



KA2020 - 2021-2-AT01-KA220-SCH-000049389

Tegyük Európa Jövőjét Fenntarthatóbbá! – Szimuláció-alapú tananyag iskolák számára

# **Tanári eszköztár**

## **Az UpToYou szimulációs program kiegészítése**

Írta: Dr. Suhajda Éva Virág, Lukács Gabriella, Illés Zsuzsa, Michalina Kułakowska, Aleksandra Solińska-Nowak, Hubert Brychczyński, Amanda Anthony



## Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék .....	2
BEVEZETÉS .....	3
A Tanári eszköztár a projekt keretében .....	3
Kinek szól az eszköztár? .....	4
2. A TÁRSADALMI SZIMULÁCIÓ ELMÉLETI HÁTTERÉNEK MEGÉRTÉSE.....	7
A társadalmi szimulációk használata.....	8
Társadalmi szimulációk és az FFC-k.....	11
A szimuláció előtt .....	17
Tervezés a szimuláció lejátszása előtt .....	17
A facilitátor hozzáállása - az Ön szerepe .....	17
Tevékenységek a diákok bevonására .....	18
A szimuláció során.....	21
A szimuláció után .....	23
Az érzelmek ventillálása .....	23
Tapasztalatok végiggondolása .....	24
Kapcsolatot teremteni a szimuláció és a való világ között.....	27
TOVÁBBI OKTATÁSI TEVÉKENYSÉGEK .....	28
Kapcsolatteremtő tevékenységek, az érzelmi intelligencia fejlesztése .....	28
Az együttműködés javítását célzó tevékenységek .....	34
A felelősségvállalás javítását célzó tevékenységek .....	38
Az ökológiai gondolkodás fejlesztését célzó tevékenységek .....	42
Módszertani ajánlások .....	49
1. SZÁMÚ FÜGGELÉK .....	54
2. SZÁMÚ FÜGGELÉK .....	56
3. SZÁMÚ FÜGGELÉK .....	57

## BEVEZETÉS

Gyorsan változó világunkban, amikor olyan sürgető környezeti kihívásokkal kell szembenéznünk, mint az éghajlatváltozás, a biológiai sokféleség csökkenése és az erőforrások kimerülése, alapvető fontosságú, hogy diákjainkat olyan tudással, készségekkel és gondolkodásmóddal ruházzuk fel, amelyek szükségesek ahhoz, hogy felelős világpolgárrá váljanak.

Ennek az igénynek a kielégítésére a *Tegyük Európa Jövőjét Fenntarthatóbbá!* – Szimuláció-alapú tananyag iskolák számára projekt keretében egy átfogó, játékalapú tanulási és tanítási programot dolgoztunk ki a fenntartható fejlődésről középiskolák számára, megkönnyítve a téma tantárgyközi oktatását. A tanulási program elősegíti az európai fiatalok állampolgári kompetenciáinak fejlődését, tudatosítja bennük a globális kihívásokat, és arra ösztönzi őket, hogy aktív döntéshozókká váljanak. A tanulási program olyan megoldásokat kínál, amelyek megfelelnek az iskolai oktatás magas színvonalú és innovatív, szabad hozzáférésű digitális tanulási források iránti igényeinek. E megközelítés biztosítása érdekében az összes anyagot a tanárokkal és az iskolák diákjaival együttműködve, a résztvevők széles körének bevonásával fejlesztettük ki.

A program a következő forrásokból áll:

- Az "Up to you! Szimuláció - digitális társadalmi szimuláció az FFC-kre (Fenntartható Fejlődési Célok) összpontosítva
- Tanári eszköztár – gyakorlati képzési anyag tanárok számára
- Digitális tananyagok – digitális, interaktív tananyagok a diákok számára
- Online tanulási felület – szabad hozzáférésű felület, ahol minden anyagstrukturáltan kerül bemutatásra
- Moderátor Kézikönyv – kézikönyv a technikai megvalósításról

## A Tanári eszköztár a projekt keretében

A projekt részeként büszkén mutatjuk be az UptoYou Tanári eszköztárat – egy olyan átfogó segédanyagot, amely segíti a pedagógusokat abban, hogy előmozdítsák diákjaik körében a fenntarthatósággal kapcsolatos tudatosságot és cselekvésre ösztönözzék őket. A Tanári eszköztár része a projektben kifejlesztett eszközgyűjteménynek – az oktatási anyagok, tevékenységek és stratégiák úttörő gyűjteményének, amely kifejezetten olyan tanárok számára készült, akik a fenntarthatóság témáját igyekeznek beépíteni az osztálytermi oktatási gyakorlatukba. A szenvedélyes pedagógusokból, környezetvédelmi szakértőkből és a tantervek szakértőiből álló csapat által kifejlesztett eszközkészlet olyan

források gazdag tárházát kínálja, amelyek a fenntarthatósági elveket zökkenőmentesen integrálják a különböző tantárgyakba és évfolyamokba a 14-19 éves diákok számára.

Az eszköztár célja, hogy elősegítse a 17 Fenntartható Fejlődési Cél holisztikus megértését, amelyek magukban foglalják a világunk egymással összekapcsolt környezeti, társadalmi és gazdasági dimenzióit. Módszerei a tanulókat kritikus gondolkodásra, az összetett környezetvédelmi kérdések felfedezésére, és egy olyan jövő elképzelésére ösztönzik, ahol a fenntartható gyakorlatok jelentik a normát. A környezeti felelősségtudat és a társadalmi felelősségvállalás erősítésével képessé tesszük a diákokat arra, hogy a változás aktív szereplőivé váljanak, akik képesek egy zöldebb, igazságosabb jövő kialakítására – és készen állnak arra, hogy sikeresek legyenek az UptoYou! Szimulációs programban.

Az Eszköztárat sokoldalúsága és felhasználhatósága teszi különlegessé. Felismerve a pedagógusok különböző igényeit, az Eszköztár a források széles skáláját kínálja, a lecketervektől és osztálytermi tevékenységektől kezdve a multimédiás anyagokig. Akár természettudományt, társadalomtudományt, nyelvi, művészeti vagy bármely más tantárgyat tanít, értékes anyagokat talál, amelyek zökkenőmentesen integrálják a fenntarthatósági koncepciókat a tantervbe, és segítik az Up to You! Szimuláció hatékony felhasználását tanórákon.

Az Eszköztár emellett elősegíti az interdiszciplináris tanulást, és arra ösztönzi a pedagógusokat, hogy a fenntarthatósági kihívások megoldása érdekében tantárgyak közötti együttműködéssel dolgozzanak együtt. Útmutatást nyújt a tantárgyközi projektekhez és a közösségi szerepvállalási kezdeményezésekhez, valamint bemutat a szimuláción alapuló esettanulmányokat, lehetővé téve a diákok számára, hogy a fenntarthatósági elvek relevanciáját és alkalmazását a mindennapi életükben is megtapasztalják.

Az Eszköztár továbbá túlmutat az elméleten, gyakorlati útmutatást és támogatást nyújt. Szakmai fejlesztési forrásokat, képzési anyagokat és bevált gyakorlatokat biztosít a pedagógusok számára a fenntarthatósági oktatásnak a tanítási gyakorlatba való integrálásához. Ezekkel az eszközökkel a tanárok bővíthetik saját fenntarthatósági ismereteiket, és magabiztosan navigálhatnak az osztályteremben, inspirálva és megerősítve diákjaikat a tanulási útjukon.

## Kinek szól az eszköztár?

- 14-19 éves diákok tanárai (hagyományos és alternatív középiskolák, integrált vagy inkluzív oktatásban részt vevő)

intézmények)

- tanárok, akik új ötleteket szeretnének megvalósítani a fenntarthatósági oktatásban
- olyan tanárok, akiknek személyes érdeklődésük fűződik a fenntarthatósághoz, és akik szeretnék felkelteni diákjaik érdeklődését a téma iránt
- hasonló nézeteket valló ifjúságsegítők
- az oktatási rendszer döntéshozói
- pályakezdő tanárok, kutatók, pedagógusok, akiket érdekel a fenntarthatóság oktatási megközelítése.

A fő cél a fenntarthatósággal kapcsolatos **attitűdformálás**, beleértve a **rendszer szemléletű gondolkodást** és a **felelősségvállalást**. Ez leginkább az **érzelmi és szociális készségek** fejlesztésével érhető el, és a 17 globális célhoz kapcsolódik.

A szemléletformálás mellett átfogó ismereteket nyújtunk a fenntarthatóságról, pontosabban 17 globális célról.

Az eszköztár a szimulációhoz kapcsolódó offline és online gyakorlatokat tartalmaz, amelyek felhasználhatók az érzelmi intelligencia, az együttműködés, a környezettudatos gondolkodás és a felelősségvállalás fejlesztésére. A gyakorlatok a szimuláció előtt, alatt és után is használhatók, és arra szolgálnak, hogy felkészítsék a résztvevőket a szimulációra, segítsék a résztvevőket a perspektívaváltásban, valamint a megszerzett tudás vagy készségek feldolgozásában és elmélyítésében.



1. ábra



Összefoglalva, a Tanári eszköztár egy olyan átfogó forrás, amelynek célja, hogy a pedagógusok rendelkezésére bocsássa a környezettudatos és társadalmilag felelős polgárok generációjának neveléséhez szükséges eszközöket. Az Eszköztár használatával a tanárok a fenntarthatósági célok mélyebb megértéséhez vezethetik diákjaikat, elősegíthetik a kritikus gondolkodást, és a fenntartható jövőhöz szükséges készségeket erősíthetik. Induljunk el együtt ezen az úton, hogy diákjainkat képessé tegyünk azokká válni, akikre a bolygónknak szüksége van.



## 2. A TÁRSADALMI SZIMULÁCIÓ ELMÉLETI HÁTTERÉNEK MEGÉRTÉSE

A "Tegyük Európa Jövőjét Fenntarthatóbbá!" projekt megközelítésének célja a globális problémák tudatosítása és megértése, és a diákok képessé tétele arra, hogy lépéseket tegyenek ezek megoldására. Továbbá olyan ismeretek, készségek, értékek és attitűdök kialakítása, amelyek lehetővé teszik az egyének számára, hogy a felelős és aktív világpolgárrá váljanak.

A projekt középpontjában az a meggyőződés áll, hogy az egyén felelőssége, hogy hozzájáruljon egy igazságosabb, békésebb és fenntarthatóbb világ megteremtéséhez. Az UpToYou arra törekszik, hogy a tanulók megértsék a globális problémák összefüggéseit, és egy közös felelősséggel és érdekekkel rendelkező globális közösség részeként tekintsenek magukra. Hangsúlyozza a sokszínűség megbecsülését, valamint az emberi jogok, a társadalmi igazságosság és a fenntartható fejlődés előmozdításának fontosságát.

A Tegyük Európa Jövőjét Fenntarthatóbbá! projekt pedagógiai megközelítése számos olyan tanítási és tanulási módszert alkalmaz, amelyek aktív és részvételi tanulásra ösztönöznek. Ezek magukban foglalják a kritikai reflexiót, a párbeszédet és a kutatásalapú tanulást. Arra törekszünk, hogy a tanulókat olyan tapasztalati és kooperatív tanulási tevékenységekbe vonjuk be, amelyek elősegítik az empátiát, a megértést és a mások iránti tiszteletet.

A legfontosabb elveink a következők:

- A globális kérdések megértése: a tanulók olyan globális kérdésekkel kapcsolatos ismereteinek bővítése és megértésének fejlesztése, mint például a szegénység, az egyenlőtlenség, az éghajlatváltozás, az emberi jogok és a béketeremtés.
- Felhatalmazás és cselekvőképesség: a tanulók képessé tétele arra, hogy a kritikus

gondolkodás, a problémamegoldás és a döntéshozatali képességek fejlesztése révén lépéseket tegyenek a globális problémák megoldása érdekében.

- Értékek és attitűdök előmozdítása: a globális polgárságot támogató értékek és

attitűdök, például az empátia, a sokféleség iránti tisztelet, valamint a társadalmi igazságosság és a fenntarthatóság iránti elkötelezettség növelése.

- Aktív és részvételi tanulás előmozdítása: a tanulók bátorítása a kritikai reflexióra, bevonásuk a párbeszédbe és a közös cselekvésbe.
- A helyi és globális perspektívák integrálása: annak feltárása, hogy a



globális problémák hogyan hatnak a helyi közösségekre, és hogy a helyi intézkedések hogyan járulhatnak hozzá a globális változásokhoz.

- Együttműködés és partnerség: a tanulók, oktatók és közösségi szervezetek közötti

együttműködés és partnerség ösztönzése a globális változás érdekében történő kollektív cselekvés elősegítésére.

A globális állampolgárságot támogató értékek és attitűdök előmozdításával arra törekszünk, hogy a tanulóiban felelősségtudatot és cselekvőképességet keltsünk egy igazságosabb, békésebb és fenntarthatóbb világ megteremtése érdekében.

## A társadalmi szimulációk használata

A társadalmi szimulációk mögötti elmélet megértése segít abban, hogy az Up to You! Szimulációt az osztályteremben vagy egy workshopon alkalmazzuk. A játékalapú tanulás magával ragadó és élményszerű, de a résztvevők kezdetben gyakran szkeptikusak ezzel a módszerrel és a tanítás és tanulás hatékonyságával kapcsolatban. A moderátor feladata, hogy elmagyarázza, miért ezt a módszert választotta.



1. ábra<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Az ábra szerzője: Bartosz Naprawa, Centre for Systems Solutions, Lengyelország



Azok a moderátorok, akik értik a társadalmi szimulációk alapjait, hatékonyabban tudják lefolytatni a szimulációt követő megbeszélést is. Ennek oka, hogy a társadalmi szimulációk oktatási eszközként való működésének ismerete lehetővé teszi a moderátorok számára, hogy mélyebb, reflektívabb beszélgetéseket segítsenek elő.

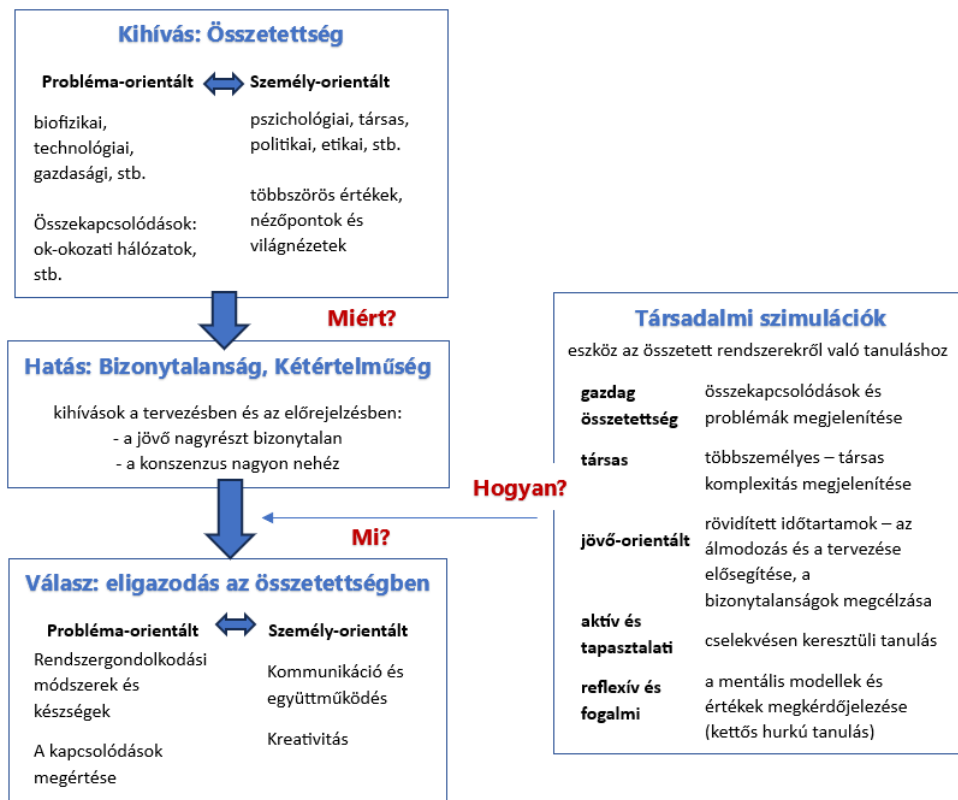
A társadalmi szimuláció olyan tapasztalati folyamat, amelyben a résztvevők egy csoportja közösen fedez fel egy összetett valóságot. Azért *társadalmi*, mert különböző csoportokat és szervezeteket képviselő valódi emberek részvételét igényli. Azért nevezzük *szimulációnak*, mert gondosan kiválasztott valós világbeli struktúrákat és folyamatokat reprezentál. Az élményhasonlító egy többszereplős komoly játékhoz, mivel sok játékszerű mechanikát használ, de hasonlít az interaktív színházhoz is, mivel nyitott végű (abban az értelemben, hogy nem kényszeríti a résztvevőket konkrét célok elérésére).<sup>1</sup>

A társadalmi szimulációk különböző háttérű és értékrendű résztvevőket hoznak össze, hogy közös, biztonságos környezetben lépjenek kapcsolatba egymással. Ebben a szimulált valóságban konkrét szerepeket vesznek fel, különböző szektorokat képviselve: pl. kutatás, közigazgatás, üzleti élet, civil szervezetek. Lehetőségük van a problémák rangsorolására, a megoldások megtervezésére és végrehajtására, valamint a konfliktusok megoldására tárgyalások és párbeszéd útján. Együtt kreatívan kísérleteznek új ötletekkel, majd azonnal szembesülnek döntéseik eredményeivel.<sup>2</sup>

Ez egy olyan megközelítés, amely ötvözi a tapasztalati tanulás (közvetlen tapasztalatokon keresztül történő tanulás) (Kolb, 2015) és a társas tanulás előnyeit, azaz: "[...]az iteratívreflexió folyamata, amely akkor következik be, amikor megosztjuk tapasztalatainkat, ötleteinket és környezetünket másokkal" (Keen et al., 2005, 9. o.). A társas szimulációkban folytatott párbeszéd és eszmecsere megszünteti a tanulás útjában álló akadályokat (Serman 2000), és lehetővé teszi a résztvevők számára, hogy bővítsék világlátásukat (Mochizuki et al. 2018). A közös élmény megszünteti a különböző felek közötti akadályokat, fokozza a bizalmat és a megértést. A résztvevőknek könnyebb közös nyelvet kialakítaniuk és együtt cselekedniük egy közös ügy érdekében. Az így létrejövő szemléletváltás kreatív, inkluzív és rugalmas megoldásokhoz vezet, változást és cselekvést inspirál a való világban (Duke & Geurts, 2004).

Egy ilyen megközelítés ideális az összetett kihívások és problémák kezelésére, azaz olyan problémákra, amelyeknél a rendszer teljes viselkedése nem redukálható a részek egyszerű összegére. Még néhány egyszerű rész összetett kölcsönhatása is meglepő, újonnan kialakuló viselkedéshez vezethet (Holland 1992). A komplex rendszereket számos tudományágban tanulmányozták már, beleértve az élettelen anyagokat, az élőlényeket és az embereket (Berkes et al. 2008). A fenntarthatósággal összefüggésben

fontos figyelembe venni mind a problémaorientált (biofizikai, technológiai és gazdasági), mind az emberközpontú (pszichológiai, etikai, társadalmi és politikai) dimenziókat (de Vries, 2012). Azok a rendszerek, amelyek egyszerre ölelik fel mindezen dimenziókat, általában rendkívül összetettek – nem csupán lehetetlen megjósolni a jövőbeli mozgásukat, de még a pillanatnyi állapotára vonatkozó értelmezések is erősen vitatottak. A rendszer összetettsége az, ami többféle perspektívát és bizonytalan kimeneteket eredményez.



2. ábra<sup>2</sup>

Olga Tokarczuk irodalmi Nobel-díjas író nő köszönőbeszédében így fogalmazott:

*"A legjobb tehát az lehet, ha úgy mesélünk őszintén, hogy az olvasóban aktiváljuk az egész érzetét, beindítjuk az olvasó azon képességét, hogy a töredékeket egységes tervvé egyesítse, és az események apró részecskéiben egész konstellációkat fedezzen fel. Olyan történetet mesélni, amely világossá teszi, hogy mindenki és*

<sup>2</sup> Az ábra szerzője: Piotr Magnuszewski, CRS, Lengyelország



*minden egyetlen közös szövet szálait alkotja, amelyet fáradtságos munkával állítunk elő a fejünkben a bolygónk minden egyes fordulatával."*

Milyen kihívásokra gondolunk? A fenntartható fejlődési célok felé vezető új utak feltárása, az éghajlatváltozáshoz való alkalmazkodás és annak mérséklése, az erőforrásokkal való felelősségteljes gazdálkodás, az energiaágazat átalakítása, az egyéni és társadalmi jólét előmozdítása vagy rugalmas közösségek létrehozása: mindezen kihívások esetében adiakokon múlik, hogy együttműködve alakítsák ki a lehetséges jövőt.

11

### Társadalmi szimulációk és az FFC-k

Szeretnénk, ha Önök, az Up to You szimuláció moderátorai megértenék, hogy a társadalmi szimulációk miért alkalmasak a fenntarthatóság tanítására. Azt is szeretnénk, ha többet tudnának meg a Fenntartható Fejlődési Célok alapjairól, mert ez a tudás segíteni fog Önöknek abban, hogy megválaszoljátok a diákok kérdéseit, és hogy hozzáértőbben vezessétek le a foglalkozást.

Bár a fenntarthatóság eszméje már több évtizede létezik, csak a közelmúltban vált általánosan elterjedtté. A fenntarthatóságot általában úgy határozzák meg, mint a jelen szükségleteinek kielégítésére való képességet anélkül, hogy veszélyeztetnénk a jövő generációk képességét saját szükségleteik kielégítésére. Ez azt jelenti, hogy nem merítünk kibizonyos erőforrásokat, amelyek nem újulhatnak meg, vagy nem pusztítunk el bizonyos bioszférákat, amelyek nem állíthatók helyre. Azt jelenti, hogy az emberek arra törekcszenek, hogy a bioszféra egyensúlyát fenntartsák, még akkor is, ha növeksznk és egyre több erőforrást fogyasztunk. Ezért az ENSZ a fenntartható fejlődést úgy határozta meg, hogy azhárom szempontot vegyen figyelembe: a befogadást (inklúziót), a fenntarthatóságot és az ellenálló képességet. A fejlődésnek inkluzívnak kell lennie. Az inkluzív fejlődés alapvető fontosságú a szegénység és az egyenlőtlenségek minden dimenziójának csökkentése szempontjából. Sokan nemük, etnikai hovatartozásuk, koruk, szexuális irányultságuk, fogyatékoságuk vagy szegénységük miatt vannak kirekesztve az általános fejlődésből. Ahhoz, hogy a fejlődés fenntartható legyen, mindenféle háttérrel rendelkező embert be kell vonnia, és meg kell védenie a legkiszolgáltatottabbakat. Senki sem maradhat le.

A fejlődésnek fenntarthatónak kell lennie. Sokan azt mondják, hogy a természeti erőforrások bármilyen kiaknázása nem fenntartható. Ahhoz azonban, hogy a fejlődés fenntartható legyen, a világ termelékenységi folyamatainak korlátlan ideig történő –



Co-funded by  
the European Union

Az Európai Unió finanszírozásával. A kifejtett nézetek és vélemények azonban a kizárólag a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) álláspontját. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem tehető felelőssé értük.

természetes vagy ember által létrehozott – fenntartására van szükség azáltal, hogy a felhasznált erőforrásokat azonos vagy nagyobb értékű erőforrásokkal helyettesítjük anélkül, hogy a természetes biotikus rendszereket leromlasztanánk vagy veszélyeztetnénk. Ez a gyakorlatban nehézségekbe ütközhet – a ritkaföldfémek vagy az idős erdők fogyasztása nem könnyen pótolható, és használatuk helyrehozhatatlan hatással lehet a természetes rendszerekre.



## A fenntartható fejlődés szempontjai



3. ábra

Végül pedig a fejlesztésnek rugalmasnak kell lennie. Ez nagyrészt az alkalmazkodáshoz kapcsolódik. Amikor kiszámíthatatlan, változó kiterjedésű és méretű problémákkal szembesülünk, elég rugalmasnak kell lennünk ahhoz, hogy alkalmazkodni tudjunk hozzájuk. Be kell fektetnünk az infrastruktúrába és az emberi erőforrásokba, hogy képesek legyünk ellenállni az egyre súlyosabb időjárási eseményeknek és más katasztrófáknak.

Ennek érdekében az Egyesült Nemzetek Szervezete elfogadta a 2030-ig tartó időszakra vonatkozó fenntartható fejlődési menetrendet, és 17 fenntartható fejlődési célt határozott meg, amelyek a fejlődés legtöbb aspektusát lefedik. Mindegyikhez több rész cél és kapcsolódócélkitűzés tartozik, hogy az egyes országok mérni tudják az elérésük felé tett előrehaladásukat. Összesen 169 célt kell minden államnak elérnie, a szegénység csökkentésétől az infrastruktúra rugalmasságán át az emberi és éghajlati egészségig.

Ez az első alkalom, hogy világosan megfogalmazott, összekapcsolt globális törekvésekkel rendelkezünk az emberi fejlődés (a szegénység, az éhezés és a kirekesztés megszüntetése), a környezeti fenntarthatóság (éghajlat, ökoszisztémák, óceánok, földterület), valamint a minden nemzet számára releváns, mérhető, modellezhető és értékelhető rendszerek és folyamatok (víz, energia, városok, gazdasági növekedés) tekintetében.

A fenntartható fejlődési célokról bővebben olvashat az ENSZ fenntartható fejlődési célokról szóló weboldalán, sőt, a fenntartható fejlődési megoldások hálózatának részét képező SDG Academy-n keresztül ingyenes online tanfolyamokat is elvégezhet az egyes fenntartható fejlődési célokkal kapcsolatban.

Az e célok közötti kölcsönhatások terjedelme és összetettsége azonban meghaladja a tudományos közösség jelenlegi képességét arra, hogy koherens iránymutatást nyújtson. Ebben a fejezetben bemutatjuk a 17 fenntartható fejlődési cél közötti főbb kölcsönhatások első feltérképezését, valamint a lehetséges jövőbeli utak értékelése szempontjából lényeges ember-föld rendszer alapvető elemeit, és érvelünk a rendszerszemléletű megközelítés mellett (ahelyett, hogy az egyes fenntartható fejlődési célokat külön-külön vizsgálnánk, vagy a többitől függetlenül kezelnénk).

Az 5. ábra három olyan rendszert mutat be, amelyek az Up to You! Szimuláció során mindig működésben vannak, valamint a közöttük lévő különböző kapcsolatokat. Nézzük először a Földrendszert. Az erőforrásait, például az energiát és az ásványi anyagokat a Termelési rendszer használja fel. Az ökoszisztéma-szolgáltatásokat, mint például az erdők, a Termelési rendszer és a Társadalmi rendszer egyaránt használja.

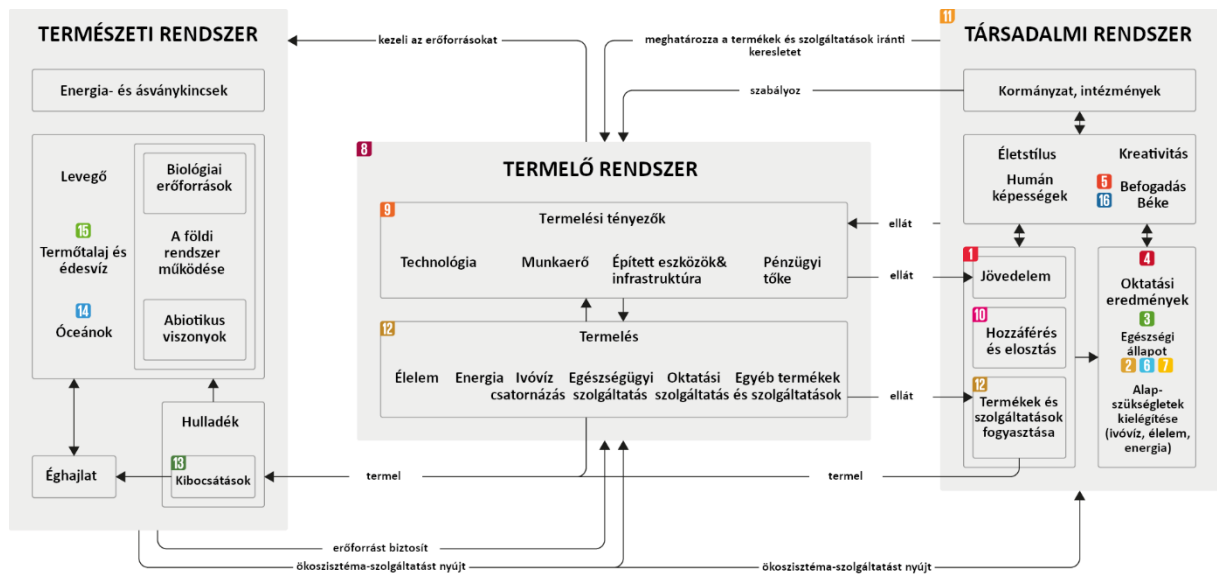
A Föld rendszere több alrendszert is tartalmaz, amelyek a föld felett, a földön vagy a föld alatt helyezkednek el. Ezek a különböző melléktermékekkel, például a hulladékkal és a kibocsátásokkal együtt befolyásolják a rendszer működését.

A Termelési rendszer két fő alrendszert tartalmaz: Termelési tényezők, amelyek meghatározzák, hogy mire van szükséged ahhoz, hogy egyáltalán elkezdhesd a termelést, és maga a Termelés, amely a termelés tényleges folyamata. Mindkét alrendszer egyrészt hulladékot és kibocsátást termel, másrészt a Társadalmi rendszer számára alapvető fontosságú dolgokat biztosít.

A Szociális rendszer több, egymással összefüggő alrendszert is tartalmaz: a Jövedelem meghatározza az Életmódot, ami meghatározza az Oktatási eredményeket. Az Életmód határozza meg a Fogyasztást, ami meghatározza az Egészségi állapotot, stb. Ezek keresletet generálnak a Termelés és hulladékot a Föld számára.

Ezek a fenntartható fejlődési célokhoz is kapcsolódnak.

Az 5. ábra mutatja továbbá a kapcsolatot az Up to You! (amely a saját világunkon alapul) és az egyes FFC-k között. Ez jól mutatja a célok összetettségét, amelyeket mindannyian el akarunk érni.



4. Ábra

Ahogy azt el tudja képzelni, a célok elérése nem megy egyik napról a másikra. A 2019-es jelentés szerint jelentős előrelépés történt az energiához való hozzáférés javítása és a gyermekek egészségi állapotának javítása terén, de szinte egyáltalán nem történt előrelépés az üvegházhatású gázok kibocsátásának visszaszorítása terén.

Miért van ez így? Több, egymással összefüggő okból.

A fenntartható fejlődési célok elfogadása óta eltelt években az országok kezdenek megérteni a végrehajtásukkal kapcsolatos néhány kulcsfontosságú pontot:

- Számos célról nem áll rendelkezésre elegendő adat. Lehetetlen mérni az előrehaladást, ha az adatokat nem gyűjtik be.



- A növekedés és fejlődés mérésének új paradigmájára van szükség. A múltban a bruttó hazai termék (GDP) használata határozta meg a növekedést, de korlátai – például a fenntarthatóságra, az egyenlőtlenségre és az egészségi állapotot és az ökoszisztémákat befolyásoló egyéb tényezőkre való összpontosítás hiánya – azt jelentik, hogy ez önmagában nem használható a jövőben a sikeres növekedés meghatározására. Egyelőre azonban nincs olyan egyszerű alternatív statisztika, amely figyelembe venné ezeket az egyéb tényezőket.
- A célok mélyen összefüggnek egymással. Ez azt jelenti, hogy egy cél elérése az egyik területen javulást, egy másik területen viszont visszaesést eredményezhet.
- Megfigyelők megkérdőjelezik, hogy az önkéntes önjelentés elegendő-e ahhoz, hogy az országok elszámoltathatóak legyenek a célok elérésében. Teljesen átláthatóak lesznek-e? Mi ösztönzi őket erre? Van-e független mód az önbevalláson alapuló adatok ellenőrzésére? Jelenleg nem kapunk választ ezekre a kérdésekre.
- A csoportok közötti együttműködés és elkötelezettség elengedhetetlen az előrelépéshez. Apolitikusok és a politikai döntéshozók nem rendelkeznek az összes válasszal – és nem mindig rendelkeznek a megfelelő kapcsolatokkal a helyszínen élő emberekkel ahhoz, hogy elérjék a kívánt változásokat. Szükségük van tanácsadókra és partnerekre, akik jobb utakat tudnak javasolni, és támogatják őket a kiválasztott kezdeményezések megvalósításában. Ehhez együttműködésre és elkötelezettségre van szükség sok olyan ember között, akik nem biztos, hogy egyetértenek egymással.
- A politikusoknak és a politikai döntéshozóknak biztonságos térre van szükségük a kísérletezéshez és a kihívások megvitatásához. A fenntartható fejlődési célok elérése egy összetett rendszer széles körű megértését, valamint a változás különböző mozgatórugóinak mélyreható ismeretét igényli. Egyetlen ember nem tudhat mindenre választ, és teret kell biztosítani az országok számára, hogy a rájuk váró kihívásokkal anélkül foglalkozhassanak, hogy támadnák őket, amiért egyáltalán vannak problémáik.
- Végezetül, ahogy az országok megváltoztatják a növekedés és fejlődés útját, időt kell hagyni arra, hogy megtanulják, mi működik és mi nem, anélkül, hogy azonnal felelősségrevonnák őket. Egyesek szerint az önkéntes önbevallás és az együttműködés itt a leglényegesebb; mások szerint azonban elszámoltathatóság nélkül az országok nem ösztönözhetők a fejlődésre.

Ezek nem könnyen megoldható kihívások, de ezek adják a háttérrel az Up To You! Szimulációhoz.





#### 5. Ábra

Szimulációtervezőként feltettük magunknak a kérdést, hogy mi kell, hogy jelen legyen a szimulációban, hogy kezelni tudjuk ezt a számtalan kihívást.

- 1. kihívás: Hogyan tudna biztonságos teret biztosítani a kísérletezésnek és a vitának, amikor olyan nagy a nyomás, hogy most rögtön a megfelelő döntést kell meghozni?
- 2. kihívás: Hogyan lehet rávenni az embereket az együttműködésre, ha alig ismerik egymást, vagy ha teljesen ellentétes világnézetekkel rendelkeznek?
- 3. kihívás: Hogyan lehetne rávenni az embereket a tanulási gondolkodásmód elfogadására, de biztosítani a szükséges elszámoltathatóságot, hogy döntéseiket internalizálják? És végül,
- 4. kihívás: hogyan lehet kezelni azt a nagyon is valós problémát, hogy nincs elegendő adat és megfelelő keret a fejlődés és a növekedés mérésére?

Ezen kihívások figyelembevételével került kifejlesztésre az Up to You! Szimuláció.

## SZIMULÁCIÓS FOGLALKOZÁS FUTTATÁSA

### A szimuláció előtt

#### Tervezés a szimuláció lejátszása előtt

Ajánlatos a csoport számára jól megtervezni az egész alkalmat. Minél több részletet tervezünk meg, annál nagyobb a valószínűsége a csoport fejlődésének. A felkészüléshez fel kell mérni a helyzetet. Kérjük, vegye figyelembe a következő témákat a csoporttal való foglalkozás megtervezéséhez:

- **Viselkedés:** Milyen viselkedésminták vannak a csoportban? Hogyan viselkedik most a csoport?

Mielőtt elkezdené, vegye figyelembe a csoportok szokásos és tényleges viselkedését.

- **Cél:** Mi a foglalkozás célja? Mi a csoport célja? Válasszon olyangyakorlatokat, amelyek összhangban vannak a csoport céljaival.
- **Fejlesztési szint:** A csoport fejlődésének melyik szakaszában van a csoport?

Idővel a csoport változik. Válasszon olyan gyakorlatot, amely megfelel a csoportaktuális fejlettségi szintjének.

- **Fizikai állapot:** Milyen a csoport fizikai állapota? Miről árulkodik a csoporttestbeszéde?

A gyakorlatok kiválasztása előtt mérlegelje, hogy a fizikai állapotuk alkalmas-e a gyakorlat elvégzésére.

- **Érzelmi állapot:** Milyen a csoport hangulata?

A csoport vagy valamelyik tag érzelmi állapota befolyásolhatja, hogy az adott pillanatban alkalmasak-e a gyakorlat elvégzésére.

- **Készültség:** Készen állnak az indulásra? Szükségük van még valamire az induláshoz?

Fontolja meg, hogy Ön és a csoport készen áll-e a gyakorlatra.

Ha bármi hiányzik vagy szükséges, készítsenek elő mindent a kezdéshez.

#### A facilitátor hozzáállása - az Ön szerepe

A gyakorlatok vezetése során az Ön feladata, hogy a csoport segítője legyen, ne pedig a csoport vezetője. A facilitátor szerepe nem az, hogy sikerre vezesse a csoportot, vagy hogy jó ötleteket adjon a döntési helyzetekben. A facilitátor szerepe az, hogy tanulási helyzetet teremtsen a csoport egésze és minden tagja számára. Fontos, hogy ne hasonlítsa össze a

csoportot vagy annak teljesítményét más csoportokhoz vagy a mi elvárásainkhoz képest. A csoportnak a saját tanulási útját kell követnie, és értékelnie kell a gyakorlat során tanultakat, még akkor is, ha azok nem felelnek meg a korábbi terveinknek. A tanulási helyzet biztosítása érdekében tegyünk fel nyílt kérdéseket a résztvevőknek. A zárt kérdések gyorsan megválaszolhatók, kevésbé készítenek gondolkodásra a válaszadót, és gyakran tartalmazznak állításokat. Moderátorként az Ön felelőssége, hogy a résztvevők ne minősítsék egymást vagy önmagukat, és ha lehetséges, fejezzék ki érzéseiket, érzelmeiket és tanulságaikat.

További tippekért a facilitációval kapcsolatban, kérjük, tekintse meg az Up To You! Moderátor Kézikönyvet.

### Tevékenységek a diákok bevonására

Az alábbi tevékenységek hatékony eszközként szolgálnak a pozitív kommunikáció kezdeményezéséhez és elősegítéséhez különböző társadalmi és szakmai helyzetekben. Egy osztályteremben ezek a tevékenységek arra szolgálnak, hogy lebontsák a kezdeti akadályokat, nyugodt légkört teremtsenek, és ösztönözzék a résztvevők közötti interakciót. Ez nagyszerű alapot ad ahhoz, hogy a lehető legtöbbet hozza ki a szimuláció diákokkal való lefuttatásából.

#### Jégtörők

A jégtörők olyan magával ragadó és interaktív tevékenységek, amelyek célja, hogy az egyének vagy csoportok jobban megismerjék egymást, és kényelmes, nyitott légkört teremtsenek. Ezeket általában a foglalkozások elején használják, hogy megtörjék a kezdeti kellemetlenség-érzést, és elősegítsék a kommunikációt és a bajtársiasságot a résztvevők között. A jégtörők arra ösztönzik a résztvevőket, hogy lazítsanak, beszélgessenek és kapcsolatokat építsenek, így értékes eszközei a csapatépítésnek és a pozitív csoportdinamika elősegítésének.

- **Emberi bingó:** Keresse meg a bingókártyákat a függelékben, amelyeken minden négyzetben különböző érdekes tények vagy tulajdonságok szerepelnek. A tiniknek vegyülniük kell, és meg kell találniuk azokat az embereket, akik megfelelnek a kritériumoknak: kérdéseket tehetnek fel, hogy felfedezzék a közös vonásokat. Nyugodtan keverheti ezeket a tulajdonságokat, vagy testre szabhatja őket a tizenévesek érdeklődési köre alapján, akikkel dolgozik. A cél az, hogy jól érezzék magukat, miközben érdekes tényeket tudnak meg egymásról.

- **Emoji színjáték:** Állítson össze egy listát a népszerű emojiokról és jelentésükről. Ossza a csoportot kisebb csapatokra, majd minden csapat felváltva játsszon el egy-egy emoji szavak nélkül. A többi csapat kitalálja az ábrázolt érzelmet vagy fogalmat.
- **Szabadulószoza mini-kihívás:** Szervezzon egy egyszerűsített, fizikai szabadulószoza-élményt. Ossza a tinédzsereket 4-5 fős csapatokra, és adjon mindegyiküknek egy rejtvénykészletet, amelyet meg kell oldaniuk, valamint egy kérdést, amelyre 5 perces időkorláton belül választ kell adniuk. Ez ösztönzi a csapatmunkát, a problémamegoldást és egy kis kalandvágyat.
- **Szavak nélküli bemutatkozás:** Minden résztvevő mutatkozzon be a csoportnak szavak nélkül. Csak gesztusokkal, testbeszéddel és arckifejezéssel adhatják át a nevüket és valamit magukról. Ez a tevékenység a nonverbális kommunikációt és a megfigyelőképességet ösztönzi.
- **Fordított színjáték:** Megcsavarva a hagyományos színjáték logikáját, itt az egész csoport játszik el egy szót vagy kifejezést, és egy személynek kell kitalálnia azt. Ez a játék elősegíti a csapatmunkát és a kreativitást, mivel mindenki egyszerre próbálja ugyanazt a gondolatot közvetíteni.
- **Egymásnak háttal rajzolás:** A résztvevők álljanak párokba, és üljenek egymásnak háttal. Adjon az egyik személynek egy rajzot vagy egy egyszerű képet, a másiknak pedig egy üres papírt és egy tollat. A képet tartó személynek le kell írnia azt a társának anélkül, hogy elárulná, mi az, a társának pedig meg kell próbálnia lerajzolni azt a leírás alapján. Ez a hatékony kommunikáció és a hallgatási készség tesztje.
- **Személyes idővonal:** Kérjünk meg minden résztvevőt, hogy rajzoljon egy személyes idővonalat egy papírra vagy táblára. Szavak nélkül tüntessék fel az életük jelentős eseményeit és mérföldköveit. Miután mindenki lerajzolta az idővonalát, a csoport próbálja meg kitalálni az egyes személyek történetét a rajzok alapján.
- **Történet véletlenszerű tárgyakkal:** Helyezzen véletlenszerűen különböző tárgyakat (pl. egy gumikacsát, egy kanalat, egy játékautót) egy zacskóba vagy dobozba. Minden résztvevő felváltva belenyúl a zsákba, kiválaszt egy tárgyat anélkül, hogy megnézné, majd egy rövid történetet vagy magyarázatot készít arról, hogy az adott tárgy hogyan kapcsolódik az életéhez vagy a személyiségéhez. A cél az, hogy a kapcsolatot a lehető legkreatívabbá és legszórakoztatóbbá tegyék.

### *Szórakoztató módok párok/csoportok kialakítására*

A párok szórakoztató és magával ragadó módon történő létrehozása izgalmasabbá teheti a csoportos tevékenységeket. Íme néhány szórakoztató módszer a párok kialakítására:

- **Puzzle-darabok:**

Adjon minden résztvevőnek egy puzzle-darabot, amikor belép a terembe. A daraboknak egy nagyobb kirakós részének kell lenniük. A cél az, hogy a résztvevők megtalálják azt a személyt, akinél a megfelelő darab van, hogy egy párt alkossanak. Ha a kirakójáték elkészült, minden csoportot megalakítanak. (Az összerakható darabok száma ugyanannyi embert képez egy csoportba.)

- **Játékkártya mérkőzés:**

Mindenkinek osszon ki egy játékkártyát, amikor belép, biztosítva, hogy minden kártyából annyi legyen, amennyire egy csoportban szükségünk van. A résztvevőknek meg kell találniuk az azonos színű vagy számú kártyával rendelkező személyt, hogy párt/csoportot alkossanak. Ez a módszer a meglepetés elemét adja, ahogy felfedezik a társukat.

- **Állati hangok:**

Minden résztvevőnek adjon egy állatnevet, amikor belép a terembe. A listának többféle állatot kell tartalmaznia. A résztvevőknek utánózniuk kell a hozzájuk rendelt állat hangját (bármely testrészükkel, pl. kezükkel), és meg kell találniuk a hozzájuk tartozó párt/csoportot pusztán a hang alapján. Ez egy vidám és emlékezetes módja lehet a párok/csoportok kialakításának. Játsható a természet elemeivel: szél, eső, mennydörgés, jégtörés, vulkánkitörés....

- **Lejátszási lista:**

Amikor a résztvevők belépnek, szóljon a zene. Utasítsa őket, hogy járják körbe a termet, és amikor a zene elhallgat, keressenek egy társat, akivel párt alkotnak. Még szórakoztatóbbá teheti a játékot, ha minden alkalommal, amikor a zene leáll, más-más stílusú zenét játszik.

- **Szerencsebűbáj sorsolás:**

Helyezzen egy zsákba válogatott apró tárgyakat (pl. szerencsehozó medálokat, kis játékokat vagy szimbólumokat). Minden résztvevő húz egy tárgyat a zsákból, és meg kell találnia azt a személyt, akinél ugyanaz a tárgy van, hogy egy párt alkossanak. Ez a módszer érdekes beszélgetésekhez vezethet a tárgyak jelentőségéről.

Ezek a kreatív módszerek nemcsak párokat/csoportokat alkotnak, hanem a játékosság és az izgalom elemét is beillesztik a csoportos tevékenységekbe. Ha kevesebb ideje van, ezeket akár mini jégtörőként is használhatja.

## A szimuláció során

A szimuláció technikai futtatásának módját illetően, kérjük, tekintse meg az Up To You! Moderátor Kézikönyvet.

A csoportos tevékenység facilitálása az osztályban olyan környezet kialakítását jelenti, amely ösztönzi a diákok aktív részvételét, együttműködését és elkötelezettségét. Ne feledje, hogy a hatékony facilitálás magában foglalja a struktúra és a rugalmasság egyensúlyát, valamint olyan környezet kialakítását, amelyben a diákok felhatalmazást kapnak arra, hogy aktívan részt vegyenek és hozzájáruljanak a tanulási folyamathoz.

A szimuláció futtatásakor tartsa szem előtt, az alábbiakat:

### 1. Tűzzön ki világos célokat:

Világosan közölje a csoporttevékenység célját és célkitűzéseit. Biztosítsa, hogy a tanulók megértsék, mit várnak el tőlük, és milyen célokért dolgoznak.

### 2. Pozitív légkör megteremtése:

Olyan pozitív és támogató környezet kialakítása, amelyben a diákok nyugodtan kifejezhetik ötleteiket, anélkül, hogy félnének az ítélekezéstől. Ösztönözze őket a befogadás és a tisztelet kultúrájának kialakítására.

### 3. Csoportnormák kialakítása:

Közösen határozzák meg a csoporttevékenység alapszabályait. Ez magában foglalhatja az aktív hallgatásra, az egyenlő részvételre és a konstruktív visszajelzésre vonatkozó irányelveket. Az elfogadott szabályok segítik a produktív légkör fenntartását.

### 4. Véletlenszerű csoport-felosztást:

Fontolja meg a véletlenszerű csapatba sorolás alkalmazását, hogy a tanulókat arra ösztönözze, hogy különböző osztálytársaikkal dolgozzanak együtt. Ez segít megtörni a klikkeket és ösztönzi a változatos interakciókat.

### 5. Adjon egyértelmű feladatot:

Világosan magyarázza el a feladatot vagy kihívást, amelyen a diákok dolgoznak. Gondoskodjon arról, hogy az utasítások könnyen érthetőek legyenek, és a tanulók tudják, hogy mit várnak el tőlük.

### 6. Ajánljon választási lehetőséget:

Amikor csak lehetséges, adjon a tanulóknak választási lehetőséget a feladat megközelítésére. Ez elősegítheti az önállóság és a tanulás iránti felelősségérzet kialakulását.

### **7. Szerepek váltogatása:**

Ha a csoporttevékenység folyamatos, fontolja meg a szerepek rotációját a csoporton belül. Ez magában foglalhatja a vezetői szerepeket, a jegyzetelési feladatokat vagy az időmérést. Így mindenki elkötelezett és felelősségteljes marad.

### **8. Aktív hallgatás ösztönzése:**

Hangsúlyozza az aktív hallgatás fontosságát. Bátorítsa a tanulókat, hogy figyelmesen hallgassák társaikat, kérdezzenek, és szükség esetén kérjenek felvilágosítást. Ez javítja a csoporton belüli kommunikációt.

### **9. Adjon időben visszajelzést:**

Adjon konstruktív visszajelzést a csoporttevékenység alatt és után. A pozitív megerősítés és útmutatás segíthet a tanulóknak fejleszteni együttműködési készségeiket és motiváltnak maradni.

### **10. Energizerek használata:**

Integráljon rövid energetizáló tevékenységeket vagy kis szüneteket a foglalkozásba, hogy a tanulók koncentráltak és energikusak maradjanak. Ezek lehetnek gyors, szórakoztató gyakorlatok, amelyek segítenek újraindítani a figyelmüket.

### **11. Segítse a reflexiót:**

A tevékenység végén szánjon időt a reflexióra. Kérje meg a tanulókat, hogy osszák meg gondolataikat arról, mi működött jól, milyen kihívásokkal szembesültek, és hogyan tudják alkalmazni a tanultakat a jövőbeni helyzetekben.

### **12. Legyen rugalmas:**

Legyen nyitott arra, hogy a tevékenységet a tanulók igényeihez igazítsa. A rugalmasság lehetővé teszi, hogy reagáljon a felmerülő ötletekre, kihívásokra vagy a mélyebb felfedezés lehetőségeire.

### **13. Ünnepeljék az eredményeket:**

Ismerje el és ünnepelje a csoport eredményeit. Ez magában foglalhatja a sikeres problémamegoldás, a hatékony együttműködés vagy az innovatív megoldások elismerését.

### **14. Ösztönözze a kreativitást:**

Serkentse a kreativitást olyan tevékenységek beépítésével, amelyek lehetővé teszik a különböző nézőpontok és a szokatlan gondolkodásmód kialakítását.





Ez arra ösztönözheti a tanulókat, hogy a megszokott kereteken kívül gondolkodjanak.

## A szimuláció után

A szimulációs foglalkozást mindig a megbeszélés követi, amelyről bővebben a Moderátor Kézikönyvben olvashat. Az itt felsorolt összes további tevékenységnek ezt a megbeszélést kell követnie.

A szimuláció végeztével nagyon fontos, hogy támogassuk a tanulókat a tapasztalataik megértésében. Ez segíthet nekik kilépni a szimuláció világából, megoszthatják/kiélhetik érzelmeiket, miközben kognitív szinten is lehetőséget biztosít a reflexióra, ami támogatja a tanulásukat.

Tehát a szimuláció után közvetlenül a tanulóknak lehetőségük nyílik arra, hogy (ebben a sorrendben):

- Megosszák az érzelmeiket, ventilláljanak
- Végiggondolják a szimuláció során szerzett tapasztalataikat
- Megtalálják a szimuláció és a valós világ dinamikája közötti kapcsolatokat

Egyes csoportok/tanulók készebbek arra, hogy kimondják érzelmeiket/tapasztalataikat, míg más csoportok esetében érdemes megfontolni, hogy tevékenységekkel segítsük elő a megosztásukat.

## Az érzelmek ventillálása

A tinédzserekkel való intenzív csoportélmény után először is lehetőséget kell adnunk nekik arra, hogy megosszák érzelmeiket. Lehet, hogy egyesek feldúltak, mások büszkék, megint mások még mindig túlpörögnek, stb. Hagynunk kell, hogy ezeket az érzelmeiket megosszák, hogy képesek legyenek továbblépni. Hasznos lehet, ha néhány "lehülési" vagy "chill-out" tevékenységet is beiktatunk, hogy mindenki le tudjon nyugodni. Íme öt olyan tevékenység, amely segíthet a tinédzsereknek ellazulni egy aktív játék után:

### ● Relaxáció és mindfulness ülés:

Vezesse a csoportot egy rövid relaxációs vagy mindfulness-gyakorlatban, hogy segítsen nekik ellazulni és újra összpontosítani. Számos relaxációra kifejlesztett alkalmazás és online forrás létezik, amelyek felhasználhatók erre a célra.

### ● Mesélő kör:

Üljetek körbe, és minden tinédzser felváltva mondjon el egy rövid, vidám történetet vagy személyes anekdotát. Ez nagyszerű módja lehet a nyílt kommunikáció és a nevetés ösztönzésének.

- **Társasjátékok vagy kártyajátékok:**

Térjen át egy nyugodtabb tevékenységre, például társasjátéokra vagy kártyajátéokra. Az olyan játékok, mint az Uno, az Alma az almához vagy a Pictionary nyugodtabb társas légkört biztosíthatnak.

- **Művészeti és kézműves tevékenységek:**

Állítson fel egy művészeti és kézműves állomást olyan tevékenységekhez szükséges eszközökkel, mint a színezés, festés vagy kézműveskedés. Ez remek módja lehet a tizenévesek számára, hogy kifejezzék magukat és kikapcsolódjanak.

- **Zene és karaoke:**

Tegyen be egy kis zenét, és engedje, hogy a tinédzserek együtt énekelve vagy akár egy mini karaoke-estet tartva lazítsanak. A zene nagyszerű módja a hangulat felemelésének és a nyugodt légkör megteremtésének.

## Tapasztalatok végiggondolása

Ezeket a játék utáni tevékenységeket úgy tervezték, hogy a csoportos játékok izgalmából zökkenőmentes átmenetet biztosítsanak egy nyugodtabb állapotba, lehetővé téve a tinédzserek számára, hogy megértsék, mi történt a szimuláció során. A következő kérdések ötletként szolgálnak, amelyeket feltehet a csoportnak, hogy támogassák a reflexiót. (lásd: "A bűvös kör elhagyása" a Moderátor Kézikönyvben)

A reflektív kérdések segíthetnek a tizenéveseknek feldolgozni tapasztalataikat és a tanulásukat, miután az osztályban játszottak egy játékot. Íme egy lista az ebben a kontextusban alkalmazható reflektív kérdésekről:

1. Gondolj arra, hogy milyen szerepet játszottál a csapatban. Hogyan járultak hozzá az erősségeid az általános teljesítményhez, és milyen területeken tudtál javulni?
2. Volt-e hatékony kommunikáció és együttműködés a csapaton belül? Hogyan befolyásolta a csapatmunka a játék eredményét?
3. Észrevettél olyan mintákat vagy stratégiákat, amelyeket más csapatok alkalmaztak, és amelyeket érdekesnek vagy hatékonynak találtál?
4. Utólag visszagondolva, van valami, amit másképp csinálnál, ha újra játszánál a játékkal? Miért?
5. Hogyan segítette elő a játék a kritikus gondolkodást és a problémamegoldókészséget? Tudnál konkrét példákat mondani?
6. Voltak olyan pillanatok, amikor nyomás alatt kellett gyors döntéseket hoznod? Hogyan kezelted ezeket a helyzeteket?
7. Gondolkodjatok el a csapatmunka fontosságáról a játék kapcsán. Hogyan járult hozzá

- csapat dinamikája az általános élményhez?
8. Észrevetted, hogy más területeken, például iskolai tantárgyak vagy iskolán kívüli tevékenységek során megszerzett különleges készségekre vagy tudásra támaszkodsz?
  9. Mit tanultál magadról és a társaidról a játék során? Voltak meglepetések vagy felfedezések?
  10. Vegyük figyelembe a játék és a valós életbeli helyzetek közötti kapcsolatot. Hogyan alkalmazhatók a játékból származó készségek és tanulságok amindennapi életedben vagy a jövőbeli törekvéseidben?
  11. Milyen módon ösztönözte a játék a kreativitást vagy a nem szokványos gondolkodást?
  12. Hogyan járult hozzá a játék az osztályon belüli közösségi érzéshez vagy egységhez?
  13. Milyen visszajelzéseid vagy javaslataid vannak a játék vagy hasonló tevékenységek jövőbeli fejlesztésére?
  14. Hogyan lehet a játék során szerzett tapasztalatokat alkalmazni a tanulmányi vagy személyes fejlődésedben?
  15. Mit gondolsz, milyen készségek vagy tulajdonságok elengedhetetlenek a sikerhez az ilyen típusú játékban, és hogyan tudod ezeket továbbfejleszteni?

Ezeket a kérdéseket bátran adaptálhatja az adott játékhoz vagy szimulációhoz a hangsúlyozni kívánt tanulási célok alapján. Bátorítsa a tanulókat, hogy nyíltan osszák meg gondolataikat, és gondolkodjanak el azon, hogy a játékélmény hogyan kapcsolódik életük tágabb aspektusaihoz.

### *Utánkövetés - megosztás*

Mint korábban említettük, egyeseknek nehézséget okozhat érzelmeik, gondolataik megfogalmazása. Ha a csoportnak szüksége van még egy kis támogatásra a megosztáshoz, itttalál néhány tevékenységet:

#### **1. Körmegosztás – az érzelmek kártyái**

A tizenévesek üljenek körbe, és felváltva osszák meg a játékkal kapcsolatos gondolataikat és érzéseiket – adjunk nekik egy sor érzelmekártyát, amelyek közül választhatnak, vagy képeket. Bátorítsa őket, hogy mutassák meg a kártyát, és beszéljenek arról, hogy mit élveztek, mi jelentett számukra kihívást, és mit tanultak. Ez a nyílt forma lehetővé teszi a személyes reflexiót és a csoportos megbeszélést.

#### **2. Kiscsoportos megbeszélések:**

Ossza a résztvevőket kisebb csoportokra (ugyanazokra a kiscsoportokra, amelyekben dolgoztak), és osszon ki minden csoportnak egy adott, a játékkal

kapcsolatos vitatémát. Ezt követően minden kiscsoport megoszthatja meglátásait a nagyobb csoporttal. Ez a módszer elősegíti a koncentrált beszélgetést és a különböző nézőpontok megvitatását.

### 3. Írj és oszd meg:

Adjunk minden tinédzsernek egy jegyzetlapot vagy egy darab papírt, és kérjük meg őket, hogy írjanak le egy dolgot, ami tetszett nekik a játékban, és egy dolgot, ami kihívást jelentett számukra. Ezután kérjük meg őket, hogy osszák meg válaszaikat a csoporttal. Ez lehetőséget ad a gondolkodásra és a gondolatok írásbeli vagy szóbeli kifejtésére.

### 4. Párosítás és megosztás:

Állítson párokat a tanulókból, és kérje meg őket, hogy osszák meg tapasztalataikat a partnerükkel. Bátorítsa őket, hogy beszéljék meg a legfontosabb pillanataikat, nehézségeiket és a játék során alkalmazott stratégiákat. Ezután a párok megoszthatják az érdekes meglátásaikat az egész csoporttal.

### 5. Vizuális reflexió:

Biztosítson művészeti kellékeket, és kérje meg a tizenéveseket, hogy ábrázolják képben a játék során szerzett tapasztalataikat. Ez lehet rajz, diagram vagy akár képekből és szavakból álló kollázs is. Miután mindenki elkészítette a képi ábrázolását, bemutatathatják és elmagyarázhatják a csoportnak.

Az élmények szórakoztató módon történő megosztása kiváló stratégia lehet a tizenévesek bevonására és izgalomban tartására. Íme öt szórakoztató módja annak, hogyan oszthatunk meg élményeket egy tizenévesekből álló csoportban egy játék után:

### 6. Csapat-skiccek:

Ossza a csoportot kisebb csapatokra, és ossza ki minden csapatnak a játék egy adott aspektusát (pl. a legviccesebb pillanat, a legnagyobb kihívást jelentő rész vagy egy emlékezetes győzelem).

Kérje fel a csapatokat, hogy készítsenek egy rövid jelenetet vagy színdarabot, amely humorosan ábrázolja a nekik kijelölt szempontot. Ez nem csak a kreativitást ösztönzi, hanem a tapasztalatok megosztásának könnyed módját is biztosítja.

### 7. Fotófülkés történetmesélés:

Állítson fel egy rögtönzött "fotófülke" területet kellékekkel és jelmezekkel.

Bátorítsa a tizenéveseket, hogy készítsenek olyan képeket, amelyek a játékélményeiket és az érzéseiket ábrázolják.

Ezt követően minden résztvevő a képek bemutatásával egy rövid történetet vagy magyarázatot készíthet a játékról, miközben bemutatja a képeket.

#### **8. Fordított szerepek:**

A tizenévesek cseréljenek szerepet a játékvezetővel vagy a játékvezetőkkel.

Hagyja, hogy a saját szemszögükből magyarázzák el a játékot, kiemelve, hogy mit figyeltek meg, mi tetszett nekik, és mi jelentett számukra kihívást. Ez a szerepcsere igen szórakoztató lehet.

#### **9. Emoji-reflexió:**

Adjon egy listát az emojikról, és kérje meg a tizenéveseket, hogy válasszanak ki néhányat, amelyek a legjobban kifejezik a játék során tapasztalt érzéseiket és élményeiket.

Kérje fel őket, hogy a kiválasztott emojik segítségével készítsenek emoji történeteket vagy poszttereket, hogy megosszák érzelmeiket és a fénypontokat.

#### **10. Kötélhúzás:**

Használjon egy metaforikus megközelítést egy "kötélhúzás" vizuális ábrázolásával.

Kérje meg a résztvevőket, hogy a "kötél" két oldalán helyezzenek el a pozitív és negatív játékélményeiket jelképező zsetonokat vagy tárgyakat.

Csoportként beszéljék meg, hogy milyen tényezők járultak hozzá a játék "kötélhúzásához".

Ezek a szórakoztató megosztási módszerek nemcsak élvezetessé teszik a játék utáni megbeszélést, hanem kreatív kifejezésre és könnyed elmélkedésre is ösztönöznek.

### **Kapcsolatot teremteni a szimuláció és a való világ között**

A foglalkozás lezárásaként érdemes felhívni a diákok figyelmét arra a kapcsolatra, amely a tapasztalataik és aközött van, hogy ezek a dinamikák hogyan jelenhetnek meg a valós világban. Ez fokozhatja tényszerű ismereteiket és támogathatja kognitív tanulásukat.

Annak alapján, hogy milyen területekkel szeretne foglalkozni (pl. országok közötti gazdasági egyenlőtlenségek; az erőforrásokért folytatott verseny; az ipar hatása a természetre; a különböző szereplők eltérő érdekei, stb.), nézzen szét az UpToYou tanulási felületen, ahol videókat és tananyagokat talál ezekben a témákban.



## TOVÁBBI OKTATÁSI TEVÉKENYSÉGEK

Ebben a részben több különböző tevékenységet mutatunk be, amelyeket a szimuláció befejezése után az osztályában használhat. Ezek nem feltétlenül kapcsolódnak közvetlenül a szimulációs foglalkozáshoz: akár máskor is levezetheti őket, ha tovább szeretné hangsúlyozni a tapasztalatok szociális/érzelmi aspektusait, vagy ha el szeretné mélyíteni a fenntarthatósággal kapcsolatos ismereteiket.

Az itt összegyűjtött tevékenységek nem csak a bevonódást segítik, hanem fokozzák is a kommunikációt és az együttműködést. A tevékenységek a fejlesztendő területek szerint vannak felosztva (tematikus bontás): az érzelmi intelligencia fejlesztése, az együttműködés fejlesztése, a felelősségvállalás fejlesztése, az ökológiai gondolkodás fejlesztése. Többségük online játszható változatokkal is kiegészítettük.

A Tanári eszköztár segít felismerni, hogy a szimuláció egy szélesebb körű oktatási program egyik eleme. Ennek megfelelően értékes lehet a fenntarthatóság témájáról szóló bevezető részt is beilleszteni ebbe a programba. Emellett fontolja meg olyan stratégiák beépítését, amelyek arra ösztönzik a tanulókat, hogy a megszokott módszerektől eltérve újszerű és kreatív módon közelítsék meg a tanulást.

### Kapcsolatteremtő tevékenységek, az érzelmi intelligencia fejlesztése

A következő gyakorlatok hatékonyan vezetik be a gyerekeket és fiatalokat az érzelmek és az empátia világába: segítenek nekik kapcsolatokat építeni, egymásra hangolódni, megismerni és dekódolni az érzelmeket. Minél többet árulnak el magukról a csoport tagjai, és minél több személyes információt tudnak meg másokról, annál barátságosabbá és biztonságosabbá válik a közösség.

A környezetvédelemmel és a fenntarthatósággal való foglalkozáshoz az szükséges, hogy otthon érezzük magunkat saját közösségeinkben, és pozitív érzelmeket tápláljunk velük kapcsolatban. Így válnak fontossá a közös ügyek, és ennek fontos előfeltétele egy olyan biztonságos és fenntartható környezet megteremtése, amelyben egyéni és közös célokat lehet elérni.

#### 1. Az érzelmi hőmérő

Nehézségi szint: egyszerű gyakorlat mind a facilitátor, mind a résztvevők számára.

Módszer: egyéni gyakorlás

A gyakorlat időtartama: Kevesebb, mint 5 perc – de érdemes megismételni a közösen töltött idő végén.

Eszközök: Tábla, tollak, esetleg post-it minden résztvevőnek.

### Instrukciók:

- Rajzoljon egy hőmérőt a táblára. Választhat, hogy 0-10 fokot ábrázol, vagy mínusz 5-től plusz 5-ig terjedő skálát. A legmagasabb érték a legpozitívabb hangulatot, a legalacsonyabb az igazi rosszkedvet jelzi. Fontos hangsúlyozni, hogy a fáradtság nem egyenlő a negatív érzelmekkel.
- Az óra vagy az iskolai nap kezdetén mindenki jelezze, hogy hol érzi magát az érzelmi hőmérőn egy jel vagy egy kezdőbetű segítségével. (A gyakorlat felgyorsítása érdekében a résztvevők kaphatnak post-it-eket, amelyekre felrajzolhatják saját jelüket vagy felírhatják a nevüket, és egyszerűen felragaszthatják a táblára.)
- Aki szeretné, röviden megmagyarázhatja azt is, hogy miért rajzolta magát oda.
- Az együtt töltött idő végén ismételjék meg a gyakorlatot: változott-e valami a hőmérőn?

Online változat: készítsen érzelmi hőmérőt egy olyan webhelyen, amely támogatja az online rajzolási együttműködést. Jelölje meg, hogy melyik érzelmi hőmérsékletet melyik terület képviseli. Kérje meg a résztvevőket, hogy a megbeszélés elején és végén helyezzenek el kis cédulákat az érzéseiknek megfelelően.

Használhat Google Jamboard-ot, Padlet-et vagy más platformokat.

## 2. Az érzelmi létra

Nehézségi szint: egyszerű gyakorlat mind a facilitátor, mind a résztvevők számára.

Módszer: csoportmunka

A gyakorlat időtartama: 15-20 perc

Eszközök: Papír, toll a csoport számára

### Instrukciók:

- Alkosson csoportokat.
- Minden csoport kap egy alapérzelmét (öröm, szomorúság, düh, csodálkozás, félelem, undor).
- A diákok keressék meg a kapott alapérzelem szinonimáit, és írják le őket. Ezután állítsák őket sorrendbe: melyik a legenyhébb? Hogyan növekszenek a legerősebbig?
- Minden egyes fokozathoz szobrot is készíthetnek magukról.
- Hagyja, hogy a csapatok megmutassák egymásnak, mit dolgoztak ki.



Online változat: válasszon egy olyan platformot a tevékenységhez, ahol kiscsoportokat szervezhet. Fontos, hogy az online csoportok általában kisebbek, mint a személyes együttműködés esetében – ehhez a feladathoz az online csoportnak 2-3 főből kell állnia. A teljes alakos szobrok helyett a résztvevők portrékat készíthetnek a szóban forgó érzelemhez.

### 3. Érzelmi pezsgés

Nehézségi szint: A szabályok egyszerűek, de a résztvevőknek meg kell érteniük a feladatot, és saját ötletekkel kell előállniuk.

Módszer: Csoportos feladat

A gyakorlat időtartama: 5-8 perc

Eszközök: Nem szükséges. Instrukciók:

- Álljon egy körbe a csoport.
- Minden résztvevő találjon ki egy egyszerű, egymondatos szituációt, amely lehet egy mindennapi dolog vagy valamilyen élethelyzet. Fontos, hogy ne a saját életükből válasszanak egy helyzetet, hanem olyat keressenek, amiben bármilyen elképzelhető szereplő szerepelhet (pl. új diák az első nap reggelén az iskolában / a versenyző egy év kemény edzés után elveszíti a döntő mérkőzést / X hazugságon kapja a legjobb barátját / Y eltéved a városban, de egy kedves idegen eligazítja, stb.).
- Valaki a kör közepére lép, és elmagyarázza a helyzetet. A többiek egyenként belépnek a körbe, és a vállukat megérintve mindannyian megneveznek egy-egy érzelmet, amit a szereplő a szituációban átélhet (izgalom, félelem, megkönnyebbülés, düh, stb.). Ha nem jut eszükbe konkrét érzelem, akkor egy tipikus mondattal kifejezhetik, hogy mit gondolhat a szereplő, így jobban be tudják azonosítani az érzelmet. Ily módon összegyűjthetjük, hogy egy szituációban hányféle érzelem/gondolat halmozódhat fel.
- Nem mindenkinek kell kifejeznie magát, fontos, hogy a körbe való belépés önkéntes legyen.
- Ha nincs több hozzászóló, mindenki álljon vissza a körbe, és a következő kör a következő helyzet megnevezésével kezdődhet.
- Egyszerre ne játsszon 5-6 körnél többet, különben a gyakorlat fárasztóvá és kimerítővé válik.
- Ha a résztvevők számára valamilyen oknál fogva kihívást jelent a helyzetek kitalálása, a játékezőt előre kitalálhat több forgatókönyvet.

#### 4. Érzelmi kártyák

Nehézségi szint: Egyszerűen kezelhető. A játékosok a jelenlegi érzelmi intelligenciájuknak

megfelelő szinten vesznek részt.

Módszer: Csoportos, kiscsoportos, páros és egyéni gyakorlatok.

A gyakorlat időtartama: 5-6 perctől egy egész tanítási óráig – a pedagógiai céltól és a helyzettől függően.

Eszközök: A Rogers Alapítvány által kifejlesztett Cicakártyák, vagy mosolygós arcok gyűjteménye, tájképek vagy művészeti alkotások képeslapjai, stb.

Instrukciók:

- Mindenki válasszon egy kártyát, amely az aktuális érzelmi állapotát képviseli (fontos, hogy a facilitátor is a kör része legyen, és ő is válasszon egy kártyát).
- A feladat legegyszerűbb változata az, hogy mindenki néhány mondatban elmagyarázza, miért választotta az adott kártyát.
- Szobrot is készíthetünk magunkból az érzelmek ábrázolására. Ebben az esetben nem a kártyát mutatjuk meg másoknak, hanem a saját szobrunkat. Az empátia fejlesztése érdekében a csoport minden tagja vegye fel a mutatott testtartást, hogy néhány pillanatra átélje, mit érez a partnerük.
- Egy másik változat: A diákok húzzanak párban egy érzelemkártyát. Kérje meg őket, hogy meséljenek a társuknak egy olyan időszakról a saját életükben, amikor a kártyán ábrázolt érzelmet érezték. (Ebben és a következő változatokban a játékvezetőnek már nem szabad részt vennie.)
- Egy újabb változat: A diákok kis csoportokban az érzelemkártyák segítségével történeteket alkothatnak. Adjon 2-3-4 érzelmeket a csoportoknak, hogy ezekre építve találjanak ki egy érdekes történetet. Írják le őket, és hallgassák meg egymás történeteit.
- Az előző változatot egyéni házi feladatként is ki lehet adni.
- A kártyák segítségével az egész csoportban is megbeszélheti az érzelmeket. A beszélgetést két ellentétes kártyával kezdetjük. Mikor változott a szomorúság megkönnyebbüléssé? Mi kellett hozzá?

Online változat: az utolsó négy variáció online is játszható. Használja a képernyőmegosztást, a kisszobákat és a csevegést. Ossa meg vagy küldje el azokat a kártyákat, amelyeket párok vagy a kiscsoportok szeretnének használni. Online egész csoportos megbeszélést is kezdeményezhet.

## 5. A test és az érzelmek

Nehézségi szint: Ez egy összetett gyakorlat, amelyben fontos, hogy a tanár pontról pontra vezessen. Fontos, hogy a résztvevők megértsék, hogy ne csak mondásokat vagy közmondásokat használjanak.

Módszer: Kiscsoportos munka.

A gyakorlat időtartama: 25-35 perc.

Eszközök: Papír, tollak, színes ceruzák vagy zsírkréták, flipchart papír vagy csomagolópapír. Instrukciók:

- Alakítson 3-5 fős kiscsoportokat.
- A csapatok gyűjtsék össze az érzelmek fizikai tüneteit leíró szóbeli kifejezéseket. Gondolják végig és magyarázzák meg, hogy pontosan melyik érzelmre utalnak (pl. gyomorgörcs - szorongás, hátfájás - félelem).
- Minden csoport rajzoljon egy emberi alakot nagyméretű csomagolópapírra. Jelöljék meg a rajzon, hogy a kifejezésekben összegyűjtött érzelmek hol érezhetők a testben, a test mely részeire hat az érzelmek. A rajzoláshoz használják azt a színt, amelyik a legjobban kifejezi az érzett érzelmet.
- Olvassák el a kifejezéseket, és mutassák meg egymásnak a rajzokat. Mutassunk rá, hogy nem mindenki érzi ugyanúgy az egyes érzelmeket, egyéni különbségek lehetnek a dekódolásban – mindegyiket érvényesnek kell elfogadnunk.

Online változat: a tevékenység online is működik, a Jamboard vagy a Padlet segítségével. A fiatalok ezeken a felületeken vicces emberalakokat rajzolhatnak, és színválasztással jegyzeteket adhatnak hozzá.

## 6. Érzelmes zene - érzelmek a zenében

Nehézségi szint: A bemutatott variációkból kiválaszthatja a csoportnak megfelelő gyakorlatot.

Módszer: Csoportos, kiscsoportos vagy egyéni gyakorlás.

A gyakorlat időtartama: 15-30 perc.

Eszközök: Filmklippek, lejátszó, projektor és a prezentációhoz szükséges kiegészítők, hangszóró.

Instrukciók:

- Mutasson be a csoportnak egy érzelmekben gazdag filmjelenetet lenémított zenével (például Zefirelli Rómeó és Júlia című filmjének egyik jelenetét).
- Ha kevés az idő, vagy a csoport általában nem túl aktív, a tanár különböző hangulatú zenéket mutathat. Beszélje meg a csoporttal, hogy melyik zene mit fejez ki a jelenetben, mit ad hozzá a zene, mi hiányzik. Melyik zene illik a legjobban a jelenethez?
- Ha több időt szeretne a tevékenységre szánni, és több csoportmunkát kínálni a résztvevőknek, keressenek olyan zenét kis csoportokban, amely illik a jelenet érzelmi hátteréhez. A csoportok mutassák meg egymásnak a verziókat, majd vitassák meg azokat. Végül nézzék meg az eredeti filmjelenetet a saját zenéjükkel.
- A zenei keresést házi feladatként is adhatja, ebben az esetben gondoskodjon arról, hogy mindenki, aki akarja, bemutathassa a saját verzióját.

## 7. Jelenetkészítés

Nehézségi szint: Egy jól együttműködő csoport számára ez nem nehéz feladat. Fontos, hogy a facilitátor jól gazdálkodjon az idővel. Előfordulhat, hogy a csoportok nem egyszerre lesznek kész, az egyik unatkozik, a másik pedig még dolgozik. Ha csak az egyik csoportra kell várni, segítsen nekik rövidre vágni a történetet. Ez a lassabb csoport valószínűleg próbák nélkül improvizál az előadáson.

Módszer: Kiscsoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 15-20 perc.

Eszközök: Érzelemkártyák vagy érzelmekkel ellátott papírok.

Instrukciók:

- Alakítson 5-8 fős csoportokat.
- Minden csoport rajzoljon egy érzelemkártyát, vagy adjon a csoportoknak egy papírlapot, amelyre rá van írva egy érzelmi állapot.
- A csoportok találjanak ki egy rövid történetet, amely leírja az érzelmet. Először találják ki, mi fog történni a jelenetben, majd osszák szét szerepekre, és játsszák el maguknak.
- A csoportok mutassák be jeleneteiket. A közönség találja ki, milyen érzelmet láttak.



- Az előadáson egy egyezményes jellel jelezze, hogy mikor kezdődik és mikor ér véget az előadás (pl. az egyik résztvevő tapsol).
- Az előbbinek egy bonyolultabb változata az, amikor két érzelmet kapnak az egyes csoportok: váltsunk át az egyikről a másik jelenetre.

## Az együttműködés javítását célzó tevékenységek

34

A fenntarthatóság hatékony kezeléséhez együttműködésre és csapatmunkára van szükség. Meg kell tanulnunk együtt gondolkodni másokkal, közös stratégiát kialakítani és kompromisszumot kötni a közös célok érdekében. Ehhez az a felismerés szükséges, hogy bár különbözőek vagyunk, el tudunk fogadni másokat – együtt tudunk cselekedni. Mindannyiunknak vannak olyan képességeink, amelyeket az együttműködésben használhatunk.

### 1. Páros vezetés

Nehézségi szint: Nem könnyű gyakorlat, mivel a résztvevők szinte fizikai kontaktusban vannak, miközben egymást hallgatják. Először válasszanak szabadon párt, majd véletlenszerűen állítson össze párokat. Egy foglalkozáson legfeljebb három kört játsszanak, de a gyakorlatot egy későbbi foglalkozáson is megismételhetik.

Módszer: Páros gyakorlás, majd teljes csoportban is elvégezhető.

A gyakorlat időtartama: 15-20 perc a megbeszéléssel együtt.

Eszközök: Két kis labda vagy toll, vagy 2-3 spagettiszál páronként.

Utasítások:

- A diákok alkossanak párokat.
- Minden pár kap egy kis labdát, egy tollat vagy egy darab spagettit.
- Felemelik a kezüket, és tenyerükkel egymás felé fordulva a tárgyat a tenyerük közé helyezik úgy, hogy mindketten összetartják azt. Közös céljuk, hogy a gyakorlat során ne essen le a tárgy. Természetesen néha leesik, a spagetti eltörhet, de felveszik és folytatják (új spagettiszálakat kapnak).
- A páros eldönti, hogy ki lesz a vezető és ki fogja irányítani a játékot. A vezető mozgatja a kezét, míg a másiknak követnie kell a mozdulatát, hogy a tárgy ne essen le. Először csak a kezüket kell mozgatniuk, és ha ez sikerül, akkor térben kell mozogniuk.
- Néhány perc múlva cseréljenek szerepet, és a pár másik tagja vezesse a mozgást.
- Néhány perc múlva alakítsunk új párokat és ismételjük meg a gyakorlatot.

- Bátorítsa a párokat, hogy próbáljanak ki összetettebb mozdulatokat. Használják ki a teret, próbáljanak meg a padlóra ereszkedni, mozogjanak gyorsabban vagy lassabban, stb.
- A végén beszéljék meg: ki érezte jól magát, mi volt nehéz, mi volt könnyű.
- Amikor már viszonylag jól megy a páros verzió, menjenek körbe-körbe csoportként. Emeljék fel a kezeiket vállmagasságba, és helyezzen egy-egy tárgyat a két szomszédos tenyér közé. Próbáljanak meg együtt mozogni. Eleinte legyen egy kijelölt vezető, de ha a csoport nagyon ügyes, akkor kipróbálhatják kijelölt vezető nélkül is. Ne hagyjon sok időt az egész csoportos változatra.

## 2. Hatékony együttműködés

Nehézségi szint: A segítőnek nagyon ügyelnie kell a szabályok betartására, és abba kell hagynia a tevékenységet, amint több ember kerül a körbe. Egyes csoportoknál előfordulhat, hogy csak egy vagy két aktív játékos van, a többiek pedig passzívan unatkoznak – ezt a helyzetet kezelni kell.

Módszer: Egész csoportos gyakorlat. A gyakorlat időtartama: 15-20 perc.

Eszközök: kötél, 10x10 cm-es papírlapra írt betűk (a "hatékony együttműködés" kifejezés betűi), stopperóra, írótabla.

### Instrukciók:

- A "hatékony együttműködés" kifejezés betűi vegyesen helyezkednek el egy kötéllal kijelölt körben. A feladat az, hogy a betűket a megfelelő sorrendben és a lehető leggyorsabban kivegyék a körből. Ha van kedvük, többször is megismételhetik, új módszereket kipróbálva.
- Mielőtt a stopperóra elindulna, a játék legfontosabb része következik: meg kell állapodniuk egy közös stratégiában.
- Miután megállapodtak, tesztelik, hogy mennyire működik jól, és mennyi időbe telik a megvalósítás.
- Az időket a játékező vezető jegyzi fel a táblára.
- Ha úgy érzi, hogy az idő lehetne rövidebb, bátorítsa őket, hogy dolgozzanak ki egy másik tervet.
- Fontos, hogy csak a saját eredményeiket igyekezzenek javítani (ne más csoportok eredményeihez viszonyítsák magukat), és addig próbálkozzanak, amíg elégedettek nem lesznek a csapat sebességével.

- A játék a tapasztalatok közös elemzésével és megvitatásával zárul.
- Minden fordulóban betartandó fontos szabályok:
  - A betűknek a megfelelő sorrendben kell kijönniük a körből.
  - A "hatékony együttműködés" feliratot a körön kívül, egyenes vonalban kell elhelyezni.
  - Egyszerre csak egy személy (vagy akár egy testrész) tartózkodhat a körön belül (a levegőben is). Abban a pillanatban, amikor egynél több személy van a körön belül, állítsa meg az órát, és kezdjék előlről a feladatot.

### 3. Körből négyzetbe

Nehézségi szint: Egyszerű, viszonylag rövid tevékenység. Ha hosszúra nyúlik, unalmassá válhat. A feladatot nem lehet elrontani.

Módszer: Egész csoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 5-15 perc, beleértve a megbeszélést is.

Eszközök: Nincs szükség.

Instrukciók:

- Álljon körbe a csoport.
- Kérjünk meg mindenkit, hogy csukja be a szemét.
- A résztvevők feladata, hogy az eredeti körből négyzetet alkossanak, miközben csukva tartják a szemüket. Eközben beszélhetnek egymással.
- Amikor úgy gondolják, hogy végeztek, kinyithatják a szemüket.
- Beszéljék meg a tapasztalatokat.

### 4. Stratégiai székfoglaló

Nehézségi szint: Nagyon izgalmas, de nem könnyű tevékenység. A facilitátornak egyszerre több feladatot kell ellátnia: figyelnie kell a csoportot, az időmérést, az idő rögzítését és a "robot" szerepét kell játszania. Ha megvalósítható, célszerű a "robot" szerepét átadni, de csak egy kívülállónak, a csoportból senkit sem szabad erre a szerepre kijelölni.

Módszer: Egész csoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 35-60 perc a megbeszéléssel együtt.





Eszközök: A csoport létszámánál eggyel több szék, stopperóra, tábla íróeszközökkel.

Instrukciók:

- A térben annyi székot helyezünk el, ahány ember van a csoportban: töltsék be a teret, a lehető legtöbb különböző irányban állva. Ügyeljünk arra, hogy elférjünk közöttük.
- A székek helyzete nem változik a játék során.
- A facilitátor széke üresen marad, és ő a széktől legtávolabb eső ponton helyezkedik el.
- Az elején a facilitátor a "robot" szerepében indul. Egyenletes, lassabb tempóban mozog, mint a játékosok, és arra törekszik, hogy leüljön az üres helyre.
- A játékosok célja: megakadályozni, hogy a "robot" leüljön. Ennek egyetlen módja, hogy egyikük leül a "robot" által megcélzott ülésre. Ehhez azonban a saját széküket szabadon kell hagyniuk. A "robot" ekkor az egyenes vonalú mozgásra való képességének határain belül irányt változtat, és ez a szék lesz most a célpontja – és így tovább.
- Ha valaki egyszer felállt a székéről, nem ülhet vissza ugyanarra a székre, hanem egy másik székre kell ülnie.
- A játékosok tetszőleges tempóban mozoghatnak a székek között.
- Mérje az időt minden körben. Jó, ha a csoport közös célt tűz ki: mennyi ideig akarják megakadályozni, hogy a "robot" leüljön. A cél természetesen játék közben is módosítható.
- Fontos része a játéknak a közös stratégia kialakítása. Ennek érdekében a csoportnak minden forduló előtt érdemes taktikai megbeszélést tartania, hogy hatékonyabbak legyenek.
- A végén adjon lehetőséget a megbeszélésre: ez a tevékenység általában számos kérdést vet fel a csoportokban, a hatékony működés akadályaitól kezdve a csoportdinamikai kérdésekig. Hagyjon időt ezek tisztázására, és ha szükséges, kezelje az indulatokat.

## 5. Hármass egység

Nehézségi szint: Egyszerű. Hónapokig újra és újra játszható, annyiszor, ahányszor csak akarja. Egyes csoportok nagyon megszeretik, és igazán kreatív megoldásokat improvizálnak.

Módszer: Egész csoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 5-8 perc.

Eszközök: Nincs szükség.

Instrukciók:

- Egy körben áll a csoport. Valaki középre áll, megdermed, és megmondja, hogy kit személyesít meg. Ez lehet bármi, egy tárgy, egy személy, egy épület, egy fogalom, stb. Ő lesz a hármas egységünk első eleme.
- Egy másik játékos csatlakozik hozzá, és egy új elemet ad hozzá az előzőhöz.
- Hozzájuk csatlakozik egy harmadik, aki szintén hozzájárul a közös képhez.
- Amikor a hármas egység kialakul, az első játékos választ egyet a másik két megjelenített elem közül, és elhagyja vele a kört.
- A bent maradt játékos hangosan elismétli a nevét. Ezután csatlakozhat hozzá még két játékos, akik így egy teljesen új képet alkotnak – és így tovább.
- Például: A: Én vagyok a ház. B: Én vagyok az ablak. C: Én vagyok a függöny az ablakon. "A" (ház) kiveszi "B"-t (ablak) a körből, és a függöny lesz a következő képünk kezdő eleme. A: Én vagyok a függöny. B: Én vagyok a színpad. C: Én vagyok a lámpa, amely megvilágítja a színpadot.

## A felelősségvállalás javítását célzó tevékenységek

A fenntarthatóság figyelembe vétele nagyfokú felelősségvállalást jelent, elkötelezettséget az iránt, hogy az egyének nem csak saját jólétükért felelősek. Ideális esetben ezt a felelősségtudatot már kiskorától kezdve a család ébreszti fel a gyermekben, de ha a fiatal nem ilyen szerencsés, akkor az iskola és más közösségek támogatásával fejleszthető.

Ennek elősegítésére a következő tevékenységeket ajánljuk:

### 1. Riksák

Nehézségi szint: Nem könnyű. Vannak, akik nem szeretik becsukni a szemüket, ezért fontos, hogy a vezetők figyeljenek a partnerükre, és próbáljanak az általuk irányított tempóban mozogni. Ehhez fel kell készíteni a résztvevőket: előzetesen játszunk néhány bemelegítő, koncentrációs és kapcsolatépítő gyakorlatot.

Módszer: Páros játék.

A gyakorlat időtartama: A játék maga 5-6 perces, de utána hosszú beszélgetésre számíthat. Összesen körülbelül 20-45 perc.



Eszközök: Esetlegesen egy sál a csoport felének.

Instrukciók:

- A csoport egy nagy térben kört alkot (nem baj, ha vannak bútorok, de legyen elég hely a szabad mozgáshoz).
- Mindenki választ egy partnert, akivel elkezdi a gyakorlatot. A pár egyik tagjának bekötik a szemét.
- A moderátor adja meg az utasításokat:
  - Ez egy nonverbális játék, amelyben tilos beszélni (vagy bármilyen hangot kiadni).
  - A páros egyik tagja a vezető: ő lesz a "tuk-tuk" (riksa) vezetője, míg a páros másik tagja a "tuk-tuk".
  - A vezető a társa vállára teszi a kezét, így irányítja a tuk-tukot, ahogy az a térben halad, kikerülve néhány akadályt.
  - Másfél perc elteltével a játékvezető azt mondja, hogy "csere", mire mindenki megáll. A vezetők csendben tuk-tukot cserélnek. A tuk-tuk nem fogja tudni, hogy ki van mögötte, és ezzel együtt az irányítás elvesztését tapasztalhatja.
  - Ismétlje meg a párcserét – másfél percenként. Vagyis minden tuk-tuknak három különböző irányítója lesz, amelyek közül kettőnek nem ismeri a kilétét.
- A harmadik kör után üljenek körbe, és beszéljék meg a tapasztalatokat. Először atuk-tukok mondják el, hogyan érezték magukat, majd a vezetők.
- Ezután kezdődik a második játék: a vezetőkből tuk-tukok lesznek, és fordítva. A párcserék után újabb megbeszélés következik.
- Kérdések: Megbízhat-e a vezetődben, mint tuk-tuk? Milyen érzés volt vezetőnek lenni és felelősséget vállalni a másikért?

## 2. Útmutató az emberről, földönkívüliek számára

Nehézségi szint: Hosszú, társalgási, érvelési feladat. Ha a csoportok között nagy különbség van az elkötelezettség szintjében, a tanárnak ezt képesnek kell lennie kezelnie. Érdeemes lehet előre kidolgozni, hogy kik alkotják a csoportot, vagy egy korábbi gyakorlatot felhasználni, hogy ez a csoport már másodszor legyen együtt.

Módszer: Kiscsoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 35-60 perc.

Eszközök: Flipchart vagy csomagolópapír a csoportok számára, íróeszközök, tábla íróeszközökkel.

Instrukciók:

- Képzeld el, hogy idegenek látogatják meg a Földet. Nagyon kíváncsiak az emberekre és aszokásainkra.
- A diákok alakítsanak 4-5 fős kis csoportokat. A csoportokban gyűjtsék össze azokat az alapvető szabályokat, amelyeket minden embernek be kell tartania, amikor együtt él, például egy családban, osztályban vagy más emberi közösségben. Fogalmazzanak meg és írjanak le 8-10 szabályt, amelyeket a legfontosabbnak tartanak.
- Ezután a csoportok osszák meg egymással az összeszedett szabályokat.
- A csoportok a bemutatók alapján készítsenek egy nagy, közös listát. Megbeszélhetjük, hogy az összegyűjtött szabályok közül melyek azok, amelyeket az osztályközösségünk követ.

Online változat: ugyanúgy működik, mint a személyes gyakorlat, azzal a különbséggel, hogy kisebb csoportokat érdemes kialakítani. Dolgozzanak egy közös platformon a csoport tagjaival, majd osszák meg az eredményeket a többiekkel.

### 3. Privilegium séta

Nehézségi szint: Ez egy érzelmileg nehéz feladat lehet, mivel megmutatja az emberek lehetőségei közötti különbségeket. Ezért javasoljuk szerepkártyák használatát, hogy a résztvevők elhatárolódjanak tőle (a valós életben a saját hátrányos helyzetükkel való szembesülés egyes emberekre mély hatást gyakorolhat, ami az osztálytermi kontextusban hamar túl nehézvé válhat).

Módszer: teljes csoportos gyakorlat

A gyakorlat időtartama: 35-60 perc

Eszközök: szerepkártyák (lásd a 2. számú függelék), állítások listája (lásd a 3. számú függelék)

Instrukciók:

- Ez egy olyan gyakorlat, amelynek során megtapasztalhatjuk, milyen érzés kiváltságosnak lenni, és hogyan működik a kiváltság a társadalomban.

- Adjon minden résztvevőnek egy szerepkártyát (lásd az eszközöket). Hagyjon időt a szerep átgondolására - képzelje el, milyen lenne az adott személy helyében lenni.
- Kérje meg őket, hogy álljanak egyenes vonalban a terem hátsó részében (hogy legyen elég helyük néhány lépést előre lépni).
- Olvassa fel a következő utasításokat:
  - Az a személy, aki úgy érzi, hogy az állítás igaz rá a szerepében, lépjen egy lépést előre.
  - Aki kényelmetlenül érzi magát a tudatban, hogy az állítás igaz rá, az ne lépjen előre.
  - Soha senki nem fogja tudni, hogy valami igaz-e arra a szerepre vagy sem.
- A moderátor rövid szünetekkel, egymás után hangosan felolvassa az állításokat.
- Az utolsó kijelentés felolvasása után kérje meg a résztvevőket, hogy jegyezzék fel, hol állnak a teremben a többiekhez képest.
- Alakítsanak egy kört, és beszéljék meg a gyakorlat tapasztalatait az alábbi kérdések alapján:
  - Milyen érzés volt részt venni egy ilyen gyakorlaton?
  - Mit gondolsz arról a pozícióról, amibe kerültél?
  - Voltak olyan új tényezők, amelyeket korábban nem vettél figyelembe?
  - Voltak olyan kijelentések, amelyek különösen nehezek voltak (a karaktere számára)?
  - Mit szeretnél, ha az emberek tudnának rólad (a karakteredről)?
  - Mit gondolsz, mi történt volna, ha a gyakorlat során a saját valós tapasztalataidat használod fel?
  - Mit gondolsz, hogyan segítené a jelenlegi kapcsolataidat, ha többet tudnál akiváltságokról?

### Felhívás cselekvésre

- Kérjük meg a résztvevőket, hogy otthon gondolják át, hová jutottak volna a séta során, ha a saját tapasztalataikat használják fel.

- Próbálják meg meghatározni azokat a területeket az életükben, amelyeken javítani tudnának, és azonosítsák a környezetükön / helyi közösségükben / tágabb környezetükben felmerülő problémákat, amelyeken javítani tudnának.
- Hogyan lehetne javítani a helyzeten?

Ha lehetséges, kérjük meg őket, hogy mutassák be a gyakorlatban tapasztaltakat egy alkotás (pl. esszé, rajz, vers) elkészítésével.

A dokumentum végén – a 2. függelékben – található a szerepkártyák.

## Az ökológiai gondolkodás fejlesztését célzó tevékenységek

A javasolt gyakorlatok ezen része kifejezetten az ökológiai gondolkodásról és cselekvésről szól. Ezekhez a gyakorlatokhoz a résztvevőknek már képesnek kell lenniük arra, hogy felelősséget érezzenek a környezetükért, és hajlandóak legyenek tenni érte.

Azok, akik érzelmileg kötődnek a természethez és környezetünk más elemeihez, könnyebben belátják, hogy személyes felelősségünk van a védelmükben. Ezért fontos, hogy tudatában legyünk a természet iránti pozitív érzéseknek – az alábbi gyakorlatok közül néhány ezt szolgálja.

Az információgyűjtés és a tényfeltárás önálló munkaként szintén elősegítheti a cselekvésre való hajlandóságot. Ehhez is kínálunk ötleteket.

### 1. Én és a természet

Nehézségi szint: Egyéni munka, könnyű instrukciók, de a gyakorlathoz békés, nyugodt és barátságos környezetre van szükség. Ezt megkönnyíthetik a bevezető játékok, amelyek az elmélyülés és a bizalom érzetét keltik.

Módszer: Egyéni munka; online is elvégezhető.

A gyakorlat időtartama: 15-30 perc (ha művészeti órán vagy, szánj rá egy órát).  
Eszközök: Papír és művészeti kellékek mindenkinek.

Instrukciók:

- Adjon papírt és művészeti kellékeket a résztvevőknek. Biztosítson nyugodt környezetet, ahol önállóan dolgozhatnak. Halk, nyugtató zenét is hallgathatnak.
- Kérje meg őket, hogy csukják be a szemüket fél percre, és a lehető legpontosabban idézzenek fel egy olyan helyet, ahol a természet fontos volt számukra, és ahol jó élményben volt részük. Ez lehet egy fontos szabadtéri játszótér a gyermekkorukból, egy hely, ahol kirándultak, egy nyaralás emléke, a nagyszülők vidéki háza, stb.

- Ha valakinek nincsenek ilyen pozitív emlékei, képzelje el azt a helyet, ahová szívesen menne, és ahol biztonságban érezné magát.
- Készítsenek egy rajzot erről a helyről.
- Rajzolás közben gondolják át, miért fontos számukra az adott hely, mit szeretnek benne a legjobban.
- Állítsuk ki a rajzokat, de csak azok munkáit mutassuk be, akik erre hajlandóak. Azoknak, akik szívesen mesélnek nekünk a rajzokról és a történetükről, lehetőséget kell adni, hogy ezt megtehessek.

Online változat: A rajzolást adja házi feladatnak, és csak az eredményeket osszák meg közösen. Jó ötlet lehet, ha a tanárnak mindenki odaadja a beszkenelt rajzokat, de ő névtelenül osztja meg azokat. Aki akar, beszélhet a művéről, arról, hogy mit ábrázol, és miért fontos számára az a hely.

## 2. Történetmesélés

Nehézségi szint: A történetmesélés egy olyan műfaj, amely a mesélés számos különböző fajtáját foglalja magában. Mivel célunk a környezettudatos gondolkodás fejlesztése, a legjobb, ha lehetőséget adunk az embereknek arra, hogy saját tapasztalataikat megosszák. Az egyik történet felidézi a következőt, ami ismét felidéz egy másikat. Egy probléma felidézésekor beszélhetünk a lehetséges megoldásokról és cselekvésekről is. A tanárnak facilitátorként kell részt vennie a beszélgetésben. Segíti a folyamatot, ha elhozza a nyitó történetet, és előkészít még néhány esetet.

Módszer: Teljes csoportos megbeszélés; online is elvégezhető.

A gyakorlat időtartama: 10-60 perc. A legtöbb csoport szívesen meséli el saját történeteit. Készüljön feltámogató játékokkal.

Eszközök: Nem szükséges.

Instrukciók:

- Ülünk le. Invitáljuk a résztvevőket egy csoportos beszélgetésre, amelyben bárki elmondhat egy olyan történetet, amely vele vagy egy ismerősével történt, és amely valamilyen módon kapcsolódik a természethez, egy környezetvédelmi kérdéshez vagy a fenntarthatósághoz.
- A moderátornak olyan történetet kell elmesélnie, amely a résztvevők számára átélhető és érdekes. Beszéljék meg, hogy ki-ki mit gondol az esetről.



- Ezután hagyjon lehetőséget, hogy egy másik történet következzen. Ha egyik fiatal sem hoz új történetet, a moderátor elmondhat egy másik esetet.

Online verzió: kapcsolják be a kamerákat, és tegye lehetővé a fényképek és videók megosztását is.

### 3. Címkék

Nehézségi szint: Ez egy rendkívül tanulságos gyakorlat, amely megtanít gondolkodni, kételkedni és ellenőrizni azt, amit a felszín mögé nézve látunk. Adható egyéni feladatként vagy házi feladatként, de érdekesebb, ha a résztvevők párban vagy 3-4 fős csoportokban dolgoznak. A gyakorlat minden részére, beleértve a megbeszélést is, hagyjunk elegendő időt. Módszer: Egyéni, páros vagy kiscsoportos gyakorlatok egész csoportos megbeszéléssel; onlineis elvégezhető.

A feladat időtartama: 35-45 perc magára a feladatra, 15-35 perc a megbeszélésre.  
Eszközök: Mobiltelefonok/kamerák, internet-hozzáférés.

Instrukciók:

- Kérjük meg a résztvevőket, hogy keressenek olyan címkéket egy supermarketben, amelyek azt hirdetik, hogy az adott termék megvásárlásával csökkentjük a környezeti terhelést, védjük a természetet, a termék bio, ökológiai, fenntartható, stb.
- Készítsenek fényképeket ezekről a címkékről. Készítsenek egy gyűjteményt legalább 6-8 ilyen címkéből.
- Keressenek rá ezekre a címkékre az interneten, és ellenőrizték, hogymelyek a hitelesek és melyek nem.
- Írják le az eredményeket, felsorolva az egyes címkéket.
- Az egész csoportban beszéljék meg a tapasztalatokat, és vonják le a tanulságokat.

Online változat: Mindenki maga gyűjti és fényképezi a címkéket, majd egy online csoportban dolgozik rajtuk. A teljes csoport megbeszélése szintén online zajlik.

#### 4. Tematikus fotók

Nehézségi szint: Ez egy egyszerű gyakorlat, attól válik nehezebbé, hogy hosszabb ideig kell egy dologgal foglalkozni.

Módszer: Egyéni vagy páros gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: Lehet hosszabb is, de legalább 1-2 hét; online iselvégezhető. Eszközök: Egy eszköz, amellyel mindenkit lefényképezhetünk, nyomtatott képek vagy egy projektor a szükséges felszereléssel.

Instrukciók:

- Keressenek egy témát, amely egyben a jövőbeli közös kiállítás címe is lesz, pl. Szennyezés, Víz vagy Hulladék.
- Adjon hosszabb időt, mondjuk 1-2 hetet, amikor a résztvevők a témához kapcsolódó fotótémákat keresnek. Közben a mindennapi életüket élik, tartsák nyitva a szemüket, és legyenek érzékenyek a címhez kapcsolódó látnivalókra, eseményekre és történésekre.
- A prezentáció megszervezésének két módja van. Vagy mindenki kinyomtatja a legérdekesebb egy-két képet, és igazi kiállítást rendezünk, vagy kivetítjük a képeket, és megbeszéljük őket. A kiállítás vagy bemutató nagyobb nyilvánosságot is kaphat.

Online változat: az egyenként készített fotók online prezentációban kerülnek bemutatásra egymásnak.

#### 5. Papírszínház készítése

Nehézségi szint: A papírszínház a történetmesélés egy másik formája, amikor a csoport közösen kitalál egy történetet, amely megfelel az adott célnak, ebben az esetben a környezettudatos gondolkodásnak. A kitalált történetet ezután vizuálisan dolgozzák fel. Ez egy időigényes, kreatív feladat, amelyet a csoportok többsége szívesen végez.

Módszer: Kiscsoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: legalább 70-90 perc.

Eszközök: Papír, író- és rajzeszközök, nagy rajzlapok. Instrukciók:

- A diákok alkossanak 4-6 fős csoportokat.
- Minden csoport dolgozzon ki egy olyan történetet, amely felhívja a figyelmet egy ökológiai problémára. Először állapodjanak meg a főszereplőben (ember - ki? állat? tárgy? bolygó? egyéb?), majd találják ki az általános cselekményt.

- Öt-hat olyan pontot határozzanak meg a cselekményben, amelyek kulcsjelenetek lehetnek.
- Készítsenek egy-egy rajzot ezekről a kulcsjelenetekről.
- Egyezzenek meg, hogyan fogják elmesélni a történetet és bemutatni a rajzokat – papírszínházként. Akár hanghatásokat is használhatnak.
- Tartsák meg a bemutatót, a csoportok nézzék és hallgassák meg egymás munkáját.

## 6. Plakátkészítés

Nehézségi szint: Kreatív feladat, amely a kiscsoportok együttműködését igényli. A gyakorlat elvégzéséhez szükség lesz olyan anyagokra és eszközökre, amelyek összegyűjtéséhez kérheti a csoport segítségét: hozzanak tiszta szemetet, műanyag poharakat, palackokat, papírhulladékot, üdítős dobozokat, stb.

Módszer: Kiscsoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 25-45 perc.

Eszközök: kartonpapír, színes papír, olló, ragasztó, újságok kivágott képekkel, rajzeszközök, megtisztított hulladék.

Instrukciók:

- A diákok alakítsanak 3-4 fős kis csoportokat.
- Kérje fel a résztvevőket, hogy tervezzenek meg és készítsenek csapatban egy plakátot vagy térbeli műalkotást, hogy felhívják a figyelmet egy környezeti problémára.
- Rajzolhatnak vagy bármilyen rendelkezésre álló anyagot felhasználhatnak: régi reklámkivágásokból és hulladékból származó képeket.
- Amikor a csoportok befejezték a munkát, szervezzenek kiállítást a munkáikból.

## 7. Városépítés

Nehézségi szint: Kreatív feladat, amely a kiscsoportosok együttműködését igényli.

Módszer: Kiscsoportos gyakorlat.

A gyakorlat időtartama: 40-60 perc.

Eszközök: Építőköcek vagy Lego nagy mennyiségben.

Instrukciók:

- A diákok alkossanak 3-4 fős csoportokat. Minden csoport kapjon megfelelő mennyiségű építőanyagot.

- Minden csoportnak úgy kell felépítenie egy falut, hogy a fenntarthatóság fontos része legyen a tervezésnek – minden falunak "zöld városnak" kell lennie.
- Mutassák be egymásnak a modelleket.
- Ezután a csoportok húzzanak kártyákat. Képzeljék el, hogy a kártyán szereplő természeti katasztrófa fenyegeti a települést.
- Dolgozzanak ki egy védelmi stratégiát, és ennek megfelelően módosítsák a modellt.
- Osszák meg az eredményeket a többi csapattal.
- A veszélyek lehetnek:
  - tájfun
  - árvizek
  - rendkívüli szárazság
  - földrengés
  - szélsőséges és tartós hőség
  - hóviharak, hóviharak
  - ivóvízhiány

## 8. Ötujjas gyakorlat

Nehézségi szint: Egyszerű gyakorlat. Akár házi feladatként is kiadhatja, majd közösen megbeszélhetik.

Módszer: Egyéni gyakorlat, majd egész csoportos megbeszélés; online is elvégezhető.

A gyakorlat időtartama: 10-20 perc egyéni munka, 15-35 perc csoportos megbeszélés.

Eszközök: Papír, íróeszközök mindenkinek, írotábla íróeszközökkel a közös tervekhez.

Instrukciók:

- Kérjük meg a résztvevőket, hogy rajzolják körbe az egyik tenyerüket.
- Írjanak minden ujjra egy olyan tevékenységet, amellyel segíthetnek a környezetük védelmében. Ez lehet bármilyen apróság, de legyen reális és megvalósítható.
- Állítsanak össze egy rövid cselekvési tervet arra vonatkozóan, hogyan kezdhetik el (vagy folytathatják) a közeljövőben a cselekvést. Írjanak róla címszavakat, vagy rajzoljanak néhány jelet, hogy mit fognak tenni a tenyér közepére.
- Osszák meg egymással az ötleteiket. Keressék meg a közös pontokat, és készítsenek cselekvési tervet csoport szinten.



Online változat: ugyanaz, mint a személyes változat, kamerák és különszobák használatával.

## 9. A jövő elképzelése

Nehézségi szint: Kreatív feladat, amely a kiscsoportok együttműködését igényli.

Módszer: Kiscsoportos gyakorlat (vagy házi feladat kiscsoportok vagy egyének számára), majd egész csoportos megbeszélés.

A gyakorlat időtartama: A kiscsoportos munka legalább 30 percre tarthat, a csoportos megbeszélés 15 percre.

Eszközök: Papír, írószerek mindenkinek, írotábla.

Instrukciók:

- Társaikkal együtt tervezzék meg a diákok egy jövőképet egy kiválasztott területen: például család, munka, környezet, digitális eszközök használata, erdőirtás mértéke, hulladéktermelés, éghajlatváltozás.
- Azonosítsák a helyi szintű fenntarthatósági problémákat és a köztük lévő ok-okozati összefüggéseket, valamint fogalmazzák meg a megoldási javaslatokat, egyénileg vagy csoportosan.
- Vizsgálják meg és értékeljék ezeket a javaslatokat több szempontból.
- Értékelje a csoportos és egyéni munkát, indokolja az értékelését.

## ÓRAVÁZLATOK

### Módszertani ajánlások

Az FFC-kkel kapcsolatos munkához ajánlott óravázlatok és feladatok nem feltétlenül épülnek egymásra. Mivel a fenntarthatóság területe meglehetősen sokszínű, lehetőséget ad a tanárnak arra, hogy olyan témákat válasszon, amelyekkel a tantárgy korábbi óráin már foglalkozott, vagy például azért, mert a témához kapcsolódó események éppen most történnek a világban.

Az alábbi óravázlatok és gyakorlatok ezért csak kiindulópontot jelentenek a tanár számára, hogy afelvetett témákból saját maga dolgozzon ki órákat.

A feladatok egy része nem kapcsolódik közvetlenül valamelyik Fenntartható Fejlődési Célhoz, hanem a fő témához kapcsolódik – néhány viszont összefügg egymással, és együtt érdemes dolgozni velük. Ez tükröződik az itteni módszertani ajánlásokban is: gyakran éppen az a cél, hogy a gyerekek vagy a tanár előzetesen kutakodjon bizonyos kapcsolódó témákban.

Az elsődleges módszertani szempont a személyes tapasztalatokon keresztül történő tanulás támogatása, beleértve az információgyűjtést is.

### 1. TÉMA: VÍZKÉRDÉSEK

Fejlesztési cél: a megoldásközpontú gondolkodás elősegítése, megoldási stratégiák kidolgozása.

**SDG: 6., 14.**

Időtartam: 1 tanóra és kb. 2 óra házi feladat

**Előkészítő tevékenység:** (1 nagy kancsó és a tanulók saját palackjai/bögréi szükségesek)

*személyes tapasztalat szerzése arról, hogy milyen az, amikor az ember nem jut könnyen vízhez.*

*Vizualizációs gyakorlat: (2 perc, csukott szemmel)*

*"Milyen lenne egy olyan világban élni, ahol nincs elég víz? Képzeld el, hogy egy olyan területen élsz, ahol átmeneti vízhiány van. Van egy fontos csőtörés, amelyet műszaki okokból egyszerűen nem lehet gyorsan megjavítani, így a következő hetekben az egész falunak egy alternatív vízforráshoz, egy 5 kilométerre lévő kúthoz kell mennie vízért. A vizet otthon kell felforralni fogyasztás előtt, hogy biztonságos legyen."*

Tegyél egy nagy kancsó vizet a tanár asztalára. A tanulók sétáljanak a kancsóhoz teli hátizsákkal. Ne beszéljétek meg, hogy ki mikor megy el. Töltsék meg a bögréjüket és a poharukat vízzel, és menjenek vissza a helyükre.

Megbeszélés: (egész osztály)

Mennyi vizet kaptál? Milyen érzés volt nehéz teherrel a hátadon vízért sorban állni? Mit gondolsz

erről a gyakorlatról? Milyen lehet egy olyan világban élni, ahol az elegendő vízhez jutás mindennapos kihívást jelent?

Ezután következik a következő gyakorlat:

Idő	Cím ésleírás	Elvégzendő feladatok	Módszertan / munkaforma	Eszközök / előkészítés
15 perc	Hiányzik a víz - kérdések	A Zero Day Capetown összefoglalója: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=XxZAqswJfL4">https://www.youtube.com/watch?v=XxZAqswJfL4</a> - lista a bevezetett korlátozásokról	gyakorlati feladat, egész csoport	internet, projektor - okostábla
5 perc	Saját ötletek gyűjtése a vízügyi megoldá- sokról	A vízhiány csak a globális déli országok számára releváns téma? Brainstorming: Mit tehetünk a vízfogyasztás csökkentése érdekében?	egész csoport	tábla, filctollak
15 perc	Komplex megoldás tervezése	A fenti ötletek közül választva a kiscsoportok kidolgoznak egy cselekvési tervet, és bemutatják azt egymásnak.	kiscsoportos munka, prezentáció az egész csoport számára	csomagolópapír, flipchart-papír vagy A3-as papír plakátokhoz, színes filctollak, íróeszközök
5 perc	Összefoglaló, zárás	Válasszon ki egy akciótervet, vagy állítson össze egyet az előadásokból, amelyet mindenki követni fog	egész csoport	tábla, filctollak

## 2. TÉMA: ZÖLD ENERGIA

Fejlesztési cél: a megoldásközpontú gondolkodás elősegítése, a saját közösségi megoldási javaslatokra való reflektálás, a kritikus gondolkodás fejlesztése.

**SDG: 7., 9. sz.**

Időtartam: 1 tanóra

**Előkészítő tevékenység:** a diákok előzetesen olvassák el a következő cikket: <https://www.eea.europa.eu/signals-archived/signals-2022/articles/secure-affordable-and-clean-energy> - (magyar, lengyel és német nyelven is elérhető).





Idő	Cím és leírás	Elvégzendő feladatok	Módszertan / munkaforma	Eszközök / előkészítés
5 perc	Ráhangelődés	Melyek az EU-ban felhasznált energia fő forrásai? Tippeteket egy flipcharton.	egész csoportos megbeszélés	Tábla / flipchart vagy online ötletgyűjtő eszköz (pl. mentimeter)
20 perc	Energiaforrások	Tekintse át az energiaforrások tényleges megoszlását ( <a href="https://www.eea.europa.eu/ds_resolveuid/4fdc08358bee4ea29590a68fb0dd4b02">https://www.eea.europa.eu/ds_resolveuid/4fdc08358bee4ea29590a68fb0dd4b02</a> ), és vitassák meg az egyes források előnyeit és kockázatait.	kis csoportos kutatás	internet-hozzáféréssel rendelkező eszköz minden csoport számára, csomagolópapír, flipchart-papír vagy A3-as papír, színes filctollak, íróeszközök
5 perc	Konzultáció	Az azonos témával foglalkozó kiscsoportok összeállítják listáikat, és képviselőket választanak egy közös vitához	egész csoportos megbeszélés	
20 perc	Vita	Hogy néz ki egy fenntartható energiarendszer? Fenntartható-e az energiaszerkezetünk? Ha nem, minek kellene változnia? Miért?	akvárium-gyakorlat	
5 perc	Összefoglaló, zárás	Ha lenne 500 millió forintja (150 ezer eurója), milyen típusú energiatermelést választana befektetési célból?	szavazás, egész csoport	tábla, filctollak

### 3. TÉMA: ZÖLD SZAKMÁK

Fejlesztési cél:

- Kritikai gondolkodás fejlesztése



- Saját jövőkép kialakítása, karrierkép

**SDG: 4., 8., 10., 16. sz.**

Időtartam: 1 tanóra + 1 óra házi feladat

**Előkészítő tevékenységek:** A diákok olvassák el és vizsgálják meg a lehetséges zöld munkahelyek áttekintését ([https://eures.europa.eu/demand-green-jobs-2023-2023-06-06\\_en](https://eures.europa.eu/demand-green-jobs-2023-2023-06-06_en) - lengyelül, magyarul és németül is elérhető). Ez a cikk azt is bemutatja, hogy a legelterjedtebb szakmákon túl számos "zöld szakma" létezik. Próbáljanak meg felsorolni minél többet közülük, és keressék meg azokat is, amelyek számukra a legérdekesebbnek tűnnek.

Idő	Cím és leírás	Elvégzendő feladatok	Módszertan / munkaforma	Eszközök / előkészítés
40 perc	A zöld szakmák bemutatása	Állítsanak össze egy listát a zöld szakmákról - ismerjék meg, mivel foglalkoznak ebben a szakmában; a lista alapján különböző szakmákat lehet kijelölni a tanulóknak / kiscsoportoknak, hogy interjúkat készítsenek az ilyen vagy hasonló szakmákkal foglalkozó emberekkel. Az interjú alapján, készítsenek egy posztert a szakmáról.	osztályszintű poszterbemutatók	internet, projektor
5 perc	Összefoglaló: Mit választanál?	Állítsa ki a prezentációs plakátokat a terem különböző részein. Minden tanuló álljon ahhoz a plakáthoz, amelyik szakmát a legszívesebben választaná. Néhány tanulót kérdezzen meg, miért döntött úgy, hogy odaáll.	Teljes csoportos megbeszélés	Blutack vagy ragasztószalag

#### 4. TÉMA: TÁRSADALMI FELELŐSSÉGVÁLLALÁS



Fejlesztési cél:

- A megoldásközpontú gondolkodás elősegítése
- A saját közösségi megoldási javaslatok átgondolása
- A kritikus gondolkodás fejlesztése
- Saját jövőkép kialakítása, karrierépítés

**SDG: 5., 11., 12. sz.**

Időtartam: 1 lecke

Idő	Cím és leírás	Elvégzendő feladatok	Módszertan/ munkaforma	Eszközök / előkészítés
10 perc	A társadalmi felelősség fogalmának megértése	Nézze meg a következő videót: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=odNTQRJ2nTQ">https://www.youtube.com/watch?v=odNTQRJ2nTQ</a> - a fogalom értékelése	egész csoport	Kivetítő / okostábla
20 perc	Mit tehet egy nagyvállalat a közösségért és a környezetért?	A vállalatok társadalmi felelősségvállalásának áttekintése egyes nagyvállalatoknál. A nagyvállalatok károsabbak vagy hasznosabbak a közösség és a fenntarthatóság szempontjából? Ha egy nagyvállalat kárt okoz a közösségnek, mit lehet tenni?	kiscsoportos munka	internet, okos eszközök
15 perc	A tudatos vásárlásról	Mi a fogyasztó szerepe? Hogyan tudunk tudatos vásárlóként viselkedni? Mit teszünk már most is, és mit lehetne még tenni?	Egész csoportos tevékenység	Flipchart / okostábla az előre beküldött ötletek gyűjtésére

## 1. SZÁMÚ FÜGGELÉK

Bingo kártyakészlet tinédzsereknek:

### 1. kártya:

1. Hangszeren játszik
2. Több mint két nyelven beszél
3. Van macskája
4. Szeret videojátékokkal játszani
5. Szeret fantasy regényeket olvasni
6. Több mint három országba utazott
7. Vegetáriánus
8. Részmunkaidős állása van
9. Ugyanabba az iskolába jár egy testvére
10. Élvezi a fotózást
11. Volt már koncerten
12. Tud egy menő táncmozdulatot
13. Tagja egy iskolai klubnak
14. Nyári munkája van
15. Szereti a fűszeres ételeket

### 2. kártya:

1. Tud gördeszkázni
2. Van egy kedvenc szuperhőse
3. Rajong egy együttesért
4. Önkéntes egy helyi jótékonyági szervezetnél
5. Szeret rajzolni vagy festeni
6. Sportdíjat nyert
7. Egyedi hobbjaja van
8. Rajong egy adott tévéműsorért
9. Technológiával kapcsolatos munkája van
10. Van kedvenc közösségi média platformja
11. Tériszonya van
12. Van egy titkos tehetsége
13. Van egy kedvenc könyvsorozata
14. Van kedvenc tantárgya az iskolában
15. Szeret barkácsolni vagy kézműveskedni

### 3. kártya:

1. Egy sportcsapat tagja
2. Egyedi becenévvel rendelkezik
3. Van kedvenc filmes műfaja



4. Nagyszerűen utánoz egy híres embert
5. Részmunkaidős állása van az élelmiszeriparban
6. Szeret rejtvényeket vagy fejtörőket megoldani
7. Van kedvenc zenéje
8. Ügyes egy adott sportban
9. Van egy kedvenc közösségi média influencere
10. Testvére más iskolába jár
11. Szeret kempingezni vagy túrázni
12. Egy színházi csoport tagja
13. Egyedi divatstílusa van
14. Jobban szereti a reggeleket
15. Van kedvenc iskolai tantárgya



## 2. SZÁMÚ FÜGGELÉK

Nyomtatni – szerepkártyák ☞

<b>A szüleid állandóan vitatkoznak.</b>	<b>Az édesanyáddal, a férjével és az ő két gyermekével élsz együtt.</b>	<b>Összevisszák a fogaid.</b>	<b>A családdal Iránból érkeztek, 3 éve éltek Magyarországon. Ők nem beszélnek magyarul.</b>	<b>Diszlexiás vagy.</b>
<b>Egyke vagy.</b>	<b>Nagyon szegény a családot, a hónap végén csak vajas kenyér jut vacsorára.</b>	<b>Egy többnyelvű család tagja vagy.</b>	<b>Egy távoli faluból költöztél a városba.</b>	<b>Amikor ideges vagy, dadogni kezdesz.</b>
<b>Rettegsz a kutyáktól.</b>	<b>A jobb kezeden csak négy ujjal születted.</b>	<b>Adoptált gyerek vagy.</b>	<b>Állami gondozásban élsz.</b>	<b>Csak kerekesszékekben tudsz közlekedni.</b>
<b>A családotod muszlim.</b>	<b>Egy milliárdokat érő cég igazgatójának vagy a lánya.</b>	<b>Az édesanyád a hároméves börtönbüntetését tölti le éppen.</b>	<b>Az édesapád a hadseregben szolgál.</b>	<b>Kiválasztottak, hogy egy tehetséges gyerekekről és fiatalokról szóló TV-műsorban szerepelj.</b>
<b>Az iskoládtól 50 km-re található faluban élsz.</b>	<b>Te vagy az iskolai focicsapat kapitánya.</b>	<b>Te vagy a legidősebb testvér egy hétgyerekes családban.</b>	<b>A szüleid elváltak; az édesanyáddal élsz.</b>	<b>A szüleid orvosok.</b>

### 3. SZÁMÚ FÜGGELÉK

Szituációk a Privilegium séta foglalkozáshoz tinédzserekkel:

1. Oktatási lehetőségek:
  - Lépj egyet előre, ha a szüleid jártak főiskolára, egyetemre.
  - Lépj egy lépést hátra, ha az iskolád erőforrásai korlátozottak.
2. Pénzügyi stabilitás:
  - Lépj előre, ha még soha nem aggódtál amiatt, hogy honnan lesz a következő étkezésed.
  - Lépj vissza, ha valaha is dolgoznod kellett, hogy eltartsd a családotad.
3. Kulturális tudatosság:
  - Lépj előre, ha már utaztál egy másik országba szabadidős céllal.
  - Lépj hátra, ha valaha is cikiztek vagy zaklattak kulturális hátterved miatt.
4. Hozzáférés a technológiához:
  - Lépj előre, ha mindig is hozzáfértél számítógéphez és internethez otthon.
  - Lépj vissza, ha valaha is meg kellett osztanod másokkal egy számítógépet, vagy korlátozott internet-hozzáféréssel rendelkeztél.
5. Egészség és jólét:
  - Lépj előre, ha még soha nem szembesültél komoly egészségügyi problémával.
  - Lépj hátrébb, ha te vagy valamelyik családtagod már szembesült kihívásokkal az egészségi állapota miatt.
6. Nemek és identitás:
  - Akkor lépj tovább, ha nemi identitásodat nyugodtan kifejezheted.
  - Lépj vissza, ha valaha is szembesültél a nemed vagy nemi identitásod miattimegkülönböztetéssel.
7. Családi stabilitás:
  - Lépj egy lépést előre, ha a szüleid még házások.
  - Lépj egy lépést hátra, ha egyszülős háztartásból származol.
8. Jogrendszer:
  - Lépj előre, ha még soha nem állított meg vagy kérdezett ki a rendőrség ok nélkül.
  - Lépj hátrébb, ha valaha is úgy érezted, hogy a bűnüldözés igazságtalanul vesz célba.





9. Hozzáférés a lehetőségekhez:

- Lépj tovább, ha több lehetőség is volt az iskolán kívüli tevékenységekre.

- Lépj vissza, ha anyagi korlátok miatt nem tudtál résztvenni iskolán kívüli tevékenységekben.

10. Nyelv és kommunikáció:

- Tegyéél egy lépést előre, ha egynél több nyelven folyékonyan beszélsz.
- Lépj egy lépést hátra, ha a magyar nem az anyanyelved, és emiatt szembesültél már kihívásokkal .

