

***A gyalogos, kerékpáros, segédmotoros
kerékpárvezető és kerekes székes közúti
közlekedés szabályainak és viselkedési normáinak
oktatásához önállóan feldolgozható digitális
tartalom és módszertan az 5–12. évfolyamon
tanulók számára***



Tanári módszertani útmutató

Tartalom

A TANANYAG ÁLTALÁNOS BEMUTATÁSA	4
A tananyag általános jellemzése	4
Az új tartalom jellemzése	4
A tananyag beépítése a tanulás-tanítás folyamatába.....	5
A tananyag tartalma	5
Érdekes feladatok és elvégeztetésük módja	6
Kiemelt keresztkompetenciák: kommunikáció, helyzetfelismerés, önérvényesítés	8
Zárókör	8
Fontos tudnivalók az elektronikus tananyag feldolgozásához.....	9
1. FELSZÍVÓDIK VAGY FELSZÍVÓDSZ	10
A lecke szerkezete	10
A lecke céljai	10
Megtanítandó ismeretek.....	10
Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök	10
A lecke végén elvárt teljesítmény	11
Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés	11
Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez	11
Kalkulátor-ellenőrzés.....	11
Szervek szerepe – ellenőrzés.....	12
Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához.....	12
Az alkohol útja – játék	12
Végtelen másodperc	13
Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez	14
Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához.....	14
Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához.....	14
2. KÁBÍTÓSZEREK, ERŐS INGEREK HATÁSAI	15
A lecke szerkezete	15
A lecke céljai	15
Megtanítandó ismeretek.....	15

Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök	15
A lecke végén elvárt teljesítmény	15
Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés	16
Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez	17
Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához	17
3. TUDJ NEMET MONDANI	18
A lecke szerkezete	18
A lecke céljai	18
Megtanítandó ismeretek.....	18
Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök	18
A lecke végén elvárt teljesítmény	18
Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés	18
Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához	19
4. AKIK MÉGIS BEÜLTEK.....	21
A lecke szerkezete	21
A lecke céljai	21
Megtanítandó ismeretek.....	21
Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök	22
A lecke végén elvárt teljesítmény	22
Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés	22
Diszkóbaleset – szimuláció	22
Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez	23
Az interneten gyűjtött információk kiscsoportos feldolgozása	23
Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához	23
Kiállítás a poszterekből improvizációval	23

A TANANYAG ÁLTALÁNOS BEMUTATÁSA

Az alábbiakban javaslatokat fogalmazunk meg a Diszkóbalesetek című e-learninges tananyaghoz.

A tananyag általános jellemzése

Az iskola egyik fontos feladata, hogy olyan kompetenciákkal vértesse föl a tanulókat, amelyek felkészítenek a felnőtt lét szerepeire, amelyek birtokában felelősen, demokratikusan gondolkozó és tevékenykedő állampolgárokká váljanak. Olyan emberekké, akik képesek tudatosan megtervezni életpályájukat és életvitelüket, illetve egyéni érdekeiket és céljaikat össze tudják hangolni szűkebb-tágabb közösségük érdekeivel és céljaival.

A fentiek fontos feltétele

- a normaismeret-normakövetés és az együttműködési képesség megléte,
- az egészségvédelem,
- a reális helyzet- és önelemzés képességének,
- a problémamegoldási hajlandóság attitűdjének birtoklása.

Az új tartalom jellemzése

A Diszkóbalesetek című témakör feldolgozását jellemzik az alábbiak:

- életközeli,
- építhet a tanulók napi tapasztalataira.
- A tananyaggal való foglalkozás belátható, kézzel fogható célképzetet ad a tanulóknak.
- Olyan motivációs bázist biztosít, amely megfelelő keretet, illetve tartalmat ad a kulcskompetenciák fejlesztéséhez és az előzőekben már említett kiemelt fejlesztési feladatok megvalósításához.
- Tanítása ugyanakkor olyan ismeretekkel és viselkedésmintákkal is felruházhatja a tanulókat, amelyek szorosan kötődnek az emberi érintkezéshez, az etikus viselkedéshez, a jogkövető magatartáshoz.
- Alkalmas a tevékenység alapú módszerek alkalmazására, különös tekintettel a projektekre.
- Vertikálisan és horizontálisan is beépíthető a tanulási-tanítási tartalmakba, azaz végigvonulhat az érintett korosztályoknak szóló ismeretterjesztő, illetve tananyagai szinte valamennyi műveltségterületén.

A tananyag beépítése a tanulás-tanítás folyamatába

A digitális tananyagok felhasználásával kapcsolatban sokakban olyan tévhitek élnek, mint például, hogy

1. a tanulók teljes tanórán ülnek a monitorok mögött és feladatokat oldanak meg;
2. házi feladatként tesztekét csinálnak;
3. a tanár szerepe mellékessé válik.

A jelen tananyag pont azt igyekszik bebizonyítani, hogy a tanulási-tanítási folyamatba beépített e-learning képes fokozni a személyes kontaktussal megteremtett hatást, mert többszorosán közvetíti az információt, és a demonstrációk megsokszorozzák az emlékezetbe véshetőséget, az érzelmi azonosulást, ráadásul indirekt módon, azaz minden tanító célzatú magyarázatnál hatékonyabban.

A tananyag egy része kb. tanóránként 15 perc, digitálisan tanulandó, de ez csak

- elindítja,
- gyakoroltatja vagy
- ellenőrzi az ismeretelsajátítást.

A teljes tanítási-tanulási folyamat másik része a „hagyományos”, személyes tanítás-tanulás, ami jellemzően kooperatív kis csoportokban együttműködő technikákkal, sok beszélgetéssel, vitával, eszmecserevel zajlik.

A tananyag tartalma

A tananyag során a diákok a diszkóbalesetek okait és körülményeit ismerik meg. Cél a baleset megelőzés, hiszen a leginkább fenyegetett korosztályról van szó.

E tananyag feldolgozásánál akkor vagyunk sikeresek, ha a diákok nem csak kognitívan, hanem emocionálisan is közelebb jutnak a diszkóbalesetek okozta tragédiákhoz. Ennek számos módja van, például

- poszterkészítés,
- mozgásos gyakorlatok,
- zenehallgatás, pl. a Sziámi együttes Diszkóbaleset című számának lejátszása, és az azt követő beszélgetés, tapasztalatok gyűjtése,
- asszociációs játékok (mindenki befejezi az alábbi mondatot: Ha a dobhártyámat tépő kedvenc számom hirtelen megszakad, az olyan, mint....)

Természetesen ezek a gyakorlatok mindig a teljes tanítási-tanulási folyamatba ágyazottan jelenjenek meg, és kapcsolódjanak olyan elemekhez, amelyek egyben a kockázatok csökkentésére, a megelőzésre is utat mutatnak.

Érdekes feladatok és elvégzésük módja

Például poszterkészítésnél hívjuk föl külön a diákok figyelmét arra, hogy a poszteren szerepeljenek azok a közlekedési szabályok, amelyek be nem tartása a leggyakoribb oka a baleseteknek! A poszterek értékelésénél ügyeljünk, hogy inkább a pozitívumokat emeljük ki: hasonlítsuk össze azokat, melyik mire tette inkább a hangsúlyt, melyiknek mi az erőssége stb.

Érdeemes a négy szabálycsoportot kiemelni a KRESZ-ből, amelyeknek be nem tartása a legtöbb balesetet okozza (kanyarodás, előzés és kikerülés, sebesség, elsőbbség), majd az elsajátított szabályokat alkalmazva érdemes konkrét baleseti helyzeteket elemezni.

A szabálytanuláshoz érdemes motiváló helyzetet teremteni: a diákok kis csoportokban, mozaik-módszernek megfelelően – újabb csoportokat alkotva tanítsák meg egymásnak a szabályokat. A tanultakat számítógépes KRESZ-tesztek megoldásával ellenőrizhetik.

A közlekedési balesetek leggyakoribb okai között a statisztikák szerint az alábbiak szerepelnek:

- alkoholfogyasztás,
- a kanyarodásra vonatkozó szabályok be nem tartása,
- az elsőbbségadásra vonatkozó szabályok be nem tartása,
- sebességkorlátozások be nem tartása,
- az előzésre vonatkozó szabályok mellőzése.

Amennyiben önálló munkában kapnak a tanulók keresési feladatot a témával kapcsolatban, ellenőrizzük a csoportokat még a munkájuk elején, hogy valóban megfelelő oldalt találtak-e például a hatályos jogszabályokról, nehogy rossz forrás alapján dolgozzanak!

A diákok szükség esetén a megoldáshoz használhatják a KRESZ vonatkozó szabályait, de dolgozhatnak emlékezetből is.

Feladatírás

A csoportok feladata, hogy a látottakhoz hasonlóan írjanak le egy közlekedési szituációt, amelyről a többieknek majd el kell tudni dönteni, hogy az adott helyzetben a közlekedés mely szereplőjének van igaza.

- A rendelkezésre álló időtől függően a csoportok egyesével felolvassák feladványukat, és minden csoport megoldja minden csoport feladványát, vagy minden csoport írásban a tőle jobbra lévő csoportnak adja a feladványt, így mindenki csak egyet old meg. A megoldásokat a feladatot alkotó csoport értékeli.
- A tanulóknak le kell írni egy közlekedési balesetet, amelyben – első pillantásra – legalább két, az már tanult KRESZ-szabály közül nem egyértelmű, hogy melyik érvényesül, így nem egyértelmű, hogy ki a vétkes. Tapasztalat szerint a feladatalkotás mindig ösztönző a diákok számára. Ha a feladatnak az itt megadott típusa nehéz a tanulócsoport számára, úgy egyszerű tesztfeladatok alkotására is kérhetjük őket.

Tapasztalatokhoz, érzelmekhez való visszacsatolás

Megkérjük a diákokat, hogy helyezkedjenek el kényelmesen, és kövessék az instrukcióinkat. Nyugodt hangon, lassan felolvassuk az alábbiakat:

Emlékezz vissza egy olyan élményre, ahol rosszul érezted magad: amikor tudtad, érezted, hogy nem szabadna azt csinálni, amit csinálsz, mégsem változtattál. Nem volt merszed elutasítani a helyzetet, kilépni belőle. Amikor egyszerűbbnek tűnt félni, szorongani vagy rosszul érezni magad valami miatt, mint tenni azért, hogy kikerülj a helyzetből. Lehet, hogy ez az érzés valamilyen veszélyhelyzetben ragadott magával, például egy autóban; de az is lehet, hogy egyszerűen csak elvállaltál valamit, amit nem is akartál, és túlzottan nagy tehernek érezted. Mindegy is, csak az érzést próbáld meg előidézni: pontosan látod, hogy nem jó neked, de nem teszel ellene. Most maradj annál az élményednél, ami először jutott eszedbe. Idézd fel minden elemét: kik voltak veled, mi történt, mit éreztél, mit szerettél volna mondani, mit szerettél volna tenni, mi akadályozott meg ebben. Most gondolatban változtasd meg a szituációt, változtasd meg a múltat: Képzeld el, hogy megteszed, amit akkor nem tettél. Figyeld meg, milyen érzéseid vannak. Ha látod azt a megváltozott helyzetet, lassan térj vissza a terembe.

Megosztás: a tapasztaltakat megbeszéljük az alábbi kérdések mentén:

- Ki milyen esetet idézett fel?
- Kinek sikerült megváltoztatnia az eredeti kommunikációját és hogyan?
- A megváltoztatott helyzet milyen érzést keltett abban, aki érzéseivel összhangban cselekedett, és vajon milyen benyomást keltett volna a szituáció többi résztvevőjében?
- Csoportos imagináció

A feladatot lehet szabályosan, egy lazító gyakorlattal kezdeni (Arra kérjük a diákokat, hogy lélegezzenek egyenletesen, és lazítsák el egyesével testrészeiket, amelyeket sorolunk

segítségként.). Az itt ismertetett verzióban még azt sem kértük, hogy csukják be a diákok szemüket, mert az ilyen gyakorlathoz nem szokott tanulócsoport számára az túlon túl idegen helyzet volna. A leírt szituációt, az élmény felidézését érdemes lassan, nyugodtan, hangunkkal nyugalmat árasztva felolvasni, a mondatok között szüneteket tartani, hogy a diákoknak valóban legyen idejük a teljes felidezésre.

A diákokkal közösen az előző gyakorlat élményeiből összegyűrünk egy olyan reális közlekedési szituációt, amelyben a főszereplő rosszul érzi magát (mert pl. ittas társa autójában ül; mert stoppolt, és a sofőr eszeveszetten vezet (pl., hogy megmutassa, milyen klassz srác); mert az autóban kisgyerek van szabálytalanul, gyerekülés nélkül stb.) A lényeg, hogy olyan reális helyzetet találjunk, amely a diákok számára ismerős, és hangulatában hasonlít az előző feladatban felidézett élményhez. Jó, ha a jelenet minél több szereplős.

Kiemelt keresztkompetenciák: kommunikáció, helyzetfelismerés, önérvényesítés

A balesetek megelőzése érdekében fontos, hogy a tanulók képesek legyenek az általuk felismert balesetveszélyes helyzetben az érdekérvényesítő kommunikációra, vagy ismerjék legalább fel annak szükségességét. Mivel a diszkóbalesetek áldozatai többnyire éppen a vonatkozó korosztályból kerülnek ki, így fontosnak gondolunk legalább egy 2x45 perces szituációs játék keretében elgondolkodtatni a tanulókat a lehetséges kommunikációs stratégiájuk kialakításának lehetőségéről.

Ezért felidéztetünk velük egy olyan (lehetőleg közlekedési) helyzetet, amelyben féltek, rosszul érezték magukat, de nem merték mondani. Majd a felidézett történetekből a tanulócsoport osszerak közösen egy tipikusnak mondható történetet, amelyet eljátszik – bizonyos, az útmutatóban leírt technikák segítségével –, megoldásokat keresve arra, hogyan lehet őszintén, tisztán, nevetségessé nem válva a helyzetben kimondani, hogy az adott szituáció (pl. ittas sofőr, gyorsajtás, szándékos szabálytalankodás stb.) vállalhatatlan. Végül, a közösen létrehozott megoldásokat a tanulócsoport értelmezi, és általánosítja – ezzel az asszertív kommunikáció általános jelentőségét megértve.

Zárókör

Egy-egy lecke végén kezdeményezzünk közös beszélgetést! Például:

Visszajelzés a közös tanulásról:

- Kinek mi volt a legemlékezetesebb, legjobb élménye arról, amikor egy társa tanította?
- Mi volt a legmeglepőbb jogszabály?
- Ki mennyire találta hasznosnak a közös tanulást?

- Tudták-e jól alkalmazni a lejegyzeteket a tesztek kitöltésekor?

Visszajelzés a tesztekéről:

- Volt-e valamilyen kérdés, amelyre nem értették, hogy miért az a helyes válasz, amit a rendszer megjelölt?
- Van-e valami, a szabályokra vonatkozó kérdés?
- Ki mennyire elégedett a teszten elért eredményével?

Fontos tudnivalók az elektronikus tananyag feldolgozásához

A tananyag feldolgozásának megkezdése előtt ajánlott a tananyag működését bemutató mini tananyag elvégzése. Ennek segítségével a tanuló az ismeretszerzés során biztosan tájékozódik majd az elektronikus felületen, megtekinti a tananyag egész tartalmát, kihasználja az e-learning adta lehetőségeket.

1. FELSZÍVÓDIK VAGY FELSZÍVÓDSZ

A lecke szerkezete

- 1.1. Felszívódik, vagy felszívódsz
- 1.2. Az alkohol felszívódásának ideje
- 1.3. Mitől függ az alkohol teljes lebontásának
- 1.4. Az alkohol útja
- 1.5. Az alkohol hatása az agyra
- 1.6. Az alkohol hatása a szervezetre
- 1.7. Bódultan a volánnál
- 1.8. Zéró tolerancia
- 1.9. Felszívódik vagy felszívódsz összefoglalás

A lecke céljai

A lecke fő célja, hogy „prédikáció” nélkül – tényekre alapozva – bemutassa az alkohol szervezetre gyakorolt hatását, eloszlassa azokat a tévhiteket, amelyek gyakran

- a felszívódás gyorsaságával kapcsolatosak,
- a hatást bagatellizálják,
- a kockázatvállaló hajlandóságot a „velem ilyen úgysem történhet” érzésére alapozzák.

Megtanítandó ismeretek

Az alkohol felszívódása és lebontása:

- a felszívódás és lebontás helye a testben,
- hatása az agyterületekre,
- agyterületek és vezetési készségek viszonya,
- a véralkoholszint számítása, a lebontás idejének számítása.

Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök

Konkretizáció, analógia felismerése, szabályalkotás, összefüggések felismerése, összehasonlítás, becslés, képi gondolkodás, empátia

A lecke végén elvárt teljesítmény

A tanuló legyen tisztában azzal, hogy

- az alkohol hogyan kerül a véráramba,
- milyen hatással van az agyra,
- honnan tudható a teljes kiürülés ideje.

Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés

Az önálló munka előkészítéseként a tanár kijelöl néhány méternyi egyenest a teremben (pl. madzaggal, krétával) majd arra kér önként jelentkező a diákokat, hogy „simizzenek” párban: azaz forgassák meg egymást alaposan. (Minden pár pontosan ugyanannyi ideig forogjon.) Amikor egy pár megforgatta egymást, a kijelölt egyenesen végig kell haladnia az egyik félnek, majd a vonal végén fél lábon állnia.

A feladatot nem végző diákok ezalatt mérik az időt: kinek mennyi idő alatt tér vissza az egyensúlyérzéke. Megfigyelhetik azt is (egyéb feladatok elvégzésével), hogy az egyensúlyérzéken (térbeli dezorientáció) kívül más képessége csökken-e (látás, hallás, gondolkodás, beszéd) az elszedült társuknak.

A mérések elvégzése után a tanár felhívja a figyelmet, hogy az alkohol hatásairól tanulhatnak a tanulók az e-learninges tananyag segítségével: a hatásmechanizmusról, az agyra tett hatásairól, a képességek romlásáról, a felszívódás és lebontás idejének paramétereiről.

Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez

Kalkulátor-ellenőrzés

A diákok az interneten talált véralkoholszint-számítást segítő kalkulátorokat versenyeztetik az alábbi kérdések alapján:

1. Hány paraméter alapján számít a kalkulátor? (minél több, annál jobb)
2. Milyen oldalon volt a kalkulátor? (orvosi, ismeretterjesztő, ismert autósiskola, ismeretlen autósiskola stb.) Melyik oldal a hiteles?
3. Mennyire egyszerű a használata a kalkulátornak (sok klikkeléssel érhető csak el, használata korlátokhoz kötött, be kell gépelni az adatokat, gördülőszávból kell választani, nehezen áttekinthető stb.)

A kérdések mentén a tanulók kiválasztják, hogy ki találta a legjobb kalkulátort.

Szervek szerepe – ellenőrzés

A táblára a tanár felírja, hogy *Felszívódás, lebontás* majd egyesével kimennek a diákok, és felírnak egy-egy számukra leginkább meglepő információt a tananyagból. Ha felkerült 10-15 ötlet a táblára, a tanár arra kéri a diákokat, hogy mindenki értékelje ezeket az információkat: tegyen azok mellé egy vonást, amelyet a leghasznosabbnak tartott, de legfeljebb két vonást tehet a táblára. Ha csak egy információt tartott hasznosnak, akkor egy információ mellé is tehet két vonást. A táblán végül egyértelműen látható lesz, mi a legfontosabb a csoport számára a tanultak közül

Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához

Az alkohol útja – játék

Verzió 1. – dramatikus feldolgozás

A diákok megkapják az alábbi kártyákat, amelyeken az egyes szervek felszívódásban illetve alkohol lebontásban betöltött szerepe olvasható:

- szájüreg: a száj nyálkahártyáján keresztül felszívódik az alkohol 2%-a
- gyomor: nyálkahártyáján keresztül az alkohol kb. 20 %-a szívódik fel
- belek: a vékonybélén keresztül az alkohol kb 80%-a szívódik fel
- véráram: A szájüreg, a gyomor és a belek nyálkahártyáján keresztül az alkohol bejut a véráramba, ahol széteszik a testben, feloldódik a vérben és bejut a test minden szövetének sejtanyagába.
- máj: Az alkohol a szervezet számára mérgező, lebontását több fronton végzi a szervezet. A testbe jutó alkohol mintegy 90%-ától a májunk szabadul meg.
- vese: AZ alkohol a szervezet számára mérgező, lebontását több fronton végzi a szervezet. Az alkohol mintegy 2%-a a vizelettel választódik ki.
- tüdő: Az alkohol a szervezet számára mérgező, lebontását több fronton végzi a szervezet. A kilélegzett levegővel az alkohol 5%-a is távozik.

A kártyák kiosztása után a tanár arra kéri a tanulókat, hogy alkossanak egy mozgó szoborcsoportot: sorra ki-ki jelenítse meg a kártyán lévő szervet, és kapcsolódjon a többiekhez: egy-egy mozdulattal, miközben egyes szám első személyben bemutatja magát. (pl. hatalmas lélegzetekkel: én vagyok a tüdő, biztosítom, hogy mindenki megérezze, hogy ittál; vagy én vagyok a máj, elpusztítom minden erőmmel az alkoholt, stb.)

Ha összeállt a szoborcsoport, az emberi test, a nézők közül valaki elindulhat az alkohol útján, megtapasztalhatja, mi történik vele.

Verzió 2. – vizualizálás

Egy csomagolópapírt a földre terít a tanár, és egy önként jelentkezőt körberajzolnak a diákok. Ezután kiscsoportokban megkapják a fenti leírásokat: minden csoport egy szervet. Az adott szervet le kell rajzolni, kiszínezni és kivágni a csomagolópapíron szereplő emberhez illő méretben, méretarányosan. Mindeközben kitalálni, hogy az adott szervnek mi lehet a gondolata (ami később gondolatbuborékba majd beírható, tehát egy-két mondatnyi).

Ha elkészültek a szervek, a csoportok egyesével felragasztják a csomagolópapírra a megfelelő helyre, majd a mindegyik mellé nagy gondolatbuborékot rajzolnak, amelybe beírják az adott szerv üzenetét. Végezetül berajzolják az alkohol útját. Az elkészült plakát a falra kerülhet.

Egyéb javaslatok – szülői házzal való együttműködés, kirándulás, egyéb szabadidős tevékenységek:

Mivel a véralkoholszintről informáló kalkulátorok használata nem eléggé elterjedt, érdemes lehet a diákokat azok terjesztésére sarkallni: kitalálni közösen egy olyan pontozási rendszert, amely jutalmazza, ha valakinek sikerül rávennie egy ismerősét, rokonát a kalkulátor használatára.

Lehet például készíteni egy táblázatot, amelyen szerepel mindenki neve, és amelyen időről időre jelezzük, ha valaki rávette egy ismerősét a kalkulátor használatára. Akinek volt ilyen esete, elmeséli a többieknek, akik eldöntik, hogy az adott eset hány pontot ér. Pl. 1 pontot érhet, ha együttműködött az illető, és rögtön használatba vette a kalkulátort, 2 pontot érhet, ha kapacitálni kellett, mert fölöslegesnek tartotta és plusz egy pont járhat, ha mobiljára letöltötte vagy könyvjelzőbe betette. A verseny idejét érdemes behatárolni.

Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés:

Végtelen másodperc

A tanulók leírnak egy fiktív gondolatsort (5-6 mondatban), ami egy vezető agyában mehet végbe, ha meglát egy hirtelen az úttestre lépő gyalogost. Néhány szöveg felolvasása után a diákok kiválasztanak egy szöveget (szavazással).

Jelentkező, szerepelni vágyó öt diák húz az alábbi instrukciók közül egyet-egyét, és annak megfelelően olvassa majd fel ugyanazt a szöveget. A többi diák megpróbálja kitalálni, mi a történet (lesz baleset vagy sem, józan-e a vezető vagy sem stb.).

Kihúzandó instrukciók:

- a) A történetet álmosan olvasd fel!
- b) A történetet éberén, olvasd fel, mintha a barátaidnak mintegy izgalmas sztorit mesélnéd!
- c) A történetet zavartan olvasd fel!
- d) A történetet úgy olvasd fel, mintha épphogy megúszott baleset után szívdobogva hívnád a barátodat!
- e) A történetet úgy olvasd fel, mint a egy lassított filmben lennél!

Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez

Hogyan szokták a részeket megjeleníteni?

A csoport közösen gyűjtse össze, hogy milyen tipikus ismertetőjegyekkel szokás a részeket megjeleníteni (rajzon, színpadon). Miután legalább öt jegy összegyűlt (pl. tántorgás, csuklás, csillagok látása, kettős látás, hangos éneklés, a hang elváltozása), a csoport válassza ki azokat, amelyek befolyással vannak a járművezetésre, és a tanultak alapján magyarázza meg azokat!

Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához

Kinek az élete?

A tanár kitesz az osztályterem közepére egy üres széket, mögé áll, és azt mondja: „Ő XY. 20 éves korában ittasan halálos balesetet okozott. Ez 10 éve volt, sokszorosan megbűnhődött, de máig nem képes fölvennie az élete fonalát.”

A közepén álló szék elé ki lehet menni, és két típusú mondatot mondani: „*Sajnállok, mert...*” illetve „*Nem sajnállak, mert...*” A tanár mintaként, vagy a fantázia felébresztésére néhány ötletet maga is mondhat. Fontos, hogy akárki szólal meg, álljon a szék elé, és egyes szám első személyben beszéljen.

Előtte – utána

A tanár elmeséli a fenti szituációt, a diákok valamilyen módon egy képen ábrázolják a hangulatot (csak színekkel pl.), amikor a sofőr még mit sem sejtve száguldott. Egy másik képen a baleset utáni hangulatot jelenítik meg.

Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához

A témakör az etika, biológia, kémia, osztályfőnöki órák kerettantervi tartalmaiba illeszkedik leginkább.

2. KÁBÍTÓSZEREK, ERŐS INGEREK HATÁSAI

A lecke szerkezete

2.1 Kábítószer, erős ingerek hatásai

2.2 Bevett mennyiségek és hatásuk

2.3 Drogok

2.4 Dizájn drogok hatása

2.5 Fények és hangok

2.6 Összefoglalás

A lecke céljai

A lecke fő célja, hogy bemutassa a drogok és egyéb erős hang, illetve fényingerek – szervezetre és a vezetésre – gyakorolt hatását. Beláttassa, hogy a felbátorodás, a kockázatvállaló hajlandóság megnövekedésével egyenes arányban nő a veszélyeztettség és a veszélyeztetés kockázata.

Megtanítandó ismeretek

A drogok felszívódása és lebontása:

- a drogok fajtái, dizájn drogok,
- az erős ingerek hatása az agyterületekre.

Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök

Konkretizáció, analógia felismerése, szabályalkotás, összefüggések felismerése, összehasonlítás, becslés, képi gondolkodás, empátia

A lecke végén elvárt teljesítmény

A tanuló legyen tisztában azzal, hogy

- a drogok, a fokozott hang és fényingerek csökkentik, illetve torzítják a helyzetértékelés képességét. Ezáltal komoly baleseti rizikót jelentenek.

Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés

Beszélgetőkör

Érdekes beszélgetőkörrel indítani a témát. Érzékeny terület, ami önmagában is komoly erkölcsi dilemma elé állíthatja bizonyos esetekben a tanárt. Például hogy kezelje, ha egy diákja megosztja vele a droggal kapcsolatos tapasztalatait. A beszélgetés kezdődhet a meglévő ismeretek előhívásával: mit tudnak a diákok az egyes drogok hatásáról. Vagy milyen érzéseket vált ki belőlük az elektronikus zene, a stroboszkóp.

Indíthatunk a következő cikk vagy hasonló írás elolvastatásával:

VEZETÉS DROGOK HATÁSA ALATT

Számos gyógyszer hatása alatt veszélyes vezetni, még akkor is, hogyha az orvos írta fel őket. Bizonyos fájdalomcsillapítók, nyugtatók, extrém álmoságot, vagy szédülést okozhatnak. Ezek nagy mértékben gátolhatnak minket, mert eme szerek hatása alatt nem tudjuk tisztán meghatározni a távolságokat, és a forgalmi helyzeteket.

- A marihuána egy erősen hallucinogén anyag, és vezetés közbeni fogyasztása – habár megnyugtathatja a vezetőt – megváltoztatja az ítélőképességünket, ami balesetekhez, sérülésekhez vezethet.
- Az izgatószer, mint például a crack, kokain és metamfetaminok, szintén befolyásolják a vezetőt. Ezeknek a drogoknak a hatása alatt a tárgyak homályosnak, vagy feltűnőnek tűnhetnek. Ha ilyen szerek befolyása alatt állsz egy baleset során, valószínű hogy le is fognak tartóztatni.
- Bizonyos gyógyszereknek van egy időkeretük, mialatt kifejtik tudatmódosító hatásuk. Számos fájdalomcsillapító, mint például az oxycodone a bevétel után 30 perc múlva fejti ki teljes hatását. Ez azért veszélyes, mert a vezető nem tudhatja, hogy a gyógyszer mikor kezdi el befolyásolni a vezetési képességeit.

Egyes szerek hatásai már öt percen belül jelentkeznek, ilyen például a marihuána is. Az izgatószerknél a hatás szinte azonnali, ezek a drogok 5 percen belül kifejtik teljes hatásukat, melyek akár 6-5 óráig is tarthatnak mennyiségtől függően.

Ha egy ellenőrzés során kiderül, hogy a sofőr illegális anyagok hatása alatt áll, a vezető komoly vádakkal nézhet szembe, ráadásul könnyen a jogosítványába is kerülhet, bizonyos szereknél szabadságvesztéssel is sújtható. A biztosítások zöme nem nyújt támogatást akkor, hogyha a vezető drogok befolyása alatt áll.

Ha a vezető drogok befolyása alatt áll, például könnyen eltévedhet vagy a vezető ilyen állapotban könnyedén kárt tehet az autóban. Sok vezető azt hiszi magáról, hogy ő jól vezet. Ez lehet, hogy így is van, csak éppen azt felejtjük el, hogy nem az a jó vezető, aki nem követ el hibát, hanem az, aki ki tudja védeni a másik hibáját.

Gondoljon bele abba is, milyen teherként nehezedik annak lelkére ártatlanok élete, illetve nyomorékká válása, aki balesetet okoz, és miközben esetleg saját maga nem, vagy csak alig sérül meg, akivel ütközött, az már nem ér haza.

Forrás: Jelen cikk a Szegedi Közlekedési Kft.. TÁMOP -6.1.2-11/1-2012-0435 pályázat keretében oktató jelleggel készült

Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez

Prezentáció

A témát kooperatív kis csoportokban, projektfeladatként is érdemes feldolgozni. Egy-egy csoport a probléma különböző vetületeit vizsgálja, majd tartson prezentációt. Például az egyes drogok vezetésre gyakorolt hatásáról, a baleseti statisztikákból, a következményekből. Ezután otthoni feladatként oldhatják meg a tanulók a digitális feladatokat.

A projektprezentációk a digitális tananyag megoldását követő ellenőrző-értékelő megbeszélés után kerülhetnek sorra.

Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához

A témakör az etika, biológia, kémia, osztályfőnöki órák kerettantervi tartalmaiba illeszkedik leginkább.

3. TUDJ NEMET MONDANI

A lecke szerkezete

3. Tudj nemet mondani

3.1 Tudj nemet mondani!

3.2 Hová vezet?

3.3 Asszertív kommunikáció

3.4 Hogyan mondjam, hogy NEM?

3.5 Ha nemet mondtál

3.6 Tudj nemet mondani összefoglalás

A lecke céljai

A lecke fő célja, hogy bemutassa a hiteles kommunikáció eszközeit, és belátassa a tanulókkal, hogy a megfelelő felelősségvállalás segít a balesetek megelőzésében.

Megtanítandó ismeretek

Tudj nemet mondani:

- az asszertív kommunikáció eszközei
- alternatív lehetőségek a biztonságos hazajutásra

Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök

Empátia, asszertivitás, kommunikáció

A lecke végén elvárt teljesítmény

A tanuló hitelesen, önmaga és a másik számára is elfogadhatóan tud ellenállni a csoportnyomásnak.

Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés

Saját tapasztalatok felidézése

A tanár arra kéri a diákokat, hogy helyezkedjenek el kényelmesen a székükön, és pontról pontra kövessék (akár csukott szemmel) az instrukcióit, majd nyugodt hangon, lassan felolvassa az alábbi szöveget:

Emlékezz vissza egy olyan élményre, ahol rosszul érezted magad: amikor tudtad, érezted, hogy nem szabadna azt csinálni, amit csinálsz, mégsem változtattál. Nem volt merszed elutasítani a helyzetet, kilépni belőle. Amikor egyszerűbbnek tűnt félni, szorongani vagy rosszul érezni magad valami miatt, mint tenni azért, hogy kikerülj a helyzetből. Lehet, hogy ez az érzés valamilyen veszélyhelyzetben ragadott magával, például egy autóban; de az is lehet, hogy egyszerűen csak elvállaltál valamit, amit nem is akartál, és túlzottan nagy tehernek érezted. Mindegy is, csak az érzést próbáld meg előidézni: pontosan látod, hogy nem jó neked, de nem teszel ellene. Most maradj annál az élményednél, ami először jutott eszedbe. Idézd fel minden elemét: kik voltak veled, mi történt, mit éreztél, mit szerettél volna mondani, mit szerettél volna tenni, mi akadályozott meg ebben. Most gondolatban változtasd meg a szituációt, változtasd meg a múltat: Képzeld el, hogy megteszed, amit akkor nem tettél: mit mondasz? mit csinálsz? milyennek látod magad így, amikor kiállsz magadért? Figyeld meg, milyen érzéseid vannak. Ha látod azt a megváltozott helyzetet, lassan térj vissza a terembe.

A gyakorlat végén következik a közös megbeszélés (amihez érdemes a székeket körbe rakni a teremben), az alábbi kérdések mentén:

- Milyen esetet idéztél fel? (csak az válaszoljon, akinek kedve van)
- Kinek sikerült megváltoztatnia az eredeti helyzetet? Milyen érzés volt az eredeti szituációban lenni, és milyen érzés volt az újban?

Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához

Kiállok magamért! Kommunikációs gyakorlat a nemet mondásra

1. A diákok a ráhangolódó gyakorlat után közösen kitalálnak egy olyan reális közlekedési szituációt, ami akár megtörténhetne bármelyikükkel. A lényeg, hogy olyan legyen a történet, ahol a főszereplő rosszul érzi magát (mert pl. ittas társa autójában ül; mert stoppolt, és a sofőr eszeveszetten vezet (pl., hogy megmutassa, milyen klassz srác); mert az autóban kisgyerek van szabálytalanul, gyerekülés nélkül stb.) A lényeg, hogy olyan reális helyzetet találjanak, amely a diákok számára ismerős, és hangulatában hasonlít az előző feladatban felidézett élményhez. Jó, ha a jelenet minél több szereplős.
2. Ha megvan a történet, a tanár kialakít egy színpadot, és megkéri a diákokat, hogy jelentkezzenek szerepre: lehet utasnak, sofőrnek jelentkezni, de lehet bármely, a

- szituáció szempontjából fontos tárgynak (kormány, gázpedál, üvöltő zene, közlekedési lámpa stb.) is jelentkezni.
3. A szereplők sorra felmennek a színpadra, és bemutatkoznak, és mintegy szoborként belépnek a helyzetbe. Bemutatkozásukat kérdésekkel segítjük. Pl.:
 - Te ki vagy?
 - Én vagyok a kormánykerék.
 - Mióta vagy a sofőr kezében?
 - Ja, nem régen, most kapott a szüleitől.
 - És hogyan is vagy Te ezzel a sofőrrel? Milyen a viszonyotok? Szereted, ahogyan vezet?
 - Egész jóban vagyunk, de ha felvesz egy stoppos lányt, mint ahogyan most is, mindig összevissza rángat, amit ki nem állhatok.
 - Mondd meg ezt neki, kérlek, amikor zavar, hogy rángat!
 4. Amikor az összes szereplő felkerült a színpadra, és mindenkinek van egy – egy üzenete a másik felé, elindítjuk spontán a jelenetet. Megkérjük a szereplőket, hogy játsszák el úgy, ahogyan akarják, a lényeg, hogy a főszereplő egyelőre ne merje kimondani az érzéseit, érvényesíteni az akaratát. Hagyjuk a jelenetet fejlődni, majd vagy játszassuk újra, vagy rögtön az első verziónál álljunk a főszereplő mellé a jelenet csúcspontján (akkor, amikor a legnyomasztóbbnak érezheti a helyzetet), és állítsuk le a jelenetet.
 5. Kérdezzük meg, mit érez. Amikor kimond egy érzést, azt önálló szereplőként hozzuk be a színpadra. Pl.: vágyat, hogy rákiabáljak; halálfélelmet; nevetségesség érzését stb. Minden egyes érzést a fentiekhez hasonlóan meginterjúvolunk. Pl.:
 - Ki vagy?
 - Én vagyok a nevetségesség érzése.
 - Mit keresel most itt?
 - Előjöttem, mert ez a béna itt szerencsétlenül ül, és fél, ahelyett, hogy élvezné, hogy milyen menő pasi vette fel.
 - Mit üzensz „ennek a bénának”?
 - Nyomorult nevetségés vagy, mit parázol itt, mint egy szerencsétlen béka a lapulevelek közt?!
 6. Miután különböző érzéseket megjelenítettük, újrajátszatjuk a jelenetet, immár az érzések szereplésével is.
 7. A jelenet után a csoporthoz fordulunk, és megkérdezzük, mit lehetne mondani, tenni a főszereplő helyében, hogy ez a rossz érzés elmúljon.
 8. Akinek van ötlete, az beléphet a főszereplő helyébe, és kipróbálhatja (rászólhat a sofőrre, megkérheti, hogy álljon meg stb.). A különböző ötleteket többen is próbálják ki (az eredeti főszereplő is). Ügyeljünk arra, hogy minél több ötlet hangozzon el, és az

ötletek után minél többen kipróbálhassák azt a verziót, ami számára hiteles. Segítsünk megtalálni a megfelelő mondatokat, a megfelelő hangsúlyt!

9. Állítsuk le az ötletelést, amikor valaki úgy érzi, hogy rátalált a saját mondatára (pl.: Figyelj, ez így nekem nem tetszik, állj meg kérlek.). Ekkor adjunk lehetőséget a másik szerepből is meghallgatni a saját verzióját, azaz üljön be ő a sofőr szerepébe, és hallgassa meg onnan a saját mondatát. (ilyenkor valaki beugrik a főszereplő helyére, és megismétli az adott mondatot, hanglejtést, mozdulatot) Ha mindkét szerepből elégedett a mondatával, akkor engedjük csak el.
10. Figyeljünk arra, hogy minél többen valóban megtalálják a saját hiteles verziójukat.
11. Élmények megbeszélése az alábbi kérdések mentén:
 - Ki érzi úgy, hogy most már meg tudna oldani egy hasonló szituációt?
 - Milyen hasonló, hétköznapi helyzetek adódnak, ahol lehet gyakorolni az asszertív kommunikációt?
 - Mi volt a legmeglepőbb tapasztalat a játék során?

4. AKIK MÉGIS BEÜLTEK

A lecke szerkezete

- 4.1 Akik mégis beültek
- 4.2 A diszkóbaleset fogalma
- 4.4 Mi vezethet a diszkóbalesethez
- 4.5 Hányan ülnek az autóban?
- 4.7 A balesetek
- 4.8 Akik mégis beültek – összefoglalás

A lecke céljai

A lecke fő célja, hogy statisztikákkal rávilágítson a felelőtlen magatartás következményeire. A legfőbb baleseti okok és a különböző passzív biztonsági eszközök bemutatásával felhívja a figyelmet a veszélyekre.

Megtanítandó ismeretek

A diszkóbalesetek:

- a fogalom meghatározása
- statisztikák
- a leggyakrabban előforduló okok
- a passzív biztonsági eszközök használata

Fejlesztendő készségek, képességek, kompetenciák, attitűdök

Empátia, adatgyűjtés, prezentációs készség, információkezelés, összefüggések felismerése, érvelés

A lecke végén elvárt teljesítmény

A tanuló baleseti adatokat, statisztikákat értelmez, és érvrendszerrel rendelkezik a diszkóbalesetek megelőzésére.

Javaslatok az önálló munka előkészítéséhez, ráhangolás, figyelemfelkeltés

Diszkóbaleset – szimuláció

A feladat célja, hogy létrehozza a közös extázis hirtelen megszakadásának élményét, azaz szimuláljon egy diszkóbaleset-szerű tragédiát.

A tanár irányításával a diákok az alábbi gyakorlatot végzik:

1. Sétálni kezdenek a teremben, miközben megkérjük őket, hogy képzeljenek el egy olyan helyzetet, amikor kisebb – nagyobb csoportban igazán felszabadultan érezték magukat: Éljék át gondolatban azt az élményt, figyeljenek, mit éreztek, milyennek látták a világot abban a hangulatban stb.
2. Amikor mindenki felidézett egy ilyen élményt, a diákok megfogják egymás kezét, és kihúzzák a kört olyan tágra, amilyenre csak tudják, majd összetömörülnek, mintha meggyek lennének egy befőttés üvegben.
3. Így, összetömörülve egyre erősödő lábdobogással és tapssal kísérve felidézik azt élményüket, amikor szinte extatikusán jól érezték magukat: elkezdenek közösen halkán dobogni és tapsolni, majd egyre hangosabbak, fülsüketítőek, de egy megadott jelre (sípszó, tanári kézfelemelés, egy a játékból kimaradó társuk közójük rohanása stb.) hirtelen, egyszerre abbahagyják.
4. Ismételjük addig a gyakorlatot, amíg elég hatásos nem lesz, azaz, amíg nem sikerül egyszerre hirtelen csöndet teremteni, vagy amíg úgy érezzük, az extázis hirtelen megszűnése megfelelően sokkoló nem lett.

5. Visszajelzés: helyben, még állva aki akarja, elmondhatja, hogy milyen érzés volt a játékban részt venni, mit tapasztalt meg.

Javaslatok az önálló munka elvégzésének segítéséhez, ellenőrzéséhez

Az interneten gyűjtött információk kiscsoportos feldolgozása

4-5 fős csoportokat alkotva a diákok megterveznek és elkészítenek az egyéni munkában gyűjtött információkból egy hatásos posztert, amely a szemléltetés és elrettentés célját egyszerre szolgálja. Az adatok tárlásának tehát mind vizuálisan mind tartalmilag érzelmi mozgósító erővel kell bírniuk.

A posztert az egyéni munkában szerzett tudás alapján tervezik a tanulók: az adatgyűjtést, a retorikai fogásokat, a poszterkészítés mikéntjét.

Az óra levezetéséhez csomagolópapírra, filckre, festékekre, képekre, ragasztókra, ollókra van szükség.

Javaslatok a témakör tanórai-tantárgyi kapcsolhatóságához

Kiállítás a poszterekből improvizációval

Az egyéni munka összegzéseként elkészült posztereket kiragasztjuk körben a tanterem falára. A diákok mintegy kiállítást, végignézik, majd

- egy (vagy több) önként jelentkező diák tárlatvezetést tart
 - vizuális tárgyként kezelve a posztereket (melyiknek mit sugall a színvilága, a szöveg – kép aránya, elhelyezése, figuratív volta stb)
 - a vélt alkotói szándékokat összehasonlítva és elemezve
 - a poszteren szereplő információkat összevetve (melyik milyen adatot ragad ki, mi annak a hatása, helyes-e az adat stb.)
- a diákok választanak: mindenki amellé a poszter mellé áll, amelyik neki a legjobban tetszik. A választás után ki-ki elmondja, mi áll a döntése hátterében
- rendőrségi rendezvényest játszva egy diák előadást tart egy választott poszter mellé állva a diszkóbalesetekről. Az előadás közösen is létrehozható: az előadást megkezdi valaki, és egy-egy mondat után mindig más áll az előadói pozícióba. AZ előadás végén közös megbeszélés, hogy mennyire sikerült hatásosra. Esetleg a tapasztalatok tükrében újra lehet próbálkozni.