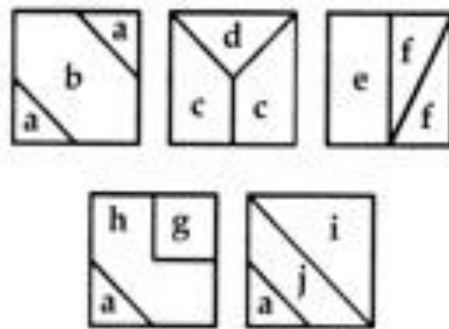


ERASMUS+ 2022-23.

Jó gyakorlat gyűjtemény

Fucskó Anna - Barcelona	
1. Két igazság – egy hazugság	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, Körben ülünk a csoporttal. A cél, hogy adott idő alatt minél többet tudjunk meg a másiktól. Kellékek: Post-it és ceruza, tábla Leírás Minden csapattag írjon le magáról 2 igaz és 1 hamis állítást egy-egy papírfecni-re anélkül, hogy a többiek látnák, és jelölje meg, melyik a hamis. Ha mindenki leírta a válaszait, és újonnan összeállt csapatról van szó, 10-15 perces beszélgetés veszi kezdetét, hogy valamennyire körvonalazódjon a többiek személyisége. Az idő leteltével felolvassuk az állításainkat, a többiek pedig megszavazzák, hogy melyik lehet a hazugság. A választásokat a beszélgetésből nyert információval érdemes indokolni is. Az állítások témáját érdemes tematikusan körülhatárolni, (pl érdeklődési kör, eredmények, tervek célok, családi és baráti viszonyok) Fontos odafigyelni a beszélgetés folyamatára, és moderátorként megelőzni a kellemetlen vagy sértő, bántó kérdéseket állításokat. A játék célja az aktív figyelem fejlesztése, és az egymás iránti nyitottság, elfogadás kialakítása, növelése.
2. Széttöredezett négyzetek	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetencia fejlesztése, kreativitás, kooperáció fejlesztése Cél: vitát kezdeményezni a csoportmunkáról; az egyenlőtlen erőeloszlásból adódó érzelmek felderítése. Eszközök: négyzeteket formázó kartonpapír-darabkák 5 személy részére. Ha vannak megfigyelők, akkor tájékoztató az ő számukra. A résztvevőket 5 fős csoportokra osztjuk, úgy, hogy minden csoporthoz egy vagy több megfigyelő is tartozzon. Minden csoportnak az a feladata, hogy a rejtvényt bizonyos feltételek mellett, a játékszabályokat szigorúan figyelembe véve oldja meg. Minden csoporttag egy borítékot kap, amelyben négyzeteket formázó kartonpapír-darabkák vannak. Minden csoportnak öt egyforma nagyságú négyzetet kell kiraknia a borítékokban levő darabokból, minden csoporttag előtt egyet egyet. A játék ideje alatt tilos bármilyen kommunikáció vagy jelbeszéd. Senki sem veheti el mások darabjait, csupán sajátjait adhatja másnak illetve fogadhatja el másokét, ha azokat felkínálják számára. Ha a csoport végez a feladattal, csendben figyelheti mások munkáját. Akik kimaradnak a csoportokból, azok megfigyelőként vehetnek részt a játékban. Lesz, aki saját maga dönt amellett, hogy megfigyelő legyen. A játék általában sikeresebb, ha két vagy több megfigyelő jut egy csoportra. A megfigyelőknek el kell előre magyarázni, mire figyeljenek, de adhatunk számukra megfigyelői jegyzeteket is. A megfigyelők saját csoportjukon kívül más csoportokat is figyelemmel kísérhetnek. <i>Beszélgetés (Ehhez ne felejtsük el bevinni a Megfigyelők jegyzeteit sem)</i>

Minek köszönhető, hogy némely csoportok a többi előtt végeztek? Csalt-e valaki? Mennyiben segített ez? Számított-e a csalás egyáltalán? Miért igen, illetve miért nem? Hogy érezted magad látva mások tanácstalanságát akkor, mikor számodra nyilvánvaló volt a megoldás? Hogy érezte magát C? Észrevette valaki, hogy C-nek csupán egy darabkája volt? Mit tettek azok, akik kirakták maguk előtt a négyzetet? Stb. Lehetne-e ennek a játéknak a tanulságait a hétköznapi életre is vonatkoztatni? A négyzetek elkészítése Az öt kartonpapírból készült négyzetet az ábrák szerint vágjuk darabokra. A darabokat ceruzával jelöljük meg.



Öt borítékot jelöljünk meg betűkkel A-tól E-ig. A darabkákat a következőképpen osszuk szét:

- A boríték: a, c, h, i darabkák.
- B boríték: a, a, e darabkák.
- C boríték: csupán j darabka.
- D boríték: a, d, f darabka.
- E boríték: b, c, f, g darabka.

A darabkákról töröljük ki a kisbetűket és ehelyett írjuk rájuk a megfelelő boríték számát. Így a

játék végeztével könnyebb lesz azokat a megfelelő borítékba visszatenni. Célszerű még feltüntetni a borítékban található darabkák számát is, elkerülve ezáltal, hogy egyik másik bennmaradjon. A borítékok tartalmát használat előtt mindig ellenőrizzük – a tevékenység ugyanis nagyon laposra sikeredik, ha valamely darabka hiányzik, vagy ha C-nek több mint egy darabkája van.

Tájékoztató a megfigyelők számára

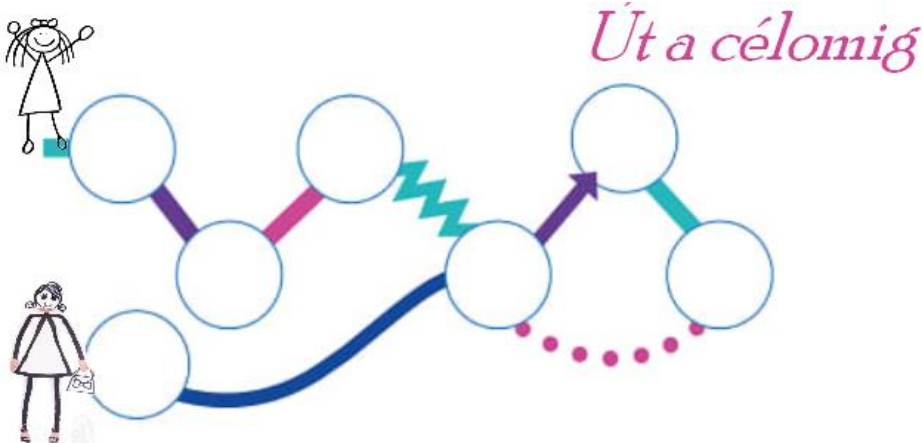
Minden csoporttag egy borítékot kap, amiben négyzetet formázó darabkák vannak. Megadott jelre a csoport elkezd feladatát – öt egyenlő nagyságú szabályos négyszöget kell kiraknia, minden csoporttag előtt egynek kell kész lennie. Beszélgetni és mások darabkait elvenni nem szabad. Ezzel szemben saját darabjainkat másnak adhatjuk illetve másét felkínálásra elfogadhatjuk.

A játék ideje alatt figyelni kell, hogy:

- Mindenki részt vesz-e a tevékenységben?
- Hogy viselkedett az a résztvevő, aki a játékot mindössze egy darabkával kezdte?
- Észlelhető volt-e az a fordulópont, amikor a résztvevők elkezdtek együttműködni?
- Azok közül, akik négyzetüket már a játék korai szakaszában kirakták, volt-e, aki:
 - nem törődött tovább a játékkal?
 - felajánlotta, hogy kirakott négyzetét más valaki kedvéért szétszedi?
- Azok közül, akik négyzetüket a játék kései szakaszában rakták csak ki, volt-e, aki:
 - izgult?
 - kiszállt a játékból?
- Történt-e még valami, amit még érdemes lenne megemlíteni?

Ügyeljünk arra, hogy a munkalapon elegendő hely legyen a megfigyelések lejegyzésére.

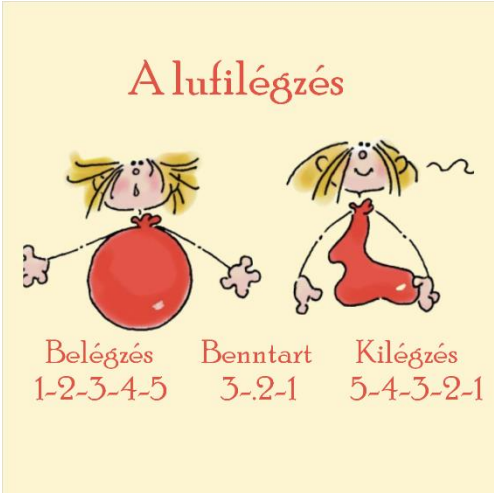
	Variáció: Az előbbi vitapontok helyett a következőket is használhatjuk: 1. Mi történt? (A megfigyelők beszámolnak a látottakról.) 2. Hogy érezted magad, amikor megkaptad az utasításokat? 3. Milyen érzés volt: - o csendben dolgozni? - o a C borítékot kapni? - o mások miatt saját négyzetedet szétszedni? - o nem látni a megoldást? - o látni mások tévedéseit de nem szólni? - o elsőként befejezni a feladatot? - o utolsóként befejezni a feladatot? 4. Mit tettél volna szívesen, ha nem lettek volna korlátozások? 5. Mi volt végülis az, ami lehetővé tette, hogy a feladatot befejezd?
3. Összekuszált állatok	Pontosan úgy kell játszani, mint a „Négyzeteket”. Bármilyen állatfigura megfelel, viszont úgy kell őket szétvagdosni, hogy a darabok kölcsönösen összeilleszthetők legyenek. Így fennáll a téves, sőt bizarr megoldások lehetősége is. Ennél a játéknál is van egy olyan boríték, amelybe csak egy darabkát teszünk. Figyelnünk kell azonban azt a gyereket, aki ezt a borítékot kapja, mert néha teljesen kétségbe esik. Kedvét azonban visszanyeri, miután kialakul a szótlán együttműködés hálózata. A beszélgetés folyamán ezt a gyereket külön is megdicsérhetjük. A darabok elosztása: • A boríték: macska feje, játékmackó lábai • B boríték: egér feje • C boríték: nyuszi feje, egér alsó része, elefánt közepe • D boríték: elefánt feje, egér közepe, macska közepe és alsó része • E boríték: mackó feje és közepe, egér közepe, elefánt hátsó lábai, nyuszi alsó része.
4. Ujratervezés	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, Motivációs célú játék, az esetleges kudarcélmények feldolgozására, illetve a motiváció fenntartására. Kellékek: tábla és filc A gyerekek kapnak egy – egy papírlapot. A lap bal alsó sarkába felrajzolják magukat (stilizálva) és elindítják a figurát egy úton. A jobb felső sarokba felírják azt a célt, amit el szeretnének érni. Elindulunk az énfigurával az úton és felírja a gyermek a – szerinte elengedhetetlen állomást – amit érintenie kell a cél eléréséhez. PI – jelenleg hetedikes, cél: állatorvos. Lépések: 1. kitűnő leszek, jó felvételit írok 2. Felvesznek a Radnóti gimnáziumba

	3. Kitűnően érettségizek 4. Felvesznek a Állatorvosi Egyetemre. 5. Sikeresen állatorvosi diplomát szerzek 6. Nyitok egy rendelőt. Elindulunk ezen az úton, és megállunk az első pontnál. Feltesszük a kérdést: Mi történik, ha ez nem így történik? Mit tennél ekkor? És megbeszélve, átgondolva egy sok-sok elágazásból, kanyarból (azaz lehetőségek sorából) álló térképet rajzolunk fel, amivel ugyanoda jutunk végül. A felvételi időszakában ez megnyugtató és motiváló a tanulók számára, hiszen leveszi terhet a vállukról, hogy most minden ezen múlik. Mi hetedik – nyolcadik osztályban látjuk a leginkább hasznosnak, illetve onnan fölfelé bármilyen életkorig, de alsóbb osztályokban is adaptálható más célokra. Ez a játék az élet bármely szakaszában nekünk, felnőtteknek is hasznos, sok esetben oldja a szorongást, és ad új motivációt lendületet az elkeseredés helyett. 
Zsuponyó Ágnes - Rovinj	
1. Mit csomagolnál a társadnak?	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetencia fejlesztése, kreativitás, íráskészség fejlesztése A tanórákon alkalmazható: az óra bármelyik szakaszában, főként közösségépítő tananyagoknál. A játék időtartama: 10 perc A játék menete: előzetesen pár mondatban bemutatkoznak az osztályban a gyerekek. (név, hobbi, honnan jött, stb.). Miután ez megtörtént, minden tanuló kiválaszt magának egy gyereket az osztályból, aki nem mellette, nem előtte és nem mögötte ül. Miután kiválasztották, minden tanuló kap egy papírt, (lehet füzetben is), és összeállít egy listát tételesen arról, hogy mit pakolna be egy hátizsákba a kiválasztott társának, az általa elmondott bemutatkozás alapján. Nincs megkötés hány dolgot írhat, de bele kell férnie egy hátizsákba. Miután összeírta minden tanuló a hátizsák tartalmát, oda kell mennie a kiválasztott tanulóhoz, és oda kell adnia neki a listát, majd meg kell beszélniük, mit miért írt az adott tanuló. Jó módja ez az ismerkedésnek, és annak, hogy közelebb kerüljünk a másikhoz.

	Ezt akkor a legjobb játszani, ha senki sem ismeri egymást, de működhet egy jól összehozott közösségben is, hiszen mindig tanulhat valami újat a tanuló a másiktól. Mi ezt az első napon játszottuk, miután bemutatkoztunk. Pl. Mit csomagolnál a társadnak? - ennivaló - innivaló - túrabakancs - okosóra - telefon - zseblámpa - szúnyogirtó - könyv A fenti listát én készítettem egy kollégámról, aki szeret túrázni az erdőben és magyartanár.
2. Egyvonalas rajz	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra, rajzóra Cél: tehetséggondozás, kreativitás, írásbeli kifejezőkészség, koncentráció, mozgáskoordináció fejlesztése A tanórákon alkalmazható: ráhangolásként A feladat időtartama: 10 perc A feladat menete: minden tanuló kettéosztja a lapot a füzetében. (húz egy vonalat). Az oldal egyik részében lerajzol egy kört, amelyet belülről kívülről haladva folyamatosan növel, minél nagyobb legyen. A lap másik részében pedig lerajzolja ugyanezt a kört, csak kívülről befelé haladva. Ugyanezt meg lehet csinálni más alakzatokkal, mi az órán ezt háromszöggel is megcsináltuk. Az önkifejezés, a kreativitás és a koncentráció kiválóan érzékelhető ebben a feladatban. Lehet nehezebb formát is adni a gyerekeknek, ha már ezt megcsinálták.
Zsuponyó Ágnes – Amszterdam	
1; „Írányított toll”	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetencia fejlesztése, kreativitás, íráskészség fejlesztése A tanórákon alkalmazható: az óra bármelyik szakaszában, főként közösségépítő tananyagoknál. A játék időtartama: 10 perc A játék menete: a tanár csoportokra bontja az osztályt. Ahányan vannak a csoportban annyi cérnát ragaszt előzetesen a tanár egy tollra. A tanár kitalál szavakat, és a csoportoknak azt a szót kell leírniük közösen egy papírra. A játék lényege, hogy csak a cérnán keresztül foghatják meg a tollat, minden gyerek egy cérnadarabot a csoportban, így csak az együttműködéssel sikerülhet az adott kifejezést leírni.



	Előzetes munkát igényel a tanártól, hiszen a cérnadarabokat elő kell készíteni, ráragasztani a tollra, viszont egy mókás, de mégis hasznos játék. A feladatot fokozatosan lehet nehezíteni hosszabb szavakkal, de akár ábra, kép lerajzolásához is tökéletes.
2. Tükörjáték	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetencia fejlesztése, kreativitás, koncentrációkészség fejlesztése A tanórákon alkalmazható: az óra bármelyik szakaszában, főként közösségépítő tananyagoknál. A játék időtartama: 5 perc A játék menete: A gyerekek párokba rendeződnek. A párok egymással szemben állnak, és egymás szemébe néznek. A pár egyik tagja mozgásokat végez (pl. felemeli a bal kezét, megérinti a fülét, stb.) A pár másik tagjának pedig utánoznia kell őt úgy, hogy közben végig szemkontaktusban kell lenniük. Ha az egyikük megszegi ezt, és máshová néz, vége a játéknak.
3. Rajzolj képzeletből	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetencia fejlesztése, kreativitás, kommunikáció, koncentrációkészség fejlesztése A tanórákon alkalmazható: az óra bármelyik szakaszában, főként közösségépítő tananyagoknál. A játék időtartama: 5 perc A játék menete: Az osztály párokba rendeződik, majd a párok egymásnak háttal ülnek. A páros egyik tagja lerajzol egy alakzatot, majd a pár másik tagját kell szóban instruálnia, hogy ugyanazt rajzolja, mint ő. Fontos, hogy semmiképpen sem szabad a rajzot megmutatni a másiknak, csak szavakkal lehet elmagyarázni a formát. Amikor kész a másik fél a rajzzal, összehasonlíthatják, hogy egyezik-e a két rajz. Ez a feladat erősíti a kommunikációt a két gyerek között. Pl. Én lerajzoltam egy házat. A következőképp instruálok a másikat: rajzolj egy négyzetet, rá egy háromszöget.
Taska Judit - Barcelona	
1. Lufilégzés	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: önnyugtató képesség fejlesztése, koncentráció fejlesztése A léggömb- vagy lufilégzés egy egyszerű légzőgyakorlat, amely bárhol elvégezhető. A lassú, mély lélegzetvétel az egyik legjobb módja a szorongó gyermek megnyugtásának. Egy szorongó vagy dühös gyermek állandó készenléti módban van, és teste felkészült az észlelt fenyegetés kezelésére. Ez általában gyors, felületes légzéshez, szapora szívveréshez és feszült izmokhoz vezet. A lassú, mély légzés gyakorlása azt mondja a testének, hogy megnyugodhat, és ahogy a fizikai izgalom csökken, a szorongás vagy a harag csökkenése majd eltűnése is megtörténik. Íme egy példa, hogyan beszéljünk a gyerekekkel a mélylégzésről a relaxáció érdekében: „Amikor félünk, aggódunk vagy dühösek vagyunk, általában gyors, felületes lélegzetet veszünk, amely a mellkasunk tetején marad. (A mellkasom tetejére teszem a kezem, hogy fókuszpontot adjak, és bemutassam, hogyan is néz ez ki.) Amikor meg akarunk nyugodni, inkább lassú hasi lélegzetet kell vennünk. Képzeld el, hogy egy léggömb van a hasadban. Amikor belélegzel, le akarod nyomni az összes levegőt, és megtöltöd a léggömböt, hogy a hasad kifusson.

	(A hasamra teszem a kezem, és ezt demonstrálom.) Ezután lassan kilélegzel, és a hasad kisebb lesz, ahogy a léggömb leereszt. Néha könnyebb gyakorolni a hasi légzést, ha lefeksznek. A gyereket a szőnyegre fektetem, és a hasukra teszünk egy kis plüssállatot (vagy lufit). Emlékeztetem őket, hogy belégzéskor a plüssállatnak fel kell emelkednie, és kilégzéskor lassan le kell mennie. Addig gyakoroljuk ezt, amíg úgy tűnik, hogy megértik, hogyan kell hasi légzést végezni. Miután megértették a hasi légzést, segítsek nekik lelassítani a légzést így: „A lassú légzés érdekében megpróbálunk négyig számolni belégzéskor és négyig kilégzéskor. Gyakoroljunk és végezzünk együtt öt lassú lélegzetet; számolok, ahogy megyünk. Próbálj az orron keresztül belélegezni és a szájon keresztül ki. Kilégzéskor húzd össze az ajkaid, mintha buborékokat fújnál. Tedd az egyik kezéd a hasadra, hogy emlékeztessen arra, hogy belégzéskor a has feltöltésére összpontosíts. Be – 2 – 3 – 4. Ki – 2 – 3 – 4...”
	
2. Mi változott meg?	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél:figyelem összpontosítás, koncentráció fejlesztése Fejlesztendő terület: figyelem, emlékezet, rész egész viszony kreativitás, összehasonlító képesség, téri orientáció Feladat: egy tanulót kiválasztunk, akit társai alaposan megfigyelnek, majd a kiválasztott tanuló kimegy a teremből és néhány dolgot megváltoztat magán. Terembe visszaérve, a társaknak fel kell sorolniuk a változásokat. Például: - hajviselet - feltűri a blúz ujját - áttesz a másik kezére a karóráját - megcseréli a cipőjét - felhajtja a nadrág szárát stb.
Mayer Eszter - Firenze	
Olvass a tenyeremből	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetenciák fejlesztése, érzékenyítés, kifejezőképesség fejlesztése Eszközök: ceruza, toll, rajzlap Meggérünk minden gyermeket, hogy rajzolja körbe a jobb kezét nagyon pontosan, és az ujjakba írják bele a következő információkat magukról:

	Hüvelykujj: sikereim, eredményeim, amikre büszke vagyok Mutatóujj: céljaim, álmaim Középső ujj: ami a legboldogabbá tesz Gyűrűs ujj: Ami igazán kikapcsol, megnyugtat Kisujj: ami a legjobban bosszant, dühít, amit a legjobban elítélek. A nevüket nem írhatják rá, és nem is nézhetik egymásét írás közben. Ezután beszédjük a lapokat, és minden tanuló húz egyet. Mindenki elolvassa, majd a leírtak alapján megpróbálja a teremben sétálva megtalálni a tenyér tulajdonosát. Ha van tipp, végül a tenyeret a rajzra illesztve igazolhatják, hogy tényleg jó a találat. Amikor mindenki megtalálta, hogy kinek a tenyere van a kezében, megbeszéljük, hogy kinek mi segített megtalálni a párját, és mi volt a legmeglepőbb érdekesség, amit nem tudtunk még egymásról
Gordiuszi csomó	Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra, fejlesztőóra Cél: szociális kompetenciák fejlesztése, érzékenyítés, kooperáció fejlesztése, bizalomépítés Eszközök: nem igényel eszközt A játék menete: résztvevők körben állnak és kinyújtják előre a kezüket, a szemüket becsukják és elindulnak a kör közepe felé és megfogják valakinek a kezét. Ha minden kéznek van már párja, akkor kinyithatják a játékosok a szemüket és együtt, közösen kibogozzák magukat, úgy, hogy nem szakad el a lánc. Fejlesztett kompetenciák és kulcs-kompetenciák: anyanyelvi kommunikáció;- kezdeményező és vállalkozókészségek;- egymásra figyelés;- asszertivitás;- gyors problémamegoldó képesség;- koncentrációs készségek;- helyzetfelismerő képesség

