

KamaszPanasz.hu

Módszertani segédlet

**pedagógusoknak
az alkoholfogyasztás veszélyeivel
kapcsolatos órák megtartásához**

- Óravázlatok
- Projektötletek
- Megbeszélendő kérdések

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

Az alkohol veszélyei

Javasolt évfolyam: 7-8.

Időbeosztás (45 perc)	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység	Munkaforma	Szükséges eszközök
5 perc	Bevezető A pedagógus felvázolja az alkohol fogalmát, ismerteti a lesújtó hazai statisztikákat, felvázolja, hogy a fiatalok különösen veszélyeztetettek	Aktív részvétel a tanári bevezetőben	Frontális osztálymunka	
10 perc	Milyen hatásai lehetnek az alkoholnak?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Tábla vagy interaktív tábla, számítógép, projektor
5 perc	Az alkohol hatása az élıszervezetre. A pedagógus ismerteti az egyes vérezrelék szintek tipikus tüneteit, illetve az alkohol lebontás folyamatát.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	Számítógép, projektor Szemléltető anyagok: Az egyes vérezrelékek és hatásuk táblázat kivetítése http://www.webbeteg.hu/cikkek/szenvedelybetegseg/1663/ittassag-reszegseg-vagy-alkoholmergezes
10 perc	Szerintetek miért veszélyes fiatalokban az alkoholfogyasztás? Egyáltalán miért közkedvelt a fiatalok körében az alkohol?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Tábla vagy interaktív tábla, számítógép, projektor
7 perc	Hogyan lehet kibújni az alkoholfogyasztás alól? Szedjétek össze néhány olyan indokot, választ, szöveget, amellyel ki tudtok bújni az alkoholfogyasztás alól!	Aktív részvétel a csoportmunkában	Csoportmunka	Segédanyagok: http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/jozanul-bulizni
7 perc	Mit tegyünk, ha baj van? Hogyan segítsünk az ittas, részeg, alkoholmérgezett személyen?	Aktív részvétel a válaszadásban	Frontális osztálymunka	Segédanyagok: http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/1388/reszeg-barat

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

				http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/1180/alkoholmergezes
1 perc	Értékelés. A pedagógus néhány mondatban értékeli az órai munkát. Felhívja a figyelmet a hiányosságokra.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

Az alkohol veszélyei

Javasolt évfolyam: 9-12.

Időbeosztás (45 perc)	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység	Munkaforma	Szükséges eszközök
5 perc	Bevezető A pedagógus felvázolja az alkohol fogalmát, ismerteti a lesújtó hazai statisztikákat, felvázolja, hogy a fiatalok különösen veszélyeztetettek	Aktív részvétel a tanári bevezetőben	Frontális osztálymunka	
5 perc	Miért isznak a fiatalok? Mi a jó az alkoholfogyasztásban?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Tábla vagy interaktív tábla, számítógép, projektor
10 perc	Milyen rövid és hosszú távú hatásai lehetnek az alkoholnak?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Tábla vagy interaktív tábla, számítógép, projektor
10 perc	Szerintetek miért veszélyes fiatalkorban az alkoholfogyasztás?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Tábla vagy interaktív tábla, számítógép, projektor
14 perc	Osszatok meg alkohollal kapcsolatos kellemes és kellemetlen élményeket!	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	
1 perc	Értékelés. A pedagógus néhány mondatban értékeli az órai munkát. Felhívja a figyelmet a hiányosságokra.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

Segítsünk a bajba jutottnak!

Javasolt évfolyam: 9-12.

Időbeosztás (45 perc)	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység	Munkaforma	Szükséges eszközök
2 perc	Bevezető	Aktív részvétel a tanári bevezetőben	Frontális osztálymunka	
5 perc	Az alkohol hatása az élıszervezetre. A pedagógus ismerteti az egyes vérezrelék szintek tipikus tüneteit, illetve az alkohol lebontás folyamatát.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	Számítógép, projektor Szemléltető anyagok: Az egyes vérezrelék és hatásuk táblázat kivetítése http://www.webbeteg.hu/cikkek/szenvedelybetegseg/1663/ittassag-reszegseg-vagy-alkoholmergezes
10 perc	Mit tegyünk, ha baj van? Hogyan segítsünk az ittas, részeg, alkoholmérgezett személyen? 3-4 fı csoportokban foglajátok össze vázlatpontoszerően mi mindenre kellene figyelni!	Aktív részvétel a csoportmunkában	Csoportmunka	Segédanyagok: http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/1388/reszeg-barat http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/1180/alkoholmergezes
5 perc	Mit tegyünk, ha baj van? A pedagógus összefoglalja, illetve elmondja a szükséges lépéseket.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	
5 perc	Hogyan lehet kibújni az alkoholfogyasztás alól? Szedjete össze néhány olyan indokot, választ, szöveget, amellyel ki tudtok bújni az alkoholfogyasztás alól!	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Segédanyagok: http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/jozanul-bulizni
13 perc	Hogyan lehet kibújni az alkoholfogyasztás alól? Játszatok el néhány szituációt! Egyikötök legyen a rábeszélő,	Aktív részvétel a drámajátékban	Drámajáték	

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

	a másik az ellenálló!			
5 perc	Értékelés. A pedagógus néhány mondatban értékeli az órai munkát, különös tekintettel a drámajátékra. Felhívja a figyelmet a hiányosságokra.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

Alkoholizmus

Javasolt évfolyam: 9-12.

Időbeosztás (45 perc)	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység	Munkaforma	Szükséges eszközök
2 perc	Bevezető	Aktív részvétel a tanári bevezetőben	Frontális osztálymunka	
5 perc	Szomorú tények. A pedagógus ismerteti az alkoholizmus fogalmát, továbbá a lesújtó hazai statisztikákat. Függek, rendszeres ivók, májzsugor, májrák.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	Számítógép, projektor Segédanyagok: http://www.webbeteg.hu/cikkek/szenvedelybetegseg/2287/alkoholizmus http://www.webbeteg.hu/cikkek/szenvedelybetegseg/4783/hol-kezdodik-az-alkoholizmus
5 perc	Miért lesz valaki alkoholista?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Segédanyagok: http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/drog_cigi_alkohol/2829/alkoholista-tinik
5 perc	Milyen tünetei vannak az alkoholfüggőségnek?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	
10 perc	Milyen módszerek lehetnek a leszokásra? 3-4 fős csoportokban szedjétek össze, milyen módszerek segíthetnek a leszokásban!	Aktív részvétel a csoportmunkában	Csoportmunka	Segédanyagok: http://www.webbeteg.hu/cikkek/szenvedelybetegseg/1948/az-alkoholfuggoseg---a-leszokas-modszerei
5 perc	Milyen módszerek lehetnek a leszokásra? A pedagógus összegzi a tanácsokat	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	
10 perc	Hogyan segíthetünk hozzátartozóinknak, ismerőseinknek?	Aktív részvétel a válaszadásban	Egyéni véleményalkotás	Segédanyagok: http://www.webbeteg.hu/cikkek/szenvedelybetegseg/5260/alkoholizmus--mit-tehetnek-a-hozzatartozok
3 perc		Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

Projekt ötletek:

Projekt címe	Leírása	Szükséges eszközök
Az alkohol káros hatásai - plakát	Készítsetek plakátot, amely bemutatja az alkohol hosszú távú hatásait!	Karton, színes íróeszközök, színes képek, fényképek, ragasztó
Segíts a bajba jutottnak! - plakát	Készítsetek tablót fényképekkel, vagy ábrákkal, amely az ittas, részeg és alkoholmérgezett ellátását szemlélteti.	Karton, színes íróeszközök, színes képek, fényképek, ragasztó, internet
Képregény az alkohol hatásairól	Az interneten számos, ingyenes képregény készítő program található. Ezek egyikével készítsetek egy 7-10 kockából álló képregényt!	Internet, számítógép Tíz weboldal a képregény készítéshez http://tanarblog.hu/tiz-weboldal/2646-tiz-weboldal-kepregeny-kesziteshez
Kampányfilm az alkohol rövid távú hatásairól	Készítsetek 0,5-2 perces kampányfilmet az alkohol rövid távú hatásairól! A filmet töltsétek fel a YouTube-ra, majd mutassátok be az órán.	Internet, számítógép, kamera vagy okostelefon
Hová fordulhatunk, ha baj van? - plakát/szórólap	Nézzetek utána, hol van a településhez(en) legközelebbi alkoholistákkal foglalkozó intézmény! Hol és hogyan lehet elérni? Milyen esetben lehet hozzájuk fordulni? Készítsetek az információkról egy plakátot vagy szórólapot, esetleg olyan méretű információs lapot, amely mindenkinek elfér a pénztárcájában. Akár az iskola honlapjára is feltölthető az információ.	Íróeszköz, papír
Tiszta alkohol táblázat	Készítsetek egy táblázatot, amelyben szerepel, hogy melyik alkoholos italban, mennyi tiszta alkohol van! Vegyétek figyelembe az elfogyasztott szeszes ital mennyiségét. Tüntessétek fel az egyes mennyiségek lebomlási idejét!	Karton, színes íróeszközök, internet
Alkoholfogyasztási szokások – kérdőív és értékelés	Állítsatok össze egy nyomtatott vagy digitális (pl. Google-dokumentumok) kérdőívet az alkoholfogyasztási szokásokkal és/vagy ismeretekkel kapcsolatban. Töltessétek ki több diákkal, majd az eredményeket értékeljétek.	Íróeszköz, papír, internet, számítógép

Módszertani segédlet pedagógusoknak az alkoholfogyasztás veszélyeivel kapcsolatos órák megtartásához

Az alkohol projektek bemutatója

Javasolt évfolyam: 7-12.

Időbeosztás (45 perc)	Tanári tevékenység	Tanulói tevékenység	Munkaforma	Szükséges eszközök
5 perc	A mai órán az alkohollal kapcsolatos projekteket fogjuk megtekinteni. A pedagógus ismerteti a sorrendet, hogyan történik az értékelés, hogyan lehet kérdéseket feltenni és véleményt alkotni.	Aktív figyelem a tanári ismertetés során	Frontális osztálymunka	Számítógép, projektor, tábla vagy interaktív tábla
30 perc	A projektbemutatók koordinálása	A csoportok bemutatják projekt munkáikat. Személyes érzéseket fűznek a témákhoz, beavatják a hallgatókat a kulisszatitkokba, melyik, hogyan készült.	Csoportmunka	Számítógép, projektor, tábla vagy interaktív tábla
5 perc	Értékelés A pedagógus projekteket. Felhívja a figyelmet a jó ötletekre, gondolatokra és a hiányosságokra.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	Tábla vagy interaktív tábla, projektor, számítógép
5 perc	A pedagógus ismerteti, hogy az elkészült projektek milyen formában kerültek bemutatásra az iskola többi tanulója számára. Folyosói kiállítás, megjelenés az iskola honlapján, iskola újságban.	Aktív figyelem	Frontális osztálymunka	Tábla vagy interaktív tábla, projektor, számítógép

Az alkoholfogyasztás veszélyei

Hogyan beszélgessenek róla? Milyen kérdéseket érdemes megvitatni?

Jegyzet: Az alábbi kérdések nyelvezete olyan, hogy diákjaival azonnal megoszthassa.

1. Melyek az alkohol rövid- és hosszú távú hatásai?
2. Miért rövidíti az alkohol az életet? Mennyivel lesz rövidebb?
3. Miért fogyasztanak alkoholt a fiatalok? Miért nem vesznek tudomást a következményekről? Neked van rendszeresen alkoholt fogyasztó ismerősöd?
4. Hogyan tudsz segíteni rendszeresen alkoholt fogyasztó ismerőseiden? Hogyan szoktasd le a családtagjaidat, barátaidat?
5. Voltál már olyan szituációban, amikor alkohollal kínáltak? Próbáltak már nyomást gyakorolni rád, hogy fogyassz alkoholt? Mit kell ilyenkor tenni? Milyen a megfelelő ellenállási stratégia?
6. Miért jelent társadalmi problémát hazánkban az alkoholizmus?
7. Szerinted miért elfogadottabb a felnőttek körében az alkoholfogyasztás, mint a drogfogyasztás?