






TÍZ ÉVEN FELÜLI GYERMEKEK ÉS A FELNŐTTOKTATÁS KOROSZTÁLYA


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Bevezető játék a folyadékfogyasztási ismeretekhez
A tevékenység célja: Az érzékelés befolyásolhatóságának bizonyítása. A kritikai gondolkodás fejlesztése. Az érzékelés, saját tapasztalat és az instrukció összevetése.	
Célcsoport életkora: Középiskola, felnőttoktatás	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: 5 kék jelű, 5 zöld jelű, 5 piros jelű pohár, szénsavmentes ásványvíz	A játék, kísérlet stb. időigénye: 5 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Jó szervező- és kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Minden csoport kap három kis pohár italt. A poharak különböző színekkel vannak jelölve. A játékvezető instrukciója szerint az egyikben csapvíz, a másikban buborékmentes ásványvíz, a harmadikban desztillált víz van. Kóstolás után a segítők összesítik, hogy ki melyik italt minek gondolja. (Mindegyikben ásványvíz van.) Az érzékelés, saját tapasztalat és az instrukció összevetése, kritikai készség fejlesztése.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, fejlesztő értékelés, megbeszélés	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, önismeret fejlesztése, érzelmi nevelés	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Mese-, vers- és történetírás
A tevékenység célja: A folyadékfogyasztással kapcsolatos ismeretek gyakoroltatása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Papír, írószer csapatonként	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Egészségügyi és pedagógiai ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A dobókockás játék során írt szavak felhasználásával mindegyik csapat korosztálytól függően mesét, verset vagy történetet ír, amelyek a szavakból adódóan a folyadékfogyasztásról szól. A csapatok felolvassák az alkotásokat.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, fejlesztő értékelés, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), játék, művészeti tevékenység, megbeszélés, ötletroham (brain-storming)	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincsbővítés, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek fejlesztése, érzelmi nevelés, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Italok
A tevékenység célja: Az italok különbözőségének megismerése cukortartalom szempontjából. Figyelemfelhívás az elképzelés/tippelés és a valóság összehasonlításának fontosságára.	cukortartalmának szemléltetése kockacukor (kristálycukor) segítségével
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigeény felsorolás szerűen: A. Laptop, projektor (vagy kinyomtatott fotók az italokról), 1 kg cukor, 1 db kanál, 1 db pohár vagy tálka/csapat B. Tízféle italosflakon (kávé, kakaó, almalé, Kubu, Cappy multivitamin, alma cider, Fanta exotic, Coca-Cola, Hell energiaital, Burn energiaital), kockacukor, papírlap	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Jó kommunikációs és szervezőképesség, előzetes felkészülés a szemléltetésre	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A. A csoportokban a tanulók előre megtippelik, mennyi cukor van az italban. Ezt követően a kortársoktatók mindegyik ital flakonja vagy fotója mellé annyi cukrot raknak vagy kanalaznak ki egy-egy tálkába, amennyit egy flakonnyi mennyiségű ital tartalmaz (Coca-Cola, energiaital/Hell, Nestea, Cappy üdítőital, almalé, Fanta, Sprite, energiaital/Monster, ízesített víz, víz). B. Tízféle italosflakont használunk (kávé, kakaó, almalé, Kubu, Cappy multivitamin, alma cider, Fanta exotic, Coca-Cola, Hell energiaital, Burn energiaital). A „tesztlapon”, amelyre felírtuk a termék nevét, a diákoknak ki kell színezniük annyi kockát, ahány kockacukor szerintük van az adott termékben. Ezután a mellette lévő kockacukortornyot aszerint színezik ki, amennyi valójában van benne.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, megbeszélés, szemléltetés	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képesség fejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Az italok képeinek, illetve a flakonoknak a bemutatása frontálisan történhet, de a tesztlap kitöltése, illetve a cukortartalom konkrét bemutatása már csoportokban folyik.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Mese-, vers- és történetírás
A tevékenység célja: A folyadékfogyasztással kapcsolatos ismeretek gyakorlása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Papír, írószer	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető egészségügyi és anyanyelvi ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A dobókockás játék során írt szavak felhasználásával mindegyik csapat mesét ír, amelyik a szavakból adódóan a folyadékfogyasztásról szól. A csapatok felolvassák az alkotásokat.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), művészeti tevékenység, megbeszélés	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincsbővítés, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Okos doboz kvízzjáték
A tevékenység célja: A folyadékfogyasztással kapcsolatban tanult ismeretek ellenőrzése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Folyadékos témával megírt cetlik, doboz, csoportonként egy Igaz és egy Hamis tábla, idénygyümölcs	A játék, kísérlet stb. időigénye: 5 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 2 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető táplálkozástani ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Egy dobozból cetliket húzunk ki, amelyek a témakörhöz kapcsolódó eldöntendő állításokat tartalmaznak. A résztvevők a csoportokban legfeljebb fél percig beszélhetnek róla, majd fel kell tartaniuk a számukra kiosztott (kartonpapír) „Igaz” vagy „Hamis” táblát. A helyes válaszért pontot kapnak a csapatok. A győztes csapat jutalma valamilyen idénygyümölcs.	
Pedagógiai módszerek: Visszajelzés, fejlesztő értékelés, játék, versenyek, megbeszélés, vita	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincs bővítés, kommunikációs képességek fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Az állítások nehézségi foka korosztályfüggő.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Ismerkedés a teafajtákkal, gyógyteákkal és az ízesítési lehetőségekkel
A tevékenység célja: A változatos folyadékfogyasztási lehetőségek tudatosítása, az egészségmegőrzést segítő gyógyteák és ízesítők megismertetése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 24 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Vízfórroló, csoportonként különböző teafajták (gyümölcsteák, bodzatea, hársfatea) és ízesítők (cukor, méz, Eritrit, Stevia), mindenki számára pohár, kiskanál, törlőruha	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető táplálkozási ismeretek, teafajták és ízesítők ismerete	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: „Ki szereti a teát?” „Milyen teákat szoktatok inni?” „Ki szokott otthon teát főzni?” „Most főzzünk egy kis teát! Mire kell nagyon odafigyelni?” „Ezt kóstoltátok már?” „Mivel lehet ízesíteni a teát?” Csoportonként más-más teafajtával és ízesítővel ismerkednek, majd beszámolnak tapasztalataikról.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, magyarázat, visszajelzés, beszélgetőkör, élménypedagógiai módszerek, megbeszélés, vita, szemléltetés	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincs bővítés, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Sűgős játék
A tevékenység célja: A megfigyelőkészség és a memorizálás fejlesztése, folyadékos ismeretek gyakorlása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: –	A játék, kísérlet stb. időigénye: 5 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető folyadékfogyasztási ismeretek, jó kommunikációs készség, játékoság	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A csoportban a szélen ülő résztvevőnek több körben különböző, folyadékfogyasztással kapcsolatos mondatokat sűgünk, amelyet a mellette ülőnek kell továbbadnia. Ez a folyamat addig ismétlődik sorláncszerűen, míg az utolsó résztvevő fülébe nem ért a mondat. Ekkor az utolsó úgy mondja el a mondatot, ahogyan hozzá eljutott. A legjobban átadott vagy a legmulatságosabbra sikeredett mondatot a csoportok megoszthatják egymással.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, beszélgetőkör, játék, élménypedagógiai módszerek	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Szókincsbővítés, kommunikációs képességek fejlesztése, szövegalkotási képesség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Italok jellemzőinek bemutatása, megvitatása
A tevékenység célja: A különböző italok tulajdonságainak és hatásának megvitatása, ezzel az ismeretek és az attitűd fejlesztése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Különböző italok nevét tartalmazó kártyák (víz, tea, kóla, gyümölcslé, tej, ásványvíz), negyed ív csomagolópapírok, színes filcek, gyurmaragasztó	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető táplálkozástani ismeretek, alapos felkészültség, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A választott csapatnév valamilyen ital neve. A választott ital jellemzéséhez a csapat tagjai csak jó tulajdonságokat írjanak vagy mondjanak (pl. jó íze van, sok gyümölcs van benne, illatos, természetes eredetű). A csapatok bemutatják az „italukat”. A többi csapat feladata a kedvezőtlen, rossz tulajdonságok megnevezése a bemutatott ital kapcsán (buborékos, sok cukor van benne, foszforsav van benne, emeli a vérnyomást stb.). Vitassák meg!	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), megbeszélés, vita	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szokincsbővítés, kommunikációs képességek fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Az italok bemutatása történhet rajzos formában is, így eszközökkel erre is fel kell készülniük a kortársoktatóknak.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Torpedó
A tevékenység célja: A folyadékfogyasztási ismeretek gyakorlása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Papírlapok hajórajzokkal, írószer/ csapat	A játék, kísérlet stb. időigénye: 5 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Életkortól függő folyadékfogyasztási ismeretek, előre megírt kérdések és válaszok, határozottság, figyelem	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Egy papírra lerajzoljuk a hajókat, amelyeket a játék szabályai szerint a résztvevőknek el kellene süllyeszteniük. (Az elsüllyesztést a hajóra rajzolt jellel rögzítjük.) Csak akkor süllyeszthetik el az adott hajót, ha tudnak válaszolni a témához kapcsolódó kérdésre. Tehát a csapatok között minden alkalommal verseny van, és az győz, aki több hajót tud elsüllyeszteni.	
Pedagógiai módszerek: Játék, verseny, megbeszélés	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, érdekérvényesítési készségek gyarapítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Bowling vizesflakonokkal
A tevékenység célja: A víz és a játék összekapcsolása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Labda, 10 db vízzel telt flakon/csapat	A játék, kísérlet stb. időigénye: 7 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Határozottság, szervezőkészség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A megszokott játékszabályok alapján folyik a játék – azzal a különbséggel, hogy bábuk helyett vízzel telt 1,5 literes vagy 0,5 literes ásványvizes palackok vannak felállítva. Mindhárom csapat tagjai kétszer guríthatnak a labdával, és az eldőlő bábuk száma adja a pontszámot.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, játék, verseny	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, vizuális készségek fejlesztése, önismeret fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Tér-amóba zöldségekkel
A tevékenység célja: A zöldségek és a játék összekapcsolása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 20 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: 3 db sárgarépa, 3 db burgonya, kréta	A játék, kísérlet stb. időigénye: 5 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Határozottság, jó megfigyelőkészség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Krétaival hat kört rajzolunk a betonra. A résztvevőket két csapatra osztjuk. Mindkét csapat kap 3-3 db különböző zöldséget (pl. az egyik csapat 3 db répát, a másik 3 db burgonyát). A két csapat egymással versenyezve az amóba szabályai alapján elhelyezi a zöldségeket a karikákban, illetve arrébb teszik az ellenfél zöldségeit. Mindezt sorversenyszerűen végzik. A csapatok 8-10 méterre helyezkednek el a karikáktól, ezért majd futniuk kell.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, játék, verseny	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, érdekérvényesítési készségek gyarapítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Plakát készítése csoportonként – téma: folyadékfogyasztás (reklámplakát)
A tevékenység célja: A folyadékfogyasztással kapcsolatos, meglévő ismeretek felelevenítése és kiegészítése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Csomagolópapír, színes filcek csoportonként	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető biológiai, kémiai és folyadékfogyasztási ismeretek, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Az eddig tanult ismeretek felelevenítése – a diákok csomagolópapíron dolgoznak. 1. A víz mint kémiai vegyület 2. A víz szerepe a természetben 3. Miért van szükségünk vízre? 4. A víz útja a szervezetben 5. Milyen formában vehetünk fel vizet? 6. A vízhiány következményei Az elkészült plakátokból kiállítás, az ábrázolások megbeszélése, kiegészítése.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, fejlesztő értékelés, művészeti tevékenység, kiállítás, megbeszélés, szemléltetés	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincs bővítés, vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Képkártyák készítése zöldség és gyümölcs témában
A tevékenység célja: Ismeretbővítés zöldség-gyümölcs témakörben	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 3 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Kártyák gyümölcsnevekkel, A/4-es papírlapok, írószerek, színes filcek, zsírkréta	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Zöldség- és gyümölcsismeret, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Minden csoport húz egy kártyát, amelynek a hátuljára egy-egy, nagyrészt nem közismert gyümölcs vagy zöldség neve van felírva (például avokádó, papaya, csicsóka, okra, articsóka, sárkánygyümölcs). A csoport feladata a kapott gyümölcs vagy zöldség megjelenítése. Amennyiben valamelyik zöldséget, gyümölcsöt nem ismerték, saját képzeletüket, fantáziájukat szabadon engedve kell lerajzolniuk. Az alkotásokat közösen megnézik és megbeszélik, kiegészítik egymás ismereteit.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, fejlesztő értékelés, művészeti tevékenység, kiállítás, megbeszélés, vita, szemléltetés, ötletroham (brain-storming)	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Zálogos
A tevékenység célja: Az egészséges életmód tudatosítása. (A folyadékfogyasztás fontosságának tudatosítása.)	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Szükséges eszközök: három kosár, hozzájuk feliratok, színes labdák feliratokkal, egy nagy tároló, 1-2 liter víz, műanyag poharak	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 2 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Jó szervezőkészség, határozottság, lelkiismeretes előkészítő munka	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Van három kosár. Az egyikben egy zöld pipa van, a másikon egy piros X, a harmadikon egy kék „+1” felirat. Műanyag labdákra szituációk vannak írva, helyzetek, amelyek jelzik, hogy innod kellett volna (pl. ki van száradva a szám), minden rendben van (pl. nem kell szőlőszírt használnom), vagy, hogy plusz egy pohárral innod kell (pl. két buszmegállót futottam suliba jövet). A játékosok 2 méterről beledobják a labdákat az általuk megfelelőnek gondolt kosárba. Aki rossz helyre dobja, az zálogot ad, amelyet a játék végén egy pohár víz megivásával válthat ki. A labdák felirata: Zöld kosárba való: szép, puha a bőröm; nem kell Labellót használnom; jól érzem magam; kiegyensúlyozott vagyok; energikusnak érzem magam; jól tudok koncentrálni; mindig van nálam egy üveg víz. A piros X-es kosárba való: ki van száradva a szám; ma még nem pisiltem; szomjan halok; fáj a fejem; szédülök; gyorsan ver a szívem; ma még csak 1 pohárral ittam. Kék kosaras: két buszmegállót futottam; anya elsózta a rizst; nagyon izgulok a vizsga miatt; megsülök a melegtől; délután lesz életem első randija; benyomtam két tábla csokit egyedül; ma nagyon sokat beszéltem; kávéval kezdtem a napot.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, fejlesztő értékelés, játék, verseny, megbeszélés	
Tanulási forma: Egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, önismeret fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Az osztályt két csoportra bontva egy időben is lehet játszani, vagy forgószínpados játéksornál az egyik állomás lehet ez a feladat.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Freshpong
A tevékenység célja: Egészséges folyadékok játékos megismertetése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: Kb. 30 db 1 dl-es pohárka, 10 db nagyobb műanyag pohár, négyféle smoothie (eper + banán, erdei gyümölcsök + banán, ananász + banán, kiwi + banán + spenót), saját készítésű pörgetőtábla	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 2 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Alapvető táplálkozási ismeretek, jó szervezőkészség, határozottság, eszközök-anyagok lelkiismeretes előkészítése	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Egy 260 cm hosszú asztal végére felállítunk tíz piros poharat. A játék lényege, hogy a diákok három dobásból (vagy amíg az idő engedi) minél többször beletaláljanak a tíz pohár egyikébe. Ha valaki beletalál egy pohárba, akkor kipörgetheti, hogy melyik smoothie-t fogja megkóstolni a csapat. Kóstolás után meg kell tippelniük az összetevőket.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, játék, élménypedagógiai módszerek, verseny, szemléltetés	
Tanulási forma: Egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, önismeret fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Az osztályt két csoportra bontva vagy – több kortársoktató esetén – forgószínpados játékok egyikéként játszhatjuk.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Folyadékos puzzle
A tevékenység célja: A különböző folyadékfajták játékos megismerése, tudatosítása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: 6-7 darab (a csoport létszámának megfelelő) ital képe összekeverve	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Folyadékfogyasztási ismeretek, lelkiismeretes eszköz-előkészítés	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: 6-7 darab (a csoport létszámának megfelelő) ital képe összekeverve. Ezeket kell összerakniuk úgy, hogy közben nem beszélhetnek egymással. Mindenkinél mindegyik ital képéből van egy-egy darab, amelyeket kicserélhetnek.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, játék, élménypedagógiai módszerek, szemléltetés	
Tanulási forma: Kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, vizuális készség fejlesztése, segítőkészség kialakítása, elmélyítése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Forgószínpadszerűen játszható játékok egyike (eszközигény szempontjából ez előnyösebb), vagy egyszerre minden csoport ezzel foglalkozik.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Sorverseny
A tevékenység célja: Mozgásos feladat során rögzítjük a kézmosáshoz használt eszközökre vonatkozó ismereteket	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Zsámoly, különböző használati tárgyak (három-négyszer annyi, mint a játékban résztvevők létszáma). A tárgyak között szerepelnek olyan eszközök, kézmosószer, amelyeket a kézhigiéniához használunk.	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A kézhigiéniához szükséges eszközökkel kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A csapatok sorokban egymás mellé állnak. Minden csapattal szemben, 2–4 méter távolságra egy-egy zsámoly lesz, benne különböző tárgyakkal. A sor elején állóknak el kell szaladniuk a zsámolyig, és kikeresni belőle egy olyan tárgyat, amely a kézmosáshoz szükséges. Visszafelé a sort megkerülve pacsi adnak a következőnek: ekkor ő is elindulhat a zsámolyhoz. Előre megmondjuk, hogy hány tárgyat kell összegyűjteniük. Amelyik csapat elsőként megszerzi ezeket, az lesz a győztes.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, játék, verseny, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Nagy figyelmet kell fordítani arra, hogy a csapatok fegyelmezetten versenyezzenek, futás közben ne ütközzenek egymásnak, ne lökjék fel egymást.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Ki mit tud a kézmosásról?
A tevékenység célja: A kézmosásra vonatkozó magatartásvizsgálati eredményekkel kapcsolatos tájékozottság felmérése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: Előre elkészített kérdőív az osztály létszámának megfelelő darabszámban	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 3 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Kézhygiénés ismeretek, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A megalakult csapatoknak kérdőíveket osztunk ki, amelyeken kézmosással kapcsolatos kutatások eredményeit tippelhetik meg. A csapatok pontokat gyűjtenek, versenyeznek egymással. Közösen értékeljük a válaszokat, majd további érdekes magatartásvizsgálati eredményeket, a kézhygiénével kapcsolatos kutatási tapasztalatokat mutatunk be a diákoknak.	
Pedagógiai módszerek: Magyarázat, visszajelzés, fejlesztő értékelés, beszélgetőkör, megbeszélés, kérdőíves módszer	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kommunikációs képességek javítása	
Egyéb fontos információ: Fontos, hogy mindig aktualizáljuk a kérdőívet, és lehetőség szerint tartalmazzon magyar vizsgálatokra vonatkozó tapasztalatokat is.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Plakátkészítés
A tevékenység célja: Figyelemfelhívás a rendszeres és helyes kézmosásra. A kézmosással kapcsolatos negatív viselkedésformák megváltoztatása.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Kartonpapírok, színes ceruzák/filctollak, esetleg újságok, ragasztó	A játék, kísérlet stb. időigénye: 20 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 2 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Jó kommunikációs készség, kreativitás és vizuális készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A kreativitás, a kommunikációs készség megmutatásának lehetősége egy figyelemfelkeltő plakát készítésén keresztül. A kézmosással kapcsolatos negatív viselkedés megváltoztatása a cél. A csapatok egy-egy figyelemfelkeltő plakátot készítenek, amellyel szerintük javítani tudnának a kézmosási szokásokkal kapcsolatos kedvezőtlen magatartáson. A kortársoktatáson kívül a csapatok is értékelik az alkotásaikat. Saját munkájukra azonban nem adhatnak pontot, csak a versenytársak plakátjait rangsorolhatják.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, művészeti tevékenység, verseny, szemléltetés	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, segítőkészség kialakítása, elmélyítése, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Forgó
A tevékenység célja: A kézmosással kapcsolatos alapkérdések megválaszolása (Miért? Mikor? Mivel? Hogyan? Mennyi ideig? Milyen kézzárártási módot használ?)	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Gumikesztyű, tempera több színben, olajjal elkeverve, ecsetek, kis tálka, filctollak, papírok (tesztkrém, bankjegyzvizsgáló UV-lámpa)	A játék, kísérlet stb. időigénye: 40 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A kézhigiénnel kapcsolatos szakmai ismeretek, jó szervező- és kommunikációs készség, tapasztalat	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Mindenki gumikesztyűt húz. A csapatok kiválasztják saját színüket, és ilyen színű temperával festik be a kezüket. Minden csapat kap egy papírt és egy filctollat. A feladat során kérdéseket teszünk fel. A csapatok a papírra írják majd fel a válaszokat. A csapatok minden kérdés után egy asztallal továbbmennek, és a következő kérdésnél már arra a csomagolópapírra írják fel a választ. Ezt egészen addig folytatjuk, míg végül minden csapat visszakerül saját helyére. A kérdések: 1. Miért kell kezet mosni? 2. Mikor kell kezet mosni? 3. Mivel kell kezet mosni? 4. Hogyan kell kezet mosni? 5. Mennyi ideig kell kezet mosni? 6. Mivel tudjuk megszártani a kezünket? A feladat végén megbeszéljük az egyes kérdéseket és azt is, hogy a festékes kezükkel milyen sok helyen otthagyták a nyomukat. Ezt esetleg láthatóvá is tehetjük, ha rendelkezünk fluoreszkáló komponenset tartalmazó tesztkrémmel és egy bankjegyzvizsgáló UV-lámpával.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, visszajelzés, fejlesztő értékelés, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), játék, megbeszélés, szemléltetés, ötletroham (brain-storming)	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, segítőkészség kialakítása, elmélyítése, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Videó megtekintése és kvíz
A tevékenység célja: A vírusokkal és baktériumokkal kapcsolatos tudás átadása humoros formában, majd a megszerzett ismeretek visszakérdezése kvízzal	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: „Zállatorvos” című videó, számítógép, projektor, hangfal, előre elkészített és kinyomtatott kvíz, asztal, kézfertőtlenítő	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A baktériumokkal és vírusokkal kapcsolatos szakmai ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Levetítjük a „Zállatorvos” vírusokról és baktériumokról szóló videóját. A kortársoktató a film megtekintése után irányított beszélgetést kezdeményez. Mi az, amit már tudtak? Mi az, ami újdonság volt? Ezt követően a csapatok kvízzal formájában adhatnak számot megszerzett ismereteikről. Minden csapatból egy játékos megy a játékasztalhoz, ők körbeállják a „kvízasztalt”. Az asztalon egy kézfertőtlenítőt helyezünk el. A „Zállatorvos” videója kapcsán kérdéseket teszünk fel. Amelyik játékos tudja a választ, gyorsan elveszi a kézfertőtlenítőt az asztalról – ezzel jelezve, hogy szeretne válaszolni. A válaszadás joga azé, akinél a kézfertőtlenítő van. Ha jó választ ad, pontot szerez. Minden kérdés után új játékot küldenek ki a csapatok, így a csapat valamennyi tagjának lehetősége nyílik bizonyítani a tudását.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Kézmosó rap készítése
A tevékenység célja: A helyes kézmosás mozdulatsorának rögzítése, zenei és szöveges információ megfogalmazása a helyes kézmosásról. Átismételjük a helyes kézmosást.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Lap, toll, előre elkészített rangsoroló lap kinyomtatva	A játék, kísérlet stb. időigénye: 23 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Kézhygiénével kapcsolatos ismeretek, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Átismételjük a helyes kézmosás lépéseit. A csapatoknak (4-5 fő/csoport) egy-egy rapszöveget kell írniuk a kézmosás lépéseiről, a kézmosással kapcsolatos információkról, majd elő kell adniuk úgy, hogy közben mutatják is a kézmosás lépéseit. Mindegyik csapat rangsorolja a produkciókat (a sajátjukat nem), így döntjük majd el, hogy melyik csapat hány pontot kap a feladatra.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, művészeti tevékenység, verseny, szemléltetés, kooperatív módszerek, előadás	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Activity
A tevékenység célja: A helyes kézhigiéniével kapcsolatos, Mikor? kérdésre adott válaszok összegzése, a kreatív gondolkodás, a vizualizáció ösztönzése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Előre elkészített kártyák, amelyeken kézmosást igénylő szituációk vannak	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 2 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Kézhigiéniével kapcsolatos szakmai ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A csoportból egyvalaki előrejön, húz egy kártyát, és a rajta lévő tevékenységet elmutogatja saját csapatának. Fél percig mutathatja. Ha a csapata ezalatt kitalálja, pontot kapnak. Ha nincs helyes megfejtés, a többi csapat „rabolhat”. Egy másik csapatból is kijön valaki „mutogatni”, majd a harmadikból is, és így folytatjuk tovább, öt körön keresztül. A kártyákon olyan tevékenységek lesznek, amelyek előtt vagy után kezet kell mosni.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, játék, verseny, szemléltetés	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Versírás a mikrobákról
A tevékenység célja: A mikrobákról szerzett információk megfogalmazása versben. Az emlékezőképesség és a verbális kifejezőképesség fejlesztése.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Lap, toll, értékelőlap (annyi darab, ahány fős az osztály)	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Szakmai ismeretek a mikrobákról, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A diákok 4-5 fős csoportokat alkotnak. Kihúzzák azt a mikrobát (bacilus, vírus, gomba), amelyről verselniük kell. Minden csoport egy saját versikét ír, a stílust és a terjedelmet a csapatok határozzák meg. Szóvivőjük elszavalja a művet, miután mindenki elkészült az alkotással (kb. 6-8 perc). A csapatok értékelik a vetélytársak alkotásait, a sajátjukat viszont nem pontozhatják. 5-5 pontot kaphat maga a vers, valamint az előadás, a versfelolvasás. A verseny győztese az a csapat, amelyik a kortársoktatóktól, a diákoktól, a jelen lévő pedagógustól összesítve a legtöbb pontot kapja.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), visszajelzés, fejlesztő értékelés, művészeti tevékenység, verseny, kooperatív módszerek, előadás	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, szókincsbővítés, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Az időkereteket nagyon szorosan be kell tartani.	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Kutató tanulás
A tevékenység célja: Önálló kutatómunka az interneten. A gyorsaság fejlesztése és a hiteles információforrások megtalálásának gyakorlása.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Mobiltelefon, wifi, előre elkészített kérdéssor kinyomtatva	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 2 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Semmelweis Ignác életművének ismerete, a kézhigiénnel kapcsolatos szakmai ismeretek, beleértve a kézzsáritással kapcsolatos tanulmányok ismeretét	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Kérdéseket teszünk fel a kézhigiénnel kapcsolatban, amelyekre a csapatoknak az interneten kell minél hamarabb megtalálniuk a választ. Egy-egy válasz kikeresésére 30–240 másodperc áll majd rendelkezésre. Amelyik csapat elsőként megtalálja a helyes választ, az kap pontot. Feladatok 1. Soroljatok fel legalább három személyt, akik felismerték, hogy a kézhigiénnel jelentősége van a fertőzések terjedésének megakadályozásában! 2. Hol dolgozott Semmelweis Ignác, amikor nagy felfedezését tette? 3. Ki írt kétszemélyes színdarabot Semmelweis Ignác életéről? 4. Keress legalább két magatartásvizsgálati eredményt, amelyek az emberek kézmosási szokásairól számolnak be! 5. Keress legalább egy tudósítást, amely a kézhigiénnel kapcsolatos magyar adatokról számol be! 6. Kinek az ábráját használhatjuk, ha azt szeretnénk bemutatni, hogy a kéz mely részei maradnak ki gyakran a kézmosás során? 7. A kéz tisztasága szempontjából melyik kézzsáritási mód a legjobb? 8. A környezeti levegő tisztasága alapján hol milyen kézzsáritási lehetőséget válasszunk? Mi az, amit azonnal elvetsz mint kézzsáritási lehetőséget? Miért? Rangsorold az alábbiakat: textiltörölköző, papírtörölő, fali elektromos kézzsáritó, lábon álló, kézbedugós elektromos kézzsáritó (légpengés szárító), a ruhámba törlöm, lerázom, és majd megszárad. 9. Milyen szappant használjunk? Indokold a döntésedet! 10. Hol, hogyan tájékozódasz, ha kézmosószert akarsz vásárolni? 11. Milyen anyagokat célszerű kerülni a kézmosószerek kiválasztásánál?	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, fejlesztő értékelés, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), megbeszélés, vita, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, szókincsbővítés, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek fejlesztése, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési képesség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Szájról olvasás
A tevékenység célja: Figyelem, együttműködés fejlesztése. Az elmondott információk a kézmosást szükségessé tevő mindennapi tevékenységekről szólnak.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Fülhallgató, mobiltelefon vagy rádió, számítógép, lap, toll	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 30 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A kézhigiénével kapcsolatos ismeretek, kiemelten a Mikor? kérdésre adandó válaszok	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A kiválasztott résztvevők, akik szájról olvasnak, kapnak egy fülhallgatót a fülükre, amelyből általuk választott zene szól. A csoport többi tagja megegyezik egy kézmosást igénylő tevékenységről és arról, hogy a beszélőnek milyen információt kell elmondania. (Ezt írásban rögzítik, hogy megkönnyítsék a beszélő dolgát.) Ezt követően kezdődik a feladat megoldása. A szájról olvasó csak akkor szerez pontot a csapatának, ha szó szerint el tudja mondani a látott szavakat.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, játék, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, páros	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Kreativitás kibontakozása és fejlesztése, segítőkészség kialakítása, elmélyítése, szövegalkotási képesség fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Videó a tüsszentésről és tüsszentős kvíz
A tevékenység célja: A tüsszentéssel kapcsolatos ismeretek elsajátítása. A tudásbővítés hatékonyságának mérése kvízkérdésekkel.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Számítógép, projektor, lehetőség szerint internet-hozzáférés, előre elkészített és kinyomtatott kvízkérdések, asztal, kézfertőtlenítő	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Egészségügyi, járványügyi szakmai ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A kortársoktatók levetítik a tüsszentésről szóló kisfilmet, és elmondják a tüsszentéssel kapcsolatos információkat. A téma megvitatása után néhány kérdést tesznek fel a résztvevőknek, akik kézfeltartással jelentkeznek. A leggyorsabb válaszolhat. Ha téves a válasz, akkor ismét a leggyorsabb jelentkező a válaszadás joga. Kérdések: 1. Mi a tüsszentés? 2. Hogyan képes az orrunk megvédeni minket a betegségtől? 3. Milyen gyorsan távozik a levegő az orrból tüsszentéskor? 4. Hányféle vírus okozhat náthát? 5. Naponta hány liter levegőt lélegzünk be, jórészt az orrunkon át?	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, fejlesztő értékelés, verseny, szemléltetés, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Tabu játék
A tevékenység célja: A kézmosással kapcsolatos tudás megerősítése speciális kommunikációs gyakorlat segítségével	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Tabu kártya	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Kézhygiénével kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Ebben az egyszerű, szórakoztató játékban a játékosoknak (minden csapatból egy fő) úgy kell válaszolniuk a játékvezető kérdéseire, hogy közben nem mondhatják ki a tiltott szót. A játékosok, akiket a későbbiekben kérdez a játékvezető, kimennek a teremből. Az osztály többi diákja a játék megkezdése előtt megegyezik abban, hogy egy – lehetőség szerint minél hétköznapiabb, egyszerűbb – szót tabunak nyilvánítanak. A játékosok bejönnek a terembe, és megismerik a tiltott szót, a tabut. Ezután a játékvezető bármiről kérdezheti a játékosokat, akiknek a válaszban el kell kerülniük a tiltott szót, a tabut. Ezután a játékvezető bármiről kérdezheti a játékosokat, akiknek a válaszban el kell kerülniük a tiltott szót. A kérdező persze megpróbálja úgy feltenni a kérdéseit, illetve úgy elterelni a figyelmet, hogy a válaszban rábírja a játékosokat a tabu kimondására. Aki kimondja a tiltott szót, vagy túl sokáig gondolkodik, miközben megpróbálja úgy formálni megkezdett mondatát, hogy kikerülhesse a tabu szót, az kiesik. Az nyer, aki utolsóként marad benn a játékban. A tiltott szavak a kézmosáshoz kapcsolódnak.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), játék, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, szövegalkotási képesség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Kézhygiénés interaktív óra tervezetének elkészítése
A tevékenység célja: Egy óvodás korosztálynak szóló kortársoktatási óratervezet kidolgozása az elsajátított tudásra, a megtapasztalt élményekre alapozva	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Papír, toll, esetleg mobiltelefon/számítógép, internet-hozzáférés	A játék, kísérlet stb. időigénye: 35 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Kézhygiénés szakmai ismeretek, gyakorlati tapasztalatok a kézhygiénével kapcsolatban	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A résztvevők kiválaszthatják, melyik korosztálynak szeretnének 45 perces interaktív foglalkozást tartani a kézhygiéné témakörében. Ennek az órának a vázlatát, tematikáját kell elkészíteniük a diákoknak. Milyen információkat szeretnének megosztani a kisebbekkel, és milyen módszereket alkalmaznának ehhez? Prezentációt nem kell készíteni. A tervezeteket az egész osztállyal közösen nézzük át, vitatjuk meg.	
Pedagógiai módszerek: Magyarázat, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), relaxációs módszerek, élménypedagógiai módszerek, vita, szemléltetés, kooperatív módszerek, kísérletezés	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Néma rajz
A tevékenység célja: A kézmosáshoz szorosan kötődő mozzanatok, tárgyak átisméltése, tudás elmélyítése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolászerűen: Papír, toll/ceruza	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Kézhygiénével kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Mindenki választ magának egy párt. (Ha páratlan számú résztvevő van, akkor az egyik kortársoktató bekapcsolódik a játékba.) Közös en eldöntik, hogy milyen tevékenységet vagy tárgyat (tárgyakat) rajzolnak le, ami kapcsolódik a kéz tisztaságához (pl. kézmosás, szappan, törülköző). Közös en, némán elkészítik.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, fejlesztő értékelés, művészeti tevékenység, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Páros	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, segítőkészség kialakítása, elmélyítése, érdekérvényesítési készségek gyarapítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Mocorgó bingó
A tevékenység célja: Mozgásos játék kiegészítése a kézmosás mozdulatsorának gyakorlásával	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolászerűen: Bingótérkép (annyi darab, ahány gyerek van a csoportban), csomagolólap, színes ceruzák, filctollak	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Mozgásos játék ismerete, a kézmosás mozdulatsorának begyakorlása	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Mozgásos játék annak érdekében, hogy a diákok utána jobban tudjanak figyelni az elméleti és gyakorlati feladatokra, de egyben gyakorolják a kézmosás mozdulatsorát is. Amennyiben szükséges, a bingó játék szabályainak elmagyarázása. A bingótérképen különböző mozgásformák lesznek feltüntetve egy 3×3-as négyzettérképen. Akinnek a tevékenységét kihúzzák, megcsinálja az ott leírt feladatot (pl. öt guggolás + a kézmosás mozdulatsorai), majd megjelöli egy X-szel a tevékenységet rejtő négyzetet. Akinél átlósan, sorban vagy oszlopban a leghamarabb kijön három X, az nyert.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), játék, verseny, mozgásos feladat elvégzése utasítások alapján	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése, mozgáskoordináció fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Láncvers alkotása
A tevékenység célja: A kézhigiéne témájára történő ráhangolódás elősegítése. A verbális kommunikáció fejlesztése versírással.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Lap, toll	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: –	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Láncvers alkotása – 1. variáció: Minden asztalon lesz egy lap, amelyikre a 4-6 fős csapatok elkezdik írni a kézmosó verset. Az első körben minden csapatnak csak egy sort ír. Ha beleférnek a játékmester által megszabott időbe (legfeljebb 13 perc), ezt követően több körben írhatnak a csapatok még egy-két-három sort. Láncvers alkotása – 2. variáció: Minden asztalon lesz egy lap, amelyikre az első csapat (4 fő/csoport) elkezd írni a kézmosó vers első sorát. Ha készen van, továbbadja a lapot a következő csapatnak. Így (az osztály létszámától függően) 7-8 soros verset alkotnak. Felolvassuk a humoros alkotásokat.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), művészeti tevékenység, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Borskísérlet
A tevékenység célja: Annak tudatosítása, miért nem elég csak a víz, miért kell szappan a helyes kézmosáshoz	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolászerűen: Tálkák, víz, őrölt bors, fülpálcika, folyékony szappan, papírtörülő, egy nagyobb üveg, lavór a kísérlethez használt víz kiöntéséhez	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A helyes kézmosással kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A játékmester elmagyarázza, hogy a tálkában lévő víz a kézen lévő bőrt jelképezi. Óvatosan őrölt borsot szór a vízbe úgy, hogy a bors fennmaradjon a víz felszínén. Elmondja, hogy a bors az ártalmas mikrobákat jelképezi, amelyeket le akarunk mosni. Egy önkéntes segítő egy fogpiszkáló végével megkavarja a borsos vizet. A borszemek továbbra is a víz felszínén lebegnek filmréteget képezve. Ez azt jelenti, hogy a szappan nélküli kézmosással csak mozgatjuk a kezünkön a mikrobákat. Ezután a fogpiszkáló végét folyékony szappanba, majd a borsos vízbe mártjuk. A fogpiszkálóval nem kell megkeverni a vizet, elég csak belemártani. Ekkor a borszemcsék szétugranak a fogpiszkáló körül, és a tál szélei felé mozognak. A játékmester elmagyarázza, hogy ez a kísérlet megmutatja, miért fontos a szappan használata kézmosáskor: a szappan feloldja a bőrünk felszínén természetes módon jelen lévő zsíros felületet (amelyben a mikrobák megtapadhatnak), így a szappanos vízzel hatékonyan leöblítjük, azaz eltávolítjuk a mikrobákat.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, magyarázat, fejlesztő értékelés, szemléltetés, kísérletezés, vizuális észlelés, differenciálás	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kommunikációs képességek fejlesztése, beszédképesség fejlesztése, megfigyelőképesség, elvont gondolkodás fejlesztése, tartós, szándékos figyelem fejlesztése	
Egyéb fontos információ: Amennyiben óvodai foglalkozást tartunk, a csoportlétszám lehetőleg ne haladja meg a húsz főt. A középiskolás és a felnőtt korosztálynál már felidézhetjük a fizikai, kémiai ismereteket (felületi feszültség, poláris polárisban, apoláris apolárisban oldódik).	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Memóriajáték
A tevékenység célja: Ráhangelés az elsősegélynyújtás témájára, figyelem- és memóriafejlesztés	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: A felolvasandó történet kinyomtatva/csoport	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Elsősegélynyújtási ismeretek, érthető beszéd	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Körben ülünk. Az első tanulónak felolvasunk egy rövid szöveget egy balesetről úgy, hogy csak ő hallja. Ezt továbbadja a következő tanuló fülébe. Így folytatjuk egészen az utolsó tanulóig, aki hangosan elismétli, amit hallott. A játékot többször meg lehet ismételni a gyerekek sorrendjének megváltoztatásával.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, leírás (vizuálisan, verbálisan), játék	
Tanulási forma: Kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincsbővítés, kommunikációs képességek fejlesztése, érzelmi nevelés, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Zajminták elemzése
A tevékenység célja: A megfigyelőkészség fejlesztése, az érzékelés szavakba öntésének fejlesztése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Ablakos terem vagy szabad tér	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Empátia, határozottság	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Kinyitunk egy ablakot. Csukott szemmel mindenki 2 percig hallgatja a külső zajokat, majd becsukjuk az ablakot. Ezután mindenki elmondhatja, hogy mit hallott. Csoporton belül megbeszéljük a tapasztalatokat.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, leírás (vizuálisan, verbálisan), beszélgetőkör, élménypedagógiai módszerek, szemléltetés	
Tanulási forma: Kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, szókincsbővítés, kommunikációs képességek fejlesztése, önismeret fejlesztése, szövegalkotási képesség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Érzelmi rejtvény
A tevékenység célja: Empátia, együttérzés fejlesztése. (Az egészségügyben különösen nagy szerepe van.)	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: Kártyák érzelmekkel feliratozva/csoportlétszám	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Empátia, jó kommunikációs készség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Kisebb csoportokban mindenkinek kiosztunk egy kártyát, amelyre egy érzelem van írva. Ezt kell nonverbális jelekkel megjeleníteni a csoport többi tagja előtt egyesével, egymás után. A többieknek pedig ki kell találniuk. A játék addig tart, amíg mindenki be nem mutatta a saját kártyáján lévő érzelmet. A kártyákat egy újabb körben újra kioszthatjuk. Hívjuk fel rá a figyelmet, hogy nem csak mimikával tudjuk kifejezni magunkat, hozzátartozik a testtartás is, illetve a gesztusok. Milyen az a személy aki ...? Milyen nehézségekbe ütközhetünk az érzelmek kifejezésénél?	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, leírás (vizuálisan, verbálisan), játék, drámapedagógiai módszerek, megbeszélés, szemléltetés	
Tanulási forma: Kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, érzelmi nevelés	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Emberi logók
A tevékenység célja: Az önismeret és a kreativitás fejlesztése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Üres kítűzők, üres lapok a résztvevőknek, tollak, színes filcek	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Határozottság, emberismeret, empatikus megnyilvánulás	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A csoport háromfős kisebb csoportokra oszlik. A triád egyik tagja félrevonul, míg a másik kettő egy olyan logót tervez neki, ami jól szimbolizálja a tulajdonságait, személyiségét, gondolkodását, bemutatja csoportbeli viselkedését. A félrevonult harmadik eközben megpróbálja elképzelni, milyen logót terveznek neki a többiek, és elképzelését feljegyzi egy papírra. Ha a logó elkészült, egy másik csoporttag vonul félre. Ugyanaz történik, mint az első esetben, végül hasonló módon a harmadik személynek is elkészítik a kítűzőt. Ha készen vannak, tisztázzák, ki mit és miért kapott, és ez mennyire felelt meg előzetes elképzeléseiknek, elvárásaiknak. Együtt megpróbálják tisztázni, hogy ezek egybeesése vagy eltérése a valóságtól mire vezethető vissza. Ezután összegyűlik a teljes csoport. Mindenki felteszi a kítűzőt, és körbejár kb. 2-3 percig, hogy mindenki mindenkiét láthassa. Majd megbeszélik az érzéseiket, benyomásaikat, a tanulságokat.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, leírás (vizuálisan, verbálisan), visszajelzés, fejlesztő értékelés, művészeti tevékenység, élménypedagógiai módszerek, megbeszélés, vita, szemléltetés, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Kiscsoportos, páros	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, önismeret fejlesztése, érzelmi nevelés, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: –	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Mobilfüggőség
A tevékenység célja: A mobilfüggőség káros hatásainak bemutatása egy rajzfilm (https://www.youtube.com/watch?v=wUW1wjlKvmY) megtekintésén és a látottak megbeszélésén keresztül	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Számítógép, projektor, wifi	A játék, kísérlet stb. időigénye: 8 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A mobilfüggőséggel, általában a függőséggel kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Steve Cutts <i>Cell phone addiction</i> című kisfilmjének közös megtekintése. A csoporttal közösen történik meg a látottak megbeszélése, a téma feldolgozása. „Mit láthattunk a videón? Mennyire valóságos ez a mai világban? Mit gondoltok róla? Ti ezt érzékelitek? Ti mennyire vagytok tudatos mobilhasználók?”	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, megbeszélés, vita	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, önismeret fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Internetfüggőség
A tevékenység célja: Az internetfüggőség bemutatása, tudatosítása. A függőség elkerülésének lehetőségei (pl. https://www.youtube.com/watch?v=-eOCjgcqpO8).	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Számítógép, projektor, hangszóró, wifi	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Internetfüggőséggel kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A film megtekintése után a csoport megvitatja a látottakat. Majd a kortársoktató megoszt néhány adatot az internetfüggőkkel kapcsolatban. Az internetfüggők aránya az internetező fiatalok teljes körében nagyjából 8–10% körül mozog a világon. Kialakulásában elsődleges szerepet játszanak az internet sajátosságai: az információkhoz való könnyű és gyors hozzáférés, virtuális közösségek kialakulása (kapcsolatteremtés, kommunikáció úgy, hogy az egyénnek nem szükséges felfednie valódi azonosságát stb.). Az internetfüggőség fokozatosan alakul ki, végül megszűnik a számítógépen kívüli világ. Az ilyen emberek sokszor magányosak, depresszióra hajlamosak. A kortársoktató ismerteti az internetfüggőség tüneteit, a megelőzés lehetőségeit. A résztvevőkkel beszélgetnek az otthoni internetezési szokásokról/szabályokról. „Nálatok otthon vannak szabályok az internethasználatra vonatkozóan? Melyek ezek? Ha nincsenek, akkor szerintetek hogyan lehet elkerülni, hogy túl sokat interneteztetek?”	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, beszélgetőkör, vita	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, önismeret fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Körlapszemléltető
A tevékenység célja: Annak szemléletes bemutatása, hogy milyen arányban lesznek a fiatalok internetes zaklatás áldozatai	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Kivágott, kör alakú lap	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Az internetes zaklatással kapcsolatos ismeretek	
<p>Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: „Ez a kör jelenti a tinédzsereket, vagyis a tinédzserek számát. Ez a kör a 100%-ot jelenti, tehát az egészet.” Kétszeri félbehajtás után mutatjuk a negyedét: „A 11–19 éves korosztály körülbelül negyede van kitéve netes zaklatásnak minden egyes iskolaévben.” Körlap visszahajtása félbe: „Ennyien vannak azok, akik voltak már elkövetők szemtől szembe vagy online. Ők általában azért teszik ezt, mert félnek, hogy velük tennék ugyanezt. Ne felejtsetek, hogy aki agresszív, az fél a legjobban. Magatartáskutatók szerint minél több időt töltenek a gyerekek a neten, annál nagyobb az esélye, hogy zaklatás áldozataivá váljanak.” Megbeszélés. Szerintetek mi az, ami már zaklatásnak számít? Hogyan lehet valakit zaklatni? Szerintetek melyik fáj jobban egy fiatalok számára? Amikor csúnyát mondanak neki, vagy amikor meg is ütik? Szerintetek mikor kezdődnek el a zaklatások? Először a neten, vagy például egy közösségben, csoportban, osztályban, tehát szemtől szembe? Mit gondoltok, a zaklatók miért használhatnak álnevet az interneten? Ez szerintetek biztosan megakadályozza, hogy lebukjanak?</p>	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, megbeszélés, vita	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, önismeret fejlesztése, érzelmi nevelés	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: A Facebook veszélyei
A tevékenység célja: A Facebook veszélyeinek bemutatása és tudatosítása. A veszélyek csökkentésének lehetőségei. Egy kisfilm (https://www.youtube.com/watch?v=5ha0E-oJrOw) segítheti a téma feldolgozását.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 4 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: Számítógép, projektor, hangszóró, wifi	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A Facebook felhasználási feltételeit összefoglaló szabályzat, valamint a beállítások ismerete	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A videó lejátszása után arról beszélgetünk, milyen veszélyeket rejt magában, ha bárki megnézheti a profilunkat. A tanulók készüljenek fel egy beszélgetésre egy barátjukkal, aki eddig nem volt Facebook-felhasználó. Fél a regisztrációtól, ugyanakkor tart attól, hogy kevesebb lesz az ismerőse, barátja, ha nem facebookozik. Milyen tanácsokat adnának neki? Ismerik-e a felhasználói feltételeket, a beállítási lehetőségeket?	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, magyarázat, megbeszélés, vita, szemléltetés	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kommunikációs képességek fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Rongyablás
A tevékenység célja: A diákok játékos formában megtapasztalják, milyen érzés, ha elvesznek tőlük valamit. A játék az adatlopással kapcsolatos téma felvezetője.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Rongyok	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Adatbiztonsággal kapcsolatos ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: „Mindenki kapni fog egy-egy rongyot. Kérlek, vegyétek elő azokat a törölközőket, amiket magatokkal hoztatok. Be kell tűrnötök a nadrágotok derekába a csücskét. Lehetőleg leghátulra, hiszen guggolva kell majd közlekednetek. A cél az, hogy elvegyétek egymástól a rongyokat. Ha elkoboztatok egyet valakitől, akkor a meglévő mellé kell rakni.” A résztvevők guggoljanak le egymástól távolabb. Akitől elvették a rongyot, az kiáll. A végén csak a győztes marad. „Kinek van ötlete, hogy hogyan kapcsolódhat ez a játék az internetezéshez? Mit szólnátok, ha azt mondanám, hogy ezek a rongyok a ti adataitok voltak (név, kor, lakcím, telefonszám stb.)?” „Ebben a játékban így nézve egyáltalán nem voltak nyertesek. Talán a játék miatt most élveztétek, de a valóságban ezek a történések roppant veszélyesek. Ugyanis amikor regisztráltok vagy fiókot csináltok valahol, akkor körültekintően kell megadni ezeket az adatokat. Meg szoktátok adni mindenhol az adataitokat?” „Van olyan barátotok, ismerősötök, akit csak a netről ismertek? Adtatok már meg nekik személyes adatokat?” (Pl. hány évesek vagytok, mikor születettek, hogy hívják a szüleiteket, hol laktok.)	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, magyarázat, játék, megbeszélés	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, érdekérvényesítési készségek gyarapítása	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Ki mit tudjon rólam?
A tevékenység célja: Felhívni a diákok figyelmét arra, milyen fontos az adataink, a velünk kapcsolatos információk védelme	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: Számítógép, projektor, wifi	A játék, kísérlet stb. időigénye: 8 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Adatvédelemmel kapcsolatos ismeretek, az adatvédelmi szolgáltatások beállításával kapcsolatos tudás	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A https://www.youtube.com/watch?v=5ha0E-oJrOw linken található videó lejátszása után beszélgetés. Veszélyes lehet, ha a profilunkat bárki megnézheti, esetleg azt is látja, hogy miket posztolsz magadról, mikor születted, hol laksz, milyen iskolába jársz, kik a szüleid. Így könnyen megtalálhat egy olyan ember is, aki egyébként nem is ismer. Csak olyanoknak érdemes engedélyezni, hogy az ismerősünk legyen, akit valóban ismerünk. Be lehet állítani a Facebookot (privát fiók), hogy ki lássa a profilunkat, ha esetleg nem szeretnénk, hogy olyan emberek is lássák, akiket nem ismerünk. (Ha van rá idő, be lehet mutatni, hogyan kell csinálni.) Ha nem otthon jelentkezünk be, mindig győződjünk meg arról, hogy kiléptünk-e, illetve, hogy az idegen gép nem mentette el a jelszavunkat.	
Pedagógiai módszerek: Fejlesztő értékelés, beszélgetőkör, esettanulmány feldolgozása, megbeszélés, szemléltetés	
Tanulási forma: Frontális, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, érdekérvényesítési készségek gyarapítása	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Váratlan meglepetés
A tevékenység célja: Annak bemutatása, hogy az interneten történő ismerkedés, beszélgetés több veszélyt, kellemetlenséget rejt magában	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Számítógép, projektor, wifi	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Az internetes ismerkedés veszélyeinek és az elhárításukat szolgáló óvintézkedéseknek az ismerete	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Videó a két testvéréről. Vita arról, milyen veszélyei lehetnek annak, ha az interneten ismerkedünk. Mire ügyeljünk, ha olyan emberrel beszélgetünk a világhálón, akivel még nem találkoztunk? „Tegye fel a kezét, aki már beszélgetett az interneten olyan személlyel, akivel még nem találkozott! Ti mit csinálnátok ilyen helyzetben? Találkoznátok velük?” Ha igent mondanak, írják le csoportonként, hogy ezt hogyan tennék meg, majd egyikük olvassa fel. Összegzés. Soha ne adjuk meg a címünket, se más személyes adatot. Mit gondoltok, mi lehet a következménye annak, ha mindent megosztunk egy ismeretlennel? Következmények: visszaélés az adatainkkal, követni kezd, belép az életünkbe anélkül, hogy ezt szeretnénk. Esetleges molesztálás: tolakodóan udvarol, olyan ajánlatokkal üldöz, ami nekünk nem tetszik. Ha találkozni szeretnénk személyesen az „idegennel”, akkor a találkozás helyszíne egy forgalmas, nyilvános hely legyen, ahol baj esetén könnyen kaphatunk segítséget. Kérjük meg egy barátunkat, ismerősünket, hogy kísérjen el, és távolabbról felügyelje az első személyes találkozást.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, fejlesztő értékelés, megbeszélés, videó levetítése	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, érzelmi nevelés, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Add tovább!
A tevékenység célja: Az adatvédelem fontosságának tudatosítása játékos módon	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközигény felsorolásszerűen: Boríték, lap, toll	A játék, kísérlet stb. időigénye: 10 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: –	
<p>Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Körben állunk az osztályban, mindenkinek a kezében van a saját telefonja. A telefonokat mindenki odaadja a jobb oldali szomszédjának, aki megnézheti, hogy van-e valamilyen biztonsági zár a készüléken (jelszó, ujjlenyomat). Kié van lezárva? Kiválasztunk két önként jelentkezőt az osztályból, ők kimennek a teremből. A többiekkel megbeszéljük a haditervet. Készítünk két borítékot, amelyekben a két játékra jelentkezett gyerekről vannak információk (valami egyszerű, nem túl bizalmas, de nem is olyan, amit mindenki tud). Az információkat beletesszük egy-egy borítékba. Sorsolással kiválasztjuk az egyik borítékot. Ezt a borítékot erősen lezárjuk (leragasztjuk, összetűzzük), a másikat lezárás nélkül hagyjuk. A gyerekek szépen lassan körbeadják a két borítékot, hogy a két kiemelt emberhez ne jusson el, ne is szerezzenek róla tudomást. A nyitott borítékban lévő információt minden érdeklődő megnézheti. A végén összegyűjtjük az egyik diákról szerzett információkat. A két játékos dönti el, melyiküket jellemzik az elmondottak. Nekik is elmondjuk, hogy az egyik borítékot lezártuk, a másikat viszont szabadon megnézhetette mindenki. Így demonstráljuk, hogy milyen egy védett és egy védtelen fiók, profil az interneten.</p>	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), játék, megbeszélés, szemléltetés	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos, egyéni	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	


Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Online közösségi etikett (I-kódex)
A tevékenység célja: Az online közösségi tér magatartási szabályainak megfogalmazása	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Papír, toll, előre elkészített táblázat	A játék, kísérlet stb. időigénye: 15 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: A helyes online közösségi etikett ismerete	
<p>Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Képzeljétek el, hogy létrehoztok egy online közösséget az interneten (pl. Viber- vagy Facebook-csoportot). Társaiddal együtt ti határozhatjátok meg, hogy a csoport milyen szabályok szerint működjön, vagyis például milyen viselkedést fogadtok el, milyen viselkedéseket nem fogadtok el. Kérjük, hogy csoportotokban alkossatok egy I-kódexet. Alkossatok legalább hat, legfeljebb tíz szabályt úgy, mint a törvényhozók a parlamentben. Pontosan írtok le a magatartást, cselekvést (pl. csúnya, trágár szavak használata a Viber-csoportban), illetve, hogy ez 1) tilos, 2) kerülendő, 3) mindenképpen követendő vagy 4) megengedett. Mi a következménye bizonyos cselekedeteknek? (Például nagyon csúnya, trágár szóhasználat után minden alkalommal figyelmeztetés, majd háromszori figyelmeztetés után automatikus kizárás a csoportból.) Az I-kódex kifejezésben szerepel a „kódex” szó. A kódex szó jelentéséről röviden: a kódex lehet kézzel írott könyv, főként a középkorban készítették ilyeneket. De lehet – és mi most ezt a jelentését alkalmazzuk – követendő normák, szabályok gyűjteménye, amelyek meghatározzák, hogy melyek a kívánatos, mindenki által követendő magatartásformák, és melyek azok, amelyeket nem szabad, sőt egyenesen tilos gyakorolni. Amikor a gyerekek elkészültek, minden csoport olvassa fel saját szabályrendszerét. A kortársoktató összegezze az I-kódexek tartalmát, vonja le a tanulságokat.</p>	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), megbeszélés, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	

Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Plakátkészítés
A tevékenység célja: A kreativitás és a kommunikációs képességek fejlesztése a cél, miközben a tanulók egy tudatos internethasználatra buzdító plakátot készítenek	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Csomagolópapír, filctoll, zsírkréta, telefon interneteléréssel	A játék, kísérlet stb. időigénye: 30 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: –	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A csapatoknak egy tudatos internethasználatra buzdító plakátot kell készíteniük. Munkájukhoz segítségül hívhatják az internetet is az ötletek gyűjtéséhez, ha saját kútforrásból nem sikerül elkezdniük. A neten fellelhető plakát egy az egyben történő másolása tilos. A plakáton lehet szöveg és ábra is.	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), művészeti tevékenység, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, vizuális készség fejlesztése, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	

Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Mit tennél? – szituációs játék
A tevékenység célja: Annak megjelenítése, hogy az online térben kialakuló élethelyzetekben mit tennének a diákok. Kreativitás, érdekérvényesítés, önvédelmi képesség fejlesztése.	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Papír, toll, telefon, számítógép/laptop, hangfal, projektor, feladatkártya	A játék, kísérlet stb. időigénye: 35 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: –	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A résztvevők húznak a különböző feladatkártyák közül. Minden kártya más és más élethelyzetet ír le. A csapatok feladata, hogy elmondják a véleményüket a szituációról, az értékelést követően pedig megfelelő problémamegoldási javaslattal álljanak elő. A szituációs feladatok: 1. Egy hete megismerkedtél egy lánnyal (nővel) vagy fiúval (férfival) az interneten. Szeretne veled találkozni, amikor senki más nincs otthon, vagy egy elhagyatott helyre hív, vagy szeretne elmenni érted az iskolához (a munkahelyedhez), és hazavinne autóval. Mit tennél ilyenkor? Ha segítséget kérnél, kitől, honnan? 2. Feltörök az Instagram-/Facebook-oldaladat. Hogyan előzheted volna meg? Mit tennél? 3. Verbálisan zaklatnak téged/titeket. Mit tennétek ebben az esetben? 4. Megvernek téged, amit videóra vesznek, és feltöltik a YouTube-ra/Facebook-ra. Emellett többen végignézik az esetet, vagy megosztják a készített kisfilmet. Mit tennél ebben az esetben? Jeleznéd-e? Ha jeleznéd, akkor kinek? Jeleztél-e már hasonló esetet? Tudod-e, hogy hol kell jelenteni az ilyen eseteket? 5. Egy általad követett influenszer megkeres téged, mert tetszik neki a profilod, és úgy gondolja, hogy belőled is jó influenszer válna. Feladatod csupán a termékek reklámozása és gyakori posztolása. Elvállalnád-e? Indokold a döntésedet! Kérnél-e tanácsot valakitől? Ha kérnél, akkor kitől?	
Pedagógiai módszerek: Leírás (vizuálisan, verbálisan), megbeszélés, vita, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	

Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Légy te is kortársoktató!
A tevékenység célja: A diákoknak el kell készíteniük egy általuk megtartandó internetbiztonsági interaktív óra (45 perc) vázlatát, amelyet alsós vagy felsős általános iskolásoknak tartanak meg	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolásszerűen: Toll, papír, telefon, internet-hozzáférés	A játék, kísérlet stb. időigénye: 30 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 14–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Az internetbiztonsági interaktív foglalkozás megtartásához kapcsolódó ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A csapatok eldöntik, hogy melyik korcsoport részére szeretnének órát tartani. A diákok saját tapasztalataikra, élményeikre építve, továbbá internetes kutatómunka felhasználásával információkat, foglalkoztató feladatokat, játékokat, szemléltető anyagokat gyűjtenek. Ezek alapján állítják össze a megtartandó internetbiztonsági interaktív óra (45 perc) vázlatát. A konkrét tanítási óra tervezetét nem kell elkészíteni, csak a program során alkalmazott foglalkozáselemeket, játékokat kell felsorolni úgy, hogy betervezik a megvalósításhoz szükséges időtartamokat is.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, visszajelzés, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), megbeszélés, kooperatív módszerek	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	

Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Csoportalakítás fogalomkártyákkal
A tevékenység célja: A kommunikáció és a hírközlés fejlődésének áttekintése, illetve elképzelések megbeszélése a jövőről	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigeény felsorolás szerűen: Szókérték a csapatok számának függvényében, írószerek. Őskor: piktográfia, barlangrajz, füstjel, hieroglifák, rovásírás, szó/szótag 200–300 év: lovas hírnök, vándordíákok, postagalamb, virágnyelv, legyezőnyelv, postakocsi 100–150 év: postavonat, telegram	A játék, kísérlet stb. időigénye: 25 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Jó kommunikációs készség, alapvető történelmi és hírközlési ismeretek	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: A kártyákon egy-egy történelmi kor jellemző kommunikációs, illetve hírközlő formáit jelölő fogalmak szerepelnek. A tanulók a véletlenszerűen húzott kártyához igyekeznek megkeresni a korban hozzáillő fogalmakat, és velük alkotnak egy csoportot. A csoportban egy-egy kortársoktató irányításával megbeszéljük, illetve az internet segítségével összegyűjtjük a kártyáikon szereplő fogalmak jelentését. A felkészülés után a csoportok bemutatják az adott történelmi kort.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, leírás (vizuálisan, verbálisan), magyarázat, gyakorlás, tevékenység (gyűjtőmunka, kutatás), megbeszélés, vita, szemléltetés, ötletroham (brain-storming), előadás	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, szókinccsbővítés, kreativitás kibontakozása és fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	

Program: 	A program során alkalmazott tevékenység, játék, kísérlet stb. rövid megnevezése: Internetes piramis
A tevékenység célja: Az internethasználati szokások felmérése, az ebben rejlő veszélyek megbeszélése	
Célcsoport életkora: Tíz éven felüliek	Célcsoport max. létszáma: 30 fő
Eszközigény felsorolás szerűen: Háromszögrajzos papírlapok, színes kréta, cellux, ragasztó, post-it, számítógép, projektor	A játék, kísérlet stb. időigénye: 45 perc
(Kortárs)oktatók életkora (-tól -ig): 15–22	(Kortárs)oktatók játék, kísérlet stb. lebonyolításához szükséges létszáma: 4 fő
Oktatók előzetes tudásszükséglete, speciális tulajdonságai: Az internethasználattal kapcsolatos ismeretek, jó kommunikációs képesség	
Játék, kísérlet stb. pontos és érthető leírása lépésről lépésre: Az első 15 percben: kisebb csoportokban megbeszélik az internettel kapcsolatban, hogy mit használnak a legtöbben, és ezeket beírják az üres piramisrajzba. Ezeket a piramisokat a táblára kiragasztva, közösen átbeszélve megalkotják az osztály „piramisát”. A következő 30 percben: csoportokban az internet veszélyeit gyűjtik össze kis post-itekre. Ezeket a táblán a piramisrajzhoz társítva (ahol lehet) nagy csoportban tisztázzák, majd elmondják, mi ezekre a megoldás, a megadott internetes oldalakat felhasználva.	
Pedagógiai módszerek: Megfigyelés, leírás (vizuálisan, verbálisan), visszajelzés, fejlesztő értékelés, kiállítás, megbeszélés, vita, szemléltetés, közösségi oldalak elemzése	
Tanulási forma: Frontális, kiscsoportos	
Célcsoport tudás-, készség-, képességfejlesztésének megnevezése: Tudásfejlesztés, attitűdformálás, egészségmagatartás pozitív irányba történő változásának elindítása, szókincs bővítés, vizuális készség fejlesztése, kommunikációs képességek javítása, önismeret fejlesztése, érzelmi nevelés, csapatmunka, együttműködési készség fejlesztése	
Egyéb fontos információ: https://www.kek-vonal.hu/index.php/hu/szolgalatasok/internetbiztonsag/395-internetes-zaklatas ; http://mipszi.hu/cikk/110104-elektronikus-zaklatas-cyberbullying	