



1

JÓ GYAKORLATOK GYŰJTEMÉNYE

Békés Iskolák Program

a zuglói

Móra Ferenc Általános Iskolában

2015-2022



2

Összeállította:

Némethné Korom Edit
innovatív
mesterpedagógus

Támogatók:



3



4

Békés Iskolák Program – Jó gyakorlatok gyűjteménye
Budapest XIV. Kerületi Móra Ferenc Általános Iskola
2015-2022

Tartalom

Bevezető	3
1. fejezet: Léggör- és közösségépítés	4
Gondevő Doboz – Fiák-Győrfi Judit:	5
Adventi hetek – köszönés, mosoly, hála, jó cselekedetek	6
Tanévkezdő témahét.....	11
Hangulatmérők - Az érzések fontosak!	14
Magdi néni jóság lisztje.....	16
Szabaduló szoba „Narniában”	18
2. fejezet: Szemléletformálás	21
Ötödikesek avatása - szabaduló szobás játék	21
Feladatlapok németül és magyarul	22
Osztályfoglalkozás szociális munkás és iskolapszichológus segítségével az elfogadásért	23
Sokszínűség hete.....	28
Hétköznapi hősök	34
Eljárásrend bullying esetén.....	40
Filmklub BI-re hangolva	45
Iskola nap BI-re hangolva	46
Diáksegítők képzése.....	48
Társasjátékok: „Móratársas”	50
Békés Café - Kollégák aktivizálása	56
Jövőkép	58
Mellékletek	60
Köszönet	86
Képhivatkozások	87

Bevezető

2014 őszén az iskolapszichológusunk Furmann Zsuzsa hívta fel a kollégák figyelmét egy kerületi rendezvényre, melyet a Zuglói Civilházban rendeztek meg Zuglói Pedagógus Műhely sorozat keretében, témája a Békés Iskolák Program bemutatása volt.

7 fő vett akkor részt ezen az előadáson: 2 alsós tanító, 2 felsős tanár, az iskolapszichológus, az iskolai könyvtáros és az igazgató. Olyan hatással volt ránk ez a szakmai tájékoztató, hogy hetekig erről beszéltünk. Szemlélők szerepe, közösség ereje, alulról jövő kezdeményezés, légkörépítés, diákok aktivizálása... Ez nekünk való program, ki kellene próbálni! – Ezek a gondolatok kavargtak bennünk. Így jött létre a Békés team az intézményünkben.

Az erőszak elhatalmasodásának oka: a távolságtartó szemlélő magatartás. A bántalmazás-ellenes programnak a szemlélők aktivizálására kell irányulnia:

→ aktív, segítő beavatkozás!

Mitől más ez a program a többi bántalmazás ellenes programtól? Hiszen annyi mindent megpróbáltunk már: tartott már nekünk előadást Csendes Éva, Végh József, Nagy József az iskolai agresszióval kapcsolatban, megismerkedtünk az erőszakmentes kommunikáció, a szemtől szembe módszer alkalmazási lehetőségeivel, a ZUMCSÁsok és a CSERF-S segítségével kortárs segítőket is bevontuk a foglalkozásokba, iskolarendőr is rendszeresen tartott foglalkozásokat diákjainknak....

Ennek megértése szemléletváltással kezdődik.

- A Békés Iskolák Program az iskola egészére kíván hatni, olyan iskolai légkör elérését célozza meg, amelyben mindenki biztonságban érzi magát. Így a gyerekek a tanulásra, a tanárok a tanításra tudnak koncentrálni.
- Ehhez arra van szükség, hogy az **iskolai közösség minden tagjában** (a felnőttekben és a gyerekekben egyaránt) kialakuljon a megfelelő szemlélet, és az

ehhez **szükséges** legalapvetőbb készségek: önmaga és a másik érzelmi megértésére való képesség, önreflexiós képesség, önkontroll, kommunikációs készség, altruizmus, problémamegoldás és konfliktuskezelés, és csapatmunkára való nyitottság, rendszerszintű gondolkodás.

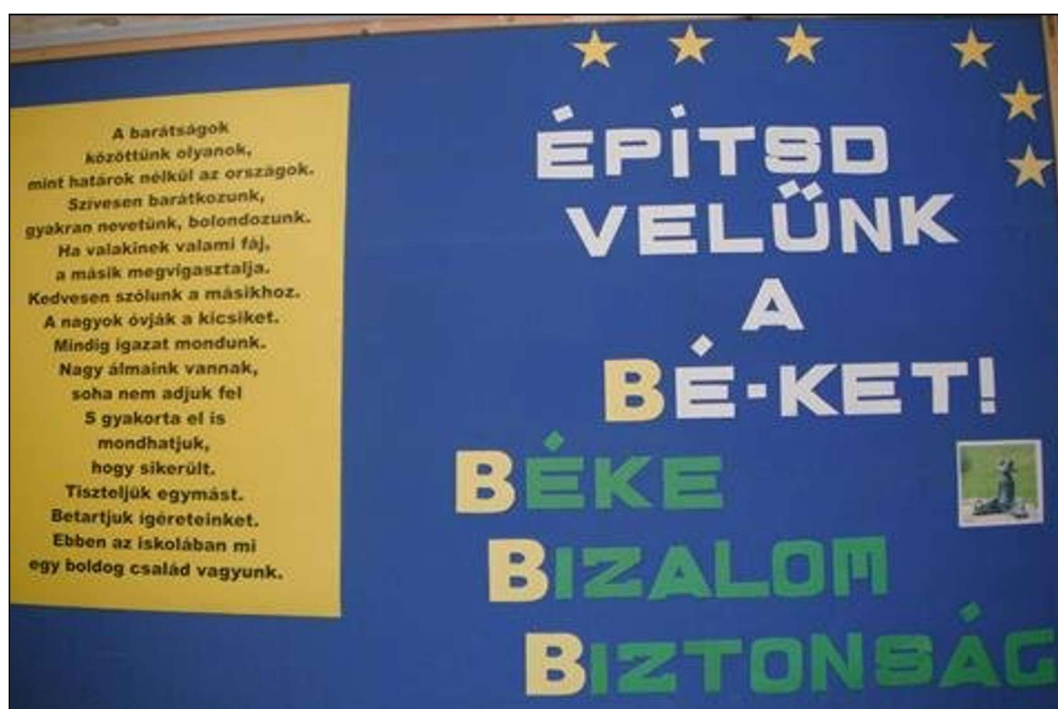
Azóta kitartóan igyekszünk beépíteni az iskola mindennapjaiba a Békés Iskolák Program szemléletét, moduljait. Ebbe a gyűjteménybe a jó gyakorlatainkat gyűjtöttük össze.

Némethné Korom Edit
Innovatív mesterpedagógus
Budapest XIV. Kerületi
Móra Ferenc Általános Iskola

1. fejezet: Légkör- és közösségépítés

"A békés légkör kampányok arra hivatottak, hogy az iskola tanárai és diákjai változatos formákban, megfogalmazzák maguk és környezetük (például, a szülők, fenntartó stb.) számára a program üzenetét. A kampányok feladata a pozitív légkör kialakításához szükséges hozzáállás, értékek és teendők tudatosítása, és szemléletes megjelenítése."

5



6

Gondevő Doboz – Fiák-Győrfi Judit:

"2015. márc. 5.,

a MÓRA könyvtár is bekapcsolódott a Békés programba általam.

Először létrehoztam egy nyugisarkot a pedagógusoknak, használt selejt tan-
könyvből szerzett papírpénzből vásároltam békés szakirodalmat, stb...

A gyerekek egy Gondevő szájába (dobozka) dobálhatták név nélkül a
problémaikat. Szerették! Gondevőről videót is csináltam. Az akkori könyvtári
blogomban

meg is osztottam. A szép kezdetek... :)

<https://www.youtube.com/watch?v=fxId-HW2KVc> (2015.01.12)

[békés iskolák - Sulikönyvtár \(blog.hu\)](#) (2015.01.12) a gondevő szájából
később kiszedett

név nélküli papírokat le is fotóztam.

Sulikönyvtár

Sulikönyvtár bejegyzései Békés Iskolák témában"



7



8

Adventi hetek – köszönés, mosoly, hála, jó cselekedetek

Először a **Köszönésre** szeretnénk volna felhívni a figyelmet. A jó légkörhöz hozzátartozik, hogy üdvözljük tanárainkat, osztálytársainkat, ismerősöket, iskolába belépő idegeneket... [\(1-4. sz melléklet\)](#)

Különböző módon igyekeztünk megközelíteni a köszönés fontosságára történő felhívást:

- Lehetett iskolabélyeget kapni az udvarias köszöntésért, amit az osztályok egy „retro” bélyeggyűjtőbe gyűjtöttek, majd osztályonként értékeltük.
- Letéphettünk köszöntést a „szakító lapról”, és tovább adhattuk....
- Volt olyan, amikor csak a jó érzés, a mosoly, hálás pillantás, visszaköszönés volt a jutalom.
- Összekötöttük a mosoly hetét színek napjával, hadd vidítsanak a színes öltözetek is.

A köszönéshez kapcsolódó feldolgozási lehetőségek

„A kommunikáció első lépése a köszönés. Alkalmazzuk bátran!”

Beszélgető kör témái:

- Figyelemfelkeltés, avagy a nem egyértelmű köszönés hátrányai (vicces bevezető a témához): https://www.youtube.com/watch?v=UJ-e_dTTatI (2016.11.02)
- Köszönés szabályai: <https://hogyan kell.hu/K%20%20b6sz%20%20b6nni> (2016.11.02)
- <http://hirmagazin.sulinet.hu/hu/pedagogia/a-koszones-illemtana>, (2016.11.02)
- Verbális, nonverbális köszönési módok.
- Miért fontos a köszönés?
- Mit fejezünk ki a köszönéssel?
- Mit jelent neked/hogy érzed magad, ha valaki köszön/nem köszön neked?
- Mit gondolsz arról, aki nem köszön neked?
- Neked mi esik jól a köszönések közül?
- Mit szeretnél, téged hogyan köszöntsenek?
- Kinek, hogyan köszönünk? (Diákoknak, tanárok, felnőttvilág)
- Köszönés régen és ma.
<http://barbacs.network.hu/blog/barbacs-kozossegi-oldala-hirei/koszontesi-szokasok-regen-es-ma> (2016.11.02)
 - ☐ Köszönés a különböző népeknél.
 - ☐ Köszönés különböző szakmáknál, mit jelentenek ezek a kifejezések? (Pl.: Jó szerencsét! Jó szelet! stb.)
 - ☐ Hány féle nyelven tudtok köszönni?

- Köszönések a mesékben.
- Szólások, közmondások a köszönéssel kapcsolatosan.
- Saját köszönésmódok kitalálása (osztály-, és iskolai szinten)
http://indavideo.hu/video/Koszzonesek_harca (2016.11.02)
- Különféle köszönési szituációk feldolgozása szituációs játékokkal
(pl.: Az egyik diák a földet nézi, miközben a másik köszön neki és nem válaszol. Mit gondolhattak/érezhettek a felek.)

E közben jött az ötlet: a mosolynak milyen szerepe van a köszönésnél!

- Olyan dalokat játszottunk le az iskolarádióban, amelyek a mosolyhoz, jókedvhez kapcsolódtak.
- Tanórákba is bekerültek a mosolyok: történelem: ókori szobrok mosolyai; mosoly a bélyegeken; humor és a feszültségoldás...
- Pályázatot hirdettünk az osztályok között. Ha beszámoltak arról, hogyan mosolyogtatták meg társaikat, mosoly medált lehetett nyerni!



9

Az első **hála fáinkat** adventi időszakban készítettük el, a boldogságóra programtól kapott ötlettel. Majd ide kapcsoltuk a **jó cselekedetek** hetét. Így alakult ki egy adventi kampány, mely ráirányítja a figyelmet a jóra, és a magunkra másokra figyelésre is.

MIT JELENT A HÁLA?

- Egy elismerés kifejezése.
- Megtalálni a jót a rosszban.
- Köszönetmondás életünk egy szereplőjének.
- Az áldás egy formája.
- Megbecsülése annak, amink van.
- Friss szemmel tekintés a dolgokra.
- A szeretetet beengedni abba a helyzetbe, amiben éppen most vagyok.



10

Hálafáink:



11

hálaszavaink hógömbökön: 12



hálaszavaink a díszeken: 13



14



15-16



Tanévkezdő témahét

Több éve gondolkodtunk már azon, hogy a **tanulásmódszertant** hogyan vigyük be az iskola szervezeti egységébe. Volt olyan, hogy lyukas óra keretébe építettük szabadon választható tantárgyként, és persze próbáljuk a szakórákba beépíteni, hangsúlyozni.

Másik dilemmánk volt, hogy a tanév első hetére nem mindig készül el az **órarend**, sok a változás, ütközés, ami feszültséget okozhat a kollégák, gyerekek, szülők körében is.

Az is elgondolkodtató, hogy az Ökotudatosság/Ökoiskola és a Békés Iskolák Program elfogadásához szükséges elfogadó, együttműködő, aktivizáló **szemléletváltásra** hogyan tudnánk fókuszálni.

Ennek megoldására jött az ötlet a tanévkezdő témahétről.

Témahét szept. 2-6-ig

Témakör: Szemléletváltás – Jövőtudatos gondolkodás – Reflektív működés a mindennapokban

Altémák: Öko/ Békés Iskolák/ Tanulásmódszertan 17



Cél:

közösségépítés: közös (pedagógusok, gyerekek) ráhangolódás a tanévre, egymás megismerése, célok kitűzése, az együttélés szabályainak közös megállapítása közösségépítő-, problémamegoldó játékok, beszélgető körök, a hét végére valamilyen produktum (ajtódekoráció, plakát, osztályzástól) közös elkészítése arról, milyen értékeket képvisel, mit tart fontosnak adott osztály a tanév során *mentalizáló* munkamód megismerése, fejlesztése, használata a mindennapokban beszélgető körök, minden tevékenység a tervezés – megvalósítás – értékelés - újratervezés keretében történik, reflektálás serkentése (önmagunkra, egymásra, a környezetünkre), nézőpontváltás, kritikus gondolkodás segítése.

Témáink:

BÉKÉS Iskolák

- **Stop The Mob applikáció**

A Stop The Mob applikáció segítségével több nyelven szituációkat olvashatnak a diákok, és választhatnak a megoldási lehetőségek közül. Sőt maguk is alkothatnak új helyszíneket, szereplőket, történeteket.

- **Filmvetítés: A jövő kezdete...**

Ez a film megrendítő, elgondolkodtató, jó lehetőséget ad a beszélgetésre, a szemlélők passzív ill. aktív szerepére.

- **Hősök tere kezdeményezés (lásd 38. oldal)**

A bábmeszkodó hatás megismerése fontos ahhoz, hogy megértsük miért nem segítünk bizonyos helyzetekben.

- **Cyberbullying társas**

Cyberbullying kártyajáték - Televele Médiapedagógiai Műhely Egyesület
<https://televele.hu/cyberbullying-kartyajatek> (2019.08.23)

- **Móra társas óriásjáték (lásd 50. oldal)**

- **Közös szabályalkotás**

A Békés Iskolák Program fontos módszere a resztoratív konfliktus rendezés. Ahhoz, hogy ez hatékony legyen, nélkülözhetetlen a diákok bevonása a közös szabályalkotásba. Ezek az osztályszabályok akár változhatnak egyik tanévről a másikra is, de mindig van olyan alapvető, ami nem változik: pl. zéró tolerancia a bántalmazás kérdésében.

- **Közösségépítő játékok**

<https://www.halo.hu/index.php/kiskozossegek/segedanyagok/jatekok/csa-patepito-jatekok> (2019.08.23)

- **Mi lenne, ha....** <https://szjenoko.web.elte.hu/Jatek/jatekok/2167milm.html> (2019.08.23)

- **élménypedagógia: ejtőernyő**

<https://tanulasizona.hu/besnyi-szabolcs-animacios-ernyo/> (2019.08.25)

- **Relax: belső csend, sulinyugi**

<https://www.belsocsend.hu/video/gyakorlatok-2/> (2019.08.25)

Ökotudatosság

- öko térkép
- ökojárőr
- víz védelme/ vízhordás
- maradék nélkül
- tudatos vásárlás
- szelektív gyűjtés Nestlé,
- Ökotársas
- Ökolábnym
- Fák világa
- Dekoráció

Tanulásmódszertan

- szófelhő,
- min map,
- Zanza TV,
- kérdőívek

Keretek:

alsó tagozaton: a tanító és a napközis kolléga szabja meg a kereteket felső tagozaton:

1-2. óra osztályfőnökkel: adminisztráció, közösségépítő játékok, szabályalkotás

3-4. óra szaktanárokkal: élménypedagógia, szemléletformálás, ökotudatosság / Békés Iskolák

5-6. óra szaktanárokkal: tanulásmódszertan

bevont segítők:

szociális munkás, iskolapszichológus, fejlesztőpedagógus, szülők Tapasztalatok: eltérő vélemények:

- van, aki időpocsékolásnak gondolja,
- felsős osztályfőnököknek segítség!
- órarend készítőknél időt ad,
- gyerekeknek fokozatosságot ad visszatérni az iskola mindennapjaiba,
- előkészíthetők, hangsúlyozhatjuk az év közben hangsúlyozni kívánt területeket, ...



18

Hangulatmérők - Az érzések fontosak!

A mentalizáció fontossága

<http://www.bekesiskolak.hu/category/modulok/mentalizacio/>(2022.11.03)

Amikor mentalizálunk valakit, akkor megfigyeljük és megpróbáljuk megérteni a benne zajló folyamatokat. A másik viselkedésének okot tulajdonítunk, aminek feltárására és megértésére erőfeszítést teszünk.

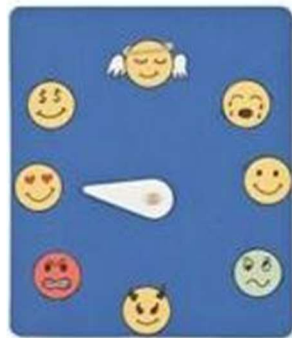
Cél: a közösség érzelmi befogadó készségének gazdagítása, mentalizáció egyéni és közösségi szintű fejlesztése, Érzelmek felismerése, EQ fejlesztése. A pozitív érzések megkönnyíthetik a tanulást, míg a negatív érzések akadályozhatják vagy megakadályozhatják a tanulást. Ezt mindannyian tudjuk. Hogyan várhatjuk el egy ma rosszul lévő, esetleg félős vagy szomorú gyerektől, hogy értelmesen foglalkozzon a tananyaggal? Egy szomorú gyereket persze nem tudunk csak úgy boldoggá tenni. De legalább megpróbálhatunk közeledni a gyerekhez és jelezni, hogy figyelünk rá. Ha tudunk a problémákról, akkor jobban oda tudunk rá figyelni.

Ha ez magas, szinten működik, akkor az a legjobb bullying megelőző biztosíték.

Az érzelmi barométer a következő előnyöket kínálja:

- A tanárok és a diákok egy pillantással láthatják az óra hangulatát.
- A hangulatmérő önismeret fejlesztő is.
- Meg tudja figyelni a tanár vagy konkrétan megközelíteni azokat a gyerekeket, akik úgy tűnik, negatív érzésekkel érkeztek iskolába, és megérezheti, van-e valami, amiről szívesen beszélnének. A gyerekek is beszélhetnek egymással az érzéseikről, és esetleg támogathatják egymást.
- A tanárok és a diákok együtt örülhetnek a gyerekekkel pozitív hangulatban.
- Mivel a tanár is bekapcsolódik a hangulatának kimutatásába, hitelesebbé, emberibbé válik a gyerekek tanítójaként.

- Legjobban kéznél van az ujjbarométer, mikor az ujjunkkal mutatjuk hangulati szintünket (1 like, 2 like, dislike)



19



20

<https://reimann-hoehn.de/launometer-stimmungsbarometer-ohne-worte/>
(2022.11.05)

<https://www.grundschulschnueffler.de/index.php/classroom-management/ge-fuehlsbarometer/>
(2022.11.05)

A legfontosabb azonban saját magunk mentalizálása, hiszen csak jól mentalizáló tanárok tudnak példát mutatni a gyerekeknek. Ez folyamatos belső munkát feltételez.

Magdi néni jószág lisztje

Legyetek jók, ha tudtok!

A Móra Ferenc Általános Iskolában **Pákáné Szarka Magdolna**, Magdi néni németes osztálya Márton naptól kezdve- november 11.- Szent Márton jószágán felbuzdulva jószáglisztet kezd gyűjteni.

Minden tanuló, aki jót cselekedett, például viselkedett hetente egyszer egy meritő lisztet tehetett egy üvegbe. Mindenki igyekszik jót cselekedni, jól viselkedni, így hát **szemmel láthatóan** gyűlik a sok „jószág”, az üvegben a sok liszt. A tanulók egymást is ajánlhatják, javasolhatják, ha nekik valaki segített, illetve jót tett azon a héten. A gyűjtés ideje alatt többször elhangzik: „Érdeemes jónak lennünk, mert annál nagyobb kalácsot tudunk majd készíteni!”

A karácsony előtti utolsó tanítási napon sütik ki a gyerekek közösen a tanító nénivel a várva várt kalácsot a sok jószáglisztből. Természetesen ezt a süteményt „Jóságkalácsnak” nevezik. A járvány előtti időszakban az osztály karácsonyi műsorát követő szülőkkel közös agapé- szeretetvendégség alkalmával fogyasztották el a kalácsot. Jelen helyzetben az osztályban rendezett karácsonyi játszóház részét képezi a jószágkalács megsütése, elfogyasztása. Magdi néni jelenlegi osztálya a 2. n elhatározta, hogy a húsvét előtti időszakban is gyűjt majd jószáglisztet, és a húsvéti ünnepre is süt majd kalácsot.

Jónak lenni jó!



21



22-25

Variációk: tanévkezdő jókívánságok a sütikbe sütvé.

Szabaduló szoba „Narniában”

BODA KRISZTINA – HAJDÚ SZILÁRD

MR. GORDON „BE-SZABADULÓ” SZOBA

Mr. Gordon sok-sok évvel ezelőtt az iskolában tanított és ebben a lakásban lakott. Halála óta a rendőrség lezárta a lakást és senki nem léphetett be. Ti vagytok az elsők, akik ezzel megpróbálkoznak. Bent különböző rejtvényeket kell megoldanotok közösen és valakit meg kell nyugtatni. A feladatokat csak együtt tudjátok teljesíteni...

A be-szabadulószoba ötletét a helyszín adta, ami egy korábban gondnoki lakásként funkcionáló, háromszobás lakás. A lakás az iskola folyosójáról nyílik, egy rejtélyes kisméretű ajtón keresztül. Innen lehet bejutni egy szűk folyosóra, amit szekrények szegélyeznek. Amikor belépsz, olyan érzésed támad, mintha egy gardrób szekrénybe lépnél be, ezért a Narnia nevet adtuk a helynek. Szóval Narnia egyik szobáját kaptuk meg – az iskolapszichológussal közösen – egyéni és csoportos foglalkozásainkhoz.

MIÉRT A „BE-SZABADULÓSZOBA”?

Az iskola egyik projektnapján az egész lakást felhasználva szabadulószobát rendeztünk itt be, melynek nagy sikere volt, és minket is izgalmas tapasztalatokkal gazdagított. Az alkalom szabadabb jellege és a szerencsés helyi adottságok miatt, illetve mivel egymás után több csoporttal is kellett foglalkoznunk. ... A fizikai adottságok és a háttértörténet mondanivalója miatt úgy rendeztük be a lakást, hogy kívülről befelé kelljen haladni a megfejtések során, ezért neveztük el be-szabaduló szobának.

A népszerű játék már alapjaiban magán hordozza az iskolai szociális munkás és a pszichológus tevékenységének számos célját. ...

KONCEPCIÓ

Koncepciónk az volt, hogy olyan programot hozzunk létre, amit a gyerekek élveznek, megismerhetnek minket, és mi is őket. Továbbá mindezek alatt fejlődjék mentalizációs és logikai képességük, valamint a mások felé irányuló elfogadásuk is. Reményeink közé tartozott, hogy a gyerekek jól érezzék magukat, és hogy a tanultakat a mindennapjaikban is alkalmazni tudják, csökkentve az osztályokon belüli szegregációt a közösség pozitív irányú építésével. Ennek eléréséhez interaktív keresztrejtvényt, vizuális logikai feladványokat és közös megvalósítást igénylő feladatokat találtunk ki. Fontos volt, hogy a megoldások maguk nem voltak túlbonyolítva, viszont elérésükhöz a résztvevőknek együtt kellett működniük, különben nem tudtak eljutni a megfejtésükhöz. Nem egyszerűen kérdések és válaszok voltak a feladványok, hanem többértelmű utalásokból

kellett eljutni a megoldásokig, amihez használniuk kellett a játékosoknak az absztrakt gondolkodásukat is.

Az internet segítségével kerestünk ki különböző logikai feladványokat, amiket céljainkhoz és a helyi adottságokhoz módosítottunk, ezzel személyesebbé téve az élményt. Például készítettünk keresztrejtvényt, a szobában található tárgyakra betűket írtunk, amiből egy szót lehet kirakni, voltak rajzok, amelyek a jó tulajdonságokra utaltak, valamint egy számkódos bőröndöt is ki kellett nyitni a végén.

Célunk az volt, hogy a kezdeti hiányos információk folyamatos kiegészítésével, ahogy a látogatók haladnak egyre beljebb a szobákban, egyre reflektívebben tekinthessenek saját előítéleteikre. A lakásban a gyerekek sok mindent megtudhattak Mr. Gordon (aki természetesen egy kitalált személy) életéről és az iskolában eltöltött éveiről. Különböző „korabeli” tárgyak, újságcikkek, üzenetek segítettek a gyerekeket a rejtélyek megoldásában, miközben logikai képességeiket felhasználva összefüggéseket figyeltek meg. A játékkal igyekeztünk felhívni a figyelmet arra, hogy egy embernek több oldala is lehet, ezért érdemes a kezdeti felszíni tulajdonságoknál mélyebbre is tekinteni. A végső megoldáshoz a lakásban befelé kellett haladni, a Mr. Gordon-féle megismerésen keresztül. Ezzel is szimbolizálva, hogy érdemes az egyből szembetűnő dolgoktól is beljebb megnézni folyamatokat, összefüggéseket.

A konkrét háttértörténet szerint a tanárt a gyerekek csúfolták csúnya külseje miatt, ezért halála után nem tudott elszakadni a fizikai valóságtól és mai napig kísért az iskolában.

Több feladvány megfejtéseként a gyerekek megismerhették Mr. Gordon három belső, pozitív tulajdonságát, ezzel felszabadították a szellemét, vagyis a be-szabadulószo-ba feladatait sikeresen teljesítették. A történeten keresztül a résztvevők megérthették, átérezhették, hogy milyen, ha valakit bántanak, csúfolnak. Reményeink szerint ez a tapasztalat felidézhető, amikor a valóságban találkoznak majd kirekesztéssel, csúfolódással. Lesz arra egy sémájuk, hogy milyen érzések keletkezhetnek a kirekesztettséget átélőben, és hogy nem csak egy oldala van egy embernek. Tehát a mindennapi társas kapcsolatokra vonatkozóan hasznosítható tudást szerezhettek.

A programnak valóban nagy sikere lett, a gyerekek egymásnak adták a kilincset. Még a tanárok között is voltak olyanok, akik nagy lelkesedéssel érdeklődtek a részletek után.

A feladatok során az iskolapszichológussal – a helyhez illően beöltözve – végig jelen voltunk a szabadulószo-bában, megfigyelőként. Ha a gyerekek akartak, kérhettek tőlünk segítséget. Érdekes tapasztalat volt, ahogy a különböző

csoportok különböző módon haladtak végig a pályán, és különböző csoportdinamikai működések jelentek meg.

Voltak, akiknek jól ment az együttműködés, de persze volt, aki egyáltalán nem vette figyelembe, hogy vannak társai, és mindent ő akart megoldani. Az iskolai, a baráti és az osztályszintű hierarchiák látványosan megjelentek a játék során annak függvényében, hogy milyen összetételű volt a csoport.

Korosztálytól függetlenül mindenki élvezte a játékot, persze a kisebbeknek többet segítettünk. Alapvetően felsősöknek hirdettük meg a jelentkezést, de végül

4. osztályosok is bejutottak. A gyerekek még hónapokkal később is emlékeztek ránk, és olyanok is szóba elegyedtek velünk a folyosón, akik nem is vettek részt a programban.

A híre elterjedt, a reklám bevált.

UTÓIRAT

A következő feladvány álljon itt befejezésül az olvasó számára

Mr. Gordon zakózsebéből...

Vajon milyen (hétköznapi) tárgyakra utalhattunk a versben?

A mozgás nagyon hasznos,
a tudás pedig fontos,

Mr. Gordon már nem mozog sajnos.

Szerette az algebrát,
az idő felette mégis eljárt.

Mr. Gordon sokat látott,
ezért jól ismerte a világot.

A gyerekek mégis csúfolták,
sok szomorúságot élt ezért át.

Ingje mindig gyűrött volt,
rajta sok-sok KV folt.

Mr. Gordon embernek nagyon egyenes, megvolt vagy 2 méteres.

Ha a sorok közt keresed,

a következő feladvány kulcsát is megleled.

SZOCIÁLPEDAGÓGIA 16 / 2020 ISKOLAI SZOCIÁLIS MUNKA ÓVODAI, ISKOLAI,

SZOCIÁLIS SEGÍTÉS Szerkesztette BÁNYAI EMŐKE – BUDAI ISTVÁN, írta: BODA

KRISZTINA – HAJDÚ SZILÁRD

[\(Irodalom: 5. sz. melléklet\)](#)

2. fejezet: Szemléletformálás A Békés Iskolák Program szemléleti keretei

- A BI Program elemeinek, folyamatának megismerése,
- A tétlen szemlélők szerepének felismerése a bántalmazásban,
- A mentalizáció megismerése

Ötödikesek avatása - szabaduló szobás játék

A mi iskolánkban ősszel szokott lenni az őszi bál. Ehhez igazítottunk az ötödikesek avatását, amit összekötöttünk egy Békés Iskolák témára felépített szabaduló szobás játékkal.

Egy hónappal előtte az osztályok egy levelet kapnak. Osztályfőnöki és erkölcstan órákon esetleg napköziben készülhetnek a foglalkozásra. Megnézték a javasolt kisfilmeket, beszélgettek a bántalmazásban résztvevők szerepköreiről, a megoldási lehetőségekről. [\(7. sz. melléklet\)](#)

A feladatok előkészítésében, a játék lebonyolításában a nyolcadikosok segítenek. Az alap, amire épültek a "Nincs múlt" című kisfilm volt, és az "Aki ver az nem haver" animációs filmek. A bántalmazás témához kapcsolódó fogalmak, szerepek a rejtvényekben fontos szerepet kaptak.

Minden ötödikes osztály külön terembe vonult be. Nagy létszámú osztályból nem tud mindenki egyszerre részt venni a játékban, ahhoz túl sokan vannak, de jó szervezéssel be tudják osztani a feladatokat. A nyolcadikos segítő játékvezetők felolvasták a szabályokat, a játék menetét. Ha 8 perc alatt se sikerül megoldaniuk a feladatot, akkor besegíthettek a játékvezetők. Aki éppen nem a feladaton dolgozik, plakátot készíthet, amőbázhat, kirakhatja mozaikkal a Móra kópét. Ha az elrejtett boríték mellett cukrot is találtak, szétoszthatták.

Amelyik osztály eljutott a kulcsig, két diákot kiküldtek az aulába, hogy jelezzék, hogy megszerezték a kulcsot. A többi osztály nem tudta, kik az elsők, így, ha nem találkoztak a folyosón, mindenki örült annak, hogy milyen ügyesek voltak. Amikor minden osztály végzett, kijöttek az aulába, ahol kihirdettük az eredményt, majd elmondtuk az ötödikesek avató versét: "Én a Mórás kisdiák..." Végül a diszkóba bekapcsolódott a többi osztály is.

Az a célunk, hogy az ötödikesek érezzék annak fontosságát, hogy a felsősök részei lettek. Most már még inkább felelőségük van a kisebbek felé: példamutatásuk sokat segíthet és ronthat az iskolai légkörön. Alsó tagozaton már megismerkedhettek a Békés Iskolák szemlélettel: első sorban a kampányok, iskola napok, téma hetek és erkölcstan órák keretében. Most erre is ráerősítettünk.

Feladatlapok németül és magyarul

Német szakosként mindig keresem a szakmai anyagokat a német oktatási oldalakon.

Így találtam rá arra a prevenciós anyagra, melynek felhasználására engedélyt kaptam a készítőktől. Sajnos ma már nem elérhető a honlap.

Egy részét le is fordítottuk, sikerrel használjuk magyarul. Másik részét a nyelvi órákba építjük be. Megerősítettek ezek a feladatlapok abban, hogy a mentalizáció, és az érzelmi intelligencia fejlesztése az egyik legfontosabb eleme a prevenciónak. [\(6. sz. melléklet\)](#)

Hasonló komplex oldalak, mely az iskolai bántalmazás módszertanával is foglalkoznak:

<https://www.schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuecher-gewalt-praevention/handbuch-grundschule> (2018.10.02)

<https://www.du-doof.org/>(2018.10.02)



26

**Osztályfoglalkozás szociális munkás és
iskolapszichológus segítségével az elfogadásért**

Boda Krisztina

JELSZÓ: BOLYHOS NYUSZI

Szerencsésnek mondhatom magam, hiszen a nulladik percben jelen voltam az iskolai szociális munka megindulásánál Zuglóban. Az első intézményben pedig – ahova eljutottam – az ott dolgozó iskolapszichológussal nagyon hamar megtaláltuk a közös hangot. Ebből adódóan mondhatni zökkenőmentesen (a fizikai feltételeken túl) tudtuk elkezdeni a közös munkát a csoportfoglalkozások terén is.

MEGRENDELÉS, CÉLKITŰZÉS, SZERZŐDÉS

A második közös tanévünk elején keresett meg minket egy harmadikos osztályfőnök, és kérte a segítségünket az osztályával kapcsolatban. Előzetes megbeszéléseket és néhány ismerkedő foglalkozást követően a következő, közösen elérendő célkitűzést sikerült megfogalmazni: **„A gyermekek jobban megismerjék és elfogadják egymást.”**

Elég általánosnak vagy széles körűnek tűnhet ez a megfogalmazás, azonban az irány kijelölése szempontjából számunkra elegendő volt a tervezéshez, a pedagógus részére pedig rögzítette a közös munkától várható eredményt. Ez így is sokkal konkrétabb volt, mint korábban bármikor. Tehát például nem azt mondta, hogy „nem tud viselkedni az osztály, csináljatok valamit” vagy „nem lehet bírni velük”, hanem átlátható és világos, hogy a foglalkozásoknak az a célja, hogy a gyerekek jobban „megismerjék és elfogadják egymást”.

A további pontosítás érdekében százalékban megfogalmaztuk a jelenlegi és a vágyott mértékét a gyermekek ismeretségének és elfogadásának.

Írásos megállapodásban rögzítettük a célt, a kereteket, továbbá azt, hogy a pedagógussal történő aktív együttműködésben fog zajlani a munka. Korábbi tapasztalatok alapján jutottunk arra, hogy fontos valahogy megerősítenünk a pedagógus felelősségét a helyzetben annak érdekében, hogy ne várjon tőlünk csodát: „abakadabra megjavítottuk a gyerekeket”. Hiszen heti egy alkalom semmiség az ő folyamatos jelenlétéhez képest. Az osztály életében ő érhet el hosszú távú változást, mi csak egy pluszlendületet, egy más nézőpontot tudunk hozzáadni. Szerencsénkre ez az osztályfőnök nyitott volt a kommunikációra és a részvételre, így könnyen megállapodtunk abban, hogy a foglalkozásoknak ő külső, de aktív

megfigyelője lesz. Minden foglalkozás előtt megegyeztünk egy szempontban,

ami alapján

meg kellett figyelnie az osztály, illetve a gyermekek működését (pl.: milyen pozitív megnyilvánulásaik vannak adott gyermekeknek, mi ment jól, ki vitte előre a csoportmunkát stb.). Ezeket rendszeresen átbeszéltük a foglalkozásokat követően.

TEMATIKA MEGTERVEZÉSE

Az ismerkedő foglalkozások során, egy egyszerű feladat kapcsán jutottunk arra a következtetésre, hogy az osztályba járó gyerekek nagy része nincs tisztában az érzelmek fogalmával, témakörével. Ezek alapján – az osztályfőnökkel egyeztetve – úgy döntöttünk, hogy a foglalkozások tematikáját az érzelmek köré fogjuk felépíteni. A téma ideálisnak bizonyult, hiszen beleillett az etika óra tanmenetébe is – melynek a keretében jártunk foglalkozást tartani az osztályba. (Sajnos, így csak 45 perc jutott

nekünk, és a csoportbontást sem lehetett megoldani, de örültünk annak, ami van...) Az érzelmek megismerésén keresztül – a meghatározott célunkkal összhangba hozva – úgy építettük fel koncepciónkat, hogy az adott érzelmeket gyakorlatokon keresztül, élménypedagógiai módszerrel jártuk körbe. A feladatok során a gyerekek megismerhetik magát az érzelmet, gondolkodhatnak a saját érzéseikről, valamint információt szerezhetnek arról, hogy osztálytársaik például mitől lesznek dühösek, mi nyugtatja meg őket, vagy éppen mi okoz nekik örömet. Igyekeztünk úgy felépíteni a foglalkozást, hogy láthatóvá váljon: ugyanaz a szituáció nem biztos, hogy ugyanazt a reakciót váltja ki mindenkiből. Ezzel megtanulva azt is, hogy milyen sokféle módon lehet megélni érzelmeket, helyzeteket. Úgy gondoltuk, ha meglátják, hogy Julcsi például sír, amikor szomorú, Géza pedig kiabál ugyanennek az érzelmenek a megélésekor, segít majd abban, hogy adott helyzetben jobban el tudják fogadni egymás különböző reakcióját. Pl. egyszerű és mégis szemléletes gyakorlat: szituációkat mondtunk, a gyerekeknek pedig az volt a feladatuk, hogy eldöntsék, melyik helyzet nyugtatja meg őket inkább. Pl.: álljon jobbra, aki inkább megnyugszik, ha elmondhatja mi bántja, balra pedig, akit inkább az nyugtat meg, ha egyedül tud maradni egy csendes helyen.

Az érzelmi intelligencia megalapozása már a kora gyermekkorban megkezdődik elsősorban a szülőkkel való interakció során (Mező 2018). Amennyiben evvel kapcsolatban a szülőknek is hiányosságuk, elakadásuk van, a gyermek is hátránnyal indul ezen a téren. Szerencsés esetben a környezet pótolhatja ezt a hiányt, de intézményes keretek között sajnos ritkán van lehetőség nagyobb hangsúlyt fektetni az érzelmek témakörére.

Salovey és Mayer (1990: 189) szerint: „az érzelmi intelligencia az érzelmi in-

formáció észlelésének, kifejezésének, felhasználásának és irányításának azon képessége, amely elősegíti a személy fejlődését.” Az érzelmek észlelése, kifejezése, szabályozása vagy akár a használatuk a problémamegoldás során, a mindennapi élettel való megküzdés szerves részét képezi, ezáltal hatással lehet a szociális kapcsolatainkra, az érzelmi stabilitásunkra, a problémamegoldó képességünkre, az empátiánkra (ezáltal az elfogadásra), vagy akár a stresszel való megküzdési képességünkre.

A MESE, MINT ESZKÖZ

Eredeti tervünk szerint négy érzellemmel foglalkoztunk volna, mindegyik esetében egy-egy tanóra keretében. Ez a négy érzelem az öröm, a düh, a szomorúság és a félelem lett volna, azonban az összetettség, a téma nagysága és az osztály bevonódása miatt, az örömtől túl, a düh témáig jutottunk. Itt iskolapszichológus kollégámmal a mi fantáziánk is elszabadult, és komplett feladatsort alkottunk mesével, rajzokkal, gyakorlatokkal. Az ötlet onnan született, hogy az egyik megbeszélésünk során éppen azon törtük a fejünket, hogyan lehetne a gyermekek számára érzékelhetővé, érthetővé és persze befogadhatóvá tenni azt a tényt, hogy az érzelmeknek fokozataik vannak, és ha időben felismerjük, akkor könnyebb megérteni, kezelni, átalakítani a viselkedéses megnyilvánulásait. Tehát ha egy gyerek dühös lesz, akkor nem egyből kezd el verekedni, törni- zúzni, mint derült égből villámcsapás, hanem bizonyos események, külső, belső történések hatására jut el ideig. Több ötletünk is támadt, de valahogy nem éreztük elég szemléletesnek egyiket sem, és ekkor döntöttünk úgy, hogy egy olyan eszközhöz nyúlunk, ami számunkra is nagyon kedves, a meséhez. Azonban nem találtunk megfelelő történetet, ami azt fogalmazta volna meg, amit ennél az osztálynál szükségesnek gondoltunk. Így belekezdünk egy, kifejezetten ennek az osztálynak szánt, a düh megjelenését és megélését megmutató mesének a megírásába.

A mese egy bolyhos nyusziról szól, aki mérgében óriási sárkánnyá változik, majd a történet végén egy tündér segítségével visszatalál önmagához és visszaváltozik ismét nyuszivá. Igyekeztünk minél több aspektusát megjeleníteni az érzelmenek, a testi érzetektől a környezetre gyakorolt hatásán keresztül a külső szemlélők reakciójáig. Továbbá belevettük az osztály saját mondatait a korábbi órákon szerzett tapasztalatok alapján (pl.: xy szereti a tortát, ezért belekerült a mesébe, hogy a nyuszi szereti a tortát), hogy minél inkább sajátjuknak érezzék a gyermekek, és persze az érdeklődésüket is igyekeztünk ezzel felkelteni. A mese felolvasása az osztályban katartikus élmény volt számunkra is. Néhány bemelegítő gyakorlat után körbe ültünk, és bejelentettük, hogy következik a mese, amit óra elején reklámoztunk már. A korábbi néhány alkalom alatt sikerült

egy olyan kapcsolatot kialakítanunk, hogy lehetővé váljon a meséléshez szükséges meghitt légkör kialakítása. A gyerekek – még az amúgy izgó-mozgók is egészen nyugodtan – csillogó szemmel, átszellemülve hallgatták a mesét. Az arcukon látni lehetett a hatást; mosolyogtak a nyuszival, majd elkomorodtak a sűrű erdőben, meglepődtek a tündér megjelenésén és izgatottan várták a fejleményeket. Részeivé váltak a mesének, és arra a 10 percre egy más világba repültünk közösen.

Majd az idő rövideje miatt nem kezdtünk bele azonnal a feldolgozásba, csak annyit kértünk, hogy a következő foglalkozásig tartsák meg emlékezetükben a történetet, hogy akkor tovább dolgozhassunk vele. Boldizsár Ildikó (2016) és Kádár Annamária (2012) fejtegetik könyveikben, hogy a mese – belső képként – a gyerekben dolgozik anélkül, hogy belemagyaráznánk (ha tanító szándékkal is) bármit a saját gondolatainkból. Az elképzelt kép tehát önmagában hatással van a gyerekekre, így az általunk írt mesével az irányát meghatározhattuk a belső munkának, majd hagyunk időt, hogy érzelmi szinten kifejtse hatását. A tanárnőnek ezt viszont elfelejtettük jelezni, így amikor legközelebb épp a terem felé jártunk, észrevettük, hogy a táblára a következő van írva „jelszó: Bolyhos Nyuszi”. Nem csak belül dolgozott a mese... [\(8. sz. melléklet\)](#)

Célunk volt az is, hogy az osztályban kevésbé kapjanak „rossz minősítést” a negatív érzések. Ha a gyermekek elfogadással tudnának fordulni ilyenkor egymás és önmaguk felé, akkor tudnának segíteni társaiknak vagy önmaguknak az adott érzelmegélésében és feldolgozásában.

Sajnos ez a gondolatunk túl idealisztikusnak bizonyult és valószínű tágabb rendszerek attitűdjét is át kellene keretezni a hosszú távú, mélyebb változás érdekében. Ezek a rendszerek ugyanis több oldalról, hosszabb időn keresztül hatnak a gyermekekre, mint a mi 9x45 perces foglalkozásunk. Egyik alkalommal megtapasztaltuk ezt a hatást, amikor a szemünk láttára alakult ki nézeteltérés két gyermek között attól, hogy az egyik dühös lett, majd a másik rászólt, hogy „te most sárkány vagy”...

Fontos még azt elmondani, hogy 9 alkalom valósult meg ebben a keretben (előtte három a projekthét keretében, amit ismerkedő foglalkozásként említettem), ebből az utolsó 2-3 volt döcögős karácsony előtt. Nyilvánvaló, hogy nagy változásokat nem lehet elérni ilyen rövid idő alatt, hiszen ez egy hosszú tanulás egyik eleme, de talán lehet ez az első lépés annak érdekében, hogy a gyerekek, a szülők és a pedagógusok jobban az érzelmek irányába forduljanak. Ami biztos, hogy a tanítónő bizakodóbb és pozitívabbnak ítéli meg az osztály viselkedését, hasznosnak találta a közreműködésünket és nyitott a folytatásra. A gyermekek

pedig örömmel üdvözlnek minket, ahányszor találkozunk az iskolában.
Következő lépésként pedig a szülőkkel fogunk elkezdni dolgozni és terveink szerint csoportbontásban a gyermekekkel is folytatjuk a foglalkozásokat.
[forrás: https://real-j.mtak.hu/14877/12/szocped16jav6_2020_12_21.pdf
(letöltve: 2025,11,03)]

Sokszínűség hete

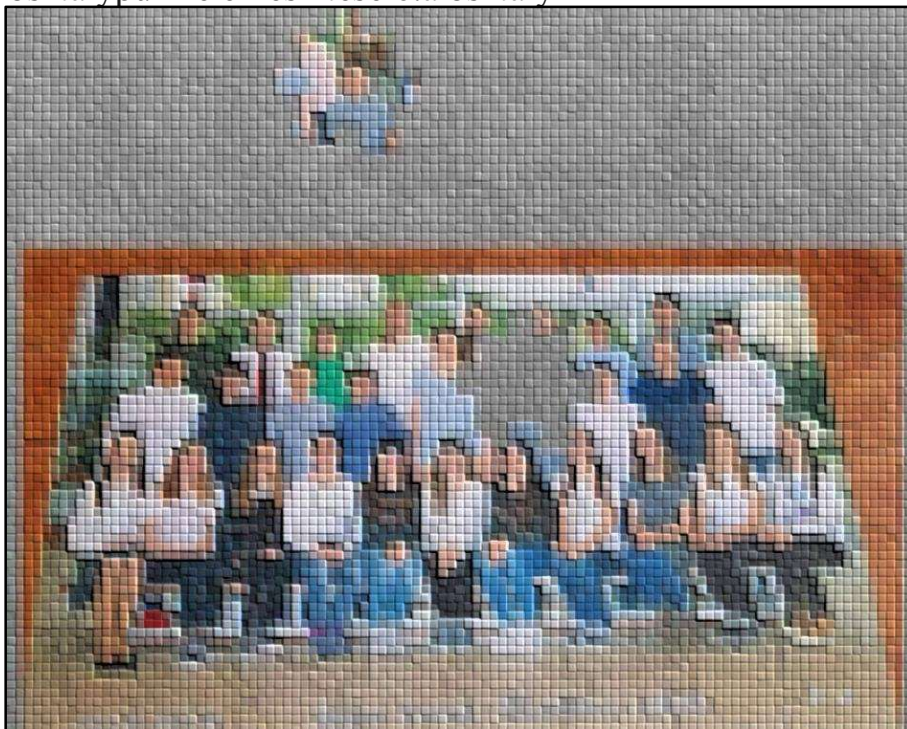
2019 áprilisában csatlakoztunk először A Sokszínűség hete Programhoz. A csatlakozó iskolának járó **csomag egyik legfontosabb eleme a tanári útmutató volt**, amely például egy bullying-kisokoson kívül többféle gyakorlat- és program-javaslatot tartalmaz. Ezekből az osztályok szabadidejükhöz, kapacitásukhoz és érdeklődésükhöz mérten választhatnak, s az útmutatónak köszönhetően minimális felkészüléssel foglalkozhatnak az előítéletesség elleni fellépés és az iskolai sokszínűség témáival.

Olyanokat foglalkozásokat ajánlottak nekünk, amiket **maguk a résztvevők (tanárok, diákok) a saját, iskolánkban rendelkezésre álló eszközeinkkel meg tudtunk valósítani.**

Hogy a "kellékekkel" se legyen gond, a SOM eljuttatja hozzánk a kitűzőket, szórólapokat, posztereket, valamint a tanári útmutatókat és más kiadványokat.

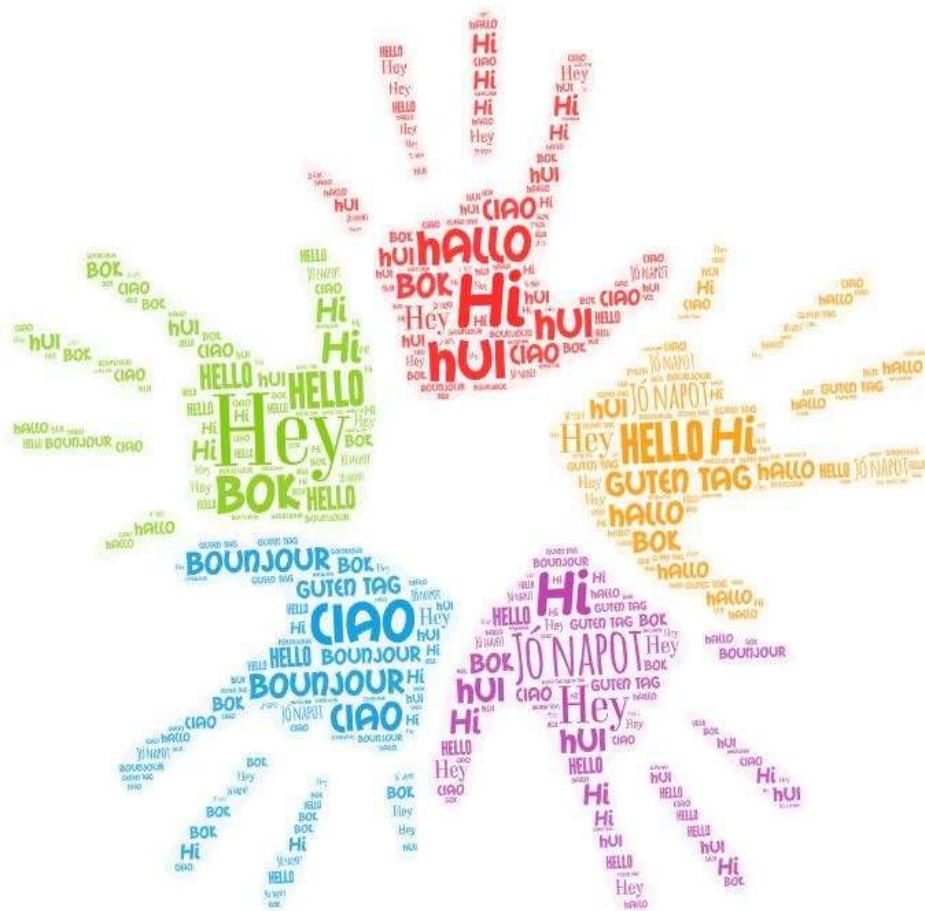


28 osztálypuzzle elkészítése 6.a osztály



29



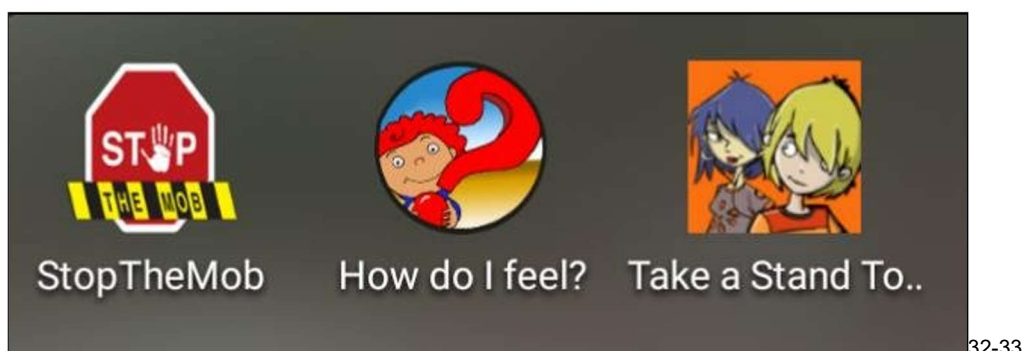


30



31

2020 áprilisában a digitális „karanténoktatás” idejére esett a Sokszínűség hete. Itt főleg a kisfilmekre építhető foglalkozásokat tudtunk tartani. A bántalmazás típusaira, szemlélők szerepére igyekeztünk felhívni a gyerekek figyelmét. A Stop the Mob applikáció segítségével több nyelven szituációkat olvashatnak a diákok, és választhatnak a megoldási lehetőségek közül. Sőt maguk is alkothatnak új helyszíneket, szereplőket, történeteket.



Használtuk a tankocka adta online lehetőségeket is a bántalmazás témakörben:

<https://learningapps.org/index.php?page=1&s=b%C3%A1ntalmaz%C3%A1s>
(2020.04.16)

<https://wordwall.net/resource/2596904/saferinternet/cyberbullyingr%C3%B3l-j%C3%A1t%C3%A9k-14-%C3%A9ves-kor%C3%B3l>(2020.04.16)

Ugyanebben az évben **2020 októberében** már jelenléti oktatás keretében kapcsolódtunk be a 3. Sokszínűség hetébe. Igyekeztünk pályázatokkal megmozgatni a gyerekeket.



34

7. a osztály munkája:

Mindenki Más

Új hely, új környezet
új iskola, új emberek
Mindenki Más.

A gondolat, mely átsuhan,
Mi lesz? Hogy lesz?
Mindenki Más?

Más diákok, más tanárok
Jó lesz?

Szomorkodás, izgulás
Mindenki Más.

Lesz-e új barát?

Új kihívás, nevetés, vidámság, Új programok.

Mindenki Más.

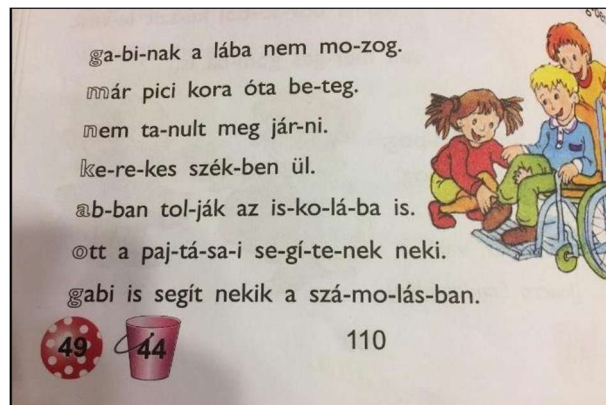
Élethelyzet változás, Hiszem, hogy MINDEN
Jó lesz, jól alakul, hisz
Mindenki Más!!!

Varga Éva tanítónő első osztály olvasás órájába építette bele az **elfogadás, csúfolódás** témakörét.

Olvasmány feldolgozása:

Eloolvastuk a történetet, majd beszélgettünk kérdések segítségével a máságról.

- Miért került kerekesszékre Gabi?
- Melyik tantárgyból volt jó? Miből jöttél rá?
- Miben segítettek neki a barátai?
- Láttál-e már kerekesszékes embert?
- Miben lehet nekik segíteni?
- Miben különbözött Gabi a többiektől?
- Miben hasonlít?
- Mit lehetne vele játszani?
- Kerekesszékes sportok: Kosárlabda, pingpong ...
- Milyen fogyatékkal élő emberekkel találkoztál már?

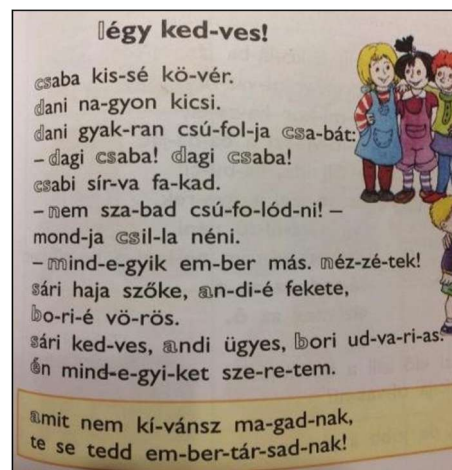


Másnap:

- Előző napi téma összefoglalása, fogyatékkal élő emberek segítése
- Téma: Csúfolódás

Történet elolvasása:

- Wordwall feladat
<https://wordwall.net/play/14598/252/697> (2020. 04.06)
Szövegértést ellenőrző, beszélgetés indító feladat
- Beszélgetés
- Téged csúfoltak már? Miért?
- Mit tudsz ilyenkor tenni?



Készítette Varga Éva

Hétköznapi hősök

Aktivításra ösztönzés

Tegyél! Ki ha nem te?

- Vedd észre, hogy helyzet van!
- Állj meg! Gondold végig mit tehetsz!
- Biztosan **tehetsz** valamit!
- Legalább **egyszer próbáld meg!** Jó érzés lesz!
- És ha úgy alakul, **elvárhatod te is a segítséget.**

Az vagy, amit teszel!

37

2017-ben indítottuk a hétköznapi Hősök projektünket, melynek keretében a "Te vagy a legnagyobb hős a világon... dal minden osztály megtanulta, közösen énekeltük el az iskolánapon.

<https://www.youtube.com/watch?v=kSDdyrStxY8>(2017.05.02)

A költészet napja alkalmából versíró pályázatot hirdettünk meg Hétköznapi Hősök címmel.

A Hét Hőse címmel az aktív védelmező diákokra, kollégákra hívtuk fel a figyelmet. A segítségről beszélgettünk az osztályokban: jó érzés a segítség, tudni kell elfogadni, észrevenni, hogy a környezetedben ki szorul segítségre, fontos felismerni, mikor kell segíteni. Mesékben ki segít, kinek? Célunk a mintaadás, felhívni a figyelmet olyan emberekre, helyzetekre, amelyben mások nem csak szemlélők voltak, hanem tettek is.

A hét hőse...

aki az adott héten „hősies” vonásokat mutatott, azaz védelmezőként viselkedett.

Azt a viselkedést értjük ezen, amikor valaki, aki bántalmazás szemtanúja volt, **aktívan közbelépett**, leállította

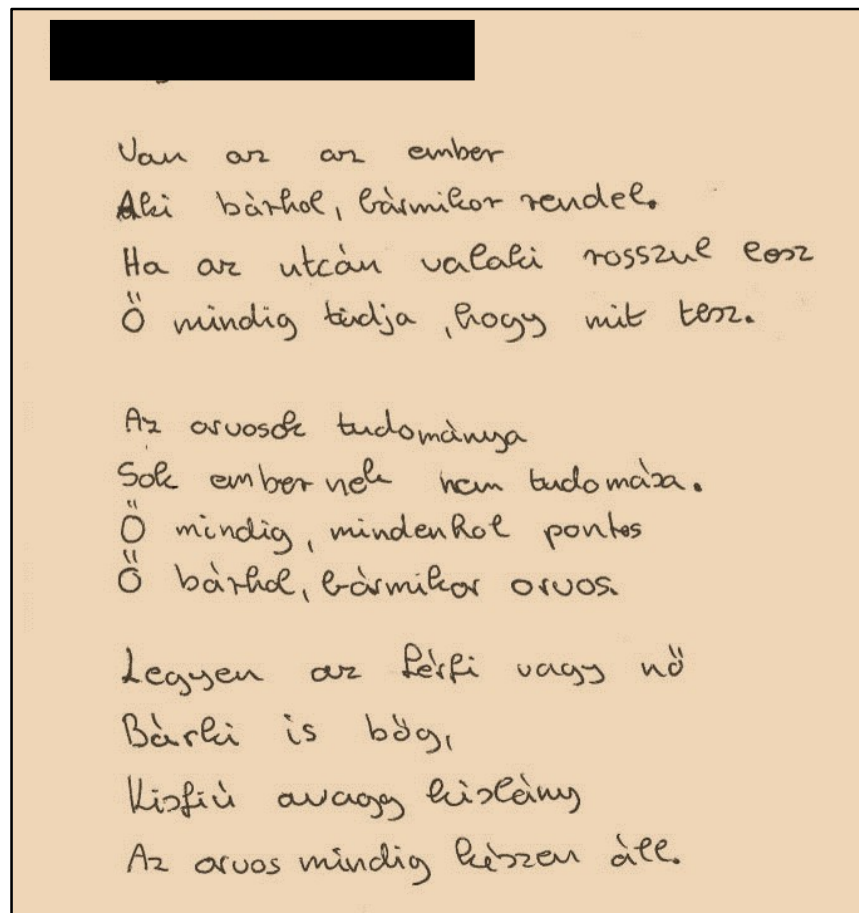
a bántalmazót, illetve az áldozat védelmére kelt.

Vagyis, **példát mutatott**, milyen az, amikor valaki nemet mond a bántalmazó, az áldozat, és a passzív szemlélő szerepére.



Az vagy, amit **teszel!**

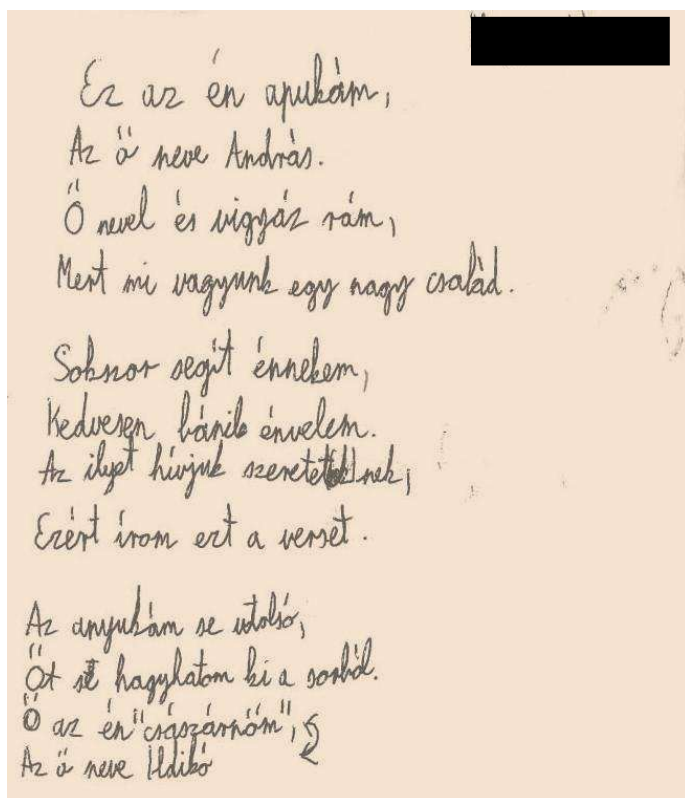
38



Ki a hétköznapi Hős?

39-40

A hétköznapi Hős, melyből elég kevés van,
 Pedig kellene, hogy nagyon sok legyen,
 Kis Országunk megosztott korában
 Az aggódóknak szeretet legyen!
 Talán te is követhetnéd a Hőst,
 Nem rogysz le az első ütések után,
 Még dolgoz van, két kézzel kapj az élet után!
 Akard, hogy újra szép legyen minden,
 Legyél te is, mint Ő egy hétköznapi hős,
 Az akarat lángja égjen két szemedben,
 Soha ne hajolj meg az élet vihara előtt!



A mindennapok hősei

41-42

Hétköznapi Hősök azok az emberek, Kikérés nélkül is mindig segítenek, Ők ott vannak akkor, ha nagy bajba kerülsz. Elszántságuktól mindig jobb kedvre derülsz. Családtagok, szülők, barátok, testvérek, Nekik nem szakmájuk, de sokra képesek.

A legkisebb problémánál is itt vannak,
Arcodra minden egyes nap mosolyt csalnak.

Tűzoltók, orvosok ezek az emberek, Minden egyes nap életet mentenek.
Ha nagy baj van, akár életüket adják, Segítséget ígérnek, ezt be is tartják,

Bárki lehet hős, ki bátorsággal teli, Vagy ki a segítségben örömet leli,
Szóval nem csak az lehet hős, aki mentős, Másnak lehet, hogy te vagy a legnagyobb hős!

A projektháló elkészítésénél a diákok ötleteit felhasználva tantárgyakba építve szedtük össze a Hétköznapi Hősök projekthez kapcsolódó feladatokat. Ez is jól mutatja, hogy a projektmódszer alkalmazásával minden téma beilleszthető a tantárgyi koncentrációba is, így a Békés Iskolák Program témái is!

Projektháló (felső tagozat)		
vizuális, művészettörténet rajz, plakát, reklám készítése, képregény	történelem, médiaismeretek Korszakok - hétköznapi hősök voltak, történelmi hősök lettek pl. Pesti srácok 1956'	testnevelés Pantomim szituációk eljátszása - te hogyan segítenél...
földrajz, biológia, természetismeret állatok segítése egymáson, együttélés Más országok hősei	Hétköznapi hősök	ének-zene A dalok éneklése, videoklip készítése,
idegen nyelv dalszöveg lefordítása, videóhoz más nyelvű felírat elkészítése	of., egyéb riport készítése, kisjelenetek lejátszása	informatika ppt, prezi, linkgyűjtemény összeállítása fotomontázs, számítógépes rajz, animációs film
hittan, erkölcsstan segíteni miért jó! Szentek, segítők, segítő szervezetek, méltósággal elfogadni a segítséget	anyanyelv dalszövegek elemzése irodalmi és nyelvtani szempontból Hősök - János vitéz...	osztályok egymásnak segítenek - alsós-felső élőkampány ... (amire még mi sem gondoltunk)

A Hétköznapi Hősök Projekt szervezése közben találtuk meg a Hősök Tere Kezdeményezést. <http://hosoktere.org/>(2017.04.16)

Először csak a kisfilmjeiket használtuk, majd kollégáink részt vettek a képzéseiken, végül pályázataikhoz is bekapcsolódtak a kollégák és az osztályok. Így szereztük meg a Holnap Hősei társasjátékot, melyet a tanévkezdő témahétén, osztályfőnöki és erkölcsstan órákon is tudnak használni a kollégák.

A bámészkodó hatás jelen van az iskolai közösségekben is:

Pl.:

- az ebédlőben elejti valaki a tálcát, nem segít senki, többen hangosan kinevetik...
 - több tanár van a folyosón és "helyzet van", senki nem avatkozik be, egymásra várnak...
 - az osztályban valaki labdázik, pedig tudják, hogy nem szabad, nem szólnak...
 - bullying a gyerekek között, de nem avatkozik be senki az osztálytársak közül...
 - a dohányzó diákra nem szól rá a tanár...
 - az új kollégának nehézségei vannak. Tudnak róla kollégái, de nem segít neki senki...
 - a mobiltelefont elveszik egymástól a gyerekek, többen is látják, de nem segítenek, nem is szólnak...
-

Mit tegyél, ha helyzet van?

| **STOP!** - Vedd észre, hogy helyzet van!

| **GONDOLKODJ!**

| **DÖNTS!** - Oszd meg a felelősséget, szerezz SZÖVETSÉGEST!

| **CSELEKEDJ!** - Állj bele a helyzetbe!

| **DICSÉRD MEG MAGAD!**



43

A Holnap Hősei társasjátékhoz készítettünk online segédeszközöket is:

- <https://wordwall.net/hu/resource/1496398/holnap-h%c5%91sei-szitu%c3%a1ci%c3%b3s-k%c3%a1rty%c3%a1i-1> (2017.03.03)
- <https://learningapps.org/display?v=pb7i80kua21> (2020.05.16)

Eljárásrend bullying esetén

Az esetkezelés protokoll célja, hogy minél hatékonyabbak kezeljük a felbukkanó bántásokat iskolánkban. Hogy a gyerekek azt érezzék, számíthatnak a pedagógusok segítségére, ha bántják őket. Célunk a békés biztonságos légkör fenntartása iskolánkban. A protokoll szakmai hátterét a Békés Iskolák adja, ezt a protokollt szakemberek dolgozták ki és több intézményben sikerrel alkalmazzák. Első plakát, melyet az iskolai szociális munkás készített:

Eljárásrend

Iskolai bántalmazások (bullying) kezeléséhez



Egyéb teendők

- Jegyzőkönyv (esetkezelő team)
- Szülők tájékoztatása (ofő)
- Védelmeszők aktivizálása (ofő)





Előkészítés

- Képzés
- Jelzőrendszer
- Esetkezelő team
- Tájékoztatás: szülők
- diákok (plakátkészítő pályázat)
- pedagógusok

Eljárásrend

Iskolai bántalmazások (bullying) kezeléséhez



Bántalmazás

Piroska minden héten meghúzza Panni haját



Jelzőrendszer

A gyerekek tudják, hogy kiknek szólhatnak ha bántanak valakit.

Tanári

Jelzőrendszer tagok:
Kati néni
Pista bácsi
Feri bá



Csókolom!
Bántottak! :('



Esetkezelő team

- Akinek épp van lyukas órája
- az ofő
- közeli kapcsolat



Támogató beszélgetés az áldozattal

- Biztonság, védelem
- Erősítés, támogatás

Tilos a bántalmazást megkérdőjelezni, az áldozatot hibáztatni!!!!



Mi történt?

Esetkezelő team
STOP



Beszélgetés a bántalmazóval

- Szembesítés (Tények!)
- Az iskolánkban nem megengedett a bántalmazás!
- Fejezd be!
- Mit tudsz tenni, hogy az áldozat jobban érezze magát?



Utankövetés

- Ha van változás--resztoratív
- Ha nincs---szankció



ENABLE, KiVa, Jármí Éva alapján

Esetkezelő protokoll, bántalmazás esetén

BI honlap alapján összeállította: Ambrózi Kata iskolapszichológus

1. A gyermekek megtanulják, mi a különbség konfliktus és a bántás között, segítségkérés és árulkodás között. Továbbá a Békés Iskola szemléletmódjával, értékeivel is megismerkednek.
2. Jelzőrendszer kialakítása, ismertetése az iskolában. Kinek milyen módon lehet szólni, ha bántottak valakit.
3. Esetkezelő pedagógus team összeáll (2 fő), akik végigvezetik az egyes eseteket.
4. A segítő team a háttérből támogatja az eset résztvevőit (áldozat gyermek, sérelmet okozó gyermek, osztályközösség, pedagógusok, szülők), a folyamat lebonyolítását.
5. Támogató beszélgetés a sérelmet elszenvedő gyermekkel. Megerősítés, támogatás, védelmezés.
6. Eset, történetek feltérképezése.
7. A sérelmet okozó gyermekkel való beszélgetés arról, hogyan változtat a viselkedésén, hogy ne ismétlődjön meg a bántás. Jóvátételi szemléletmód előrevetítése, megállapodás arról, mit vállal.
8. Szülők tájékoztatása az eseményekről.
9. Nagyobb figyelmet, támogatást kapnak az elkövetkező 1-2 hétben az esetben résztvevő gyerekek, hogy ne ismétlődhessen meg a bántás.
10. Utánkövetés. Újra leülnek az esetkezelő team tagjai a gyerekekkel és megbizonyosodnak arról, hogy a bántás leállt-e vagy sem.
11. Ha igen, akkor a sérelmet elszenvedő gyermeknek felajánlják a resztoratív - kapcsolat helyreállító - beszélgetést (önkéntes, csak, ha szeretné). Itt van lehetőség a jóvátételre, a kapcsolat rendezésére.
12. Ha nem állt le a bántás, akkor egy újabb körre leülnek az esetkezelő team tagjai a sérelmet okozó gyermekkel és újra megbeszélik vele, miként fog változtatni a viselkedésén, hogy ez ne folytatódjon.
13. Szülők tájékoztatása.
14. Amennyiben nem áll le a bántás, életbe lép a szankciólépcső a házirend alapján.
15. Közösség bevonása, osztály tájékoztatása az eseményekről (Az áldozat gyermek bevonásával, egyeztetve vele, mi az, ami elhangozhat, ami még kényelmes neki.) Ennek az a célja, hogy a közösség megérezze, hogy van következménye annak, ha bántják egymást, számíthatnak a pedagógusok védelmére, megértik, hogy érdemes jelezni, mert kaphatnak támogatást.
16. Dokumentáció. (későbbi statisztikához, utánkövetéshez)

Lépéseink:

- sablon az eljárásrendhez
- felhívás diákoknak- plakát készítésére, közönségszavazás
- tájékoztató/ képzés kollégáknak
- tájékoztató szülőknek
- kipróbálás, beépítés a házirendbe.

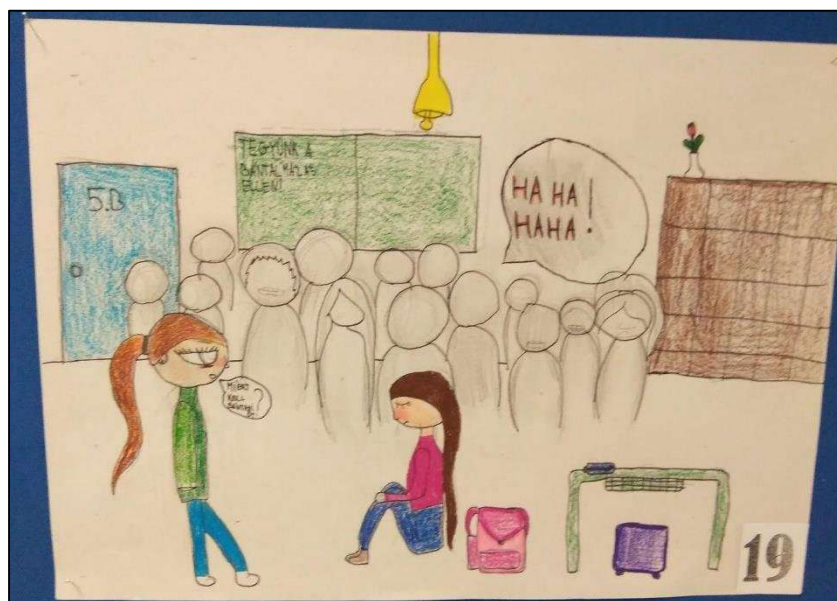
Diákok munkái:



46



47



48



49

Filmklub BI-re hangolva

Pádár Erika:

„10 éve kezdtem a gyerekeknek filmklubot szervezni, óraszám függő volt, hogy mikor milyen keretek között. Volt, hogy szakkörként valósult meg kéthetente hosszú téli estéken, volt, hogy a napközis foglalkozások körében péntek délutánonként.

Kezdetben a történelem és irodalom tantárgyakhoz próbáltam igazítani a filmeket, később, mikor csatlakoztunk a Békés Iskolákhoz, a honlapjukon közzétett címek között kutakodtam. Ekkor találtam ki, hogy egyik alkalommal pl. a régi Kirk Douglas féle Spartacust nézzük, a másik héten pedig mondjuk **A csodaszert**, ami a bullying témakörhöz kapcsolódik. Mindkét esetben az volt a szenzációs, hogy élvezték a gyerekek, közben, ha kérdésük volt, megállítottuk a filmet, megbeszéltük, majd folytattuk tovább. A mentalizációhoz kapcsolható az Agymanók.

Kezdetben jó kis csapat verbuválódott, sok mindenre nyitottak voltak. Fontosnak tartottam, hogy ne mostani alkotásokat vetítsek nekik, hanem olyan örökzöldeket, amiket esetleg nem ismernek, de szórakoztató, és biztos, hogy a következő alkalommal is visszatérnek.” [Írta Pádár Erika]

Filmklub 2014-2016.

Irodalom és történelem tantárgyakhoz kapcsolható filmek + Békés Iskola

Anne a Zöld Oromban

Csodaszert

Diadal

Agymanók

A repülő osztály

Az Óceánjáró Zongorista Legendája



50

Filmajánlót lásd:

BI honlapon: <http://www.bekesiskolak.hu/eszkoztar/filmklub/>(2020.05.12)

Iskola nap BI-re hangolva

Nagyon nehéz beépíteni a tanév rendjébe a

□ szemléletformáló, □ csapatépítő, együttműködő, □ élménygyűjtő foglalkozásokat.

A diákönkormányzat rendelkezik egy tanítás nélküli munkanappal, amit mi Móra-napnak nevezünk. Hogyan építhetők be a Móra-napba a Békés Iskolák szemléletformálása - ez volt a kihívás. Élménypedagógiai eszközökkel, nyolcadikosok és külsősök bevonásával próbáltuk megszervezni. Az előző fejezetekben már megemlített elemek jól beépíthetők az iskolanap állomásaiba:



51

Pókháló / útvesztő	iskolapszichológus segítségével https://erzsebettaborok.hu/ne-erj-hozza-2/ (2025.08.11)
Zenélés	Szoc. munkások segítségével élményzenélés
Móra társas	Diákönkormányzati képviselők bevonásával
Labirintus	Padokból, székekből, könyvekből labirintust építünk, be- sötétítjük a tantermet. Egy társ segít átkelni a labirintuson.
Pokróclabda	Röplabda háló két oldalán kis csapatok pokróccal fogják el és adják tovább a labdát.
Ejtőernyős	https://tanulasizona.hu/besnyi-szabolcs-animacios-ernyo/ (2025.08.11)
Lépj Előre!	A játékosok egy vonalban állnak. Ha igaz rájuk az állítás, amit a játékvezető mond előre lépnek.
Gyurmafilmnézés ötletgyűjtés bántalmazással kap- csolatos	https://www.youtube.com/watch?v=rvCW_mJgMHE (2025.08.11) https://www.youtube.com/watch?v=cCPaPLAJgcg (2025.08.11) https://www.youtube.com/watch?v=5LB2-hTs3-4 (2025.08.11) https://www.youtube.com/watch?v=hFBxpFKG00U (2025.08.11) https://www.youtube.com/watch?v=Ql4Kkb-89D0 (2025.08.11) https://www.youtube.com/watch?v=yp9MKDknZPs (2025.08.11)
Gyurmafilm készítés	gyerekek készítettek gyurmafilmet a bántalmazás témá- ban.
Páros bogozó	Párokat összekötünk, együttműködve ki kell bogozniuk magukat.
Fekvőtámasz ésszel	A csoportban mindenkinek úgy kell elemelkedni a talaj- tól, hogy csak a kezére támaszkodhat;
Békés Harcos	ZKNP segítségével külsős bevonásával
Stop the Mob App	Applikáció a Bullying ellen
Activity	rajz, mondás, mutogatás
Filmnézés	http://www.bekesiskolak.hu/eszkoztar/filmklub/kisfilmek/ (2025.08.11)
Versírás	Megadott szavak legyenek benne a versben
Cérnagrafika	Kézműves foglalkozás, gyors, látványos

Diáksegítők képzése

„**A kortárs segítők** a saját kortársaik között képviselik a békítő szemléletet és segítik a felmerülő konfliktusok, problémák békés, erőszakmentes megoldását. **A kortárs vezetők** olyan felsőbb évfolyamok tanulói, akik a kisebbek között képviselik a békítő értékeket megfelelő képzés után. Ez egy lehetőség lehet például arra is, hogy egy Békés Iskolák Program mellett elköteleződött középiskola diákjai az 50 órás közösségi szolgálatát egy általános iskolában töltsék el, kortárs vezetőként tevékenykedve. Feladatuk, hogy segítsék a kisebbeket a konfliktusaik, problémáik békés, erőszakmentes megoldásában.” (idézet a BI honlapról, forrás: <https://www.bekesiskolak.hu/> 2025.11.02.)

A kezdeti sikereken felbuzdulva (Móra-napi rövid, BI foglalkozások), a következő tanévben folytattuk az ifikkel való munkát. Hosszú szervezés után sikerült indítani egy csoportot, melyben **felső tagozatos, szociálisan érzékeny** gyerekeket vártunk. Ehhez kértük az osztályfőnökök segítségét. Olyan gyerekeket kerestünk, akik jól átlátják a társaik között lévő viszonyokat, nem bírják az igazságtalanságot, próbálják segíteni a konfliktusok rendezését, önzetlenül viselkednek, segítenek, ha egy társuk bajba kerül, vagy ha épp szomorúnak látják, érdeklik az emberek érzései, szeretnék megérteni a viselkedésük mögött rejlő okokat, mozgatókat. Nem feltétlenül vezető természetű gyerekekre gondolunk, akár periférián lévő gyerek is lehet, vagy akár olyan is, akinek a magatartása egyébként hagy kívánnivalót. Az induló csoport célja a tehetséggondozás, szociális készségfejlesztés, érzékenyítés, önismeret és önbizalom erősítés volt. A gyerekeket a **tavaszi bántalmazásellenes kampány** egyes tevékenységeibe is bevontuk, illetve a Móra-napra **közös projektet** valósítottunk meg. Így jött létre a „Móratársas”. Hosszú távon egy kortárs segítő hálózat létrehozása volt a cél.

Móra Járőr felkészítő óra (diáksegítők bevonása a szüneti ügyeletben, a délutáni udvari játék idején)

Foglalkozás terv

1.) Feladatkörök – hatáskörök (kiscsoportos munka, szétválogatás közösen)

1. csoport – saját feladat
2. csoport – nem tartozik rám
3. csoport – szólok egy tanárnak

Szituációk:

- A) Egy elsős a folyosón sír, tanító nénije odamegy hozzá megbeszélni a dolgot.
- B) Látod, hogy valaki rossz helyre teszi a szelektív gyűjtőbe a szemetet.
- C) Valaki elmegy az uzsonnájával előtted, leesik a szalvétája.
- D) Egy elsős megbotlik az uzsonnás kosárral előtted.
- E) Tejet látsz kiöntve a folyosón.
- F) Két kisfiú tovább veszekszik, hiába szóltok nekik.
- G) Egy nagyfiú segít a folyosón tanulni egy kisebbnek.
- H) Kicsik piszkálják egymást, mikor szóltok, nektek akarnak menni.
- I) A WC-ből valakit nem engednek ki a többiek.
- F) Tudomást szerzel, hogy egy fiú sír a folyosón. Megtudod tőle, hogy a héten már másodszor vették el az uzsonnáját.

**2.) A kommunikáció módja: Kérés vagy parancsolás?! Mi a különbség?
(beszélgetés, mondatok gyűjtése...)**

KÉRÉS // PARANCSOLÁS

„Kérlek...”

„Ebben az iskolában az a szabály, hogy...”

Szemponatok még, amit hangsúlyozzunk: Megfelelő távolságra lenni attól, akihez beszélünk.

Elé állni, szemébe nézni, hogy tudja, hozzá beszélünk (lehetőleg nem hozzáérni). Amennyiben elsőre nem reagál, megismételni a kérést.

3.) Szituációs gyakorlatok: Hogyan csinálnánk? (kiscsoportban eljátszani a szituációkat, jó megoldásokat az osztály előtt bemutatni)

- a.) Ketten futnak a folyosón veletek szemben, sikerül megállítani őket. b.) Két ismeretlen fiú verekszik az öltözőben, megkérdezitek őket, hogy „Mi történt? Mi a baj?” és sikerül megbeszélni velük a történeteket.
- c.) Látod, hogy egy kisgyerek nagyon sok WC-papírt teker le a gurigáról a kezére. Megkéred, hogy takarékoskodjon, hallgat rád.
- d.) A WC-ben hangosan beszélgetnek hosszú ideje a többiek kézmosás helyett, megkéred őket, hogy siessenek.
- e) Valaki elesik a folyosón, és a társai segítség helyett fotózni kezdik ebben a kiszolgáltatott helyzetben. Ezt állítod le.

Társasjátékok: „Móratársas”

A kortárs képzés foglalkozások közben különböző lehetőségeket mutattak meg a mentoroknak a résztvevő diákok, így alakult meg az a csoport, akik az iskolanapra „élőbábús” társasjátékot terveztek. Az iskolai szabályok tudatosítása volt a legfőbb cél- szórakoztató, játékos módszerrel. Arra is fel akartuk hívni a figyelmet, hogyan lehet elkerülni, vagy békés módon megoldani a konfliktusokat.

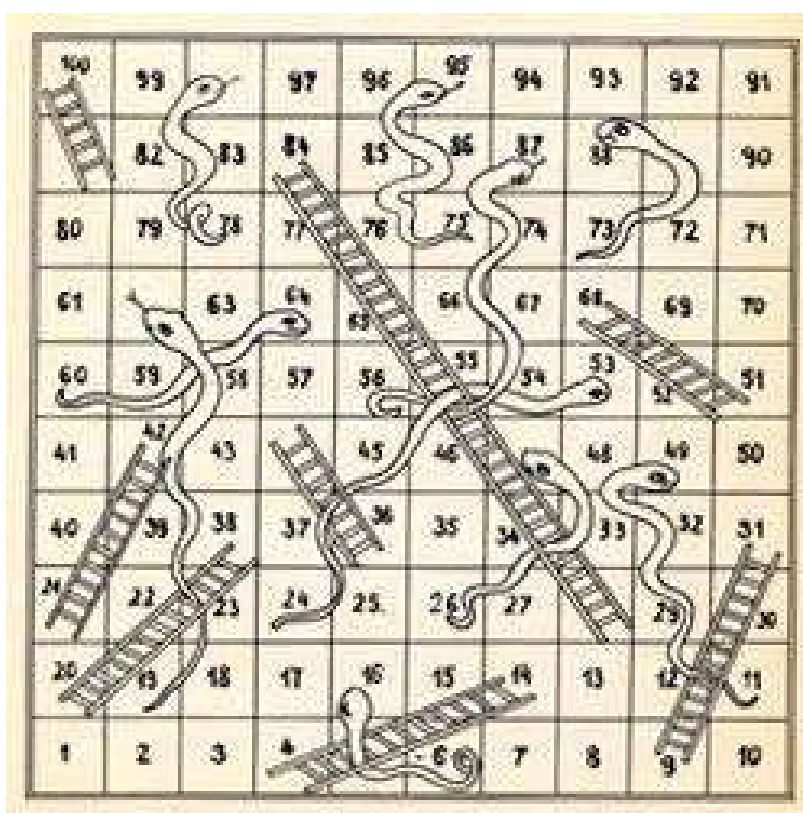
Cél: betartani az iskola szabályait,

békés módon megoldani a konfliktusokat!

Bebizonyítottad, hogy ismered az iskola szabályait,
és reméljük betartod, eljuthatsz a Békés iskola mezőre: 100!

min. 20 perces

kék – csúszda / kígyó visszavisz, létra - előre visz, számozás - sorrend



52

Szerepeltél az osztályoddal a farsangon, ezért az osztályodból mindenki előreléphet kettőt!	Otthagytad az ebédlőben az ételt, lépj vissza hármat!	Ötödik óra után belógtál enni, kimaradsz egy körből
Büfében elköltöttél 500 Ft-ot, lépj vissza 3 mezőt!	Szemeteltél a folyosón, lépj vissza az 5-ös mezőre!	Órán engedély nélkül ettél, kimaradsz egy körből!
Matek versenyen első lettél, előre léphetsz 4-et.	Sminkeltél az iskolában, a tanár lemosatta veled, lépj vissza egyet!	Egyik osztálytársad bántotta a barátodat, szóltál a tanárnak, lépj előre 2 mezőt!
Fájt a fejed, lementél gyógyszert kérni a fairódába, most már jobban vagy, lépj előre 1 mezőt!	Plakátot rongáltál, lépj vissza 4-et	Részt vettél a DÖK gyűlésen, elmondtad a híreket az osztályodnak, ezért mindenki előrelép egyet!
A piros ülőszivacsot ledobtad az emeletről, egyszer kimaradsz!	Segítettél papírgyűjtésen, lépj előre 3-mat!	Labdáztál a folyosón és nem tetted el a labdát felszólításra sem, lépj vissza 2 mezőt!
Az osztályod megnyerte a papírgyűjtést, ezért mindenki előre lép egyet!	Megöntözted a virágokat, előre léphetsz négyet	Elvesztetted az öltöző kulcsot, de becsületesen lementél István bácsihoz, ezért újra dobhatsz!

Beírtak a Krétába a magatartásod miatt, egy körből kimaradsz!	A büfében hosszú sorban álltál, ezért nem értél oda órára - kimaradsz egy körből.	Segítettél az osztályterem kitakarításában, ezért kétszer dobhatsz!
Csendben vártátok a tanárt, mindenki előre léphet kettőt!	Répát dobáltál a teremben, lépj vissza egyet!	Órákon szorgalmas voltál, előre léphetsz hármat!
Összefirkáltad a padot, ezért itt maradtál lemosni, lépj vissza egy mezőt!	Technika órán szöveget vertél a padba, kimaradsz egy körből!	Malackodtál az ebédlőben, menj vissza 5 mezőt!
Találtál egy telefont a padban, amit leadtál a portán, ezért előre léphetsz 3-mat!	A sáros cipőddel bementél az iskolába, amit utána feltakarítottál, előre léphetsz egyet!	Segítettél a konyhas néninek felrakni a széket. Kapsz 1 cukorkát és lépj előre 2 mezőt!
Nyelvtanból ötöst kaptál, lépj előre 3 mezőt!	Egyest kaptál matekból, lépj vissza 3 mezőt!	Megsebesültél tesi órán, Gyuri bácsi becipelt a fairodába, egyszer kimaradsz a dobásból.

Táblás játékokkal a bántalmazás ellen

Iskolánk 2015-ben csatlakozott a Békés Iskolák programhoz, melyet a Zuglói Közbiztonsági Nonprofit Kft is támogat.

A Békés Iskolák program alapvetően a közösség szemléletét, az ott rejlő passzivitást igyekszik megváltoztatni. A táblás- stratégiai játékok közt kutatva úgy gondoltuk, hogy a Farkas és a bárányok játék stratégiája jól mutatja az összefogás jelentőségét. Ezt a játékot alakítottuk át úgy, hogy tükrözze a békés iskolák program szemléletét.

A kampányaink célja a fontos fogalmak, szerepek tisztázása. Így alakítottuk át az amőba játékot, melynek bábúi a bántalmazásra ill. a megoldási helyzetekre, és a zéro toleranciára hívják fel a figyelmet.

Az iskola folyosóján a fehér rácsok alkalmasak arra, hogy mágneses bábúkkal a szünetben is játszhasanak a gyerekek. A pályázatra az 5. d osztály tanulói jelentkeztek. Kis csoportban ill. párban munkamegosztással elkészítették a táblát és a bábúkat, szükség esetén átírták a játék keret meséjét.

forrás: <http://jatekora.hupont.hu/4/mire-jo-egy-sakktabla> (2015.11.23)

<https://amoba.zin.hu> (2015.11.23)



A bántalmazó és a barátok

Keret mese:

A Békés Iskolákban vannak békés és bántalmazó diákok is. A bántalmazó idegesíteni szokta a barátokat: mögéjük szokott lopózni és elgáncsolja őket, s nagyokat nevet rajtuk. Ilyenkor a barátok ijedtségben felugrának. Nagyon mérgesek szoktak lenni, de félnek is tőle. A barátok eldöntötték, ütött a visszafizetés ideje. Gondolkodtak, gondolkodtak és eldöntötték, nem fogják a bántalmazót bántani, de azért móresre fogják tanítani. Úgy döntöttek, egyesítik erőiket és így lepik meg a „nagyfiút”. Rájöttek, hogy csak egy csoportként lesz módjukban megleckéztetni. Minden barát különböző irányból közelíti meg a bántalmazót és egyszerre kiáltják - Búúúú. Pontosan ez történt és manapság a bántalmazó, ha

meglátja a barátokat, olyan gyorsan ahogy csak tud, elsomfordál. Mivel ez a Békés Iskolában történt, az Iskola vezetése hallomást szerzett az eseményekről és eldöntötte, készít egy játékot. Egy olyan játékot, amely szórakoztatja a gyerekeket, de ugyanakkor emlékeztetni fogja őket a Bántalmazó és a Barátok történetére.



54-55

A Bántalmazó a tábla egyik oldalának közepén egy sötét négyzetben kerül elhelyezésre, míg a négy Barát a tábla másik oldalán lévő sötét négyzetekben lesz.

A játék céljai:

- A Bántalmazó célja túljutni a Barátokon és elérni a tábla túloldalát.
- A Barátok célja a Bántalmazó bekerítése, hogy ne tudjon továbblépni.
- A Bántalmazó átlósan egy négyzetet léphet, előre és hátra is.
- A Barátok csak egy négyzetet léphetnek, átlósan előre.

Gondolattár:

- **A kimenetel (eredmény):** A játék végződhet győzelemmel, vereséggel vagy lehet döntetlen. Ugyanúgy, mint az életben, befolyásolni tudjuk a játékok kimenetelét, tehát, mindig, *óvatosan és értelmesen, előre meg kell lépéseinket tervezni.*
- **Közös munka:** A csoporttagok együttesen végzett munkája a csoport vagy egy csoporttag céljainak elérése érdekében. *A közös munka lehetővé teszi számunkra, hogy a csoport tagjainak képességét együttesen aknázhassuk ki, valamint csökkenthetjük az egyes tagokra háruló túlzott feszültséget és magányosságot.*
- **Tanulság: Amikor a barátok együttműködnek nagy előnyre tesznek szert.**

Amőbával a bántalmazás ellen:

Szükséges:

- két különböző embléma, mely a bántalmazás ellen hívja fel a figyelmet
- sakktábla vagy négyzetes tábla



56- 57

Játékszabály:

A két játékos felváltva tesz egy-egy bábut a táblára. A játék célja, hogy vízszintes, függőleges vagy átlós irányban megszakítás nélkül öt saját bábut sikerüljön letenni. Az ellenfél ezt a kialakulni látszó vonal végére tett bábuval próbálja megakadályozni. A kitartás és a figyelem segíti győzelemre a játékost ellenfelével szemben.

Az amőba játékban a legfontosabb stratégia, hogy **a védekezés mindig fontosabb a támadásnál.** Meg kell akadályozni, hogy az ellenfél kirakja az 5 bábut. Előre kell gondolkodni, nem elég csak a következő lépést előre látni.

2017. december 13.: Díjátadó ünnepségen vettünk részt a BRFK Teve utcai székházában.

A pályázatot általános iskolásoknak írták ki „Játékkészítő mester „címmel. Az 5. d osztályból 7 diák vett részt a játékkészítésben. 2 diák vette át a jutalmakat a többiek nevében is.



58

Békés Café - Kollégák aktivizálása

World Café a Mórában is!

Egyre több oktatási intézmény
alkalmazza

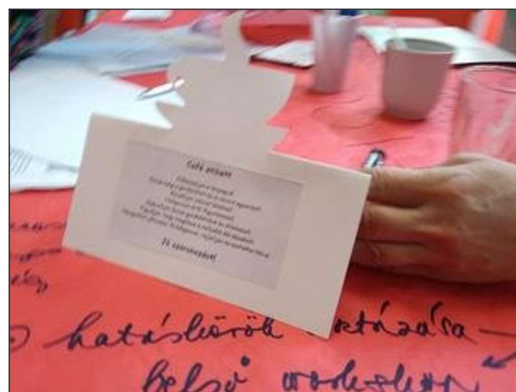
már a World Café módszert! Már
nincsenek gyerekek az iskolában, mégis
beszélgetéstől zsibongott a Móra Ferenc
Általános Iskola aulája. A pedagógusok,
a pedagógiai munkát segítők és a
technikai dolgozók is meghívást kaptak a
World Café

programra. A színes terítők, nem csak a
hangulat teremtésére szolgáltak, hanem
egyben jegyzetelési felületet is
biztosítottak. A kiválasztott témákat 3
szemszögből

vizsgálták meg: szülő, gyerek, pedagógus. A Békés Iskolák program
fegyelmezési modul egyik bevezető lépéseként került megrendezésre ez a
rendezvény, mely szorosan kapcsolódott a Suli nyugi program szervezetépítési
részegységéhez is, amelyben A Lélekkel az Egészségért Alapítvány segédkezett.
Kávészag, sós és édes ízek, eszmecsere, jó ötletek, aktivitás, idő jelző csengő
halk hangja, beszélgetés zaja jellemezte ezt a délelőtti. Fáradtan, mégis
tervekkal, lehetőségekkel távoztak a résztvevők. A módszer tetszett a
tanteleknek, azóta már máskor is alkalmaztuk ezt a módszert.



59



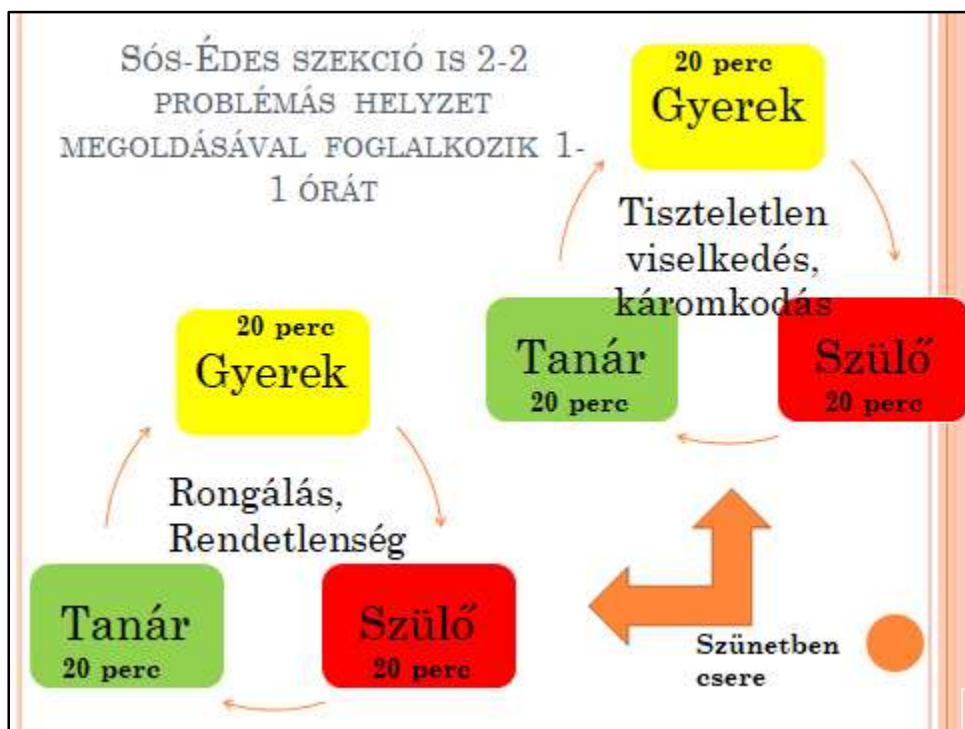
60

SZABÁLYAINK MÁR VANNAK, DE A BETARTATÁSBAN SEGÍTSÉG KELL

Tenni szeretnénk az egységes reakciókért

- Rendszeresen konkrét fegyelmezési problémákkal fogunk foglalkozni
- Kezelési javaslatokat adunk, de közösen akarjuk veletek egyeztetni a gyakorlati alkalmazását
- Hagyomány bevezetése: **közös pörgés**
 - World Cafe módszerrel
- **4 konkrét helyzet** átbeszélése 3 szempontból
- Utána közös egyezés arról mit vezetünk be

61



62

Jövőkép

A Mórában hogyan építjük be a BI elemeket?		
1-2. évfolyam	NyugiOvi http://www.zknp.hu/wp-content/uploads/2017/05/M%C3%B3dszer-tani-k%C3%A9zik%C3%B6nyv.pdf (2025.09.11)	Napközi időben, magyar, tesi óra keretében
3-4. évfolyamon	7 alkalmas foglalkozás + Békés Harcos lehetőséggel	Napközi időben, magyar, tesi óra keretében
5. évfolyam	Kisfilmek, fogalmak, szabaduló szoba	Osztályfőnök. DÖK,
6. évfolyam	7 alkalmas foglalkozás + Békés Harcos lehetőséggel	magyar, tesi, of. óra keretében
7-8. évfolyam	Kampányok, kortárs segítők,	Of., DÖK, rajz, info, magyar,
Minden évfolyamra:		
Adventi köszönés, mosoly, hála, jó cselekedet	Kisfilmekhez kapcsolódó beszélgetések,	Mentalizáció fejlesztése, EQ fejlesztés,
Kampányok	Iskolanapok	Témahetek

erősség kitartás, elköteleződés diákok aktivizálása	gyengeség visszacsatolás gyenge változóan mentalizáló kollégák, gyerekek, szülők, nem tudunk egységesek lenni
lehetőség új kollégák bevonása segítő hálózat képzési lehetőség Zuglóban	veszély társadalmi hatások aktív kollégák távozása

Modulok:

Szemléleti modul	Minden kolléga megismerkedhessen vele	Munkaköri leírás mellékleteként Mentori segítségként / BI tagokkal	Kampány modul	Minden évben min. 1-szer
Resztoratív modul	Minden kolléga megismerkedhessen vele	Munkaköri leírás mellékleteként Mentori segítségként/ BI tagokkal	Fegyelmezési modul	Egységesek leszünk-e valaha?
Békés, biztonságos közösség	3-6. osztályfőnökök, segítők	Of., napközis, isk. pszich. szoc. munkás, team tagok	Diagnosztika	Évente? 2 évente? 5 évente?
Bullying eljárásrend	Házirend részeként	Of., DÖK, Tanévkezdő témahét	Vezetői modul	Aktuálisan
Békés Harcos	Békés közösség fogl. kapcsolható	Tesis kollégák segítségével	Békés Café	Aktuálisan
Mentalizációs modul	Ez a legfontosabb a prevencióhoz	Saját és a gyerekek mentalizálása a legfontosabb, leghatékonyabb Isk. pszich. BI vezetés	Visszacsatolás, újratervezés	Folyamatos, hangsúlyozottabb legyen nálunk!!!!
Segítői modul	Kortárs segítők aktivizálása	Of., DÖK, isk. pszich. Szoc. munkás	Belső csend modul	Napközi, tanórákhoz kapcsolva, ped. asszisztens, szaktanárok
Szülői modul	Minden évben a BI program beszámolója, SZMK	BI teamvezetők, iskola vezetése	Suli nyugi programhoz kapcsolódó foglalkozás-stressz levezetése	

Mellékletek

1. sz. melléklet

Köszönni jó!

Kedves Gyerekek!

Célunk az, hogy felhívjuk a figyelmet az üdvözlés, köszönés fontosságára, hasznosságára, légkör, hangulat átalakító szerepére. Együttműködésre hívunk minden felnőttet és gyereket! Gondoljuk át közösen, hogy lehet változtatni és ki mit tud vállalni a megvalósításban!

Sajnos ma már egyre kevésbé köszönünk egymásnak. Pedig a köszönés alapvető figyelmesség.

- 1. Mindig viszonzod a köszönést!**
- 2. Köszönnj mindig érthetően.** Ne motyogj, ne morogj! Ez nagyon tiszteletlennek tűnik. Ha nem tudod, pontosan mit is kellene köszönnöd, még akkor is jobb, ha a helytelen köszönést választod, mintha látszólag odavetnél egy köszönést.
- 3. Ha nem tudod, hogy magázódva vagy tegeződve köszönnj, inkább magázódj.** Ha tévedtél, ez kevésbé sértő, és az illető majd úgyis szól, hogy nyugodtan tegezd. A Jó reggelt! Jó napot! Jó estét! Jó éjt! köszönések nagyjából semlegesek, így ezek jó lehetőséget adnak ilyen helyzetben.
- 4. Ha belépünk egy helyiségbe, és ott már vannak, nekünk illik előbb köszönni.** Ha pedig mi távozzunk előbb, akkor is nekünk kell előbb elköszönni.
- 5. Ismerjük a köszönés sorrendjét:**
 - o A férfiak előre köszönnek a nőknek.
 - o A fiatalabb előre köszön az idősebbnek.
 - o A beosztott előre köszön a vezetőnek. De ha nem vagyunk biztosak ilyen helyzetben, nyugodtan köszönjünk előre, az még mindig kevésbé rossz.
- 6. Általános köszönés a Jó reggelt kívánok!, a Jó napot kívánok!, a Jó estét kívánok! és a Jó éjszakát kívánok!, valamint elköszönéskor a Viszontlátásra! A Viszlát! már pongyolább, ezért inkább jó ismerősök között lehet használni.** Ha valakit tegezzünk, akkor a Szia! és a Szervusz! a megfelelő, akárcsak gyerekek esetében.
- 7. Bizonyos esetekben használhatunk más köszönési módot.** Például a bányászok „Jó szerencsét” mondanak egymásnak, míg a reformátusok „Áldás, békesség” köszöntést használnak egymás között.
- 8. A köszönéshez kapcsolódhat kézfogás, kézcsók és kalapemelés is.**

Köszönjük az együttműködéseket: „Békés Iskola” csoport tagjai

Köszönni jó bélyegek:



63

		 Iskolai „Köszönőbélyeg” gyűjtőlap _____ <i>osztály</i>
	Összes bélyeg :	
	 Móra Ferenc Általános Iskola	2015.05.16-2015.06.05-ig

64



Olykor elég egy napsugár. Egy kedves szó. Egy köszönet. Egy simogatás. Egy mosoly. Ilyen kevés dolog elég ahhoz, hogy boldoggá tegyük azokat, akik körülöttünk élnek.



Akkor miért nem tesszük ezt?

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

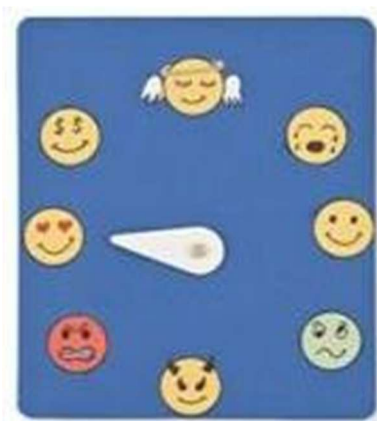
Szép napot kívánok!

Szép napot kívánok!

Mosoly, köszönés, hála – adventi készülődés hetei

Kedves Kollégák!

A Békés Iskolák csoport ebben az évben is meghirdeti a **Mosoly és Köszönés Heteit**. Idén kiegészülve a **Hála hetével**. Ezek az időpontok, az adventhez kapcsolódnának. Az első héten, nov. 28-dec. 2-ig a Mosoly hete, dec. 5-9-ig a Köszönés hete, majd december 12-16-ig a Hála hete következik. Most nem gyűjtünk jutalmakat, megpróbáljuk önmagáért a jó érzésért tenni, amit tudunk.



66



67

Javaslat:

Az osztályok mérjék fel egy beszélgetés keretében, hol áll most egy hangulatmérőn a mosolyszint, köszönésszint és a hála szint az osztályban. Mit tud a közösség érte tenni? Mikor lennének elégedettek? Kitől kérnek még segítséget.... A következő hét elején megbeszélik, mit sikerült elérni, miben láttak javulást. Ugyan ezt a visszacsatolást megtehetik az osztályban tanító kollégák. Január 5-ig leadhatnak a gyerekek rajzokat, fotókat, fogalmazásokat, videókat a három témában.

Erkölcstan, hittan, osztályfőnöki, technika, rajz.... tanórák is bevonhatók.

Decemberben adventre hangoló feladatokkal, játékokkal szoktuk az iskolai hangulatot fokozni.

A Hála – Mosoly – Köszönés – Jó cselekedetek a hetek kulcs szavai.

Ezzel egy időben pályázatot hirdetünk az osztályok között:

1. Elkészítjük az idei hála faliújságot. Minden osztály küld **szavakat, amiért hálásak** (3 szó/osztály).
2. Minden osztály kap **egy rajzos dekorációt**, erre rajzol. Ebből lesz az adventi naptárunk.
3. **Gyere piros öltözetben Mikuláskor – dec. 6. hétfő!!!**
4. **Köszönj illedelmesen!**
5. Mosolyogj sokat a maszk alatt is! **Mosolyogj a szemeddel!**
6. **Légy segítőkész**, tegyél jót másoknak!
7. **Iskolarádióban péntekenként** küldhetsz másoknak **jókívánságokat** fél 8-8 között. Ezt előre bedobhatod a postaládába, ami a tanári folyosó mellett van.
8. **Dekoráld a tantermet**, a folyosót!

Oszd meg velünk, hogy a ti osztályotokban hogyan sikerült megvalósítani a mosoly és köszönés havát? Hogyan tudtatok mosolyt csalni a tanáraitok, szüleitek, osztálytársaitok, iskolatársaitok és barátaitok arcára?

Várunk verseket, fogalmazásokat, rajzokat, fényképeket, montázsokat, képregényeket egyaránt, amiket megosztunk mindenkivel a faliújságon és az iskolai honlapon!

A SZÍNEKNEK VARÁZSLATOS HATÁSUK VAN

Próbáljuk ki!

Gyere december 15-én tarka öltözetben az iskolába!

Az az osztály, amelynek több mint 80%-a ilyen öltözékben jön, ajándékot kap.

Kísérletezz velünk! Tényleg varázslatos hatása lesz, jobb lesz a kedvünk?

Próbáljuk ki!!!!



Színek

jelentése, üzenete

	energia, frissesség, optimizmus, öröm
	energikusság, aktivitás, egészség, szórakozás
	kirobbanó erő, szenvedély, szeretet, szerelem
	nemesség, gazdagság, nőiesség, nosztalgia
	tudás, megbízhatóság, kommunikáció, nyugalom
	természet, egészség, fejlődés, stabilitás
	organikus, természet, naturális, rendezett
	csajos, romantikus, bájos, fiatalos
	elegancia, kifinomultság, hatalom, rejtély
	formalitás, konzervatív, egyensúly, modernitás
	tisztaság, letisztultság, egyszerűség, tökéletesség

BODA KRISZTINA – HAJDÚ SZILÁRD
MR. GORDON „BE-SZABADULÓ” SZOBA
megjelent a Szociálpedagógia folyóirat 2020/16 számában

Irodalom:

- Abonyi-Tóth Andor (2017): Hogyan készítsünk Iskolai szabadulósobát?
http://abonyita.inf.elte.hu/wp-content/uploads/2019/03/szabdu-loszoba_dth2019_abonyita.pdf (Utolsó megtekintés: 2020. január 22.)
- Budapest Park Info: <https://paraparkbudapest.hu/info> (Utolsó megtekintés: 2020. január 22.)
- Geertz, Clifford (2017): The Interpretation of Cultures. Basic Books, New York. 435–473.
- Groh, Fabian (2012): Gamification: State of the Art Definition and Utilization. Ulm University, Ulm. 39–46.
- Hittig Zsófia (2017): A Márka fogságában – A szabadulás játék, mint offline gamifikációs eszköz hatása a márkaimázs változására a flow élményen keresztül. Corvinus Egyetem, Budapest.
- Tudat-törő: Tudat-törő/Mind-breaker szabadulósoba – A világ első függőség témájú szabadulósobája. <http://tudattoro.voltegyszer.com/> (Utolsó megtekintés: 2020. február 10.)

1



Klar, wenn jemand geschlagen wird, ist das Gewalt. Aber was genau bedeutet „Gewalt“ für dich? Überlege einmal, was du als gewalttätig empfindest oder was für dich nur wenig mit Gewalt zu tun hat.

Was ist Gewalt?

	Keine Gewalt			Gewalt		
	0	1	2	3	4	5
schlagen						
abschreiben						
anrempeIn						
jemanden festhalten						
über jemanden etwas Schlechtes erzählen						
etwas wegnehmen						
an der Jacke ziehen						
„Du blöde Kuh“ sagen						
jemandem die Zunge rausstrecken						
drängeln						
jemanden bedrohen						
streiten						
Namen in den Tisch ritzen						



- Mach in jeder Zeile und für jeden Begriff ein Kreuz, ob oder wie sehr du ihn als Gewalt empfindest.
- Wie haben sich deine Mitschülerinnen und Mitschüler entschieden? Diskutiert die Unterschiede.

2

Gewalt kann sehr verschieden sein



Schreibe zu jedem Bild:

- Was geschieht auf dem Bild?
- Empfindest du die Situation als gewalttätig?







3

In Gesichtern lesen

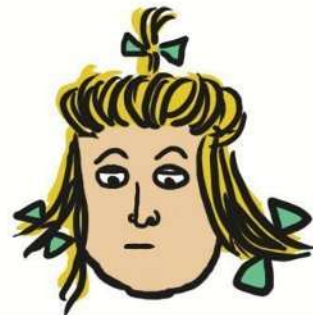
traurig, ängstlich, fröhlich, wütend, beleidigt











In einem Buch oder einer Zeitschrift lesen kannst du natürlich. Aber wusstest du, dass man auch in Gesichtern wie in einem Buch lesen kann? Der Gesichtsausdruck, auch Mimik genannt, verrät dir oft, wie sich jemand gerade fühlt. Denn Freude und Glück, aber auch Angst und Wut spiegeln sich in unserem Gesicht wider.



- Schau dir die Gesichter an und ordne ihnen eine Stimmung zu! Woran hast du erkannt, welche Stimmung zu der Person passt?
- Überlegt gemeinsam in der Klasse: Welche Stimmungen fallen euch noch ein? Könnt ihr ein passendes Gesicht dazu machen?
- Jetzt bist du dran: Erzähle oder schreibe zu jeder Stimmung eine kurze Geschichte. Zum Beispiel: Wann warst du das letzte Mal wütend?

4

Da habe ich mich so gefühlt...

traurig, ängstlich, mutig, glücklich,
wütend, hilflos, beleidigt, einsam, böse



- Suche dir ein Gefühl aus! Drücke das Gefühl mit deinem Gesicht und deinen Händen aus. Das Gefühlswort darfst du dabei **nicht** nennen! Deine Mitschülerinnen und Mitschüler sollen erraten, welches Gefühl du dir ausgesucht hast.
- Mein Gefühl, das ich mir ausgesucht habe: _____
- Meine Situation, in der ich mich so gefühlt habe: _____



Az agressziónak különféle formája lehet 2.

feladat

- Írd le mi történik a képen!
- Erőszakosnak találod a tettet?



Olvass az arcokról! 3.

Boldog, szomorú, dühös, sértődött, félénk



Pont úgy lehet az arcról olvasni, mint egy könyvből vagy újságból! Az arckifejezések, amit másképpen mimikának is hívnak megmutatják, hogy mit érez az ember. Örömet, szerencsét, erőt is tükrözhet az arcod!



feladat

- Nézd meg az arcokat, és írd be hozzá az érzést, ami illik a személyhez! Honnan gondoltad, hogy azt érzi?
- Beszéljétek meg, milyen érzéseket fejezhetnek még ki az arcok!
- Most rajtad a sor! Mesélj el, vagy írd le egy történetet, amikor utoljára dühös voltál!

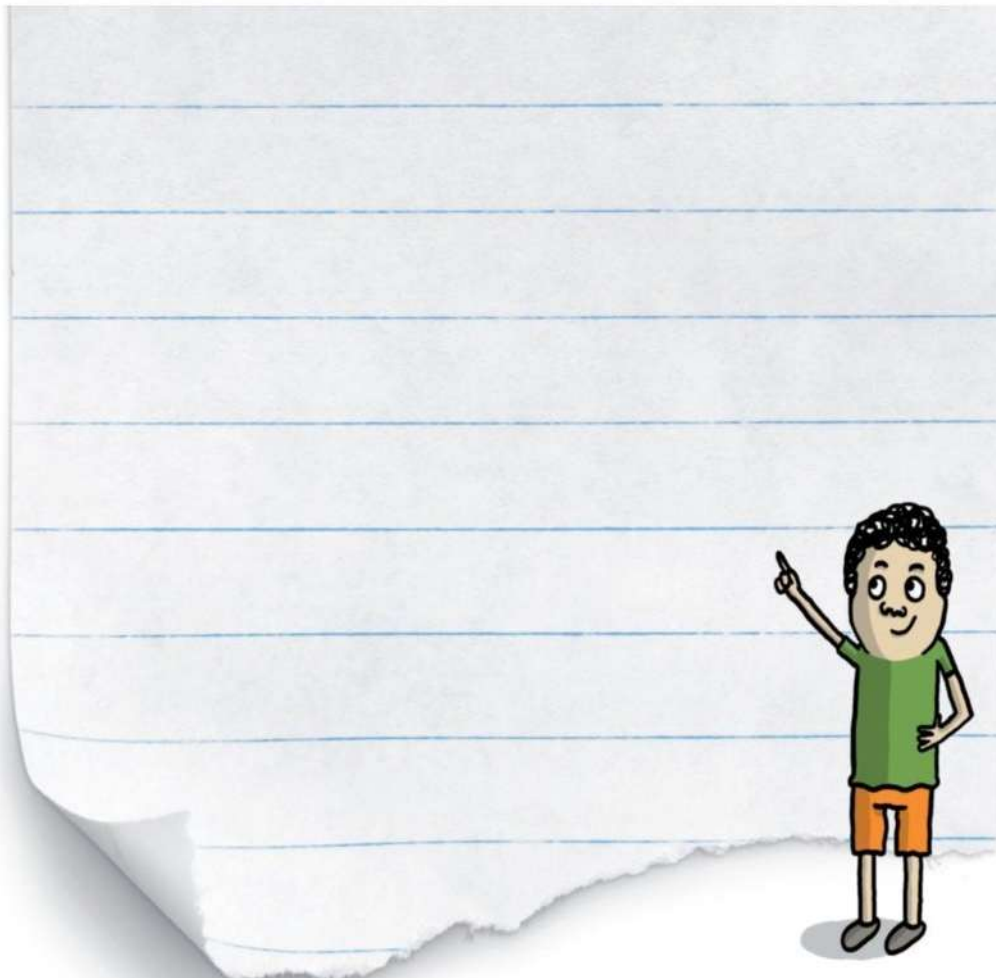
ÉRZÉSEK 4.

feladat

Félénk, vidám, szomorú, segítségre szoruló, magányos, merész, visszahúzódó

Válassz ki egy érzést! Mutasd meg a többieknek az arcoddal, kezeddel segítve. Ne mond ki! A többieknek ki kell találniuk, melyik érzést választottad.

- Az érzés amit választottam: _____
- A szituáció, ahol ezt éreztem: _____





B é k é s I s k o l a P r o g r a m

13. A düh szörnyetege



feladat

A szörnyeteg nagyon keserves és feldúlt. Rajzolj neki egy igazán ronda, mérges arcot. Őrizd meg ezt az arcot, tedd bele például a pénztárcádban! Nézz rá mindig, ha feldúlt, dühös vagy! Gondold át: miért és mire vagy mérges, megéri idegeskedni, dühödtnek lenni?

Tanácsaim 16.

feladat

- Milyen tanácsot adnál a dühös gyerekeknek, ha te lennél a Móra Kópé?
Írd be a buborékokba!



Kedves Ötödikesek!

Sok szeretettel várunk mindenkit (aki kiérdemelte) a november 23-i őszi bálunkra.

Az ötödikesek ezen a rendezvényen egy beavató szertartáson esnek át, melynek része egy több feladat megoldásából álló „szabaduló szobás” osztályonkénti együttműködés, és egy közös fogadalomtétel. Utána pedig diszkó vár rátok. Akik nem bírják már a táncot, a teaházban vagy a „barkács” szobában pihenhetnek, büfében ehetnek, ihatnak.

A ti programotok 16:15-kor kezdődik és fél 8-ig tart. (persze aki szeretne, hamarabb is hazamehet)

5. a osztály a fizikában, 5. n osztály a kémiában, 5. b osztály a rajzteremben „szabadul”. A feladatok a Békés Iskolák projekttel kapcsolatosak. Ehhez kaptatok egy film és fogalomgyűjteményt. Innen fogjuk válogatni a feladatokat. Ha áttanulmányozzátok, gyorsabbak is lehettek. Akik nem a feladatokat oldják azok készíthetnek plakátot vagy mozaikból kirakhatják a Móra kópét. Az az osztály, aki először találja meg a kulcsot és kiér az aulába jutalmat kap. Kérem legyetek együttműködőek és fegyelmezettek!

Már biztosan megalkottátok saját osztályszabályaitokat. Előzetes feladatként gondolkozzatok azon, hogyan tudnátok ezeket előadni (megzenésítve, rappelve, ...)

17:00-kor kezdődik az ebédlőben a fogadalomtétel. Ide felveheted a Móra pólódat is!

Majd előadjátok a szabályaitokat, végül közös énekléssel megnyitjuk az Őszi bált.

Érezzétek jól magatokat, jó szórakozást!

Diákönkormányzat elnöke
Diákönkormányzatot segítő tanár

<https://www.youtube.com/watch?v=WFJAuVxB0l4>(2021.06.22)

1. Svéd verzió: https://www.youtube.com/watch?v=24rOMktfT4U&index=1&list=PL-trBotF0jh0q0XTHwCw_KyVTKa6BCKkb (50 mp-es)
(2021.06.22)
2. A szemléldről:
<https://www.youtube.com/watch?v=ghNNrNTtpMU>(2021.06.22)
3. Az áldozatról:
<https://www.youtube.com/watch?v=Di36R3PWgKc>(2021.06.22)
4. A bántalmazóról:
<https://www.youtube.com/watch?v=Pj2q6OMfJfs>(2021.06.22)
5. <https://www.youtube.com/watch?v=MXmZlomwvLs>(2021.06.22)
6. <https://www.youtube.com/watch?v=vu5xG5QHra0>(2021.06.22)

fogalmak: bántalmazó, áldozat, szemlélő, árulkodás, segítség kérés, szándékos, erőfölény, rendszeres, zaklatás, határ, jóvátétel, következmények, érzések,

Kedves ötödikesek! 45 perctek van, hogy megoldjátok a Békés Iskolák témához kapcsolódó feladatokat. Cél eljutni a kulcsig!

Szabályok: **Csendben** mindenki lefoglalja magát! Aki nem a feladatokat oldja: amőbázhat, torpedózhat, mozaikkal kirakhatja Móra kópét, plakátot készíthet, színezhets... Ezeket az időkitöltő feladatokat és a magatartásokat az osztályfőnök fogja pontozni. Max. 20 pont jár a csapatnak, és a jutalmat a tanulógyűlésen kapjátok majd meg.

Egymás után kell megoldani a feladatokat! Ha 8 percig nem megy a feladat, mi nyolcadikosok besegítünk.

Ha cukrot találsz szétoszthatod az osztályban!

A gyorsaság és a precízség is számít!

Először két filmet nézünk meg. Ehhez is kapcsolódnak a feladatok.

1. puzzle- ragaszd fel egy lapra!
2. szófejtő rejtvény
3. sorrend- számkirakós
4. rovásírás

Ha megtaláltad a Jelképes kulcsot, felírjuk, hány perc alatt sikerült. Amelyik osztály hamarabb szerezte meg, az lesz a nyertes.

A teremben lefotózunk előre egy polcot, felvágjuk a képet. Azt kell elsőnek kirakni. Akkor érvényes, ha fel is ragasszák egy lapra.

2. **Rejtvény** A kisfilmekkel és a bántalmazással kapcsolatos fogalmakat rejtettünk el a rejtvényben.

[illegible]

1. Bullying angol szó bántalmazást jelent. 3 fő tulajdonsága különbözteti meg a verekedéstől, (1) nem egyszeri alkalom, hanem előforduló.
2. Az animációs kisfilmekben elhangzó jelmondat, ki a barát?... (5 szóból áll)
3. A nincs múlt dal egyik jelmondata, ami arról szól, hogy te is tudod irányítani tetteidet.... (3 szóból áll)
4. Mit írt a lány a papírra?...
5. Hogyan hívják azt az embert, aki rendszeresen, direkt cikizi a többieket?...
6. Hogyan hívjuk azt, akit rendszeresen zaklatnak?...
7. Bullying 3 fő tulajdonsága különbözteti meg a konfliktustól, (2) előre megfontoltan, direkt csinálja...
8. (3) ezzel rendelkezik az, aki nagyobb és erősebb, mint akit bánt: ...

a függőleges keretben kiemelt szó: _____ – itt találsz a következő feladatot!

3. Sorrend - Filmhez kapcsolódva

<https://www.youtube.com/watch?v=VhdKFtp7uTQ> (2016.11.02)

Számozással rakd sorrendbe a "Nincs múlt" kisfilm képeit!

A számokat párosítsd össze betűkkel, és megkapod a következő helyszínt:

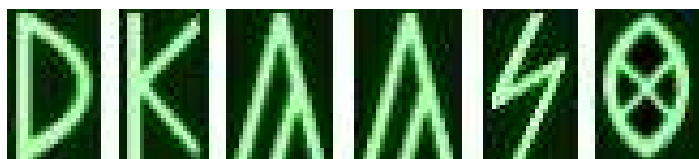
78-82



A0 Á3 B6 C10 D11 E0 F20 G1 H21 I2 J13 K34 L8 M9 N40 O7 P6
Q67 R5 S78 T9 U8 V4 Z12 ZS32

— — — — —

4. Rovásírással



83

_____ – itt találod az utolsó információt!

q	q	X	↑	h	+	z	z	⊗	Λ	≠	⊗	†	†	1
a	á	b	c	cs	d	e	é	f	g	gy	h	i	í	j
◊	z	Λ	⊗	h	z	D	z	z	K	⊗	≠	H	Λ	
ek	ak	l	ly	m	n	ny	o	ó	ö	ő	p	r	es	
λ	l	γ	⊗	h	h	z	z	z	M	h	Y			
as	sz	t	ty	u	ú	ű	û	v	z	zs				

Megoldások:

84

1								R	E	N	D	S	Z	E	R	E	S						
2								A	K	I	V	E	R	A	Z	N	E	M	H	A	V	E	R!
3								D	Ö	N	T	É	S	A	T	I	É	D!					
4					S	E	G	I	T	S	É	G											
5							B	Á	N	T	A	L	M	A	Z	Ó							
6		Á	L	D	O	Z	A	T															
7	S	Z	Á	N	D	É	K	O	S														
8							E	R	Ö	F	Ö	L	É	N	Y								

Megoldások:

1. boríték a tanári asztalon: Beugró – puzzle-t fel is kell ragasztani!
polc (2. boríték)
2. **radiátor (3. boríték)**
3. **virág (4. boríték)**
4. **függöny (nagy papírkulcs)**

FELADATLAPOK FELDOLGOZÁSHOZ

jelszó: Bolyhos nyuszi

A következő órán (az őszi szünet miatt 2 hét kimaradt) a mese újbóli felolvasásával kezdtük a foglalkozást, azonban előtte még négy csoportra osztottuk a gyerekeket, és a csapatok különböző feladatlapokat kaptak (melyet iskolapszichológus kolléganőm saját kezével rajzolt, ezt a gyerekeknek is elmondtuk, így még nagyobb volt a sikerünk).

A feladatlapokhoz szempontot kaptak a csapatok, amit meg kell figyelniük a mesében, majd a felolvasást követően le kellett rajzolni ezeket a megoldásokat. A szempontok a következők voltak:

a) Mi történt belül a sárkányban a különböző fokozatokban? (1. kép)

b) Mi volt a fejében a különböző fokozatokban? (2. kép)

c) Környezetére hogyan hatott?

1.

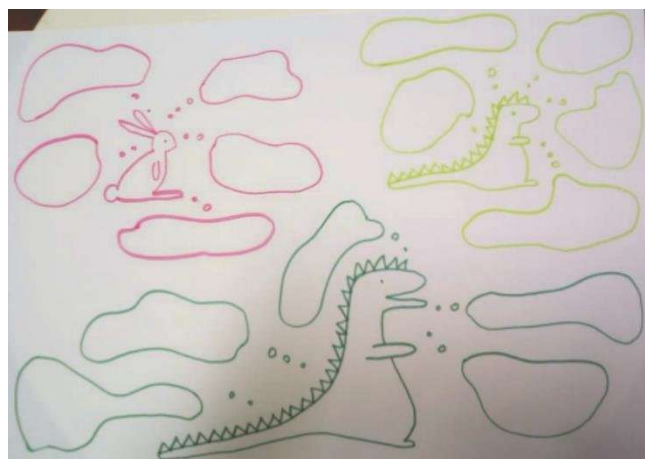
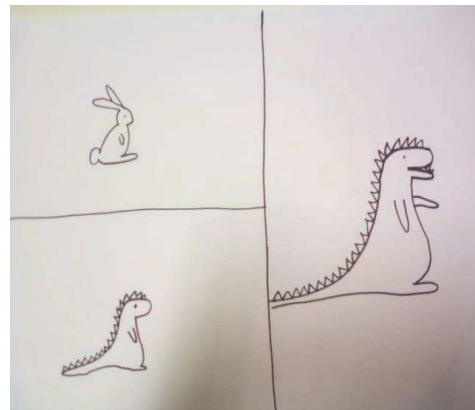
85-86-87

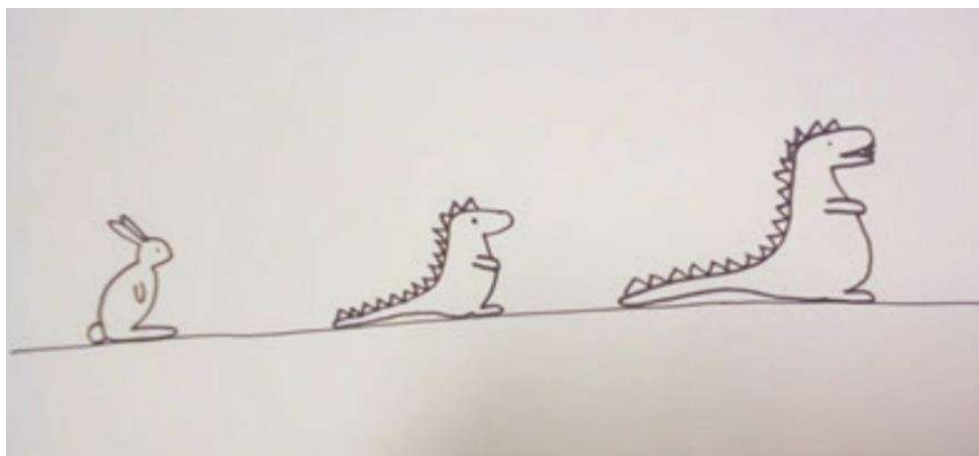
d) Rá mi hatott?

A 2. képen látható feladatlapnál például a gondolatait szeretnénk volna, ha beírják, ez nehéznek bizonyult ebben az osztályban. A különböző „fokozatokkal” (nyuszi, kis sárkány, nagy sárkány) az

indulat elhatalmasodását próbáltuk képileg megjeleníteni: ahogy egyre

dühösebb lesz a nyuszi, először egy kis-, majd egy tűzokádó sárkánnyá változik (3. kép). Egyre jobban hatalmába keríti az indulat, és a mese során egyre rosszabbul érzi magát, majd a végére egyre nagyobb pusztítást végez, míg nem találkozik a tündérrel.





3. kép

A feladatlapokat pedig a különböző aspektusokra építettük fel: mit él meg a sárkány (testi, lelki érzések, gondolatok), hogyan hat a környezetére, illetve hogyan hat rá a környezete.

KÉPZELET ÉS VALÓSÁG...

Úgy gondolom, hogy ezek a képek és a mese során szerzett belső képek fogódzók lehetnek a gyermekek számára saját érzéseik megélése során, illetve, ha társaiknál tapasztalnak hasonlót.

Irodalom:

- Boldizsár Ildikó (2016): Életválságok meséi – Mesekalauz útkeresőknek. (Magvető Könyvkiadó Kft., Budapest)
- Kádár Annamária (2012): Mesepszichológia. (Kulcslyuk Kiadó Kft., Budapest)
- Mező Katalin (2018): A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére. In: Vargáné Nagy Anikó (szerk.): Családi nevelés 3. (Didakt Kft., Debrecen, 43–59.)
- Salovey, Peter – Mayer, John D. (1990): Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality* 9. (185–211.)

9. sz melléklet (külön mappában)

☐ mágneses bábuk, (bábu1, bábu2, amőba1, amőba2)

☐ vers,

☐ plakátok,

☐ ...



88-89-90-91



**A barátságok
közöttünk olyanok,
mint határok nélkül az országok.
Szívesen barátkozunk,
gyakran nevetünk, bolondozunk.
Ha valakinek valami fáj,
a másik megvigasztalja.
Kedvesen szólunk a másikhöz.
A nagyok óvják a kicsiket.
Mindig igazat mondunk.
Nagy álmaink vannak,
soha nem adjuk fel
S gyakorta el is
mondhatjuk,
hogy sikerült.
Tiszteljük egymást.
Betartjuk ígéreteinket.
Ebben az iskolában mi
egy boldog család vagyunk.**

Köszönet

Szeretnék köszönetet mondani

- Azoknak a kollégáknak, akik mellettem voltak az elmúlt 7 évben a Békés Iskolák Program bevezetésekor, és működtetésekor: **Pádár Erikának, Varga Évának, Pákáné Szarka Magdolnának, Fiák-Györfi Juditnak** és a többi kollégámnak.
- Azoknak, akik kételkedtek, hogy van-e ennek eredménye, de kérésemre belevágtak, csinálják a prevenciós és tájékoztató munkát.
- Rajz szakos kollégáimnak, akik a dekorációban mindig segítettek.
- **Diákjaimnak**, akik ötleteikkel motiválnak.
- Vezetőimnek, akik támogatnak.
- **Ambrózi Kata** iskolapszichológusnak, az iskolai szociális segítőnek, akik kitartóan segítettek a nehézségekből kijutni.
- A ZKNP-nek, hogy támogatja innovatív mesterpedagógusi tevékenységemet, melynek egyik alapköve a Békés Iskolák Program iskolai és iskolán túlmutató népszerűsítése, támogatása.
- **Adler Katának**, a mentoromnak, aki lektorálásával is segítette ennek a kiadványnak a létrejöttét.
- A Békés Iskolák Szupervíziós csapatának, akik mindig lehetőséget adtak az elakadásoknál a megbeszélésekre, támogató ötletekre.
- kolléganőmnek a dokumentum szerkesztéséhez adott segítségért.
- **Családomnak**, akik elviselték, hogy időm egy részét erre a programra fordítom.
- **Azoknak, akik mellettem lesznek a következő évtizedben is ill., akik folytatják majd a Békés Iskolák Programban megkezdett tevékenységemet...**

Némethné Korom Edit

2022

Képhivatkozások:

- 1 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2018.05.26)
- 2 iskolánk régi honlapjáról https://moraiskolazuglo.blog.hu/2015/02/06/iskolank_kopeja (2016.05.18)
- 3 a logót a Békés Iskolák Program vezetőjétől kaptam használatra (2025.09.23)
- 4 a logót a Békés Iskolák Program vezetőjétől kaptam használatra (2025.09.23)
- 5 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2015.10.06)
- 6 saját fotó, diákmunkáról, készítette Némethné Korom Edit (2016.12.09)
- 7 Saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2015.01.12.)
- 8 Saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2015.01.12.)
- 9 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2018.12.07)
- 10 saját fotó diákmunkáról, készítette Némethné Korom Edit (2016.12.06.)
- 11 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2016.12.18)
- 12 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2018.12.07)
- 13 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2020.12.11)
- 14 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2021.12.17)
- 15 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2022.12.14)
- 16 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2022.12.14)
- 17 diákmunkáról, készítette Némethné Korom Edit (2018.09.10)
- 18 fotó, forrás: https://bekesmora.blog.hu/2021/04/23/2020-2021_tanev_som_projekt (2020.10.15)
- 19 kép, <https://hu.pinterest.com/> 2020.04.12)
- 20 kép, <https://www.winklerschulbedarf.com/de/i/stimmungsbarometer-per-stk-100770>(2020.02.07)
- 21 fotó, készítette Pákáné szarka Magdolna (2018.09.22)
- 22 fotó, készítette Pákáné szarka Magdolna (2018.09.22)
- 23 fotó, készítette Pákáné szarka Magdolna (2018.09.22)
- 24 fotó, készítette Pákáné szarka Magdolna (2018.09.22)
- 25 fotó, készítette Pákáné szarka Magdolna (2018.09.22)
- 26 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit, Collage Maker programmal, (2018.09.06)
- 27 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2019.04.22)
- 28 fotó, forrás: https://bekesmora.blog.hu/2021/04/23/2020-2021_tanev_som_projekt (2020.10.15)
- 29 diákmunkáról, készítette Némethné Korom Edit Collage Maker segítségével,(2019.04.19)
- 30 diákmunkáról, készítette Némethné Korom Edit (2019.04.19)
- 31 saját fotó, készítette Némethné Korom Edit (2019.04.19)
- 32 képernyőkép, készítette Némethné Korom Edit Stop the Mob applikációról(2020. 04.14)
- 33 képernyőkép, készítette Némethné Korom Edit applikációról(2020. 04.14)
- 34 diákmunka, (2021.04.25)
- 35 fotó, készítette Varga Éva, tankönyvről Játékház, OFI, Unger Ágnes, Adorján Katalin(2020.04.12)
- 36 fotó, készítette Varga Éva, tankönyvről Játékház, OFI, Unger Ágnes, Adorján Katalin(2020.04.12)
- 37 Képernyőkép, saját ppt. https://bekesmora.blog.hu/2016/09/13/2016_2017_tanev_tervei (2017.08.23)
- 38 kép,<https://adjukossze.hu/adomanygyujtes/hosok-tere-az-vagy-amit-teszel-107> (2016.09.15)
- 39 fotó, diákmunka (2017.05.13)
- 40 vers, diákmunka, (2017.05.05)
- 41 fotó, diákmunka (2017.05.13)
- 42 diákvers, (2017.05.13)
- 43 kép, <https://hosoktere.org/iskolaknak/honlap-hosei-tarsasjatek/> (2017.04.16)
- 44-45 plakát, Készítette az iskolai szociális segítő(2021.10.22)
- 46-49 diákmunkákról saját fotó(2016.05.13)
- 50 saját dia, kép forrása: <https://port.hu/adatlap/film/tv/agymanok-inside-out/movie-157080>(2016.12.05)
- 51 képernyőkép , <https://www.youtube.com/watch?v=cCPaPLAJgcg>(2016.12.05)
- 52 https://hu.pinterest.com (2017.02.12)
- 53 diákmunka, (2016.01.22)

54-55 saját fotó (2016.01.22)
56 kép, <https://www.facebook.com/groups/781241828995377/posts/1641271849659033/> (2015.12.01)
57, kép, <https://www.facebook.com/antibullyingZP/> (2015.12.01)
58 saját fotó, (2017.12.13)
59 kép, készült <https://wordart.com/> program segítségével (2019.06.22)
60 saját fotó, készült (2019.06.22)
61 saját diakép készült (2019.06.22)
62 saját diakép készült (2019.06.22)
63 saját kép (2015.05.03)
65 saját kép (2015.05.03)
66 <https://hu.pinterest.com> (2017.02.12)
67 <https://hu.pinterest.com> (2017.02.12)
68 plakát, készült a <https://webdesignsuli.hu/> segítségével (2016.12.05)
69-71 <https://www.schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuecher-gewalt-praevention/handbuch-grundschule> (2018.10.02)
72-76 saját szerkesztés a <https://www.schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuecher-gewalt-praevention/handbuch-grundschule> honlap alapján (2019.06.22)
77 saját táblázat, (2021.11.07)
78-82 képernyőkép, <https://www.youtube.com/watch?v=OmDthpk4YKk> (2021.10.25)
83 saját szerkesztés <https://rovas.info/2010/11/rovas-alapitvany-egyseges-rovas-abc/> alapján
84 saját táblázat, (2021.11.07)
85-87 saját fotó, diákmunkák (2016.01.22)
88-89 diákmunka, (2016.01.22)
90 <https://www.facebook.com/groups/781241828995377/posts/1641271849659033/> (2015.12.01)
91 <https://www.facebook.com/antibullyingZP/> (2015.12.01)
92 diák által készített vers, saját szerkesztés (2015.05.21)

Rendelkezem a megnevesített kollégák hozzájáruló nyilatkozatával.