)

Idő: 10-15 perc
Tantárgyi kapcsolódás:
ének-zene, etika
Módszer, munkaforma:
szemléltetés, közös
megbeszélés, egyéni munka
Eszközigény: internet



E) Hamupipőke

Biztosan ismered gyermekkorodból Hamupipőke meséjét.

2015-ben egy igazán varázslatos és mély mondanivalójú filmként dolgozták fel a történetet, amelyet Oscar díjra is jelöltek. A mostohája és mostohatestvérei által Hamupipőkének átkeresztelt Ellának szerencsétlen sorsa és az életét megkeserítő, irigy és számító mostohái miatt sok megaláztatáson, verbális abúzuson kell keresztül mennie. Ő ennek ellenére nem törik meg, mindvégig derűs, sőt, kedves és bájos teremtés marad, ugyanis szeretett, elhunyt édesanyja tanácsa szerint él: „mindig légy bátor és kedves!”. Az élet pedig végül őt igazolja.

Szemponatok a feldolgozáshoz:

- Most vonatkoztass el attól, hogy tündérmeséről van szó. Mi lehet az a kulcs, ami miatt a bátor, szorgalmas, de egyszersmind kedves és tiszta jellem végül mindenféle bántás, verbális vagy fizikai agresszió nélkül felülemelkedik a „gonosz” felett, és mindenki elnyeri méltó jutalmát? Gondolj arra, hogyan hat másokra Hamupipőke szelíd, derűs jelleme!



- Sorolj fel néhány külső és belső tulajdonságot, amely a mostohát (Lady Tremaine-t) és Ellát jellemzik!
- Mivel kelt Ella kedves, jólelkű, barátságos benyomást?
- Voltál már hasonló helyzetben, mint Ella? Ért már verbális agresszió téged, mint például gúnyos, lekicsinyítő beszéd, kötekedés? Hogyan viselkedtél? Mi vezethet eredményre egy ilyen helyzetben?

Készítsetek el – a fentebbi átbeszélte szempontokat is felhasználva – egy filmajánló vlogot!

Tipp

Ha nem kezelted sikeresen a helyzetet, vagy tanácstalan vagy, hogyan érdemes reagálni, akkor különösen ajánlott számodra a tanmese feladat!

Nézzétek meg a Hamupipőke 2015-ös feldolgozását (angolul)!

Idő: 10-15 perc

Tantárgyi kapcsolódás:
magyar irodalom, idegen nyelv, etika

Módszer, munkaforma:
szemléltetés, közös megbeszélés

Eszközigény: -

F) Tanmese



Ismerkedj meg az alábbi tanmesével!

„Egy szent tanító a Gangesz partján készült a rituális fürdőjére, amikor a közelben egy család tagjait hallotta dühösen kiabálni egymással. Mosolyogva a tanítványaihoz fordult és megkérdezte:

- *Miért kiabálnak az emberek, amikor dühösek?*

A tanítványok elgondolkodtak, s az egyikük így szólt:

- *Amikor elvesztjük az önuralmunkat, kiabálunk.*

- *De miért kell kiabálni, amikor az, akihez beszélsz ott áll melletted? Halkan is elmondhatnád neki azt, amit akarsz - mondta a tanító.*

A tanítványok nem találták a választ, s a szent a következő magyarázatot adta:

Mit gondolsz, mi volt a szent tanító magyarázata?



Jobb Veléd a Világ

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai/>

A tanítványok nem találták a választ, s a szent a következő magyarázatot adta:

- Amikor az emberek haragszanak egymásra, a szívük eltávolodik egymástól. A távolság miatt kiabálniuk kell ahhoz, hogy hallják egymást. Minél dühösebbek, annál jobban kiabálnak, mert annál nagyobb a távolság. Amikor két ember megszereti egymást, nem kiabálnak, hanem kedvesen, lágyan beszélnek, mert a szívük nagyon közel áll egymáshoz, nincs köztük távolság. Amikor még jobban szeretik egymást, annyira egy helyen van a szívük, hogy már halkán sem kell megszólalniuk, megértik egymást már abból is, hogy csak egymásra néznek. Ilyen közel állunk egymáshoz, amikor szeretet van. A tanítványaira nézett, és így folytatta:

- Amikor vitatkoztok, ne hagyjátok, hogy a szívetek eltávolodjon. Ne mondjatok olyan szavakat, amelyek eltávolítanak benneteket egymástól, mert különben eljön az a nap, hogy olyan nagy lesz a távolság, hogy nem találjátok meg a visszavezető utat...

Forrás: http://www.szepi.hu/irodalom/vallas/tima/tima_654.html

Előfordult már veled, hogy nem találtál visszavezető utat? Mit csinálnál másképp, ha tehetnéd / akarnád?

Idő: 5-10 perc

Tantárgyi kapcsolódás:

bármely tanóra

Módszer, munkaforma:

szemléltetés, közös

megbeszélés

Eszközigény: -

G) Iskolai szekálás

Hogyan állítsuk meg az (iskolai) szekálást?

Nézd meg a következő videót, melyen a verbális bántalmazás/zaklatás (**bullying**) angol szakértője, **Brooks Gibbs** egy konfliktuskezelő helyzetgyakorlatot végeztet a közönség egyik tagjával. Videó:

<https://www.youtube.com/watch?v=-3iSh4TAOM> (5:24)

- Mit gondolsz, mi ennek a konfliktuskezelő stratégiának a kulcsa?
- Mi a véleményed a „kedvességgel a (verbális) bántalmazás ellen” módszerről? Vesd össze azzal a közismert mondással, miszerint „agresszió agressziót szül”.
- Tudsz példákat hozni a két időzőjeles kifejezésre? A való életből, vagy könyves/filmes történetből is hozhatsz példákat.

Idő: 15-20 min

Tantárgyi kapcsolódás:

etika, magyar nyelv

Módszer, munkaforma:

szemléltetés, közös

megbeszélés

Eszközigény: internet



Jól Veled a Világ

<https://boldogagora.hu/erossegek-bajnokai/>

Tudtad?

Az Ipsos cég hazánkban is végzett kutatásokat a bántalmazás témájában, 600 szülő és 600 fiatal bevonásával. Ennek eredményei megdöbbentőek:

a felmérés szerint a válaszadók mintegy 90 százaléka (!) pusztán fizikai inzultusként azonosítja a bántalmazást, míg a „csúfolódást, a cikizést, a sértegetést, kiközösítést” sokkal kevesebben értelmezik bántalmazásként. Pedig szavakkal ugyanolyan mély és romboló, pusztán szemmel nem látható sebeket lehet ejteni egymáson, amelyek akár egész életünkre rányomhatják a bélyeget. Sőt, idővel a lelki, mentális tünetek, mint például a zaklatás miatti szorongás, folyamatos stressz akár súlyos fizikai problémákhoz is vezethet (alvászavar, magas vérnyomás, migrén, gyomorfekély stb.). Nem árt tehát, ha felismerjük, és nem bagatellizáljuk el a jelenséget (lásd: „A fiatalok már csak ilyenek”, „Ugyan, csak viccelődik, nem mondja komolyan”, „Csak szeretetből piszkál” és társai...) Forrás:

<https://www.kormany.hu/hu/emberi-eroforrasok-miniszteriuma/csalad-es-ifjusagugyert-felelos-allamtitkarsag/hirek/a-digitalis-ter-veszelyes-uzem-a-fiatalokat-ott-is-vedeni-kell>

Mit jelent és mi tekinthető bullyingnek? Magyarul a következő kifejezéssel lehet nagyjából körülírni a jelenséget: kigúnyolás, piszkálódás, megalázás, kiközösítés, megfélemlítés, lelki terrorizálás. Tehát bármi, ami verbális agresszió formájában nyilvánul meg. Ha már egyszer egy ismerősünk agresszíven reagált ránk, csúnya, bántó szóval illetett bennünket, de ez soha többször nem fordult elő, akkor természetesen ez még nem tekinthető zaklatásnak, bullyingnek, sokkal inkább egyszeri (de attól még sok esetben megoldásra szoruló) konfliktusról van szó.

„A bullying definíciója: Szisztematikus, hosszabb időn át elkövetett, szándékos és tudatos bántalmazó cselekvéssor, melyben a viszonyok kiegyenlítetlenek, a szerepek pedig nem cserélődnek fel. Az áldozat áldozat marad, míg a bántalmazó bántalmazó. Kiegészítő szereplői a jelenségnek a „szemlélők”, akik kulcsfontosságúak. Ha közülük csak egyvalaki is képes beavatkozni, a dinamika megtörhetővé válik, a játszma más irányt vehet. Szerepüket ezért komolyan kell vennünk.” (Forrás: ElteOnline <http://elteonline.hu/tudomany/2018/10/10/es-te-tudod-mi-az-a-bullying/>)

Ne gondoljuk, hogy a verbális zaklatás, bántalmazás jelensége csak a fiatalokat érinti, és felnőttként már sosem leszünk kitéve a bullyingnek. Sajnos a statisztikák és a gyakorlati tapasztalat is azt mutatja, hogy a társadalom egyes rétegeit, kisebbségeit az élet minden területén éri folyamatos gúny, csipkelődés, kifigurázás, elég, ha a rendőröket, szőke nőket, zsidókat, székelyeket stb. érintő viccekre gondolunk. Szerencsére a legtöbb ember ezeket a vicceket „súlytalanul”, általánosságban, és nem egy konkrét személy elleni kötekedésként használja, tehát nem jut el verbális bántalmazásig, zaklatásig. Sokkal súlyosabb ennél viszont a munkahelyi zaklatás jelensége, amely hazánkban elsősorban a női munkavállalókat érinti nagyobb számban. Jó, ha tudjuk, hogy az egyenlő bánásmóddhoz és a személyi méltóságunkhoz jogunk van, melyet törvény is véd: „zaklatásnak minősül az az emberi méltóságot sértő szexuális vagy egyéb természetű magatartás, amely az érintett személynek a törvényben meghatározott védett tulajdonságával összefügg, és célja vagy hatása valamely személlyel szemben megfélemlítő, ellenséges, megalázó, megszegyenítő vagy támadó környezet kialakítása.” (2003 évi CXXV törvény).



Mit gondolsz, melyek lehetnek a védett tulajdonságok?

Minden, ami az emberi méltóságunkhoz tartozik, de különösen a családi állapot, az anyaság, apaság, kor, nemi identitás, vallási vagy politikai hovatartozás, nemzetiség, bőrszín, külső-és belső tulajdonságok, vagyoni helyzet stb. Így tehát akár a tudatos, akár a jópofáskodásnak szánt, folyamatos csipkelődés is jogsértő lehet, amely az áldozat számára egyáltalán nem olyan vicces.

Tipp

Brooks Gibbs munkájáról még több videót angol nyelven a szerző honlapján találsz:

<https://www.brooksgibbs.com/viralvideos>

Érdeemes megnézni egy magyar kisfilmet az iskolai zaklatásról, amely a Sokszínűség Oktatási Munkacsoport számára készült Te mit csinálnál címmel, a Pécsi Művészeti Gimnázium és Szakgimnázium diákjaival:

https://www.youtube.com/watch?v=0S_oCOEfpJQ (3:42)

H) Altruizmus



Miért van az, hogy egyesekre jobban jellemző az altruizmus, mint másokra?

Abigail Marsh, a Georgetowni Egyetem pszichológus-kutatóját a pszichopaták segítették abban, hogy megértse az önzetlenséget.

Nézzétek meg a 12 perces TED előadást és beszélgetőkörben dolgozzátok fel:

https://www.ted.com/talks/abigail_marshall_why_some_people_are_more_altruistic_than_others?referrer=playlist-inside_the_mind_of_psychopaths

Tipp

Angol, francia, olasz, spanyol szakosoknak pedig Erez Yoeli előadását is ajánld:

https://www.ted.com/talks/erez_yoeli_how_to_motivate_people_to_do_good_for_others

Idő: 5-10 perc /
beszélgetőtárs

Tantárgyi kapcsolódás:

bármely tanóra

Módszer, munkaforma:

pármunka

Eszközигény: -

Fontos! A program minden írott és szóbeli anyaga jogvédett! Az ebben a dokumentumban található anyagnak a felhasználása a foglalkozásokon kívüli más nyilvános eseményeken vagy továbbadása harmadik félnek kizárólag a Jobb Veled a Világ Alapítvány előzetes engedélyével lehetséges!



Jobb Veled a Világ
ALAPÍTVÁNY

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai/>