



Életviteli kompetenciák fejlesztése

Tanulói munkafüzet



SUPREM – SUCCESSFUL PREPARATION MODEL FOR SCHOOLS

1. SZELLEMI TERMÉK OKTATÁSI PROJEKT PORTFÓLIÓ

A 2019-1-HU01-KA201-061091

PROJEKT KERETÉBEN KÉSZÜLT

WWW.SUPREM.EU

A 3.MODUL SZERZŐJE (A MEGHATÁROZOTT CÉLOK ELÉRÉSÉNEK TERVEZÉSE):

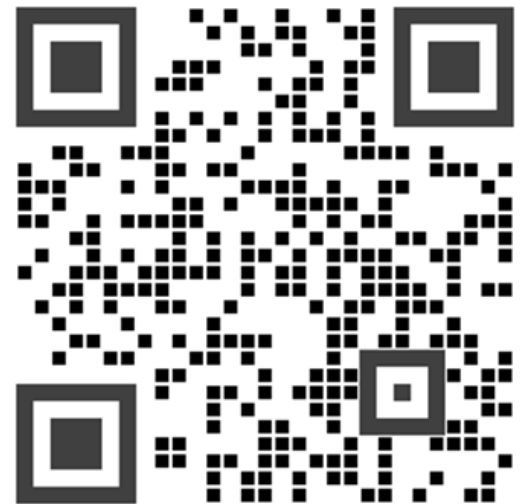
QUALITAS T & G TANÁCSADÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

2021.

Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.

3. MODUL

A MEGHATÁROZOTT CÉLOK ELÉRÉSÉNEK TERVEZÉSE



"Minden álmunk valóra válhat, ha van bátorságunk követni őket."

Walt Disney

A modul tartalma:

- 1. Online felületen kitöltendő kérdőív a rövid/közép-/hosszú távú célokról**
- 2. Angol nyelvű videók közül egy olyan kiválasztása, amely inspiráló volt számára**
- 3. A célok elérését akadályozó tényezők bemutatása**
- 4. A felmerülő akadályok elgördítése drámapedagógiai módszerek segítségével**
- 5. A kitűzött cél bemutatása előszobrok segítségével**

1. Online kérdőív a rövid / közép- / hosszú távú célokról

2.

Mindenki megnyugszik, és lehunyja a szemét. Ez egy jövőutazás kezdete. Képzeld el magad 25 év múlva.

Hogyan látod magad bizonyos szerepekben? Mit szeretnél addigra elérni? Milyen családban képzeld el magad? Milyen munkahelyen? Milyen hobbid lesz? Van-e nagy álmod, amit szeretnél megvalósítani?

Gondold végig mindezeket, majd fogalmazd meg a négy legfontosabb célt kijelentő mondatban, és írd be a táblázatba.

HOSSZÚ TÁVÚ CÉLJAIM



Az időutazás folytatódik, ezúttal mindenki elképzeli magát 4 év múlva, és azon gondolkodik, milyen középtávú célokat tud megfogalmazni, amelyek a hosszú távú céljai megvalósítását szolgálják. Minden hosszú távú célhoz két középtávú célt tudsz hozzárendelni. Írd be a táblázatba!

KÖZÉPTÁVÚ CÉLJAIM	HOSSZÚ TÁVÚ CÉLJAIM

A következő időutazás már sokkal közelebb van a jelenhez. Most már csak az elkövetkező évet kell elképzeln, és átgondolni, milyen rövid távú célok szolgálhatják a már megfogalmazott középtávú célokat úgy, hogy minden középtávú célt 2 rövid távú cél előzi meg. Mindezt a végső táblázat kitöltésének segítségével tudod megvalósítani.



Ha mindenki végigtekinti a munkáját, láthatja, hogy a közeljövőben akár 16 megvalósítandó cél áll előtte ahhoz, hogy majd felnőttkorára elérhesse azt, amit az álmai kívánnak. Rajta hát, nézzük, mit tehetünk érte!

2. A leginspirálóbb videó

Most rövid videókat fogsz nézni, amelyek bemutatják egy-egy szereplő beteljesedett célját a jelenlegi élethelyzetének szemszögéből. A videók elérhetősége: <https://suprem.eu/results.html>



Figyelmesen nézd meg a videókat, és képzeld magad a szereplők helyébe.

A szereplők Szegeden élők, angolul jól beszélő emberek, akik megvalósították az álmaikat. Minden szereplő ugyanazokra a kérdésekre válaszol:

- **Rövid bevezetés:**
 - o név (csak egy keresztnév / becenév elég, ha nem akarja az egészét)
 - o életkor,
 - o hol laksz, szakmailag mivel foglalkozol?
 - o mi a hobbid?
- **Mi volt gyermekkori / ifjúkori álmod / célod?**
- **Mit tettél, hogy ez megvalósuljon?**
- **Melyek voltak a legnehezebben leküzdhető akadályok?**
- **Hogy vagy most?**
- **Mik a jövőbeli terveid?**



A videók megtekintése után válaszd ki azt a szereplőt, akivel a leginkább tudsz azonosulni, majd néhány gondolatban mondd el a többieknek, hogy miért.

<p>Egy lány, aki jazzénekesnek készül érettségi után.</p>		<p>Veronika</p>
<p>Fiatal férfi, aki kétszeres Európa-bajnok lett bűvárúszásban.</p>		<p>Géza</p>
<p>Egy fiatal férfi, aki a doktori cím megszerzése után matematikát tanít az egyetemen.</p>		<p>Lajos</p>
<p>Fiatal, kétgyermekes hölgy, aki mindent megtett, hogy boldog családban és szép házban éljen.</p>		<p>Ágnes</p>
<p>Középkorú hölgy, aki követte az álmait, megalapította a Röszei Paprika Múzeumot és vezeti a Molnár Paprika céget.</p>		<p>Anita</p>
<p>Középkorú férfi, aki evangélikus lelkészként nap mint nap igyekszik segíteni az embereket.</p>		<p>Sándor</p>

3. A célok elérését akadályozó tényezők bemutatása

Csoportok kialakítása (4-5 csoport) a választott kisfilmek alapján. **Alakítsatok csoportot úgy, hogy azok legyenek együtt, akiknek ugyanaz a szereplő, karakter tetszett.**

A feladat: a célok elérését akadályozó tényezők összegyűjtése, majd plakát segítségével történő bemutatása.

Beszélgétek meg a gondolataitokat, majd készítsétek el a posztert.

Segítő szempontok:

- fontosnak érzed-e a célod?
- mennyire a te saját célod?
- van-e esélye a célod megvalósulásának?
- elég konkrétan fogalmaztad-e meg a célodat?
- szüleid / iskola / edző / barátok / támogatják-e a célodat?

A megbeszéléshez mindenki használja fel a saját jegyzeteit. Minden tanuló írja fel a legfontosabb gondolatait az osztályteremben kifüggesztett plakátra.



Minden csoport bemutatja a plakátot, és megosztja a gondolatait a többi csoporttal.

4. A felmerülő akadályok elgördítése drámapedagógiai módszerekkel

Az előző feladatban megalakult csoportok kiválasztják a cél elérését gátló tényezők egyikét, majd közösen dolgoznak annak legyőzésén.



Engedd szabadjára a fantáziádat, és képzelj el egy manót, aki betölti mindazokat a szerepeket, amelyek megakadályozzák a célod elérését.

A manót külső és belső tulajdonságokkal együtt kell elképzelni és megjeleníteni.

A megjelenítésre használható a teremben található bármely tárgy, de meg is rajzolható.

Miután a manó minden egyes összegyűjtött tulajdonsággal fel van ruházva, válaszolniuk kell az alábbi kérdésekre:

- **hogyan győzhetem le a manót az utamon?**
- **kit hívhatok segítségül, kivel szövetkezhetek?**
- **hogyan semlegesíthetem a manó hatalmát?**
- **mit erősíthetek magamban?**

Miután minden csoport elkészült, következnek a bemutatók, amelyek során a csoport tagjai a tréner (tanár) koordinálásával ténylegesen megküzdnek a manóval.

A felkészülésre csoportonként 15 perc áll rendelkezésre, a bemutató 5 perc. (Így $15 + 5 \times 5 = 40$ perc idő szükséges.)

Minden előadás végén lehetősége lesz a többi csoport tagjainak is megfogalmazni a tanácsait, megtenni az észrevételeit, amelyekkel segíthetik a küzdőket. Tehát te magad is kaphatsz, illetve adhatsz tanácsokat.

A záró körben átbeszélitek azokat a dolgokat, amelyeket a legtöbben említettek, és ami a legnagyobb kihívást jelentette.



5. A kitűzött cél bemutatása élőszobrok segítségével

A csoportokban dolgoztok tovább. Vonuljatok külön. Döntsétek el, hogy melyik célt választjátok, majd beszéljétek meg, hogy hogyan fogjátok megjeleníteni egy élőképben.

Az élőkép egy téma, történet, helyzet egyetlen konkrét pillanatának megragadásával és megmerevítésével valósul meg.

Mindig saját testeddel fogsz dolgozni, így létrehozva az élő szobrot. Az élőkép létrehozása lehetőséget ad arra, hogy pontosan elemezzük egy-egy szereplő gondolatait, érzéseit, motivációit egy adott pillanatban, valamint a szereplők közötti viszonyt.



A csoport minden tagja részt vesz az élő szobor megformálásában.

Míg az egyik csoport bemutatja a szobrot, a többiek nézőként figyelik, és megpróbálják kitalálni, hogy milyen célt mutatnak be. Ha megvan a kitűzött cél, az élőszobor minden része megszólal, és elmondja, mi segítette/támogatta a cél elérésében. A szobor bemutatására 10 perc áll rendelkezésre.

Záró kép: minden csoport újra belép az eredeti szoborba, és közös fotó készül róla.

SUPREM – SUCCESSFUL PREPARATION MODEL FOR SCHOOLS



1.SZELLEMI TERMÉK OKTATÁSI PROJEKT PORTFÓLIÓ

1.SZELLEMI TERMÉK OKTATÁSI PROJEKT PORTFÓLIÓ

A 3.modul szerzője

(A meghatározott célok elérésének
tervezése)

Qualitas T & G Tanácsadó és Szolgáltató

Kft.2021.

Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bárminemű felhasználásáért.
Projektazonosító: 2019-1-HU01-KA201-061091

