



INTERNATIONAL
OLYMPIC
COMMITTEE

Feladatlapok

FELADATOK AZ OLIMPIAI NEVELÉS OKTATÁSÁHOZ



Magyar kiadás:

Fordította: Nemerikényi Krisztina

Lektorálta és fordította: Szijj Lilla, Tóthné Vojtkó Veronika

Mutáció, nyomdai előkészítés: Bodolóczki Júlia

Készült a Magyar Olimpiai Bizottság támogatásával

Felelős kiadó: Gyulay Zsolt

Felelős szerkesztő: Győr Béla



OLYMPIC VALUES EDUCATION PROGRAMME

Feladatlapok

Feladatok az olimpiai nevelés oktatásához

Ezt a füzetet az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz (Egy mozgás alapú program) című kötetrel együtt javasoljuk használni, ami része az OVEP 2.0 csomagnak.

Nemzetközi Olimpiai Bizottság
Kulturális és Örökségvédelmi Alapítvány
Lausanne, Svájc
2017

Az OVEP tartalma, valamint a hozzá kapcsolódó anyagok, beleértve minden dokumentumot, grafikát, képet vagy mozgóképet (az összes OVEP anyagot), a Nemzetközi Olimpiai Bizottság (NOB) kizárólagos tulajdona, ami – nem kereskedelmi és nem promóciós szándékkal – kizárólag szerkesztési, oktatási, kutatási, elemzési, véleményezési és beszámolási felhasználásra hozzáférhető a felhasználói közösség számára (amennyiben a NOB másképp nem rendelkezik). Az OVEP és a hozzá kapcsolódó anyagok (részleteinek vagy egészének) módosítása, átalakítása, szerkesztése, továbbadása vagy terjesztése tilos a NOB (vagy a jelzett jogtulajdonos) előzetes írásbeli engedélye nélkül. A NOB nem vállal garanciát, sem felelősséget az OVEP anyagaiban található információkért, azok hitelességéért vagy teljességéért. Az Ön rendelkezésére bocsátott OVEP kiadványokban megjelenő nézőpontok és vélemények (i) akár egy harmadik fél továbbította Önnek az OVEP anyagait; (ii) akár publikáció, weboldal vagy egyéb eszközön jut el Önhöz egy harmadik fél által az OVEP anyagok részeként; csupán a szerzők nézőpontját tükrözik, és nem feltétlenül egyezik meg a NOB hivatalos véleményével. A NOB-ot nem terheli semmilyen felelősség bármilyen olyan károkozás esetén, ami az OVEP anyagok és azok nem megfelelő használatából vagy a jogok megsértéséből származnak. A NOB (és a jelzett jogtulajdonos) fenntartja a jogot arra, hogy az OVEP anyagaival kapcsolatos jogokat bármikor és bármilyen indokkal visszavonja.

Copyright © 2016 Nemzetközi Olimpiai Bizottság

ISBN: 978-92-9149-163-6

Design: Thomas & Trotman Design

Cover illustration: Bruno Santinho

Copy editing and proofreading: Dan Brennan, Libero Language Lab

Photography by the IOC and Getty Images®.

Page 8 Getty Images®/Harry How; page 9 Getty Images®/Ian Walton.

Olimpiai Kulturális és Örökségvédelmi Alapítvány,
Quai d'Ouchy 1, 1001 Lausanne, Switzerland
Tel +41 (0)21 621 6511 www.olympic.org

Tartalom

Hogyan használjuk a feladatlapokat?	6
01 Pierre de Coubertin báró és az olimpiai mozgalom	7
02 Az olimpiai szimbólum	8
03 A zászlófelvonás	10
04 Az olimpiai mottó: Citius, Altius, Fortius	11
05 Fellobbantani a szellemiséget: az olimpiai láng	12
06 Az olimpiai játékok nyitóünnepsége	13
07 Az olimpiai játékok záróünnepsége	14
08 Az olimpiai eskü	15
09 Az olimpiai béke	16
10 Béke és az olimpiai játékok	17
11 A Béke és Örökség Játékok	19
12 Sport és művészet az ókori Görögországban	21
13 Sport és művészet az újkori olimpiákon	22
14 Logók és kabalafigurák	23
15 Az Olimpiai Múzeum	24
16 Az olimpiai sportok	26
17 Az ifjúsági olimpia	27

Tartalom (folytatás)

18 Határok nélkül: nők a sportban	29
19 A paralimpia: „lélek a mozgásban”	30
20 Az olimpiai játékok rendezése	31
21 Az olimpiai falu	33
22 Fenntartható fejlődés az olimpiai játékok segítségével	34
23 Megfelelni az olimpiai játékok kihívásainak	35
24 Az erőfeszítés örömeinek a megtapasztalása a sporton keresztül	36
25 Az emberiség ünnepe: történetek az olimpiai játékokról	38
26 Élet/mindennapok a fair play szellemében	40
27 A magunk és mások iránti tisztelet gyakorlása	41
28 Jogaim = felelősségeim	42
29 Nehéz döntések	43
30 Hogyan hozzam ki magamból a legjobbat?	45
31 Kitartás és az olimpiai játékok	49
32 Reziliencia és az olimpiai játékok	51
33 Bátorság az olimpiai játékokon	53
34 Aktív, egészséges, kiegyensúlyozott élet	55
Szójegyzék	57

Hogyan használjuk a feladatlapokat?

- A feladatgyűjtemény feladatai gyakorlatorientáltak. Az oktatók egy vagy akár több feladatlapot is használhatnak egyszerre, hogy bevonják a diákokat a foglalkozásokba.
- Érdemes a diákokat arra bátorítani, hogy ne csak hallgassák, hanem tevékenyen részt is vegyenek a feladatokban.
- A feladatlapokat bármilyen sorrendben fel lehet használni.
- A feladatok az öt olimpiai nevelési téma részeként vagy azok kiegészítő feladataiként is alkalmazhatók.
- A feladatok különböző tudásszinteknek és a tanulók fejlesztési szükségleteinek megfelelően csoportosíthatók.
- A feladatlapok egy konkrét tantárgy (olvasás, matematika, természettudományok) kiegészítő feladataiként is használhatók.
- A feladatok a tanulási környezet igényei szerint alakíthatók.
- A feladatgyűjteményben feltett kérdések elősegítik a vitákat, beszélgetéseket és az önreflexiót.
- A feladatokat úgy tervezték, hogy segítsék a kreativitást, a problémamegoldást, az együttműködést és a műveltség fejlesztését.
- A feladatokat a különböző korcsoportok fejlesztési igényei szerint állították össze.
- Az egyes korosztályok számára készült feladatok – módosításokkal – más korcsoportokban is alkalmazhatók.

A feladatok célja

- Elősegíteni, hogy a diákok minél szélesebb körű ismeretekkel rendelkezzenek az olimpiai játékokról, azok szimbólumairól, értékeiről és örökségéről.
- Támogatni, hogy a diákok önálló gondolatokat fogalmazzanak meg az érintett témákban (mit tudnak, és mi az, amit még tudni szeretnének); és kifejlesszék az önreflexió és a véleményalkotás képességét az adott témákon túl is.
- Lehetőséget biztosítani a diákoknak arra, hogy személyre szabottan, különböző módszerek (művészet, írás, dráma) segítségével fedezzék fel az őket érintő témákat; vagy arra, hogy elmélyítsék olimpiai ismereteiket és megismerkedjenek az olimpiai értékekkel.
- A feladatgyűjtemény színvonalaként használja a „diák” és a „tanuló” kifejezéseket. A diák szót leginkább az iskolához kötik, de ebben a kiadványban ez bárkire vonatkozhat, aki szeretné elmélyíteni az értékekről alkotott ismereteit. Nem szükséges hivatalos oktatási rendszerben részt venni ahhoz, hogy az illető hasznosíthassa az itt megszerzett tudást.
- A feladatgyűjtemény példáinak összeállításánál fontos szempont volt, hogy azok tisztlegjenek a különböző olimpiát rendező országok előtt.
- Mivel a programban résztvevők jelentős része fiatal, és így olimpiai emlékeik nem vezethetők vissza hosszú időre, a példák egy része a 2012-es londoni olimpiai játékokhoz kapcsolódik.
- A kiadvány különböző származású és kulturális háttérű sportolói példákat ismertet, ami elősegíti a program sokszínűségét.
- A diákok a tanulás során felhasználhatják saját közösségük példáit is (például helyi olimpiakonok bevonása), hogy bővítsék a tananyagot. A feladatgyűjteményt használók eltérő

módon kötődhetnek az olimpiához, annak történetéhez és szimbólumaihoz. A Forráskönyvtárban rengeteg egyéb forrás található, amely elősegíti az olimpiai témák mélyebb megértését. Néhány ezek közül:



Forráskönyvtár – Források

- “How well do you know the Olympic Games?” The Olympic Museum (TOM), 2011. [02/Olympism](#).
- “The Modern Olympic Games” The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. [02/Olympism](#).
- “Beginner’s Guide to the Olympics” video, International Olympic Committee (IOC), 2013. [02/Olympism](#).
- “The Olympics: The Basics” Garcia, B. and Miah, A., Routledge, 2012. [02/Olympism](#) & [03/References](#).
- “What Makes The Olympic Games Unique?” video, International Olympic Committee (IOC), 2014. [02/Olympism](#).
- “Gleaming Airship: Pierre de Coubertin on Sport and Olympism” Polish Olympic Committee, 2014. [02/Olympism](#).
- “The concept of Olympic cultural programmes: origins, evolution and projection – University lecture on the Olympics” Garcia, B., Centre d’Estudis Olímpics (UAB), International Chair in Olympism (IOC-UAB), 2002. [02/Olympism](#).
- “Balance Between Body, Will and Mind: The Educational Value of Good Examples – Creating the Coubertin Puzzle” International Pierre de Coubertin Committee (IPCC). [00/Activity Sheets & 02/Good Practices](#).

További források:

- “Proceedings of the Session” International Olympic Academy (IOA). [03/Publications](#).

Az alábbi oktatási stratégiákat és tanulói képességek fejlesztését részesítettük előnyben:

Az oktatóknak javasoljuk, hogy tanulmányozzák az 57. oldalon található Szójegyzéket a stratégiák részletesebb leírásáért.

- Vizsgálat – irányított, strukturált vagy nyílt végű
- Konstruktivizmus
- Projekt alapú tanulás, esettanulmányok
- Kreativitás – napló, reflektív napló, információs és kommunikációs technológiák (IKT)
- Együttműködés – körhinta-módszer, kölcsönös megosztás, kerekasztal
- Problémamegoldás – kirakós-tanulás
- Személyre szabott tanulás – belépőkártyák, kilépőkártyák
- Kommunikációs képességek – megosztás, egyenrangúság (minden vélemény tisztelete), blogok, vlogok
- Gondolkodási képességek – elemzés, önreflexió, szintézis, véleményalkotás

Pierre de Coubertin báró és az olimpiai mozgalom

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play

A feladat leírása

Pierre de Coubertin bárót a modernkori olimpiai mozgalom megalapítójaként tartják számon. Olvass az életéről az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 25. oldalán!

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Az "Appreciating the arts like Pierre de Coubertin" című feladat a "Coubertin Academy: A Handbook for Olympic Education in Secondary Schools" című kötetből való, ami megtalálható a Forráskönyvtárban. A feladat segíti a diákokat abban, hogy összeegyeztessék a művészetek és a sport iránti érdeklődésüket egy kollázs készítése segítségével. A diákokat arra bátorítják, hogy hozzák létre saját művészi kompozíciójukat, amelyen bemutatják saját sporttal kapcsolatos élményeiket (lehetőség szerint az olimpiai eszmék szemszögéből).

9-11 éves korosztály

Képzeld el, hogy te vagy Pierre de Coubertin és a modern olimpiai mozgalom elindítására készülsz. Egy politikusokból, üzletemberekkel és arisztokratákból álló, befolyásos csoport előtt fogsz beszédet tartani. Mit mondanál, hogyan támogassák az elképzeléseidet? Hogyan vonnád be az ókori olimpiai játékok történetét? Alkossatok csoportokat és válasszatok ki, hogy mi kerüljön a prezentációtokba! Öltözzetek be Coubertinnek és a közönségnek. Játsszatok el ezt a jelenetet, és beszéljétek meg, hogy Coubertin milyen nehézségekkel szembesülhetett a játékok indításakor. A jelenet után értékeljétek, hogy mit tanultatok ebből a szerepjátékból. Milyen készségek kellettek Coubertin számára, hogy legyőzze a nehézségeket? Vajon még 100 év múltán is hasznosak lennének ezek a tulajdonságok?

A diákokkal ebben a korcsoportban érdemes megcsináltatni a „Coubertin Akadémia: Kézikönyv az olimpiai nevelésről középiskolások számára” című könyv, „Tanulni a történelemből, ahogy Pierre de Coubertin tette” fejezet 81. oldalán található kvízt, ami a Forráskönyvtárban található.

12-14 éves korosztály

A mélyebb megértés érdekében javasolt, hogy a diákok további ismereteket szerezzenek Pierre de Coubertin életéről és eredményeiről, majd töltsék ki a „Coubertin Akadémia: Kézikönyv az olimpiai nevelésről középiskolások számára” kiadvány 45. oldalán lévő kvízt, ami megtalálható a Forráskönyvtárban. Az említett rész címe „Pierre de Coubertin, egy humanista élete és munkássága, a hivatalos CIPC Kvíz.”

15-18 éves korosztály

Nézd meg a Forráskönyvtárban az „Egyensúly a test, szellem és lélek között: a jó példák nevelési értéke, egy Coubertin puzzle létrehozása” című cikket! Ezt használva kiindulópontként, keress olyan témákat és mondatokat, amelyeket Coubertin használt az újkori olimpiai mozgalom megalakulásakor. Készíts egy prezentációt digitális eszközök segítségével, add elő vagy mutasd be egyéb vizuális eszközök felhasználásával, amit találtál a témával kapcsolatban.

Elsajátítandó ismeretek

Pierre de Coubertin, a modern olimpiai mozgalom alapítójának élete és munkássága.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kérdés-felelet, kölcsönös megosztás, kerekasztal, vizsgálat.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, találkozhely, előadóművészet – jelmezek a szerepjátékhoz.

Forráskönyvtár – Források

- "Coubertin Academy: A Handbook for Olympic Education in Secondary Schools" International Pierre de Coubertin Committee (IPCC), 2007. [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).
- "Answer Key to The Official IPCC Quiz: 'Pierre de Coubertin – Life and Work of a Humanist'" International Pierre de Coubertin Committee (IPCC), 2007. [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).
- "Balance Between Body, Will and Mind: The Educational Value of Good Examples – Creating the Coubertin Puzzle" International Pierre de Coubertin Committee (IPCC). [00/Activity Sheets & 2/Good Practices](#).
- "Gleaming Airship: Pierre de Coubertin on Sport and Olympism" Polish Olympic Committee, 2014. [02/Olympism](#).

Az olimpiai szimbólum

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, kiválóságra törekvés

A feladat leírása

Olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 32. oldalán az „Az olimpiai ötkarika, ami összeköt: az olimpiai szimbólum” című bekezdést. Gondolkodj el rajta, mit jelent a szimbolizmus. Hogyan kapcsolódik ez a szó az olimpiai ötkarikához?

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Színezd ki az olimpiai ötkarikát, és vitasd meg az osztálytársaidal ennek a szimbólumnak a jelentőségét.

9-11 éves korosztály

Rajzolj egy nagyméretű olimpiai ötkarikát, majd a körökbe írd, ragassz vagy rajzolj olyan dolgokat, amikről úgy érzed, hogy olimpiai értékeket képviselnek (kiválóság, tisztelet, barátság).

12-14 éves korosztály

Tanulmányozz más nemzetközi szimbólumokat is. Mennyire tudják ezek a szimbólumok az üzenetüket közvetíteni? Szerinted az olimpiai ötkarika hordozza az olimpia üzenetét? Készíts egy posztert különböző szimbólumok felhasználásával.

15-18 éves korosztály

Az olimpiai ötkarikát 1914-ben tervezték. Mennyire időtálló szimbólum ez a mai gyorsan változó világunkban? Vajon megfelelő szimbóluma lesz az elkövetkezendő 100 év olimpiai játékeinak is, vagy szükség van a modernizációjára? Tervezz egy új szimbólumot a NOB számára, ami megtestesíti az olimpia szellemiségét és inspirálja a jövő fiatal nemzedékeit.

Elsajátítandó ismeretek

Megérteni az olimpiai ötkarika jelentőségét.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, kölcsönös megosztás, kreativitás, együttműködés, belépőkártyák, kilépőkártyák, személyre szabott tanulás, gondolkodási készségek.

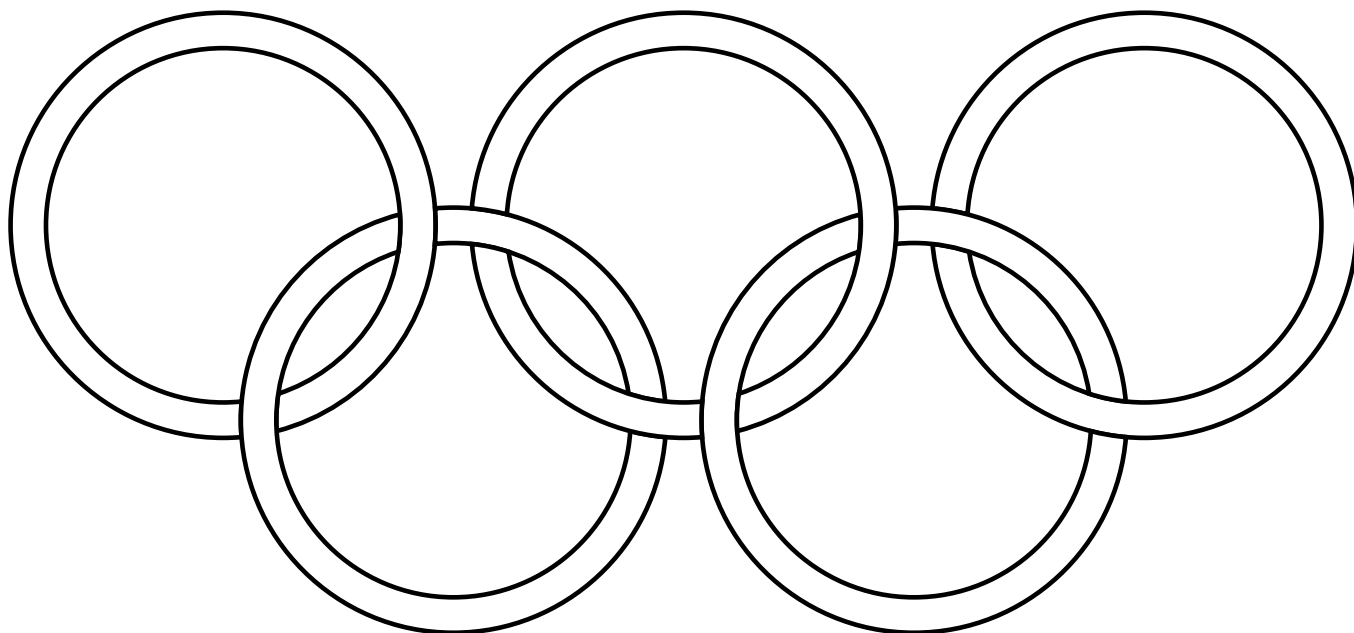
Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés.

Forráskönyvtár – Források

- “The Main Olympic Topics” The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. [02/Olympism](#).
- “The Modern Olympic Games” The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. [02/Olympism](#).
- “Beginner’s Guide to the Olympics” video, International Olympic Committee (IOC), 2013. [02/Olympism](#).
- “Olympism for the 21st century” Prof Dr Parry, J. [02/Olympism](#).

Az olimpiai szimbólum (folytatás)



A zászlófelvonás

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

Olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 36–37. oldalát!

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Egy nagyméretű papír felhasználásával készítsétek olimpiai zászlót, majd erősítsétek hozzá egy hurkapálcához (vagy erősebb bothoz) és vonuljatok fel vele.

9-11 éves korosztály

Készítsétek papírsárkányt és díszítsétek fel úgy, hogy az olimpiát jelképezze.

12-14 éves korosztály

Hasonlítsátok össze a nemzeti zászlókat! Jól megjelenítik az adott nemzet szellemiségét és kultúráját? Tervezzétek egy egyedi nemzeti zászlót.

15-18 éves korosztály

Tervezzétek egy olyan zászlót, ami a sokszínűséget képviseli és az olimpiai témákat is felöleli.



★ Elsajátítandó ismeretek

Megérteni a zászló fontosságát, a szellemiséget és az értékeket, amiket képvisel.

✓ Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Megbeszélés, kreativitás, együttműködés, feladatkártyák.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés – papír, festék, zsírkréta, hurkapálca (vagy erősebb bot), ragasztószalag.

↓ Forráskönyvtár – Források

- "Olympism and the Olympic Movement" The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. [02/Olympism](#).
- "100 Years of the Olympic Flag!" International Olympic Committee (IOC), 2014. [02/Olympism](#).

Az olimpiai mottó: Citius, Altius, Fortius

Olimpiai nevelési témák: kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Az olimpiai mottót „Citius, Altius, Fortius” (Gyorsabban, Magasabbra, Erősebben) Henri Didon atya, Pierre de Coubertin báró közeli barátja alkotta meg. A NOB 1894-ben fogadta el az olimpiák hivatalos mottójaként. Számodra motiválók ezek a szavak, amikor sportolsz? Milyen üzenetet hordoz a mottó az országod/közösséged számára?

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Válassz ki három olyan játékot a testnevelés órára, ami kifejezi az olimpiai mottó szavait: „Gyorsabban, Magasabbra, Erősebben”. Tudtok olyan játékot kitalálni, ami a mottó három szavából kettőt magába foglal? Például: gyorsabban és magasabbra vagy erősebben és magasabbra. Gondolkodjatok rajta csoportokban, majd mutassátok meg az osztálytársaitoknak.

9-11 éves korosztály

Írjatok egy három versszakból álló verset úgy, hogy az egyes versszakok az olimpiai mottó egy-egy szavára utaljanak. Például: Összekapcsolhatod ezeket a szavakat saját sportolói tapasztalataiddal, vagy megpróbálhatod kifejezni azt, hogy ezek a szavak hogyan befolyásolják mások életét.

Szerinted az olimpiai mottó csak a sportra vonatkozhat? Vajon értelmezhető az élet más területein is?

12-14 éves korosztály

Írjatok és adjatok elő egy rövid színdarabot, ami az ókori olimpiák három szereplőjéről szól (Citiusról, Altiusról és Fortiusról), akik most találkoznak egymással először. Például: Zeusz főszereplőt keres az olimpiai játékokhoz, és mind a három karakter szeretné megkapni a főszerepet. Meg kell indokolniuk, hogy miért érdemlik meg jobban, mint a másik kettő.

15-18 éves korosztály

Tanulmányozzátok a „Citius, Altius, Fortius” nevű szobrot, ami a Lausanne-i Olimpiai Múzeum előterében található Svájcban. Ez egy absztrakt értelmezése az olimpiai mottónak. Tegyük fel, hogy azzal a feladattal bíznák meg, hogy tervezz és készíts egy modellt vagy szobrot, ami az olimpiai mottót formázza és a következő olimpiai játékok nyitóünnepségén mutatják be. Milyen alakúra terveznéd és milyen anyagokat használnál hozzá?



★ Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni a mottók ösztönző és motiváló erejét, miközben a résztvevők megismerik az olimpizmus elveit.
- Megérteni az olimpiai mottó tartalmát.

✓ Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, kreativitás, fórum színház, problémamegoldás, együttműködés.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, jelmezek az ókori olimpiai szerepjátékhoz.

Fellobbantani a szellemiséget: az olimpiai láng

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

Olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 40. oldalán található olvasmányt, mielőtt hozzákezdesz a következő feladathoz!

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Tervezd meg és készítsd el saját olimpiai fáklyádat! (javasolt eszközök: használt papírtörölő tekercs kartonja, piros színű selyempapír a lánghoz) Beszéljétek meg, hogyan díszítenétek a fáklyát, hogy jelképezze nemzeted kultúráját! Talán híres sportolókról készült rajzok lennének rajta? Az oktató adjon lehetőséget arra, hogy a diákok szabadon engedjék képzeletüket, majd bemutassák egymásnak a fáklyájukat.

Miután a diákok elkészítették saját fáklyájukat, vonuljanak fel vele egy iskolai/közösségi sport/kulturális rendezvény megnyitóján.

9-11 éves korosztály

Írj egy rövid történetet az olimpiai fáklyavivő kalandjáról! Például fut a fáklyával egy sötét úton, és közben elgondolkodik az olimpiai játékok történetéről. Hirtelen a láng egy titokzatos lobbanással fényt vet, amelyben képek jelennek meg az ókori és újkori olimpiai játékokról. Mi történik ezután?

Találj ki különböző módszereket vagy eszközöket (a fáklya helyett), amikkel továbbítani lehetne az olimpiai lángot! Olyan anyagot érdemes választani, ami nem ég meg és biztosítja, hogy a láng az utazás során nem alszik ki. Természetes vagy újrahasznosított anyagot használnál?

12-14 éves korosztály

Az olimpiai lángot – miután meggyújtották – az olimpiát rendező országon keresztül utaztatják. Számítalan szállítási módot használnak, ami gyakran az adott ország kultúrájához köthető. Például amikor a 2010-es vancouveri téli olimpiai játékokat rendezték, az olimpiai láng utazott kutyaszánon, kenuval tavakon, lóháton, stb. Tervezzétek meg, hogyan szállítanátok a lángot az országokban, vagy annak egyik híres városában! Mi lenne a láng útvonala? Rajzold meg térképen! Milyen különleges módszert választanál a szállításhoz?

A 2010-es vancouveri téli olimpiai játékok előtt megkérték azokat az embereket, akik szerették volna vinni az olimpiai lángot, hogy írjanak egy rövid esszét arról, hogy miért érdemesek erre a feladatra. Ha te dönthetnél arról, hogy ki futhat az olimpiai lánggal, mi alapján választanád ki a fáklyavivőket?

15-18 éves korosztály

Tanulmányozd a lánggyújtó ceremóniát, amit hagyományosan az olimpiai Héra templomában rendeznek meg minden olimpiai játék előtt. Írj egy rövid színdarabot, amiben bemutod osztálytársaidnak a ceremónia szimbolikus elemeit és történetét.

Elsajátítandó ismeretek

Felismeri az olimpiai láng értékét, mint a remény szimbólumát, ami a világ minden pontján azonos értéket képvisel.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Megbeszélés, vizsgálat alapú tanulás, fórum színház, kerekasztal, kreativitás, együttműködés, egymástól való tanulás.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, írószerek, jelmez az ókori olimpiai szerepjátékhoz.

Forráskönyvtár – Források

- "The Olympic Flame and the Torch Relay" The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. [02/Olympism](#).
- "Factsheet: The Olympic Torch Relay" International Olympic Committee (IOC), 2014. [02/Olympism](#).

Az olimpiai játékok nyitóünnepsége

Olimpiai nevelési témák: kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet, fair play

A feladat leírása

Nézd meg a korábbi olimpiai játékok nyitóünnepségeiről készült felvételeket! Mit gondolsz, hogyan változtak az évek során? Mi a véleményed? Ezek valódi ünnepségek vagy néhány ország inkább versenynek fogja fel és megpróbálja „túlszárnyalni” az elődöket?

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Képzeld azt, hogy sportoló vagy, aki bevonul az olimpiai stadionba. Tervezd meg saját zászlódat és vonuljatok be vele képzeletbeli stadionotokba!

9-11 éves korosztály

Öltözz be híres történelmi/kulturális személynek! Rendezd egy olimpiai nyitóünnepséget! Vajon mit mondana az általad megtestesített híresség, ha felkérnék, hogy köszöntő beszédet tartson?

12-14 éves korosztály

Nézzetek meg rövidfilmeket a 2012-es londoni olimpiáról! Hogyan tették a nyitóünnepséget élvezetessé? Képzeld el, hogy az egész világ az általad tervezett nyitóünnepséget nézi. Írj és adj elő egy rövid, vicces jelenetet, amiben bemutatod az országodat és az embereket, akik ott élnek.

15-18 éves korosztály

Téged bíztak meg a hazádban rendezett olimpiai játékok nyitóünnepségének megszervezésével. Feladatod, hogy bemutasd országod művészetét, kultúráját és történelmét. Milyen elemekből állna a nyitóünnepséged? Mitől lenne szórakoztató, mégis elgondolkodtató? Az egész nemzetet inspirálná vagy csak egy részét? Milyen üzenetet szeretnél közvetíteni általa? Válassz ki egy vagy több témát és játszd el/add elő az ötleteidet.

Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni az olimpiai szimbólumok erejét.
- Megismerni, hogy a rendező ország hogyan mutathatja be kultúráját, történelmét és szellemiségét az olimpia nyitóünnepségén keresztül.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, kreativitás, fórum színház, együttműködés, kérdés-felelet, prezentáció.

Javasolt eszközök

Internet-hozzáférés, jelmezek a szerepjátékhoz, rajzfelszerelés.

Forráskönyvtár – Források

- “The Olympic Oath – Opening Ceremony – London 2012 Olympic Games” video, International Olympic Committee (IOC), 2014. [02/Olympism](https://www.olympism.com/).
- “Olympic Anthem” WAV music file, International Olympic Committee (IOC). [02/Olympism](https://www.olympism.com/).

Az olimpiai játékok záróünnepsége

Olimpiai nevelési témák: kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet, fair play

A feladat leírása

Olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 44. oldalán „Az olimpiai játékok záróünnepsége” című részt, majd nézz meg néhány felvételt korábbi záróünnepségekről! Milyen hagyományokat/szabályokat tudsz felfedezni az ünnepségek során? Szerinted fontosak ezek a hagyományok?

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Képzeld el azt, hogy egy néző vagy az olimpiai játékok záróünnepségén. A sportolók bevonulnak a stadionba, az olimpiai zászlót levonják és az olimpiai láng kialszik. Rajzold le/fesd meg ezt a jelenetet!

9-11 éves korosztály

Vajon a sportolók miért nem országonként vonulnak be a stadionba?

Képzeld el azt, hogy egy sportoló vagy és ez az első olimpiád. Egy helyi újság felkér, hogy írsz egy rövid cikket arról, hogy milyen volt részt venni az olimpia nyitó-/záróünnepségén.

12-14 éves korosztály

Az olimpiai játékok befejeztével az olimpiai zászlót levonják és átadják azt a következő rendező város polgármesterének. Te kinek adnád át a zászlót? Talán egy sportolónak? Vagy inkább egy gyermeknek?

15-18 éves korosztály

A záróünnepség végén egy rövid szórakoztató részben bemutatkozik a következő játékok házigazdája. Ha neked kellene megtervezni az ünnepségnek ezt a részét, milyen üzenetet közvetítenél?

Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni az olimpiai játékok hagyományainak és szabályrendszerének fontosságát.
- Megismerni az olimpiák ünnepségein keresztül, hogy hogyan ünnepeljük az olimpizmust és annak értékeit.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Megbeszélés, irányított vizsgálat, együttműködés, kommunikációs készségek, kirakós-tanulás, körhinta-módszer, egymástól való tanulás.

Javasolt eszközök

Internet-kapcsolat a videók megtekintéséhez.

Az olimpiai eskü

Olimpiai nevelési témák: fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 46. oldalán a „Csalás és büntetés az ókori olimpiákon” című részt!

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Készíts egy posztert, ami arra ösztönzi a sportolókat, hogy kövessék az olimpiai eskü irányelveit: tiszteletben tartani az olimpiai játékok szabályait, sportszerűen viselkedni, elutasítani a doppingot, és a sport és a csapat dicsőségéért versenyezni.

9-11 éves korosztály

Nézz utána, mik azok a „Zaneszek” (Zeusz bronzszobrai)! Készíts egy modern „Zaneszt” az újkori olimpiai játékokra! Szerinted ezeket nyilvánosan ki kellene állítani?

12-14 éves korosztály

Írj egy történetet egy olyan sportlóról, aki tisztességtelenül akar győzni! Részletezd, hogy a sportolót – miután elolvasta az olimpiai eskü szövegét – nyomasztja a csalás gondolata, majd végül úgy dönt, hogy mégsem teszi meg.

15-18 éves korosztály

Csoportokban vitassátok meg a csalás elleni zéró tolerancia elvét a megbocsátás elvével szemben! Melyik hozzáállást választanád? Miért? Vajon ezek az elvek megvalósíthatóak a modern sport komplex világában?

Írj egy tárgyalóteremben játszódó jelenetet, ahol egy csaláson kapott sportoló ügyét tárgyalják.

Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni az olimpiai eskü fontosságát.
- Elfogadni, hogy a csalásnak következményei vannak, nem csak a sportban, de az életben is.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Szókratészi kérdésfeltevés, vizsgálat, együttműködés, kirakós-tanulás, körhinta-módszer, napló, reflektív napló, blogok.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, jelmezek a tárgyalótermi jelenethez.

Forráskönyvtár – Források

- “The Olympic Oath – Opening Ceremony – London 2012 Olympic Games” video, International Olympic Committee (IOC), 2014. [02/Olympism](#).
- “Factsheet: Opening Ceremony of the Olympic Winter Games”, International Olympic Committee (IOC), 2014. [02/Olympism](#).

Az olimpiai béke

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play

A feladat leírása

Olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 47-48. oldalán az „Olimpiai béke az ókorban és napjainkban” című részt!

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Rajzolj egy posztert, ami a békét népszerűsíti!

9-11 éves korosztály

Írd fel az olimpiai béke kifejezést egy poszterre. Írj még köré szavakat, amik kifejezik a béke fő irányelveit, majd tegyél köré képeket, amik például a békét, elfogadást vagy a sokszínűséget ábrázolják.

12-14 éves korosztály

Keress olyan fiatalokat, akik aktívan részt vesznek a béke terjesztésében! Gyűjts kérdéseket, amiket szívesen feltennél, ha interjút készítenél velük! Játsszátok el az interjút!

15-18 éves korosztály

Tervezz egy békefalat! Hogyan nézne ki? Mit gondolsz, milyen különböző módokon tudják az emberek kimutatni a béke iránti elkötelezettségüket? A békefalad akár egy weboldal is lehet. Az oldal látogatói rögzíthetik a békével kapcsolatos üzeneteiket, majd feltölthetik az oldalra/blogra/vlogra.

Elsajátítandó ismeretek

Felismerni az olimpiai béke jelentőségét, elősegíteni a nemzetközi megértést és békét.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Szókratészi kérdésfeltevés, kommunikációs készségek, blogok, vlogok, szerepjáték, kerekasztal, vitafórum.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés.

Forráskönyvtár – Források

- “Colours for Peace – A fun way to learn about Olympic Truce – Teachers’ Guide” International Olympic Truce Centre (IOTC). [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).
- “Colours for Peace: A fun way to learn about Olympic Truce”, International Olympic Truce Centre (IOTC), 2012. [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).
- “Olympic Truce: Sport as a Platform for Peace” International Olympic Truce Centre (IOTC), 2009. [02/Olympism](#).
- “A Great Tiny Olympic Champion” Georgiadis, S.V., International Olympic Truce Centre (IOTC), 2012. [03/Publications](#).

Béke és az olimpiai játékok

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, fair play

A feladat leírása

Az olimpiai játékok és az olimpiai mozgalom jelentős szerepet vállal a béke hirdetésében. Ez a feladatlap kiváló beszélgetésindító, ami segít a tanulóknak megérteni a békés interakció fontosságát.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

A „Colours for Peace: A fun way to learn about Olympic Truce” című feladat megtalálható a Forráskönyvtárban. A feladat abban segíti a tanulókat, hogy megértsék a béke (és az olimpiai béke) fogalmát a színek segítségével.

9-11 éves korosztály

Készítsetek egy „Ígéret falat”! Írjátok le egy papírra (vagy öntapadós papírra) az ígéreteiteket/gondolataitokat. Miután felragasztottátok a papírokat a falra, csoportosítsátok őket! Melyek azok a témák, amik több papíron is említésre kerülnek? Vitassátok meg a béke iránti motivációitokat/elkötelezettségeiteket! Mi az, ami megerősítheti a béke iránti elköteleződésünket, és mi lehet az, ami miatt kevésbé vagyunk motiváltak?

12-14 éves korosztály

Keresd meg a béke szimbólumait a rajzon! Készíts egy művészeti alkotást, ami a békét és elfogadást hirdeti világszerte!

Folytatás a következő oldalon

★ Elsajátítandó ismeretek

Megismerni a békével kapcsolatos kezdeményezéseket és azt, hogy hogyan lehet azokat a saját életünkben alkalmazni.

✓ Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Állampolgári tudatosság, együttműködés, problémamegoldás, kritikus gondolkodás, szókratészi kérdésfeltevés, kölcsönös megosztás.



↑ Barbu Elena (12 éves, Románia) rajza az 1985-ös Nemzetközi gyerek rajzversenyen

Béke és az olimpiai játékok (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

15-18 éves korosztály

Rajzolj két oszlopot egy lapra! A bal oldalra írd példákat fair play esetekről és történetekről! A jobb oldalra pedig írd példákat tisztességtelen játékról. Alább idézeteket olvashatsz a békéről szóló elgondolkodtató mondásokból. Olvasd el őket, majd a jobb oldalra írt vitatémák alapján beszéljétek meg, illetve mondjátok el véleményeteket!



Forráskönyvtár – Források

- "Olympic Truce: Peace inspired by sport" International Olympic Truce Centre (IOTC). [02/Olympism](#).
- "Colours For Peace: A fun way to learn about Olympic Truce", International Olympic Truce Centre (IOTC), 2012. [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).
- "Colours for Peace: A fun way to learn about Olympic Truce – Teachers' Guide" International Olympic Truce Centre (IOTC). [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).

„Legyen béke a földön, és az kezdődjön velem!”

Sy Miller & Jill Jackson

Vitatéma: Találj egy olyan tevékenységet, ami segít békét teremteni közötted és egy családtagod között, vagy közötted és egy barátod között!

„A renddel felülkerekedünk a fejtelenségen, a nyugalommal felülkerekedünk a lármán, a szív pedig így diadalmaskodik.”

Szun-ce

Vitatéma: Milyen stratégiát javasol Szun-ce egy kaotikus helyzet kezelésére?

„A nagy nehézség abból adódik, ha nem tudjuk, mi az elég. Nagy konfliktusok kerekednek, ha sokat akarunk. Amikor tudjuk, hogy mikor elég az elég, akkor mindig lesz elég.”

Tao-tö-king

Vitatéma: Mit tart Tao-tö-king a konfliktusok okának? Mit gondolsz, hogyan lehet ezeket feloldani?

„Az ember sokkal gyorsabban utazik mostanában, de nem tudom, hogy jobb dolgokért teszi-e mindezt.”

Willa Cather

„Többről szól az élet, mint a sebesség növeléséről.”

Mahatma Gandhi

Vitatéma: Az olimpiai mottó: Gyorsabban, Magasabban, Erősebben. Néha az emberek azt gondolják, hogy „gyorsabban, magasabban, erősebben” nem mindig a legjobb út egy „jobb és békésebb világ megteremtésére”. Mit mond Willa Cather és Mahatma Gandhi? Egyetértesz velük? Miért vagy miért nem?

„Nézzük meg, ahogy a természet – a fák, a virágok, a fű – csendben nő; nézzük a csillagokat, a holdat és a napot, ahogy csendesen járák égi útjukat... Csendre van szükségünk ahhoz, hogy megértsük az érzéseinket.”

Teréz anya

Vitatéma: A nagy tanítók azt mondják, hogy néhány perc nyugalom naponta segít nyugodtnak maradni még nehéz helyzetekben is. Hol találhatsz egy olyan nyugodt helyet minden nap egy pár percre, ahol élvezheted a csendet? Mikor tennéd mindezt?

„Magunkban tartani a dühöt olyan, mintha forró szénét markolnánk azzal a szándékkal, hogy valaki mást megdobjunk vele, de mi leszünk azok, akik megégetik magukat.”

Buddha

Vitatéma: Hogyan sérül a mérges ember a harag által? Beszéljétek olyan helyzetekről, amikor mérges voltál. Hogyan okozott kárt a harag benned?

„Gondolkodás nélkül beszélni olyan, mint cél nélkül lövöldözni.”

spanyol közmondás

Vitatéma: Az emberek közötti bántó szavak hosszan tartó sebeket okozhatnak. Hogyan tudod elérni azt, hogy mielőtt elkezdesz beszélni, végig gondold, hogy milyen következményekkel járhatnak a szavaid?

„Két szó, béke és nyugalom felér ezer aranypénzzel.”

kinai közmondás

Vitatéma: Mit gondolsz, a közmondás szerint miért olyan értékes a béke és a nyugalom? Írd le, hogy milyen érzés, amikor nyugodt vagy!

„Nem lehet kezét fogni ökölbe szorított kézzel.”

Indira Gandhi

Vitatéma: Magyarázd meg ezt a kijelentést! Egyetértesz vele? A verseny végén, amikor vesztettél, néha nehéz kezét rázni a győztesrel. Miért fontos mégis megtenni?

A Béke és Örökség Játékok

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, fair play, barátság, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

A béke játékokat azért hívták életre, hogy a résztvevőknek segítsenek megérteni a különböző nézőpontokat és eszméket, valamint, hogy a megbékélést és a békét népszerűsítsék. Az első ilyen játékokat a Fokvárosban tartott Békekonferencia keretein belül rendezték a Dél-Afrikai Köztársaságban.

A játékok során a résztvevők felkeresik egy város vagy ország legfontosabb történelmi látnivalóit, majd felteszik maguknak a kérdést: Milyen jelentősége vagy jelentése van számomra ezeknek a helyeknek? A résztvevők – akiknek lehetőség szerint minél különbözőbb a kulturális hátterük és értékrendjük – beszélgetni kezdenek. Nem csupán együtt dolgoznak és problémákat oldanak meg, hanem be is mutatják és értelmezik tapasztalataikat a többi csoport és/vagy saját közösségük számára.

A látnivalókat nem csupán jelentőségük alapján, hanem a játékokhoz való kapcsolódásuk miatt is kiválaszthatják. A következőket kell figyelembe venni egy béke helyszín kiválasztásakor:

- **Történelem szerepe:** Olyan helyszínek, ahol történelmi és társadalmi szempontból is a békének már régóta jelentős szerepe van az emberek életében.
- **Nők szerepe:** Olyan helyszínek, ahol a nőknek kiemelkedő szerepe van a béke megteremtésében.
- **Vezetők szerepe:** Olyan helyszínek, ahol a vezető személyiségeknek jelentős szerepe van a béke megteremtésében.
- **Emberi jogok szerepe:** Olyan helyszínek, amelyek jelentősek az emberi jogokért folytatott küzdelemben.

Habár eredetileg a béke játékokat a 16-21 éves korosztály számára rendezték, ma már a fiatalabb korosztály is részt vehet benne.

Elsajátítandó ismeretek

- Megismerni más nemzetek örökségét és kultúráját, különös tekintettel a sportra és a békére.
- Megérteni, hogy miért olyan fontos az életben a béke és a megbocsátás.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, problémamegoldás, együttműködés, kreativitás, állampolgári tudatosság, kölcsönös megosztás, kerekasztal, dráma, dal, mesélés.

Javasolt eszközök

A csoportok és oktatóik számára trikók, zászlók és festékek. Biztonságos utazás megoldása a helyszínekre.

Paralimpiai értékek

Motiváció és esélyegyenlőség.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Látogass meg egy helyszínt a városodban, ami a békéhez köthető! Nézz utána az eredetének, rajzolj róla egy képet, és a csoportoddal együtt készítsetek egy kifestőkönyvet!

Tartsatok egy „Békemenetet” vagy „Békegyűlést”. Alkossatok csoportokat és válasszatok egy zászlót, készítsetek transzparenszeket és énekeljetek békével kapcsolatos dalokat!

Keress olyan szimbólumokat, amik a békét jelképezik világszerte! Például: galamb, harang, fálya, a béke jele, stb.

Ezt a korcsoportot lehetőség szerint olyan tanár vagy szülő segítse, akít a gyerekek már jól ismernek.

9-11 éves korosztály

Keress olyan történelmi helyeket, ahol valaki kiállt azért, amiben hitt a rendkívül nehéz körülmények ellenére is. Néhány példa: Nelson Mandela, Martin Luther King, Mahatma Gandhi; és a nők közül Rosa Parks, Emily Hobhouse és Emmeline Pankhurst. Mondd el a társaidnak is, amit ezekről a híres emberekről tudsz! Miben hittek ezek az emberek? Miért fontosak még ma is? Szerinted mi segítette őket abban, hogy kitartsanak? Hogyan segítették tetteikkel a béke megvalósulását? Válassz egyet ezen személyek közül és írd meg egy rövid történetet a bátorságáról.

Folytatás a következő oldalon

A Béke és Örökség Játékok (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

12-14 éves korosztály

Olvasd el a béke játékokról szóló szöveget a 15-18 éves korosztálynak szóló részben és ezután gondold végig a következő helyzetet: a béke játékok alkalmával a fiatalokat arra bátorítják, hogy legyenek közösségük nagykövetei, akik nyitottak, előítélettől mentesek, befogadók és elgondolkodnak az új kulturális hatásokon. Képzeld azt, hogy te voltál a közösséged nagykövete, aki képviselte ezeket az elveket, és most hazatér. Szeretnéd más fiatalokkal is megosztani a játékokon szerzett tapasztalataidat. Hogyan tudod ezt megtenni anélkül, hogy elmennél a játékok helyszínére? Válassz ki egy nemzetközi béke helyet az internet segítségével! Például: Robben Island (Dél-Afrika), londoni Béke Pagoda (Egyesült Királyság), a sírkő Coubertin szívével Olümpiában (Görögország), a Gyermekek Béke Emlékműve Hirosimában (Japán), a Világbéke Tornya Oszakában (Japán), a Szabadság-szobor New Yorkban (USA), vagy a Béke Palota Hágában (Hollandia). Használd az internetet, hogy felkeress különböző helyeket, különböző országokban!

Miután végeztetek az anyaggyűjtéssel, játsszátok el, hogy egy adott hely információs pultjánál dolgoztok! A jelenetben a béke játékok résztvevői tegyenek fel kérdéseket az információs központ alkalmazottainak! Te milyen kérdéseket tennél fel? Szerinted ezek a (valós vagy virtuális) látogatások elősegíthetik a békét és a megértést? Rendeztetek versenyt, ahol az kap jutalmat, aki a legjobban játssza a szerepét, illetve aki a leghitelesebb válaszokat adja.

Csoportokban építsétek fel a saját béke emlékműveteket és adjátok hozzá a saját béke szimbólumaitokat!

15-18 éves korosztály

A béke játékok ötlete Dél-Afrikából származik és kifejezetten ennek a korcsoportnak tervezték. A résztvevőket a szervezők a világ különböző országaiból válogatják össze.

A diákokat különböző szociális és kulturális háttérű közösségekből választják ki. A helyszínen csoportokba szervezik őket, majd ki kell találniuk saját csapatnevet, indulót, zászlót és egyéb dolgokat. Ezután a csoportok egy fiatal felnőtt kísérelével busszal elutaznak a különböző béke helyszínekre. Miután megtekintenek egy helyszínt, a következő kérdést kapják: Mi a jelentősége a helynek számokra? A látogatás végén a résztvevők megosztják egymással észrevételeiket, míg a felnőtt kísérelő moderátorként irányít, hogy a beszélgetés a témánál maradjon. A beszélgetés végén a résztvevőknek egy általuk választott módon be kell mutatniuk, amit tanultak. Vannak résztvevők, akik egy táncot adnak elő, mások dalt írnak, megint mások a modern technikát használják fel prezentáció készítésére. A telefonjukkal csoportképeket (szelfiket) készítenek a résztvevők, amit elküldenek egy koordinátornak.

A játék egyfajta versenyt is jelent. A csapatok pontokat szerezhetnek annak alapján, hogy mennyire tudtak együttműködni és mennyire voltak kreatívak a tanultak kifejezésében. A csapatszellemért ugyancsak pontot szerezhetnek. Ugyanakkor a csapatok pontot veszíthetnek csúnya beszédért, dohányzásért, alkoholfogyasztásért vagy helytelen viselkedésért. A béke játékok eredményei figyelemre méltóak. A játékok segítségével a résztvevők jobban megértik saját történelmüket és örökségüket, illetve fogékonyabbak a többiek nézőpontjára.

Meg tudnál szervezni egy béke játékot a saját közösségedben vagy városodban? Milyen helyszíneket választanál? Mi alapján választanád ki a résztvevőket? Tartsátok meg az általatok szervezett béke játékot és figyeljétek meg az eredményt!

↓ Forráskönyvtár – Források

- “Celebrating the power of sport” video, International Olympic Committee (IOC), 2014. [01/Advocacy](#).
- “Hope Factory: When Sport Can Change The World” The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2011. [03/Manuals](#).
- Jordan Olympic Committee webpage, Jordan Olympic Committee. [02/Good Practices](#).

További források:

- “Sport for Development & Peace: Governments in Action” Sport for Development and Peace International Working Group, 2008. [01/Advocacy](#).
- “Sport for Development & Peace: Harnessing the Power of Sport for Development and Peace” Sport for Development and Peace International Working Group, 2008. [01/Advocacy](#).
- “Adapted Sport Manual: Adapting sporting practice to serve society and contribute to Sustainable Peace” Peace and Sport. [03/Manuals](#).
- Right To Play International webpage, Right To Play International. [03/Manuals & 03/Links](#).

Sport és művészet az ókori Görögországban

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés

A feladat leírása

A szobrok, festmények, a fazekas/kerámia tárgyak és az építészeti alkotások megőrizték számunkra azt, hogy hogyan gyakoroltak és versenyeztek a sportolók az ókori olimpiai játékokon. Tanulmányozzátok a különböző képeket! Hogyan ábrázolták a futóversenyeket? Mik azok a „kis súlyzók” (halteres) és mire használták őket? Milyen modernkori sportágakra ismersz rá az ókori versenyek ábrázolásain?

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Vágd ki papírból egy váza formáját! Tanulmányozd a különböző ókori váza motívumokat és rajzold/fesd a papírra! Mutasd be az alkotásodat egy faliújságon az olimpiai/iskolai ünnepségen!

9-11 éves korosztály

Tanulmányozd az ókori olimpiai játékok régészeti leleteiről készült fotókat! Válaszd ki az ókori olimpiai játékok egy elemét és készíts egy festményt róla!

12-14 éves korosztály

Készíts egy makettet az ókori olimpiai stadionról (például egy kartondobozból)! Dísztssd a stadiont az ókori műtárgyakon látható ábrázolások alapján!

15-18 éves korosztály

Milyen szobrot készítenél, ha az ókori olimpiai játékok szellemisége és öröksége előtt szeretnél tisztelni? Milyen anyagokat használnál? Milyen lenne a formája? Rajzold le, vagy ha van rá lehetőség, formázd meg a szobrot!

Elsajátítandó ismeretek

Felismerni a művészet és a kultúra jelentős szerepét az ókori olimpia történelmének és örökségének megőrzésében.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, kreativitás, együttműködés, problémamegoldás.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, alapanyagok agyagozáshoz, szobrászathoz, papír, stb.

Forráskönyvtár – Források

- “The Olympic Games in Antiquity” The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. 02/Olympism.

Sport és művészet az újkori olimpiákon

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés

A feladat leírása

Posztterek, trikók, bélyegek és számtalan egyéb alkotás szolgált már arra, hogy valamilyen módon üzenet közvetítsen szavak, képek és szimbólumok segítségével.

A különböző olimpiai plakátok tanulmányozásával megismerhetjük, hogy a különböző olimpiákon milyen módon ábrázolták a helyi/nemzeti hagyományokat, illetve az olimpiai mozgalom értékeit.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Annak tiszteletére, hogy egy ország az olimpiai játékok rendezője lesz, gyakran emlékbélyeget bocsátanak ki. A 2012-es londoni játékok után a brit posta minden aranyérmes tiszteletére kibocsátott egy különleges bélyeget. Más országok is kibocsátottak egyedi olimpiai bélyegeket, hogy így ünnepeljék meg kulturális örökségüket, amik lehetnek olimpiai helyszínek vagy stadionok. Képzeld el, hogy a városod a következő olimpia rendezője! Vegyél egy borítékot, és tervezz hozzá egy bélyeget, ami a játékok valamelyik, általad fontosnak tartott aspektusát emeli ki. A borítékot is díszítsd fel, hogy még jobban kiemelje a bélyeget! A borítékba helyezz egy információs kártyát, amin az olvasónak bemutatod a bélyegtervet, annak üzenetét, stb.

9-11 éves korosztály

Tartsatok egy „póló fesztivált”! Minden diák hozzon egy pólót, amin valamilyen sporttal kapcsolatos felirat, kép vagy szimbólum van. Függesszétek ki ezeket egy szárítókötélre a tornateremben, hogy a többi diák is megtekinthesse ezt a különleges póló kiállítást. Triko formájúra vágott papíron megtervezhetitek saját olimpiai pólókat.

12-14 éves korosztály

Találjatok ki és adjatok elő egy tánc-koreográfiát, ami az ókori és az újkori olimpia témáit mutatja be.

15-18 éves korosztály

Tanulmányozzátok az olimpiai játékok hivatalos plakátjait 1896-tól napjainkig! Hasonlítsd össze a rendező ország történelmi múltját azzal, amit a plakáton látsz. Mit veszel észre? Szerinted a jövő olimpiai posztterei milyen üzenetet fognak közvetíteni? Tervezz egy olimpiai plakátot, amelynek üzenete magában foglalja az olimpia szellemiségét és a jövőbe vetett hitet.

Elsajátítandó ismeretek

Fejleszteni a vizuális művészeti készségeket, amelyek segítségével a tanuló közvetítheti az olimpia legfontosabb üzeneteit.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kreativitás, együttműködés, problémamegoldás, kirakós-tanulás, körhinta-módszer.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés.

Forráskönyvtár – Források

- “The Special Olympics and the World Games Los Angeles 2015” Mural Conservancy of Los Angeles, ArtSceneCal, 2015. [02/Good Practices](#).
- “Mural Conservancy of Los Angeles” Mural Conservancy of Los Angeles. [02/Good Practices](#).
- “Coubertin Academy: A Handbook for Olympic Education in Secondary Schools” International Pierre de Coubertin Committee (IPCC), 2007. [00/Activity Sheets & 03/Manuals](#).
- “Olympic Games Posters” The Olympic Museum Educational and Cultural Services, 2013. [00/Activity Sheets](#).

Logók és kabalafigurák

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Az évek során az érdeklődők nyomon követhették, hogy a különböző olimpiai városok milyen logókat és kabalákat terveztek, hogy a művészet segítségével mutassák be városukat. A 2012-es londoni játékok szervezői azt szerették volna, ha kabalaik, „Wenlock és Mandeville” szórakoztató, szimbolikus figurái lennének városuknak, de olyan háttértörténetet is szerettek volna hozzájuk kapcsolni, ami kifejezi az eredetüket. Wenlock egy csepp folyékony acélból (ami az olimpiai stadion építéséből megmaradt) kelt életre. Fején a három csúcs az olimpiai dobogó három szintjét szimbolizálja.

Az 1992-es barcelonai olimpia logója három szín absztrakt fröccsenése, ami egy tornászt ábrázol, aki éppen átugrik az olimpiai ötkarikán. A kreatív logó tisztelgés Barcelona híres művészeti és kulturális háttére előtt, amit olyan ikonikus nevek fémjeleznek, mint Picasso, Miro vagy Gaudi.



Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Képzeld el, hogy az olimpiai játékokat a te városodban rendezik meg! Tervezz egy kabalafigurát, ami kifejezi az ott élő emberek szellemiségét! Tanulmányozd a korábbi kabalafigurákat a www.olympic.org weboldalon, majd rajzold meg a sajátodat!

9-11 éves korosztály

Írj egy rövid történetet az egyik olimpiai kabalafiguráról. Történetedben próbáld meg felhasználni az olimpiai irányelveket és az olimpiai nevelési témákat. További információért olvasd el az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 53. oldalát vagy látogass el a www.olympic.org weboldalra!

12-14 éves korosztály

Készítsd el saját kabalafigurádat! Próbáld úgy megalkotni, hogy csak újrahasznosított anyagokat használj hozzá!

15-18 éves korosztály

Nézd végig az olimpiai logókat és tanulmányozd, hogyan változtak az idők folyamán! Tervezz egy logót vagy logósorozatot – a modern technika vagy vizuális média segítségével –, ami kifejezi az olimpia szellemiségét!

★ Elsajátítandó ismeretek

Felismerni a szimbólumok üzenetközvetítő szerepét.

✓ Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kreativitás, irodalmi körök.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés.

Az Olimpiai Múzeum

Olimpiai nevelési témák: az erőfeszítés öröme, harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

A múzeumok számtalan célt szolgálnak, lehetnek a tanulás központjai vagy múltunk őrzői. A múzeumok tiszteleghetnek az elért sikerek előtt, sarkallhatnak új gondolatokra vagy mélyebb megértésre. A világ nagy múzeumi tanítanak, inspirálnak és interaktív módon segítik a látogatókat gyűjteményük megismerésében. Ebben a feladatban a tanulók az Olimpiai Múzeummal kapcsolatos tevékenységekben vehetnek részt, hogy felfedezzék és megtapasztalják az olimpizmus eszméjét.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Beszélgess osztálytársaiddal azokról a sportágakról, amelyeket már kipróbáltál, és mutass nekik ezzel kapcsolatos tárgyakat, mint például szalagok, érmek vagy fényképek. Állítsd is ki a tárgyakat, hogy a többi diák is megtekinthesse a „múzeumodat”.

9-11 éves korosztály

Azzal bíznak meg, hogy kortársaid számára szórakoztató foglalkozásokat szervezz az Olimpiai Múzeumban. Azt szeretnéd, ha a diákok tanulnának az olimpizmusról és az olimpiai játékok történetéről, miközben aktívan részt is vesznek a tanulási folyamatban (a tanulás nem pusztán „megtörténik velük”, hanem részt is vesznek benne). Sorold fel és rajzold le az interaktív múzeumi foglalkozásokat, amiket kigondoltál.

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Elmélyülni és inspirációt nyerni az olimpiai témákból.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, szókratészi kérdésfeltevés, kreativitás, együttműködés, problémamegoldás, kirakós-tanulás, körhinta-módszer, kölcsönös megosztás, multimédiás prezentáció.

Javasolt eszközök

Makett készítéséhez szükséges anyagok, rajzfelszerelés.

Az Olimpiai Múzeum (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

12-14 éves korosztály

Hogyan nézne ki egy általad tervezett múzeum épülete és környezete? Olyan épületet szeretnél, amely mély benyomást gyakorol az emberekre, vagy inkább a múzeum belső tartalmára koncentrálnál? Egy modern létesítmény lenne, ami modern anyagokból készült, vagy inkább tisztelegnél az ókori olimpiai hagyományok előtt és klasszikus elrendezést választanál? Talán mindkettőt szeretnéd egyszerre? Hogyan terveznéd meg a múzeum környezetét? A Lausanne-i Olimpiai Múzeum kertjében szobrok és interaktív kiállítások vannak, mint például egy 100 méteres futópálya, ahol összehasonlíthatod a sebességedet Usain Bolt és Florence Griffith Joyner futók sebességével. Mi lenne a múzeumodban? Készíts egy makettet vagy rajzot az olimpiai múzeumodról!

Látogassatok el egy futópályára és próbáljátok megdönteni a világcsúcsot különböző távokon! Például fussatok 100 méteres távon! Az oktató hangosan mondja a másodperceket: „7,8,9... állj!” Így ti is érezhetitek, hogy Usain Bolt vagy Florence Griffith Joyner milyen gyorsan futott 100 méteren. Ezt bármely távon ki lehet próbálni. Akár úgy is lefuthatjátok a 800 métert, hogy nyolc diák fut egyenként 100 métert. Meg tudjátok dönteni David Rudisha 1 perc 40.9 másodperces rekordját?

Ragasztószalaggal mérjétek ki és jelöljétek be a távolugrás rekordjait! Nekifutás nélkül végezzetek helyből távolugrást, majd újra rugaszkodjatok el onnan, ahová érkeztek! Hány ilyen ugrással tudjátok teljesíteni az aktuális világrekordot (férfiaknál: Mike Powell, 8m 95cm; nőknél: Galina Chistyakova 7m 52cm)?

15-18 éves korosztály

Alakítsatok csoportokat és mindegyik csoport kapja meg az olimpizmus egyik alapelvét vagy egy olimpiai nevelési témát. Vitassátok meg, hogy milyen kiállítást készítenétek, ami gondolkodásra készíteti és inspirálja a látogatókat! Hogyan ötvöznétek az eredmények előtti tisztelgést – például emléktárgyak kiállítása – és az elgondolkodtató előadásokat? Interaktív lesz a kiállítás? Kiknek lesz vonzó? Csak sportrajongóknak vagy mindenki számára izgalmas lesz? Készíts egy terajzot, ami bemutatja a múzeumod alaprajzát!



Forráskönyvtár – Források

- *Canadian Olympic School Program* webpage, Canadian Olympic Committee, 2015. 02/Good Practices.
- “Olympic Day Lessons” Australian Olympic Committee. 00/Activity Sheets & 03/Manuals.
- “Olympic Day Guide” Australian Olympic Committee. 00/Activity Sheets & 03/Manuals.

További források:

- “Olympic Charter” International Olympic Committee (IOC), 2015. 01/Background.

Az olimpia sportprogramja

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Az olimpiai játékok sportprogramjában a sportágak száma kilencről (1896) 26-ra nőtt (2012). Az 1896-os játékokon 14 nemzet vett részt, míg a 2012-es játékokon 204 nemzet, valamint négy nemzettől független egyéni sportoló képviseltette magát. Mivel az olimpiai játékok teljesen nemzetközivé vált és megnőtt az érdeklődés iránta, újabb és újabb sportágak kerülnek be a programba.

A sportprogram folyamatos bővülése biztosítja, hogy az olimpia a mindenkori fiatalok számára is érdekes és követi az aktuális trendeket, ugyanakkor az egyes sportágak történetét és hagyományait is tiszteletben tartja. 1988-ban a Koreai Köztársaság bemutatón jelleggel szerepeltette a programban a taekwondot, valamint a női cselgáncsot és a baseballt. Ezek néhány évvel később mind bekerültek az olimpiai játékok programjába. Gondold át, melyek azok a sportágak, amiket sokan úznak és népszerűek, de nem olimpiai sportágak! Mit gondolsz, miért nem részei az olimpia programjának?

Elsajátítandó ismeretek

- Megismerni a sportágakat, amelyeket a világ különböző részein úznak.
- Felismerni, hogy az olimpiai sportágak az idők folyamán hogyan változnak, ami azt is mutatja, hogy mennyire sokszínű a sport.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, fórum színház, kérdés-felelet, kerekasztal, belépőkártya, kilépőkártya.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Milyen olimpiai sportágakat tudsz felsorolni? Válassz ki egyet és nézz utána, hogyan játszik, mik a szabályai és milyen felszerelést, eszközöket használnak hozzá! Tarts előadást a többi diák számára a kutatásod eredményéről!

9-11 éves korosztály

Készíts két posztert: az egyik az azok a sportágak szerepeljenek, amelyek a mostani olimpia programjában vannak, a másikon pedig az azok, amelyek az 1896-os játékok programjában szerepeltek. Ezzel vizuálisan is láthatóvá válik, hogyan bővült az olimpiai sportágak száma az idők folyamán.

12-14 éves korosztály

Képzeld azt, hogy te vagy Pierre de Coubertin báró. Éppen most alapítottad meg a Nemzetközi Olimpiai Bizottságot és azon tanakodtok, hogy mely sportágak kerüljenek be a játékok programjába. Írj egy rövid, meggyőző beszédet, hogy mely sportágaknak van helye a programban! Öltözz fel, mint Coubertin, majd a NOB tagok (osztálytársaid) előtt add elő a beszédedet!

15-18 éves korosztály

Készíts egy kampányt, ami arról szól, hogy egy adott sportág bekerüljön az olimpiai játékok programjába. Gondold végig, milyen előnyei lennének, ha ez a sport bekerülne a programba! Vajon megváltoztatná a sportág társadalmi megítélését? Mit használnál fel a kampányban: a vizuális médiát, az írott sajtót vagy a közösségi médiát? Hogyan tudnál minél nagyobb támogatást szerezni?

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, jelmezek a szerepjátékhoz.

Az ifjúsági olimpia

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Az ifjúsági olimpia lehetővé teszi a fiatal sportolók számára, hogy találkozzanak a világ különböző részein élő fiatalokkal, megismerjék a kultúrájukat, az olimpiai mozgalmat és az olimpiai értékeket. A résztvevők nemcsak sportversenyeken vesznek részt, hanem az is elvárás, hogy képviseljék hazájukat és aktív szerepet vállaljanak saját közösségükben.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

A diákokat bátorítani kell arra, hogy látogassanak el egy idősek otthonába, ahol az ott lakóknak elmesélhetik történeteiket és tapasztalataikat. A diákok szervezhetnek egy „Fogadó Bizottságot”, hogy támogassák és bevonják a magányos diákokat vagy azokat, akik újak az iskolában.

9-11 éves korosztály

Képzeld el azt, hogy az ifjúsági olimpia fiatal riporterek programjában veszel részt, amit arra találtak ki, hogy a fiatalok újságírási gyakorlatot szerezzenek tapasztalt sportújságírók mentorálásával. Mit kérdeznél attól az olimpikontól, aki éppen a játékok előtti felkészülés utolsó napjait tölti? Hogyan jegyeznéd fel és tolmácsolnád a válaszokat? Videófelvételt készítenél, cikket írnál, vagy blogot készítenél, és azon keresztül osztanád meg az anyagot a többiekkel? Kérd meg a blog olvasóit, hogy írjanak kommenteket! Ezáltal könnyen barátságokat és kapcsolatokat építhetsz hasonló érdeklődésű emberekkel a világ bármely részéről.

12-14 éves korosztály

Kiválasztottak, hogy képviseld a közösségedet a következő ifjúsági olimpián. A játékok két fő témája a társadalmi felelősségvállalás és az önkifejezés. Milyen szerepet vállalnál a társadalmi felelősség kérdésében saját közösségedben? Mit jelentene ez számodra? Hogyan lennél az olimpiai értékek nagykövete a kiválóság, tisztelet és barátság jegyében, hogy másokat ösztönözz? Másképpen viselkednél? Az önkifejezésnek sokféle formája lehet: művészet, kultúra, tánc, beszéd. Melyiket választanád a saját közösséged bemutatására?

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni az ifjúsági olimpia jelentőségét, mely segítségével a fiatalság elsajátíthatja az olimpizmus eszméjét.
- Megtanulni, hogyan lehetnek a sportolók nagykövetek, valamint szociálisan érzékenyek.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, fórum színház, kérdés-felelet, kerekasztal, belépőkártyák, kilépőkártyák.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés.

Az ifjúsági olimpia (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

15-18 éves korosztály

Dolgozzatok együtt az osztálytársaidal és válasszatok egy sporteseményt, amit saját közösségetekben meg tudtok rendezni! A szervezés minden részletéért te vagy a felelős: marketing, szponzorok, pénzügyek, eseményszervezés, sportolók támogatása, stb. Az eseményt rendezheted az iskolád vagy akár a szélesebb közösség számára is. Válassz egy olimpiai témát, ami az esemény fókuszában lesz!



Forráskönyvtár – Források

- “Living the Olympic Values!” video, International Olympic Committee (IOC), 2012. [01/Background](#).

Linkek weboldalakhoz:

- Youth Olympic Games webpage on Olympic.org (with links to the YOG Facebook and Twitter accounts): <http://www.olympic.org/youth-olympic-games>
- Compete, Learn & Share platform (which includes videos, quizzes, stories and more; this one-stop shop of resources and tools is organised around the five themes of the Youth Olympic Games’ Learn & Share programme—available in four languages): <http://yogger.olympic.org>

Videófelvételek az elmúlt évek ifjúsági olimpiáiról:

- Best of Nanjing 2014 Youth Olympic Games: <https://www.youtube.com/watch?v=i2XyiX8DI-k>
- The spirit of the Innsbruck 2012 Youth Olympic Games: <https://www.youtube.com/watch?v=PdLLGuQWLCU>
- Innsbruck 2012 Experience through the eyes of a Young Ambassador: <https://www.youtube.com/watch?v=B86S2wsQ6hk>
- The spirit of the Singapore 2010 Youth Olympic Games: <https://www.youtube.com/watch?v=2zsrwVIObHc>

További források:

- “The Olympic Movement and the environment: University lecture on the Olympics” Centre d’Estudis Olímpics (UAB), International Chair in Olympism (IOC-UAB), Tarradellas, J., 2010. [02/Good Practices](#).

Határok nélkül: nők a sportban

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Az első újkori olimpiai játékok (1896, Athén) óta a nők szerepe folyamatosan változott a sportban. A NOB határozottan arra bátorítja a nőket, hogy vegyenek részt a sportban és a fizikai aktivitásban. Ezek a feladatok arra ösztönzik a tanulókat, hogy gondolják végig a nők szerepét a sportban a különböző történelmi korszakokban.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Tervezzetek és készítsetek egy posztert, ami a lányokat arra bátorítja, hogy sportoljanak!

9-11 éves korosztály

Hívjatok meg egy női sportolót és készítsetek vele interjút! Mi inspirálta őt arra, hogy sportolni kezdjen? Milyen tanácsot adna egy fiatal lánynak, akit érdekel a sport és magas szinten szeretné azt űzni? Írjátok meg kérdéseiteket az interjú előtt!

12-14 éves korosztály

Tanulmányozzátok különböző országokban élő női sportolók életét! Mit gondoltok, egy nőnek nehezebb elismerést kivívnia, mint egy férfinak? Hogyan tudná saját közösségében több lehetőséget biztosítani a nők számára a sportban való részvételre, illetve a férfiakéval egyenlő feltételeket teremteni anyagilag és szakmailag is a felkészülés során? Írd le válaszaidat egy poszterre!

15-18 éves korosztály

1984-et írunk és Los Angeles városa lesz hamarosan a következő olimpiai játékok rendezője. A leghosszabb futótáv nők számára a korábbi versenyeken (a férfiakétól eltérően) az 1500 méter volt. A nők egyenlőségét támogatók azt szerették volna elérni, hogy a nők ugyanazokon a távokon versenyezzenek, mint a férfiak. Voltak, akik nem értettek ezzel egyet. A Los Angeles-i játékok szervezőbizottsága felkért téged, hogy mérlegeld a női maratonfutás felvételét a játékok programjába. Képzeld el, hogy egy javaslatot készítesz a szervezőbizottság számára arról, hogy vegyék fel ezt a versenyszámot a programba. Játsszátok el a jelenetet! Az egyikőtök egy olyan bizottsági tag legyen, aki ellenzi a javaslatot! Miután eljátszottátok, beszéljétek meg, hogy milyen érveket említettetek a javaslat kapcsán!

Vizsgáljátok meg az eredményt: a női maratonfutás bekerült az 1984-es játékok programjába. Milyen hatást gyakorolt ez a döntés a nők részvételére az olimpiai játékokon? Milyen gazdasági előnyökkel járt ez olyan közösségekben, ahol nehezek voltak a megélhetési körülmények?

Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni, hogy a történelem során a nőknek nem voltak egyenlő lehetőségeik az olimpiákon részt venni.
- Felismerni, hogy a NOB munkájának eredményeként ma már az Olimpiai Charta biztosítja, hogy a nőknek egyenlő esélyei legyenek a részvételre (Olimpiai Charta, 2004: Alapelvek #5).

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Szerepjáték, vizsgálat, fórum színház, naplók, reflektív naplók, blogok, vlogok.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés.

Forráskönyvtár – Források

- Women Win* webpage, Women Win. 03/Links.
- "The Girl Effect: The clock is ticking"* video, GirlEffect.org, 2010. 01/Advocacy & 02/Good Practices.
- "Kicking The Ball For Girls' Education In Rural Nepal"* video, UNICEF, 2015. 02/Good Practices.
- Champions Together* webpage, Special Olympics. 02/Olympism.
- "Sports Ability 2 Activity Card"* Australian Sports Commission, (used/reproduced with the permission of the Australian Sports Commission). 00/Activity Sheets.

A paralimpia: „lélek a mozgásban”

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

A Nemzetközi Paralimpiai Bizottság szervezi és koordinálja a paralimpiai játékokat, ezzel lehetővé téve a sérült sportolóknak a kiválóságra törekvést, és hogy az egész világot inspirálhassák.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

A látássérült sportolók (gyengénlátók vagy teljesen vakok) egy vezető segítségével vehetnek részt futóversenyen. Kipróbálhatjátok, hogy milyen érzés gyengénlátó futónak lenni: egy sportpályán az egyik diáknak bekötik a szemét, egy másik diákok pedig kijelölnek, hogy legyen a segítője. A két diák kezét összekötik, és így kell együtt futniuk. A segítő szóbeli segítséget is nyújthat, hogy irányítsa a „vak” futót és felhívja figyelmét a földön található mélyedésekre, pocsolyákra. A feladatban résztvevő diákok ezután osszák meg társaikkal, hogy milyen volt „vakon futni”!

9-11 éves korosztály

Egy végtagsérült sportolónak sokkal nagyobb erőfeszítésre van szüksége a mozgásos tevékenységben való részvételhez, mint egy ép sportolónak. Próbálj meg kosárlabdázni egy kézzel (a másik kezéd legyen hátra kötve)! Ezután beszélgetsetek arról, hogy milyen kihívásokkal kell szembenéznie egy amputált sportolónak! Hívjátok meg egy paralimpiai sportolót az osztályotokba, hogy meséljen a tapasztalatairól!

12-14 éves korosztály

Játsszatok „kerekeszékes kosárlabdát”. Mivel az iskolátok valószínűleg nem rendelkezik speciális sport kerekeszékekkel, a játékot a következőképpen valósíthatjátok meg: Passzolóssal juttassátok a labdát a kosárlabdapálya alapvonalától a támadó térfélre. Amikor a gyűrűhöz értek, üljetek le egy székre, és így végezzétek el a kosárra dobást. Próbáljátok ki a dobást különböző helyekről. Milyen érzés ülő helyzetből kosárra dobni? Miért nehezebb így elvégezni a dobást? Ha van rá lehetőségetek, hívjátok meg egy kerekeszékes kosárlabdázót, és beszélgetsetek vele a tapasztalatairól és arról, hogyan edz!

15-18 éves korosztály

Felkérnek, hogy szervezz mozgásos foglalkozásokat értelmi fogyatékosoknak. Ezek közül a diákok közül lehet, hogy vannak, akik érzékenyek a hangokra, vagy koordinációs problémáik vannak. Találj ki olyan játékokat, amit ők is élveznének! A feladatok tervezésekor tanulmányozd az értelmi fogyatékosok problémáit, a számukra készült eszközöket, az esetleges speciális igényeiket, hogy úgy tudd alakítani a foglalkozást, hogy az megfelelő legyen számukra. Gondold végig, hogy mi újat tanultál! Hogyan változott meg a sportról való gondolkodásod, ahogy különböző képességű emberek igényeihez kellett alkalmazkodnod?

Elsajátítandó ismeretek

Megismerni, hogy a sérült sportolók hogyan edzenek és versenyeznek.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Szókratészi kérdésfeltevés, tapasztalati tanulás.

Javasolt eszközök

Sötét kendő (szem bekötéséhez), kendő a kezek összekötésére, székek, kosárlabdák, sportfelszerelés (bóják, stb.).

Forráskönyvtár – Források

- “PRIDE Olympic & Paralympic Values” Kent County Council. [03/Manuals](#).
- “Sports Ability 2 Activity Card” Australian Sports Commission, (used/reproduced with the permission of the Australian Sports Commission). [00/Activity Sheets](#).
- “Get Set to Make a Change: Mowbray School makes a HUGE change!” British Olympic Association (BOA) & British Paralympic Association (BPA). [02/Good Practices](#).

További források:

- “European Inclusive Physical Education Training EIPET Resource Pack” EIPET Partnership & Institute of Technology, Tralee, 2014. [03/Manuals](#).
- “Respect for Diversity” International Olympic Academy (IOA), Keim, M. [01/Background](#).

Az olimpiai játékok rendezése

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

A jelentkezés egy olimpia megrendezésére igen hosszú és összetett folyamat. A helyi állampolgároktól az államfőig, sportminiszterektől világvezetőkhig, számtalan tényező befolyásolja, hogy egy ország beadja-e jelentkezését az olimpia rendezésére. A következő feladatok lehetőséget adnak a diákoknak arra, hogy tanulmányozzák és átgondolják, hogy milyen részei vannak az olimpiai kandidálásnak.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Szeretnéd, ha a te városod lenne a következő olimpiai játékok rendezője. Írj tíz okot, hogy miért lenne ez jó, majd készíts ebből egy beszédet!

9-11 éves korosztály

Szeretnéd bemutatni városod, mint egy fantasztikus olimpia lehetséges rendezője. Mit tudnál kiemelni, ami megmutatná városod egyedi kultúráját? Például számos olimpia alkalmával tartottak zenei és művészeti fesztiválokat, valamint tömegsport rendezvényeket is. Rendezz egy fesztivált, amit az iskolád tornatermében lehet megtartani és legyenek a diákok a fesztivál résztvevői!

12-14 éves korosztály

A városod/országod kandidál a következő olimpia megrendezésére. Beszédet kell tartanod a NOB tagjai előtt, hogy miért érdemes a ti pályázatotokat elfogadni. Mit és hogyan mondanál? Használj különböző közvetítő módszereket, mint például: digitális képek, előadás (pl. tánc), versek, énekek, stb.!

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

- Tanulmányozni, hogy milyen feltételrendszer alapján ítélnek oda az olimpia rendezési jogát.
- Tanulmányozni, hogy egy adott város vagy ország kultúráját hogyan lehet az olimpiai játékokon bemutatni.
- Tanulmányozni, hogy milyen hatással van az olimpia a társadalomra.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Szókratészi kérdésfeltevés, vizsgálat, projekt alapú tanulás, kreativitás, személyre szabott tanulás, együttműködés, kérdés-felelet, kerekasztal, multimédiás prezentáció.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, internetkapcsolat.

Az olimpiai játékok rendezése (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

15-18 éves korosztály

Készíts marketing kampányt a 2016-os riói, illetve a soron következő ifjúsági és felnőtt olimpiai játékokra. A kampány tartalma:

- a város/ország kultúrájának népszerűsítése
- a várható hatások a gazdaságra és a közösségre
- az állampolgárokat érintő társadalmi hatások

Használj különböző eszközöket az információ átadására! Például készíts rövidfilmet vagy posztet a játékok népszerűsítésére! Tervezz szórólapokat, amin felsorolod a játékok pozitív hatásait! Készíts sajtóközleményeket vagy használd a közösségi médiát, hogy üzeneted elérje az embereket!

Készíts egy költség-haszon elemzést! Milyen infrastrukturális beruházások szükségesek a játékok megrendezéséhez? Ezeknek milyen hatása lesz a közösségre?

Vitassátok meg, hogy milyen tapasztalatokat szereztek, és mennyiben hasonlít a ti kampányotok a korábbi kandidáló városok kampányaihoz!

Tanulmányozd a korábbi olimpiai játékokat! Egyes városok azután is hasznosították az olimpiai létesítményeket (olimpiai falu, stadion), miután a játékok véget értek. Sajnálatos módon egyes országokban hagyták a létesítményeket lepusztulni. Mit gondolsz, ez miért történt? Mit tanulhatunk ebből, és hogyan tudjuk ezeket elkerülni a jövőbeli játékokon? Milyen örökséget – sport, kulturális, infrastrukturális, eszmei érték – lenne jó, ha hagynának a játékok a jövőben? Hogyan lehet ezt elérni?

Készíts egy képösszeállítást, hogy jobban meg tudd osztani gondolataidat a témáról a többiekkel!



Forráskönyvtár – Források

- “The London 2012 Cultural Olympiad: a new model for nation-wide Olympic cultural legacy” International Olympic Committee (IOC), Garcia, B., 2012. 02/Good Practices.
- “Olympic Legacy” International Olympic Committee (IOC), 2013. 01/Background.
- “The Get Set Story: How London 2012 inspired the UK’s schools” British Olympic Association (BOA) & British Paralympic Association (BPA), 2007–2012. 02/Good Practices.

Az olimpiai falu

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, kiválóságra törekvés, fair play

A feladat leírása

Az olimpiai falu nem pusztán egy hely, ahol a sportolók étkeznek, alszanak és kikapcsolódnak, hanem egy kulturális központ is: egy hely, ahol barátságok kötnek. Olvasztótégye a világ kultúráinak. Ez az a hely, ahol az olimpia eszméje virágzik. Az alábbi feladatok segítenek az olimpiai nevelésben résztvevőknek megérteni, hogy milyen fontos az olimpiai falu a béke és a kölcsönös megértés elősegítésében.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Képzeld el, hogy az olimpiai falu fogadóbizottságának a tagja vagy. Az olimpiikonok hamarosan megérkeznek, hogy elfoglalják szálláshelyeiket, és szeretnéd, ha minél otthonosabban éreznék magukat. Hogyan köszöntened őket? Vitassátok meg az ötleteket csoportosan, majd rajzoljatok gondolattérképet az ötleteitekről és osszátok meg a többiekkel!

9-11 éves korosztály

Az olimpiai falunak fontos szerepe van az olimpiai eszmék népszerűsítésében. Például a fenntarthatóság mindenképpen egy ilyen téma. Az utóbbi idők olimpiai játékein úgy építették meg a létesítményeket, hogy környezetbarát technikákat alkalmaztak, és olyan berendezéseket telepítettek, amik kevésbé szennyeznek a környezetet. Gondolkozzatok el azon, hogy ti mennyire éltek fenntartható életet! Milyen tanácsokat adnátok egy olimpiát rendező városnak az olimpiai falu kialakításával kapcsolatban? Vitassátok meg az ötleteket, majd rajzoljátok le egy poszterre! Helyezzétek ki a falra, hogy a többi diák is láthassa és véleményt alkothasson!

12-14 éves korosztály

Olimpiikonok a világ minden tájáról érkeznek az olimpiai faluba. Különböző ételeket esznek, különböző ízeket szeretnek. Különböző kulturális és vallási szokásaik vannak. Ha téged kérnének fel az olimpiai falu megtervezésére, mit tennél, hogy összehozd az embereket és kiemeld az általános emberi értékeket? Például létesítményeket terveznél, ahol sok a közösségi tér, ezzel is lehetőséget adva a találkozókra? Milyen eseményeket szerveznél, hogy segítsd az együttműködést és bemutasd az alapvető olimpiai értékeket? Írd le az ötleteidet, majd oszd meg az osztálytársaidal!

15-18 éves korosztály

Képzeld azt, hogy építész vagy és az olimpiai falu tervezésével bíztak meg! Azt a feladatot kaptad, hogy ez több legyen egy olyan helynél, ahol étkeznek és alszanak a sportolók. Olyan helynek kell lennie, ahol az emberek találkozhatnak és megtapasztalhatják az olimpiai értékeket és az olimpia nevelési elveit. Írd le/rajzold le az ötleteidet, majd oszd meg osztálytársaidal!

Elsajátítandó ismeretek

- Megismerni az olimpiai falu jelentőségét az olimpiai értékek népszerűsítésében.
- Megismerni az olimpiai falu jelentőségét az egymás iránti megértés és közösségformálás elősegítésében.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kölcsönös megosztás, megbeszélés, szókratészi kérdésfeltevés.

Javasolt eszközök

Találkozóhely, rajzfelszerelés.

Fenntartható fejlődés az olimpiai játékok segítségével

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

A Nemzetközi Olimpiai Bizottság a fenntartható fejlődés iránti elkötelezettség jegyében három fő prioritást állított fel: társadalmi egyenlőség, gazdasági hatékonyság és környezetvédelem. Olvasd el, hogy az elmúlt olimpiai játékok milyen módon építették be ezeket a témákat. Az alábbi feladatok segítenek a diákoknak azzal, hogy különböző módszereket mutatnak meg a fenntarthatóság megvalósítására, és olyan kezdeményezéseket javasolnak, amik előnyben részesítik ezeket a prioritásokat.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Alkossatok egy „zöld csapatot”! Hozzatok létre és irányítsatok egy újrahasznosítással vagy komposztálással foglalkozó csoportot. Készítetek posztereket és tartásokat előadásokat a csapat vezetőjeként és példaképként a többiek számára, hogy a programot népszerűsítsétek!

Gyűjtsétek össze az esővizet, majd használjátok fel a virágok és a veteményeskert öntözésére az iskolátokban!

9-11 éves korosztály

Az olimpiára készülve mind Sydney (2000), mind pedig London (2012) városában megtisztították a régi, szennyezett ipari területeket. Ennek eredményeként az élőlények kezdtek visszatérni ezekre a területekre, ahol korábban nem élt meg semmi: a madarak újra fészket raktak, a halak is visszatértek a vizekbe, a növények gyors növekedésnek indultak. Keress egy olyan területet a környezetedben, amit rehabilitálni lehetne ilyen módon. Szakember tanácsát is kérd ki, hogy ne kerüljétek kapcsolatba veszélyes anyagokkal!

12-14 éves korosztály

Azzal bíznak meg, hogy tervezd meg „Az egész bolygó olimpiáját”! A 2012-es londoni olimpiai játékok öt témát ölelt fel: biológiai sokféleség, éghajlatváltozás, hulladékgazdálkodás, inklúzió (befogadás) és egészséges élet. Csoportokban vitassátok meg ezeket a témákat, és hogy hogyan illeszteniétek be a saját játékokat szervezésébe! Van olyan téma, amit érdemes még hozzáadni?

Emelj ki egy témát és foglald össze, hogy mit tanultál róla! Használhatsz bármilyen közvetítő eszközt – digitális, művészet, tánc, dal vagy beszéd –, hogy bemutasd ötleteidet.

15-18 éves korosztály

Készíts egy tervet a veszélyeztetett fajok megmentésére! Határozd meg az okokat, amiért ezek a fajok a kihalás szélére kerültek! Különböző technológiák segítségével tervezd egy figyelemfelhívó kampányt! Mit jelent ezen fajok (és a többi faj) számára, ha a terved sikeres lesz? Milyen akadályokkal kell megbirkóznod a kampány során? Hogyan tudod ezeket megoldani? Mi biztosítja, hogy a kampány sikeres lesz? Hogyan tudod elérni, hogy a kezdeményezés összekapcsolódjon az olimpiai játékokkal?

Elsajátítandó ismeretek

Felismerni a természet tiszteletének fontosságát.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, projekt alapú tanulás, naplók, reflektív naplók, blogok, kreatív gondolkodás, problémamegoldás.

Javasolt eszközök

A környezetvédelmi munkák során használt eszközök (vödörök, komposztálók, stb.).

Forráskönyvtár – Források

- “The Olympic Movement and the environment: University lecture on the Olympics” Centre d’Etudis Olímpics (UAB), International Chair in Olympism (IOC-UAB), Tarradellas, J., 2010. 02/Good Practices.
- “Sustainability Through Sport: Implementing the Olympic Movement’s Agenda 21 – 2012” International Olympic Committee (IOC). 01/Advocacy.
- “Tunza magazine: Sport and the environment” United Nations Environment Programme (UNEP), 2012. 03/Publications.
- “Tunza magazine: The 4Rs – A way of life” United Nations Environment Programme (UNEP), 2013. 03/Publications.

Megfelelni az olimpiai játékok kihívásainak

Olimpiai nevelési témák: harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Mint minden más szervezetnek, a NOB-nak is számos nehézséggel kell szembenéznie. Alkalmanként olyan helyzetek állnak elő, ami ellentétes az olimpiai mozgalom értékeivel és veszélyezteti hitelességét. Az alábbi feladatok arra sarkallják a tanulókat, hogy elgondolkodjanak és körbejárják a következő nehéz kérdéseket: olimpiai bojkott, csalás, korrupció, dopping.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Vitassátok meg a csalás témáját! Miért csalnak az emberek a sportban? Mit remélnék elérni a csalással? Idézz fel olyan példákat, amikor egy társad csalt abban a játékban, amiben te is részt vettél! Javasoljatok módszereket, hogy hogyan lehetne a csalást megelőzni! Van más módszer a megelőzésre, mint szabályokat hozni?

9-11 éves korosztály

Tanulmányozzátok a montreali, moszkvai és a Los Angeles-i olimpiai játékok bojkottjait! Miért történtek meg? A bojkott alkalmas arra, hogy felhívja a figyelmet valamire? Mit gondolsz, miért nem fordult elő bojkott 1984 óta?

12-14 éves korosztály

Mi a korrupció? Voltak példák a NOB-on belüli korrupcióra is, amikor néhány NOB tag áruba bocsátotta szavazatát egy olimpiarendezés odaítéléséről történő szavazás alkalmával. Tanulmányozd, hogyan történik a következő olimpiai játékok helyszínének kiválasztása! Szerinted van mód a korrupció megakadályozására?

15-18 éves korosztály

A dopping kérdése több évtizede kihívás a sportszervezetek számára. Válassz ki egy olimpiai sportot és vizsgáld meg, hogy mennyire érintett a doppingügyekben! Hogyan kezelték a sportágban ezeket a kihágásokat? Szerinted a szankciók elégségesek? Szerinted a doppingvétség megbocsátható, vagy a zéró tolerancia elvében hiszel? Javasolj módszereket a dopping kérdésének kezelésére, majd csoportosan vitassátok meg a javaslatokat!

★ Elsajátítandó ismeretek

Megismerni a kihívásokat, melyekkel az olimpiai játékok a múltban szembesültek, és felismerni a lehetőségeket, amelyekkel le lehet küzdeni ezeket a nehézségeket.

✓ Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Irányított beszélgetés, szókratészi kérdésfeltevés, gondolkodási készségek, kirakós-tanulás, körhinta-módszer, kölcsönös megosztás, naplók, reflektív naplók, belépőkártyák, kilépőkártyák.

Javasolt eszközök

Találkozóhely.

↓ Forráskönyvtár – Források

- “One hundred years of cultural programming within the Olympic Games (1912–2012): origins, evolution and projections” Routledge, Garcia, B., 2008. 02/Olympism & 03/References.

Megélni az erőfeszítés örömét a sporton és a fizikai aktivitáson keresztül

Olimpiai nevelési témák: az erőfeszítés öröme, kiválóságra törekvés, fair play, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

A sportban való aktív részvétel az erőfeszítés örömeiben teljesebbé válik. Mit jelent ez a különböző életkori szakaszokban? Számtalan kutatás foglalkozott azzal, hogy mennyire hűségesek a sporthoz a diákok (miért folytatják vagy hagyják abba a diákok a sportolást). Kutatták az ifjúsági sportban való részvétel motivációit és okait is. Egy gyakori ok a sportolásra a kapcsolódásra való igény, mely rendszerint felülmúlja a versenyen való részvétel és a győzelem fontosságát. Ennek a fejezetnek a feladatai eltérnek az eddigiektől. Konkrét feladatok helyett fontos elveket mutatunk be az oktatók számára, hogy olyan környezetet tudjanak kialakítani, ahol a szórakozás és az öröm együtt jár a fizikai aktivitással.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

A „hosszútávú sportolói fejlődési modell” (Long Term Athlete Development model = LTAD, Balyi és Hamilton, 2004) szerint minden egészséges sportoló a fejlődés meghatározott szakaszain megy keresztül, fejlődési képességeinek megfelelően. A diákok fejlődésének korai szakaszában a sportszakembereknek érdemes a megfelelő alapokra figyelniük, amikor a hangsúly az örömen, a szórakozás lehetőségén van. Az edzők – lehetőség szerint – olyan foglalkozásokat tartsanak, ahol a különböző képességű diákok megtapasztalhatják az erőfeszítés örömét, a teljesítményt és a személyes megelégedettséget. A gyermekeket meg kell tanítani arra, hogy hogyan kell saját céljaikat megválasztani az egészség és az erőnlét szempontjából, és pozitív visszajelzésekkel kell jutalmazni, bátorítani őket. Ennek az alapszakasznak a célja, hogy a gyermekek annyira megszeressék a sporttevékenységet, hogy később is folytassák azt. A versenyeket ezen a szinten minimálisra kell csökkenteni.

9-11 éves korosztály

Számos sportágban jellemző, hogy felgyorsítják a diákok és sportolók fejlődési ütemét, és jelentős hangsúlyt fektetnek a készségfejlesztésre és a versenyzésre. Ez a fajta hozzáállás bizonyítottan az ellenkező hatást éri el és számtalan diák számára negatív élményként mutatkozik meg. Az LTAD (és hozzá hasonló) modellek ajánlása szerint a diákok olyan programokban vegyenek részt, amik szórakoztatóak, növelik a társas érintkezések számát és támogatják, hogy mindenki aktívan részt vegyen a tevékenységben. Ebben a szakaszban a sportolók először megismerkednek az edzés főbb alapelveivel, és a versenyeket úgy strukturálják, hogy az a diákok saját magukhoz mért fejlődésére fókuszáljon és a résztvevők pozitív tapasztalatokat szerezzenek.

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Felismerni annak a fontosságát, hogy a mozgásban gazdag életmód minden résztvevő számára előnnyel jár.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Megbeszélés, önreflexió, együttműködés.

Forráskönyvtár – Források

- *Designed to Move* webpage, Designed to Move, 2015. [03/Publications](#).
- *“What Sport Can Do: The True Sport Report”* True Sport, Canadian Centre for Ethics in Sport, 2008. [01/Advocacy](#).

További források:

- *“Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers”* United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), 2015. [01/Advocacy](#).
- *“International Position Statement on Physical Education”* International Council of Sport Science and Physical Education (ICSSPE), 2010. [01/Advocacy](#).

Megélni az erőfeszítés örömét a sporton és a fizikai aktivitáson keresztül (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

12-14 éves korosztály

A serdülőkorú gyermekeknél jellemzően nagyon magas a lemorzsolódás a sportban. Az egyik magyarázat szerint túl nagy hangsúlyt kap a versenyzés, és a fiatal sportolók már azelőtt versenyhelyzetbe kerülnek, mielőtt készen állnának erre. A LTAD modell szerint ebben az életkori szakaszban a sportolóknak a technikai kivitelezés tökéletesítésére kellene összpontosítaniuk. Ugyancsak el kell sajátítaniuk az alapvető edzésszervezőket és azok helyes alkalmazását. A sportolóknak ezt a fejlődési szakaszt úgy nevezzük, hogy „edzeni a versenyzésre”.

15-18 éves korosztály

A diákok ebben a korosztályban belépnek az úgynevezett „edzeni a győzelemért” fejlődési szakaszba. A hangsúly az optimális teljesítményen van, ami egyedi minden egyes sportoló esetében.

Az oktatókat arra bátorítjuk, hogy tanulmányozzák a különböző sportolói fejlődési modelleket. Fontos, hogy a kiválasztott foglalkozások a diákok számára örömteli és pozitív élményt jelentsenek, és összhangban legyenek az éppen aktuális fejlődési szakasszal.

Lásd még: Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz, 85. o.

Az emberiség ünnepe: történetek az olimpiai játékokról

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play, kiválóságra törekvés, az erőfeszítés öröme

A feladat leírása

Kezdetben minden olimpiai játék egy üres vászon, amit a sportolók festenek ki a bátorság, az eltökéltség, a siker, a dráma, a szenvedély és az érzelmek szembetűnő színeivel. Művészetük egyedi, és a képek több ezer történetet mesélnek el. Az alábbi feladatok az OVEP-ben résztvevő fiatalokat hívatottak inspirálni.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Kérdezd meg a barátaidat és a családodat: „Melyik olimpikont csodáljátok a legjobban? Miért?” Jegyezd le a hallottakat és tudj meg többet ezekről a sportolókról! Egyetértesz a barátaid és a családtagjaid választásával? Ezek alapján kipróbálnál egy új sportágat? Kérdezd meg testnevelő tanárod/edződ/tanárod, hogy van-e lehetőség új sportágak kipróbálására! Érezd jól magad!

9-11 éves korosztály

Olvasd el az egyik sportoló profilját az Olimpiai Nagykövet Program weboldalán (lásd: Forráskönyvtár). Alakítsatok csoportokat és vitassátok meg a kiválasztott sportoló eredményeit! Mit gondoltok, mi motiválta? Vannak olyan elemei a történetének, amik inspirálnak téged?

12-14 éves korosztály

Cathy Freeman egy ausztrál őslakos családba született és már egészen kis korától nagyon tehetséges volt futásban. Útja az olimpiai sikerig nem volt egyszerű; a családja szegény volt és diszkriminációtól szenvedett. Cathy keményen dolgozott, és így kijutott a 2000-es Sydney-i olimpiai játékokra az ausztrál csapat tagjaként. Még nagyobb megtiszteltetés érte azzal, hogy ő lehetett az utolsó fáklyavívő és befuthatott az olimpiai lánggal a nyitóünnepségre. Sikeresen zárta olimpiai versenyzését, mivel az utolsó versenyszámában, a 400 méteres síkfutásban is diadalmaskodott.

Látogasd meg Cathy Freeman weboldalát: www.cathyfreemanfoundation.org.au és tudj meg többet a munkájáról, amivel a tehetséges ausztrál őslakos gyerekeket segíti! Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Tanulmányozni és inspirációt meríteni az olimpikonok eredményeiből, a jövőbeli elképzeléseikből.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Megbeszélés, önreflexió, együttműködés.

Javasolt eszközök

Találkozóhely, számítógép.

Az emberiség ünnepe: történetek az olimpiai játékokról (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

15-18 éves korosztály

Keresd meg az új-zélandi olimpiai nagykövetek profiljait az Olimpiai Nagykövet Program weboldalon (lásd: Forráskönyvtár). Hogyan inspirálták Új-Zélandot az aktívabb életvitelre a nagykövetek?



Forráskönyvtár – Források

- *Olympic Ambassador Programme* webpage, The New Zealand Olympic Committee, 2016. [00/Activity Sheets](#).

Élet/mindennapok a fair play szellemében

Olimpiai nevelési témák: fair play, egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek

A feladat leírása

Az alábbi feladatok segítségével a diákok megérthetik a fair play jelentését, jelentőségét és a tisztességtelen játék következményeit.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Gondolj azokra a sportágakra, amiket űzöl. Mitől lesz az a sport élvezetes? Mi az, ami nem tetszik benne? Írd le, hogy mitől lesz egy sportoló tisztességes. Készíts öt darab papírrepülő (használt vagy újrahasznosított papírból) és mindegyikre írd egy szót, ami szerinted a legjobban meghatározza, hogy mit jelent a fair play a sportban. Öt műanyag karikából rakd ki az olimpiai szimbólumot, majd dobd a repülőket a körökbe.

9-11 éves korosztály

Gyakran igaz a sportban, hogy az egyenlő bánásmód nem mindig igazságos. Mit jelent ez számodra? Vitassátok meg gondolataitokat az osztályban!

12-14 éves korosztály

Alkossatok két csoportot és vitassátok meg a következő kérdést! Sok szabályra van szüksége a sportnak a fair play elérése érdekében? Az egyik csapat érveljen ellene, a másik mellette! A vita után alkossatok párokat és beszéljétek meg az elhangzottakat! A feladat végén számoljátok össze, hogy hány diáknak változott meg az eredeti véleménye.

15-18 éves korosztály

Olvassátok el a következő történetet! Amikor 1956-ban a brit hosszútávfutó, Christopher Brasher kijutott a Melbourne-i olimpiára, úgy érezte, hogy karrierje csúcsára ért. Brasher sosem nyert

még egyetlen futóversenyt sem, az akadályfutáson elért 3. helye a brit válogató versenyen biztosította helyét a brit csapatban. A középfutamban Brasher nehezen boldogult, a leggyengébb időeredménnyel jutott a döntőbe. Néhány nappal később az utolsók között futva nem úgy nézett ki, hogy érmet fog nyerni, de két körrel a vége előtt erőre kapott és egymás után hagyta le az egyre fáradó ellenfeleit. Egyre jobban megközelítette az élbolyt, és az utolsó vizes akadálynál már az éremért volt versenyben. Az utolsó 80 méteren az élre került és életében először versenyt nyert – az olimpiai döntőt. Néhány órával később diszqualifikálták, mert a bírák szerint akadályozta a második és a harmadik helyezettet. Így a norvég Ernst Larsen és a magyar Rozsnyói Sándor nyerték az arany- és az ezüstérmeket. Ám ezután valami kivételes és elismerésre méltó történt.

Miután megtudták, hogy mi történt Brasherrel, Larsen és Rozsnyói jeleztek az atlétikai főbíróknak, hogy nem értenek egyet Brasher diszqualifikálásával. Kérték, hogy az aranyérmeket Brashernek adják, holott ez azt jelentette, hogy ők egy hellyel hátrébb végeznek a versenyben. Néhány óra múlva visszavonták a döntést, és ismét Brasher lett az olimpiai bajnok.

Írj egy rövid színdarabot Chris Brasher, Ernst Larsen és Rozsnyói Sándor történetéről! Mit tanultál a fair playről a történet megismerésével?

Elsajátítandó ismeretek

Megismerni a fair play jelentőségét a sportban és az élet más területein is.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kreativitás, problémamegoldás, együttműködés, szerepjáték, önreflexió, megbeszélés.

Javasolt eszközök

Jelmezek a szerepjátékhoz, székek és asztalok a vitához, öt műanyag karika, papír a papírrepülő készítéséhez.

Forráskönyvtár – Források

- Fair Play Teaching Resource webpage, UNICEF New Zealand, 2011. 03/Manuals.

A magunk és mások iránti tisztelet gyakorlása

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

Ma a fiatalok multikulturális világban élnek, így megtanulják elfogadni és tisztelni a sokszínűséget, és gyakorolják a békés viselkedést, terjesztik a békét és a nemzetközi megértést. Az alábbi feladatok arra készítetik a tanulókat, hogy megvizsgálják az egymás iránti tisztelet témakörét és szerepét mindennapi életükben.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Egy iskola (vagy sport klub) számos olyan fiatal taggal rendelkezhet, akik egy másik országból érkeztek menekültként. Az iskolai óra kiváló alkalom a diákok egymás közötti eszmecseréjére. Ugyanakkor előfordulhat, hogy a különböző származású diákok a szünetekben egymástól függetlenül játszanak. Csoportokban beszéljétek meg, hogyan tudnátok meghívni/bevonni ezeket a gyerekeket a játékokba! Osszátok meg gondolataitokat a csoporttal!

9-11 éves korosztály

Készítsetek egy „tisztelet falat”! Gyűjtsetek össze újságokat és magazinokat, és keressetek benne olyan képeket és történeteket, amik a tiszteletről szólnak! Vágjátok ki és ragasszátok fel egy nagy papírra, amiket találtatok! Kérdezzetek meg minden csapattagot, hogy miért pont azt a képet/történetet választotta!

12-14 éves korosztály

Alkossatok két vitacsoportot és vitassátok meg a következő kérdést! Lehetséges tisztelni az ellenfelet egy sportversenyen, vagy ez a gyengeség jele? Írjátok le gondolataitokat a tisztelet szerepéről a sportban! Mi az, és hogyan befolyásolja az életedet a tisztelet?

15-18 éves korosztály

Ha megkérnének, hogy írd meg vagy módosítsd az Egyesült Nemzetek alapszabályát, figyelembe véve azokat a kihívásokat, amikkel a világ jelenleg szembesül, mit írnál? Hozd létre a saját alapszabályodat és oszd meg a csoporttal! Vannak olyan alapelvek a dokumentumodban, amit azonnal alkalmazni tudsz a tanulási környezetben?

Elsajátítandó ismeretek

Megismerni, hogy a tiszteletnek mekkora ereje van a saját életünk és mások életének megváltoztatásában.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, vitakészség, kreativitás, problémamegoldás, együttműködés, irodalmi körök.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, helység a beszélgetéshez.

Forráskönyvtár – Források

- *“The Olympic Values Test: Activity Sheet”*
International Olympic Committee (IOC), 2011.
[00/Activity Sheets](#).
- UNESCO webpage, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO).
[03/Links](#).
- *“Sport and Recreation on Robben Island”*
Taylor & Francis, Keim, M. & Bouah, L., 2013.
[02/Good Practices & 03/References](#).
- *Sport for Hope* webpage, International Olympic Committee (IOC). [03/Links](#).

Jogaim = felelősségeim

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play

A feladat leírása

Beszélgetés, szerepjáték és problémamegoldás segítségével a diákok megismerik jogukat és kötelezettségeiket.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Ennek a korcsoportnak a diákjai általában szekvenciális gondolkodásúak („egymás után” tudnak gondolkodni) és konkrétumokat keresnek, ezért ez a feladat elég elvont lehet számukra. Az oktatók kezdenek azzal, hogy példákat hoznak a tanulók otthoni, iskolai és sportolói feladatairól, amikért ők a felelősek. Először érdemes a különböző szabályok felsorolásával kezdeni, majd az oktató segítségével a diákok eljuthatnak a felelősség megértéséhez. Például a tanuló felelőssége, hogy részt vegyen az edzéseken. A mélyebb megértés során a tanuló rájön, hogy az edzésen való aktív részvétellel nem csak a saját képességeit fejleszti, de a többiek fejlődéséhez is hozzájárul.

Hasonló módszerrel érdemes a jogok témakörét is megértetni a tanulókkal. Javasoljuk, hogy az oktatók először konkrét példák említésével beszélgessenek a diákok jogairól, majd segítsenek fokozatosan megérteni a mélyebb tartalmat, hogy a jogok nem csupán öncélú szabályok sorozata. Például mindenkinek joga van sportolni. Ugyanakkor az nem a szabályok megszegése, ha agresszivitás és kirekesztés miatt a játék leáll. A diákok vitassák meg ezt a két álláspontot csoportosan és az oktató segítse őket a különbség megértésben.

9-11 éves korosztály

Indul a sportszezon. Tartsatok egy csapatmegbeszélést, ahol megvitatjátok, hogy milyen értékek mentén szervezitek a csapatot a szezon során! Mit gondolsz, mi a legfontosabb? Példák: bizalom, őszinteség, nagyvonalúság, egymás támogatása, stb. Mint csapat, soroljátok fel azokat a kötelezettségeket és felelősségeket, amit mindenki elfogad!

Minden csapattag írja alá ezt a dokumentumot és függesszék ki a tornaterem/osztályterem/szoba falára! Időnként olvassátok el újra a dokumentumban leírtakat és beszéljétek meg, hogy mennyire sikerült a csapatnak betartania az egyes pontokat!

12-14 éves korosztály

Tegyétek fel a következő kérdést! Hisztek abban, hogy egy beszéd változást hozhat? A történelem nagy szónokai ékesszólóan beszéltek az emberi jogokról. Olvassátok el a 104. oldalon azt a részt, ami Martin Luther Kingről szól! Írjatok, majd adjatok elő egy rövid beszédet az emberi jogokról (vagy annak egyik formájáról), ami inspirálja a hallgatóságot és tettekre sarkallja. Adjatok elő a beszédek osztyájtársaitoknak, és közben figyeljétek az előadásmódra, a mondanivaló erejére és jelentőségére.

15-18 éves korosztály

Az iskola sportprogramjainak számtalan problémával kell szembenéznük. A család elharapódzott. A játékosok folyton vitatkoznak, megkérdőjelezzik a bírók ítéleteit és tiszteletlenek az edzővel. Téged és a csapatodat felkértek, hogy készítsétek tervet a helyzet orvoslására. A következő módszerek segíthetnek: viselkedési normák és alapszabály lefektetése, valamint szemináriumok tartása.

Alkossatok kis csoportokat, majd minden csoport válasszon egy módszert és dolgozza ki! Amikor készen vagytok, minden csoport számoljon be, hogy milyen megoldásra jutott! Ezt úgy hívják, hogy kirakós-tanulás: egy probléma különböző részeire külön csoportok keresik a megoldást és végül összegzik a válaszokat. Mit gondolsz, ezek a megoldások meg tudják oldani az iskolai sportprogramok problémáit?

Elsajátítandó ismeretek

Megtanulni különbséget tenni az egyéni és a közösségi jogok és felelősség között.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kirakós-tanulás, körhinta-módszer, kölcsönös megosztás, szókratészi kérdésfeltevés, belépőkártyák, kilépőkártyák.

Javasolt eszközök

Írószerek, találkozóhely.

Forráskönyvtár – Források

- “Teacher’s Tool Kit” World Anti-Doping Agency (WADA), 2014. 03/Manuals.

Nehéz döntések

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play

A feladat leírása

A sport, akárcsak az élet, sokszor választást elé állít minket. Amikor nehéz helyzetekkel szembesülünk, megpróbálunk olyan döntéseket hozni, amiről úgy gondoljuk, hogy a legjobb az adott helyzetben. Ahogy idősebbek leszünk, egyre több tapasztalatot és képességet szerzünk és könnyebben tudunk dönteni, de a fiatalok számára a választatok nagy kihívást jelentenek. Az alábbi feladatok olyan helyzeteket mutatnak a tanulóknak, ahol valamilyen nehézséggel szembesülnék és lehetőséget kapnak a különböző lehetséges válaszok átgondolására.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Az iskolai sportszezon első meccse előtt álltok. Néhány új tanuló érkezett az iskolába, akik a csapatodban szeretnének játszani. Az egyik tanuló rögtön ellenszenvvel viseltet az újak iránt, és azt mondja a többieknek, hogy ne passzoljanak nekik és egyáltalán ne is tekintsék őket csapattagnak. Abban reménykedik, hogy ezzel az új játékosok olyan rosszul érzik majd magukat, hogy önként távoznak. Te nem akarsz ennek a részese lenni – mit tudsz tenni?

Beszélgétek meg a különböző lehetőségeket csapattársaiddal, majd osszátok meg gondolataitokat az egész csapattal!

9-11 éves korosztály

Tagja vagy az iskolai közösségnek vagy a helyi sportcsapatnak, ami szép sikereket ért el. Azonban egy vesztes meccs után az egyik játékos téved hibáztat a vereségért. A következő edzéseken tovább folytatja a hibáztatást. Ezután ez a csapattag gúny tárgyává tesz, majd megfenyeget, amikor megpróbálsz leállítani. Attól tartasz, ha jelentetted ezt az edzőnek, még igazságtalanabbul fog veled bánni. Mit

tehetsz? Alkossatok öt csoportot és beszéljétek meg az ismertetett szituációt különböző nézőpontokból:

- A terrorizáló szemszögéből. Miért viselkedik így? Történt valami, ami megmagyarázza a viselkedésében beálló változást? Ha a viselkedése a kommunikációjában nyilvánul meg, mit kommunikál ez a diák?
- Az áldozat szemszögéből. Mit él át ez a diák? Van valami oka annak, hogy pont őt kezdte el a másik terrorizálni?
- A csapattársak szemszögéből. Észrevettek valamit? A másikat megalázó csapattag viselkedése milyen érzelmeket vált ki belőlük?
- Az edző szemszögéből. Mit kellene az edzőnek tennie, ha a tudomására jut egy ilyen jellegű eset?
- A szülők szemszögéből. Mit csinálhatnak a szülők, ha ilyen eset a tudomásukra jut?

Minden csoport ossza meg az egész osztállyal, hogy mire jutott, illetve milyen lehetőségek vannak a helyzet kezelésére!

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Fejleszteni a döntéshozatali készséget, hogy az olimpiai értékek segítségével szembe tudjunk nézni a nehézségekkel.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Irányított vizsgálat, szókratészi kérdésfeltevés, problémamegoldás, együttműködés, gondolkodási készség, kommunikációs készség, kreativitás.

Javasolt eszközök

Helység a megbeszéléshez.

Nehéz döntések (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

12-14 éves korosztály

Nemrégiben csatlakoztál egy iskolai sportcsapathoz és nagyon élvezed a közös sportolást az új csapattársaidal. Az egyik legnépszerűbb csapattag különösen nagy örömmel fogadott. Hamarosan rájössz, hogy a csapattársaid többsége és az iskolába járók többsége is „menőnek” tartja. Egyik nap egy meccs után hazafelé sétálva a „menő gyerek” félrehív és a csapat többi tagja előtt elővesz egy doboz cigarettát. A cigarettát meggyújtja és arra bátorít, sőt inkább kényszerít, hogy te is vegyél egyet. Mit tennél ebben a helyzetben?

Kis csoportokban beszéljétek meg, hogy milyen lehetőségek vannak a szituáció megoldására!

15-18 éves korosztály

Egy tizenéves, aki nagyon szeret futni, elhatározza, hogy felnőttként ebből a sportból szeretne megélni. Nagyon keményen edz, de a versenyeken nem éri el a profivá váláshoz szükséges szintet. Egy edző felismeri a sportoló tehetségét és azt javasolja, hogy használjon tiltott szereket, hogy még jobb eredményeket érjen el. Mit kellene a sportolónak tennie? Tudja, hogy a doppingolás csalás, és hogy ezzel az egészségét is kockáztatja. Nehezíti a dilemmát, hogy ez a fiú szegény családból származik és a pénz, amit a futással keresne, segíthetne megváltoztatni az életüket.

Alkossatok kis csoportokat és elemezzétek az esetben felmerülő kérdéseket!

Hogyan hozzam ki magamból a legjobbat?

Olimpiai nevelési témák: kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek

A feladat leírása

A kiválóságra törekvést sokszor összekapcsolják a győzelemmel, és lehet ez az egyik célja a versenyzésnek, de ez a magyarázat túl felszínes. Mindenkinél különböző képességei vannak a sportban és az életben is, és megpróbálni a legjobbnak lenni nemes szándék.

A kiválóságra való törekvés alakítja a személyiségünket és értelmet ad teljesítményünknek. A hatása nem korlátozódik a sportpályára; a kiválóságra való törekvés életünk minden területére hatással van és érinti a körülöttünk lévőket is.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Odd meg a következő feladatokat és tanulj új sportágakról!

Töltsd ki a hiányzó részeket! Egészítsd ki a következő mondatokat a megfelelő sportággal az alábbi listából!

- (a) Két sportág, amit jégen űznek: _____ és _____.
- (b) Két sportág, amit egy havas hegyoldalon űznek: _____ és _____.
- (c) Négy sportág, amit labdával játszanak: _____, _____, _____ és _____.
- (d) Három sportág, amit vízen rendeznek: _____, _____ és _____.
- (e) Két sportág, ahol a lovak is sportolnak: _____ és _____.
- (f) Két sportág, ahol a sportoló célpontra lő: _____ és _____.
- (g) A futás, az ugrás és a dobás _____ számok.
- (h) Az a sportág, ahol a sportolók csavarokat és fordulatokat végeznek korláton és gyűrűn: _____.
- (i) Két olimpiai sportág, aminek lényege a test-test elleni küzdelem: _____ és _____.

íjászat

öttusa

sí

röplabda

birkózás

kosárlabda

torna

evezés

gyeplabda

lovassportok

atlétika

lövészet

ökölvívás

szánkó

korcsolya

vitórlázás

**hódeszka
(snowboard)**

kajak-kenu

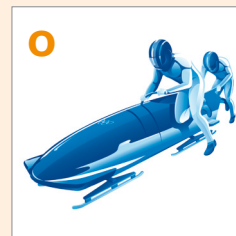
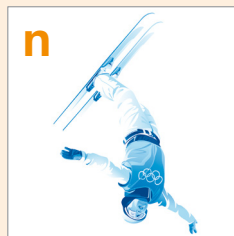
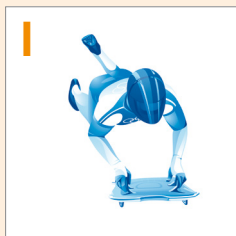
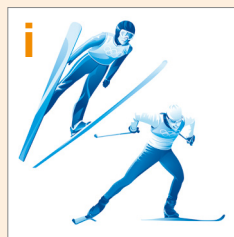
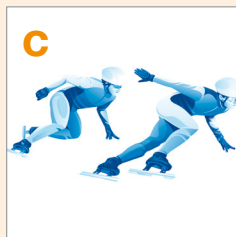
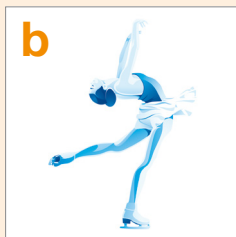
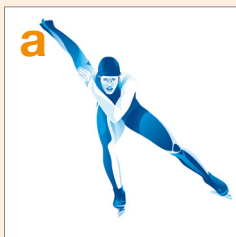
labdarúgás

Hogyan hozzam ki magamból a legjobbat? (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály (folytatás)

Melyik téli sportág van a piktogrammon?


☐ szánkó

☐ sífutás

☐ hódeszka (snowboard)

☐ szkeleton

☐ alpesi sí

☐ bob

☐ síakrobatika

☐ jégkorong

☐ síugrás

☐ gyorskorcsolyás

☐ biatlon

☐ curling

☐ műkorcsolyázás

☐ északi összetett

☐ rövidpályás
gyorskorcsolyás

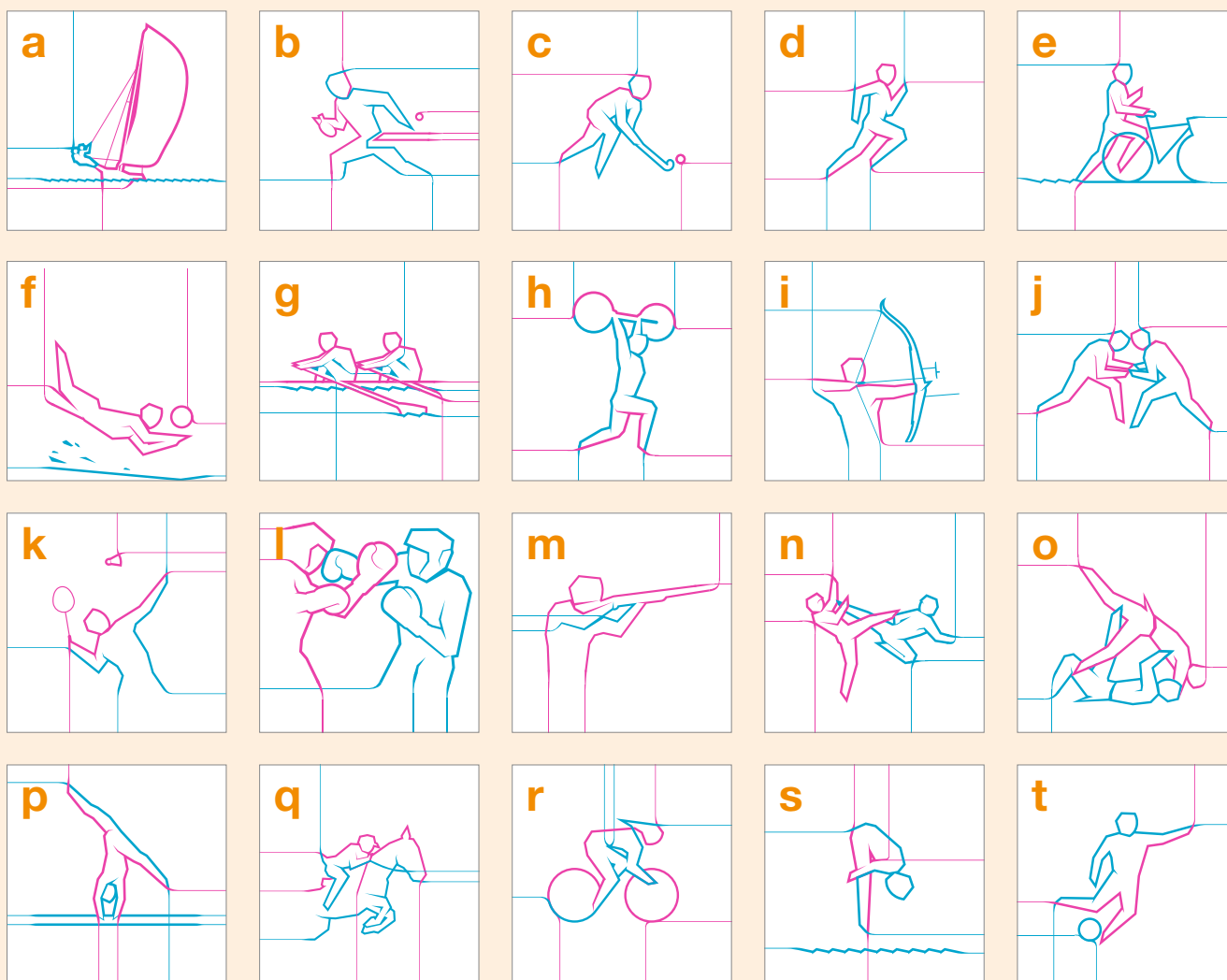
Képek forrása: Téli Olimpiai Játékok, Vancouver (2010)

Hogyan hozzam ki magamból a legjobbat? (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály (folytatás)

Melyik nyári sportág van a képen?


☐ strandröplabda

☐ lovaglás

☐ labdarúgás

☐ súlyemelés

☐ vitorlázás

☐ torna

☐ atlétika

☐ birkózás

☐ cselgáncs

☐ triatlon

☐ pályakerékpár

☐ lövészet

☐ ökölvívás

☐ műugrás

☐ evezés

☐ gyeplabda

☐ taekwondo

☐ asztalitenisz

☐ íjászat

☐ tollaslabda

Képek forrása: Nyári Olimpiai Játékok, London (2012)

Lásd még: Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz, 106. oldal

4. fejezet: Az olimpiizmus nevelési témáinak oktatása D. A legjobbat kihozni magunkból a kiválóságra törekvés során

Hogyan hozzam ki magamból a legjobbat? (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

9-11 éves korosztály

„Ez nem az éremről szól.” A kanadai Leah Pells pályafutásának csúcsa az volt, amikor kvalifikálta magát a nők 1500 méteres futószámában az 1996-os atlantai olimpiára. Abban a tudatban indult a versenyen, hogy az erős mezőnyben biztosan nem fog az előfutamból továbbjutni. Azonban mivel élete formájában volt, figyelemreméltó kitartással eljutott a döntőig. Az olimpiai döntő egy igazi élmény volt, fantasztikus sportolók futottak egymás mellett, egymást támadva (gyorsítva, lassítva). Pells hátul futott a bolyban, és lehetetlennek tűnt, hogy az élbolyban végezzen. Azonban a verseny előrehaladtával az erős kezdés kezdett több futó teljesítményén is meglátszani. Ekkor indult meg Pells. Egymás után előzte meg fáradó riválisait. A célegyeneshez közeledve a hatodik helyen állt, majd az ötödiken, és végül negyediként futott át a célvonalon. Mindössze fél lépésre volt az olimpiai éremtől.

A verseny után televízió-kamerák keresztműzében készült vele interjú. Az egyik riporter megjegyezte: „Biztos nagyon csalódott most.” Pells könnyekkel a szemében fordult a riporterhez, és azt válaszolta: „Csalódott? Ez volt életem legjobb versenye. Olyan boldog vagyok, hogy sírni tudnék. Ez nem az éremről szól...”

Csoportokban vitassátok meg Leah Pells történetét! Mi a tanulsága annak, amit próbált megosztani a riporterrel? Beszélgetsetek a csoportotokban olyan sporteredményekről, amivel elégedett voltál, noha nem te nyertél. Miért volt mégis különleges?

12-14 éves korosztály

Képzeld el, ahogy sétálsz az iskolád folyosóján, és meglátod az egyik olyan lelkesítő posztert, amik gyakran díszítik a falakat. A poszterre nagy, színes betűkkel a következő van írva: „Előre az úton a tökéletesség felé!” A képen egy futó lány van a sportpályán. A következő mondatok veszik körbe a fényképet:

- „Olyan célokat tűzz ki, amik realisztikusak és motiválni fognak.”
- „Mindannyian különböző képességekkel rendelkezünk. Ha céljaidat a személyes lehetőségeidhez méred és keményen dolgozol, eljuthatsz az álmaidhoz.”
- „Az edzőitől és a társaidtól kapott visszajelzések segítenek helyesen értékelni a teljesítményedet.”
- „Alakíts ki egyensúlyt a sportban és a magánéletben azáltal, hogy megünnepled az eredményeidet és nem okolod magadat a kudarokért!”

Állj meg, nézd meg a képet, majd olvasd el az üzenetét! Egyetértesz a mondanivalójával?

Az oktató vegyen elő négy nagy méretű papírlapot és másolja le a fenti mondatokat! Ragassza fel őket a falra és hagyja, hogy a diákok ráírják a gondolataikat/élményeiket! Adjon minden diáknak öt percet minden állomásnál, hogy mindenki írhasson valamit mindegyik lapra! A beszélgetés nem megengedett. Miután mindenki minden állomással végzett, a diákok összegezzék a hozzászólásokat mindegyik állomásnál!

15-18 éves korosztály

A kiválóságra való törekvés nemcsak a sportban fontos, hanem az élet egyéb területein is. Tanulmányozd egy olyan sportoló életét, aki inspirál téged! Ezután írd egy cikket egy magazinnak, és elemezd annak az általad választott sportolónak az erőseit, aki a kiválóság példája lehet.

★ Elsajátítandó ismeretek

- Felismerni, hogy a kiválóságra törekvés egyben a személyes határaink tesztelését és önmagunk jobbá tételét is jelenti.
- Felismerni, hogy a kiválóságra törekvés az életünk minden területén jelen van.

✓ Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Vizsgálat, együttműködés, kreativitás, naplók, reflektív naplók, blogok, vlogok, körhinta-módszer, kirakós-tanulás, kölcsönös megosztás.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés, találkozási hely, papír poszter készítéséhez, tollak.

↓ Forráskönyvtár – Források

- *Pro Safe Sport Online Academy* webpage, Council of Europe. [03/Manuals](#).

Kitartás és az olimpiai játékok

Olimpiai nevelési témák: kiválóságra törekvés, az erőfeszítés öröme, egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

A kitartásról általában úgy vélekednek, mint az egyik legfontosabb tulajdonság/készség az életben, ami segít a kihívások leküzdésében. Mindig folytatni, haladni előre és nem megtörni a nyomás alatt – ezek mind olyan tulajdonságok, amik segítenek az akadályok leküzdésében. Az olimpiai játékok minden sportoló számára a kitartás legnagyobb próbája. Sokan nem kerülnek be elsőre a nemzeti válogatottba, de végül – állhatatos kitartással – kijutnak az olimpiára. Ezek a feladatok/történetek azért íródtak, hogy inspirálják a tanulókat és segítsenek nekik megérteni, hogy mit jelent olimpiai szinten versenyezni.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

A kitartás azt jelenti, hogy minden nehézség és kihívás ellenére sem adjuk fel azt, amit csinálunk. Gondolj egy olyan pillanatra, amikor a sportpályán kitartásra volt szükséged. Talán a csapated egymás után többször is vesztett. Hogyan jutottál túl ezen a csalódáson? Milyen készségeket használtál, hogy ösztönözd magad a folytatásra? Alkossatok kis csoportokat és beszéljétek meg tapasztalataitokat!

9-11 éves korosztály

A brit Kelly Holmes világklasszis futó volt. Minden versenyen, ahol elindult, döntőbe jutott és számtalan érmet nyert. A 2000-es Sydney-i olimpián bronzérmet nyert 800 méteren, ami számos sportoló számára egy sikeres karrier csúcspontját jelentette volna. A verseny után Kelly sérüléstől szenvedett, de az olimpiai aranyérem utáni vágyát semmi sem tudta kioltani. A 2004-es athéni olimpiára élete legjobb formájában érkezett. Annak ellenére, hogy minden idők egyik legerősebb mezőnye indult a 800 méteres versenyben, Kelly nyerte az aranyérmet. Néhány nappal később az 1500 méteres versenyben is győzött. A két aranyérem lett az eredménye a sokévi kitartásának.

Ismersz olyan sportolót, vagy valamelyik barátodat, akinek hasonló története van? Aki többévi kitartó edzés, számtalan csalódás és kemény küzdelmek árán végül sikert ért el? Oszd meg ezeket a történeteket társaiddal!

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Megérteni, hogy a kitartás hogyan segít minket abban, hogy sikereket érjünk el és kihozzuk magunkból a legjobbat.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Együttműködés, megbeszélés, vizsgálat, kölcsönös megosztás.

Javasolt eszközök

Találkozóhely.

Kitartás és az olimpiai játékok (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

12-14 éves korosztály

Feladat a kitartásról és az „ismeretlen sportolóról”. Az olimpiatörténettel foglalkozó könyvek tele vannak híres sportolók történeteivel. Közülük sokan fantasztikus sporteredményeket értek el és a számtalan olimpiai érem bizonyítja sikereiket. De más sportolók neve is bekerült az olimpiai történetébe, akik már azzal, hogy kijutottak az olimpiai játékokra, hatalmas sikert értek el. Kétségtelen, hogy sok olyan sportolóról tudunk, akik óriási áldozatokat hoztak, hogy bekerüljenek hazájuk olimpiai csapatába. Közülük néhányan csak többszöri sikertelen próbálkozás után jutottak el az olimpiára, de mégis kitartottak.

Találjatok egy helyi sportolót, aki kijutott az olimpiára! Kérjétek meg, hogy meséljen az olimpiára kijutás tapasztalatairól és az ott szerzett élményeiről! Írjátok le a válaszokat és osszátok meg osztálytársaitokkal!

15-18 éves korosztály

Az 1988-as Calgaryban rendezett téli olimpiára készülve az amerikai gyorskorcsolyázó Dan Jansen volt az 500 méteres szám egyértelmű favoritja. Alig néhány órával a verseny előtt kapta a szomorú hírt, hogy nővére elhunyt leukémiában. Jansen mindent megpróbált, hogy a legjobbat hozza ki magából, de néhány méterrel a kezdés után megbotlott és elesett a jégen. Majd megszakadt a szíve. Pár nappal később az 1000 méteres számban versenyzett. Nagyon jól kezdett, de ismét elesett. Egy ilyen eset a legtöbb sportoló számára a pályafutása végét jelentette volna, de Jansen folytatta a versenyzést. Az 1992-es Alberville-i téli olimpián mindkét számban a negyedik helyen végzett. Ekkor több sportriporter kijelentette: Jansen egyike azon legnagyobb sportolóknak, akik soha nem nyertek érmet olimpián. De Jansen még ekkor sem adta fel. Két évvel később, élete utolsó olimpiáján 1994-ben Lillehammerben az 1000 méteres számban a döntőbe jutott és megnyerte a versenyt. Végül sikerült megszereznie az olimpiai aranyérmet.

Gondold végig Dan Jansen történetét! Milyen tanulságokkal szolgál? Milyen tanácsot adnál egy barátnak vagy egy sportolónak, aki egymás után több csalódást okozó teljesítményt nyújtott?

Reziliencia és az olimpiai játékok

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme, fair play

A feladat leírása

Az olimpiai játékok története tele van olyan sportolókkal és csapatokkal, akik óriási kihívásokat küzdöttek le, hogy versenyezhesenek. A feladatlapon a diákok példákat olvashatnak a tűrő- és ellenállóképesség különböző megnyilvánulásairól. Az alábbi példák és kérdések arra hivatottak, hogy a tanulók számára segítsenek megtalálni azokat a képességeket, amelyek segítségükre lesznek az életben adódó nehézségek leküzdésében (a sportpályán és az élet egyéb területein).

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

A reziliencia azt jelenti, hogy az ember gyorsan túleszi magát a nehézségeken. Hogyan próbálsz meg jobb kedvre deríteni magadat, amikor ideges vagy zaklatott vagy? Mit teszel, amikor a sportolói teljesítményed nem olyan, mint amilyet szeretnél?

Írj le vagy mesélj el egy kitalált történetet egy sportolóról, aki elesett és utolsóként végzett a versenyen! Mi következett ezután? Hogyan érezte magát a sportoló? Mit tud tenni annak érdekében, hogy visszanyerje az önbizalmát és a következő versenyen jobban szerepeljen?

9-11 éves korosztály

1945. augusztus 6-án a japán Hirosima városára atombombát dobtak. Több ezer ember életét vesztette és a város teljesen elpusztult. Ugyanezen a napon megszületett Yoshinori Sakai, aki egy kisvárosban nőtt fel, nem messze Hirosimától. Szeretett futni, és tizenévesen csatlakozott a helyi atlétikai klubhoz. 19 évesen óriási megtiszteltetés érte Yoshinorit: a fiatalember az 1964-es tokiói olimpián az utolsó lehetett a fáklyavivők között a nyitóünnepségen.

Mit gondolsz, miért Yoshinori Sakait választották, hogy fellobbantsa a lángot az olimpiai üstben? Miért tarthatjuk őt az alkalmazkodó- és ellenállóképesség szimbólumának?

Japánban egy jól ismert történet annak a fiatal lánynak az esete, aki sugárzás hatása miatt lett beteg a hirosimai atombomba robbanása után. A fiatal lány, Sadako haldoklott, amikor a barátai meglátogatták. A barátai mindenáron segíteni szerettek volna rajta, ezért egy ősi japán legendára emlékezve, több ezer papír origami darvat hajtogattak. A legenda szerint, aki 1000 papír darvat hajtogat, annak lehet egy kívánsága. Japánban a gyerekek minden évben sok ezer papír origami darvat készítenek, mert ezek a béke, a tűrő- és állóképesség szimbólumai.

Nézzetek meg origamival foglalkozó weboldalakat és tanuljátok meg, hogyan kell papírból darvat készíteni!

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Felismerni, hogy a kihívások a sport és az élet velejárói, és azáltal, hogy fejlesztjük az alkalmazkodó-képességünket, sikeresen túljuthatunk ezeken.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Együttműködés, szerepjáték, kölcsönös megosztás, kreativitás, projekt alapú tanulás, vizsgálat.

Javasolt eszközök

Rajzfelszerelés (papír az origamihoz), találkozóhely.

Reziliencia és az olimpiai játékok (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

12-14 éves korosztály

Lopez Lomong egy kis dél-szudáni faluban nőtt fel. Hatéves korában elraborták, hogy gyerekkatonát neveljenek belőle. Néhány társával együtt sikerült megszöknie és három napig futottak, amíg elérték a kenyai határt. A következő tíz évben Lopez egy menekülttáborban élt, majd támogatóknak köszönhetően New Yorkba utazhatott, hogy tanuljon. Lopezről hamar kiderült, hogy tehetséges futó és hamarosan versenyeket kezdett nyerni. 2008-ban kijutott az Egyesült Államok színeiben a pekingi olimpiára. Bár érmet nem nyert, a története példaként állt a csapat minden tagja előtt, és így őt választották arra a megtisztelő szerepre, hogy az amerikai zászlót vigye a nyitóünnepségen.

Képzeld el, hogy interjút készíthetsz Lopez Lomonggal! Milyen kérdéseket tennél fel neki? Fókuszálj az alkalmazkodó- és ellenállóképességgel kapcsolatos kérdésekre! Hogyan birkózott meg a kihívásokkal? Játsszátok el az interjút!

15-18 éves korosztály

Az olimpiai mozgalom újra és újra megmutatta, hogy mennyire jól tud alkalmazkodni. Tanulmányozd az újkori olimpiai játékok történetét, különös tekintettel azokra az esetekre, amik jelentős kihívást vagy veszélyt jelentettek az olimpiai mozgalomra. Ilyen témakörök lehetnek például a bojkottok, korrupció (elsősorban Salt Lake City esetében), terrorizmus, politika és rasszizmus (különösen a Fekete Erő demonstrációja az 1968-as mexikóvárosi olimpián). Válassz módszert, hogy hogyan szeretnéd megosztani társaiddal a kutatásod eredményét: írásos vagy szóbeli beszámoló, szerepjáték, poszter, stb.!

Bátorság az olimpiai játékokon

Olimpiai nevelési témák: egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme, kiválóságra törekvés

A feladat leírása

A feladatgyűjtemény ezen része a bátorság értékét járja körül. Számos jól ismert történet szól olyan bátor sportolókról, akik olimpiai érmeeket nyertek; de azokról már kevesebbet tudunk, akik számára már pusztán az olimpiára történő kijutás is a siker csúcsa volt. A központi gondolat ezek mögött a történetek mögött, hogy a bátorság – ami mindannyiunkban ott lakozik – megerősít minket, amikor kihívások elé kerülünk akár a sportban, akár az élet egyéb területein.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Mit jelent számodra a bátorság? Gondolj egy olyan esetre, amikor kihívással szembesültél és fel akartad adni, de végül mégis tovább folytattad! Mi adta az erőt ahhoz, hogy folytasd? Olvasd el Marla Runyan történetét! Hogyan mutatta meg a bátorságát?

Marla Runyan egy különleges sportoló. Hivatalosan vak, de rendelkezik korlátozott látásképességgel. Marla egész életében küzdött a gyenge látása miatt, de ez soha nem akadályozta meg abban, hogy sportoljon. Rájött, hogy nagyon tehetséges a sportban. Keményen edzett és így kijutott az 1992-es barcelonai paralimpiára. Rendkívül sikeres volt, négy aranyérmet nyert paralimpián, de a legérdekesebb még csak ezután következett. Marla szerette az 1500 méteres távot, ami embert próbáló vak futók számára, mert nagy az egymásba ütközés veszélye. Ennek ellenére Marla kijutott a 2000-es és a 2004-es olimpiai játékokra az Egyesült Államok színeiben. Ezzel ő lett az első vak sportoló, aki a paralimpián és az olimpiai játékokon is versenyzett.

Írj egy történetet Marla Runyan tapasztalatáról, hogy milyen érzés lehetett neki látássérültként versenyezni az épek olimpiáján!

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

Megvizsgálni, hogy milyen szerepet játszik a bátorság az olimpiai sportolók életében.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Együttműködés, megbeszélés, vizsgálat, kölcsönös megosztás.

Javasolt eszközök

Találkozóhely.

Bátorság az olimpiai játékokon (folytatás)

Feladatok különböző korcsoportok számára

9-11 éves korosztály

A legtöbb olimpiai témájú könyv arról szól, hogy hogyan értek el különböző sportolók fantasztikus eredményeket és hogyan küzdötték le az akadályokat. Ezeknek a történeteknek általában jó a vége, érem kerül a sportolók nyakába. „Eric az angolna” esetében nem volt szó éremről. Valójában a leglassabb idővel fejezte be a küzdelmet az olimpiai férfi úszóversenyek történetében. De ha elolvasad a történetét, rájössz, hogy esetében már magán az olimpián való részvétel is hatalmas bátorság eredménye volt.

Eric „az angolna” Moussambani Malonga egy úszó volt Egyenlítői-Guineából, aki részt vett a 2000-es Sydney-i olimpián. Eric nem volt egy született úszó, valójában csupán a verseny előtt nyolc hónappal kezdett el az úszással versenyszerűen foglalkozni. Egy tóban edzett – nem 50 méteres medencében –, ami különösen bátor tett volt, miután a tóban hemzsegték a krokodilok. Eric a 100 méteres gyorsúszás számában indult és a történelem leglassabb idejével fejezte be a versenyt.

Alakítsatok 3-4 fős csoportokat! Beszéljétek meg Eric történetét és vitassátok meg a következő kérdéseket! Bátor vagy ostoba volt, hogy egy krokodilokkal teli tóban készült? Szerinted mi motiválta Ericet, hogy egy olyan sportágban versenyezzen az olimpián, ahol biztos, hogy utolsó lesz? Oszd meg gondolataidat a társaiddal!

12-14 éves korosztály

A kanadai evezős Silken Laumann volt az egyértelmű esélyes az aranyéremre az 1992-es barcelonai olimpiai játékokon. Azonban egy edzés során a hajója megsérült és ő súlyos lábsérülést szenvedett, miután egy másik hajóval összeütközött. Silkennek öt operációra volt szüksége és három hetet kórházban kellett töltenie. Az olimpiai részvétele így valószínűtlennek látszott, érmes esélyei pedig teljesen szertefoszlottak. Miután kiengedték a kórházból Silken azonnal folytatta a felkészülést. Sérült lába ellenére folyamatosan edzett. Az olimpián Silken figyelemreméltó teljesítményt nyújtott és bronzérmet nyert, ami még mindössze három héttel azelőtt, mialatt kórházban feküdt, teljesen elérhetetlennek tűnt.

Hogyan tudta Silken ezt megcsinálni? Személyiségének mely tulajdonságai segítettek, hogy leküzdjön egy ilyen akadályt? Beszéljétek meg csoportokban a gondolataitokat! Képzeltétek el, hogy mit kérdeznének tőle egy interjú során! Vannak olyan tanulságok a történetében, amit úgy érzed, hogy fel tudnál használni a saját életedben?

15-18 éves korosztály

Jesse Owens esete talán a leghíresebb példa a személyes bátorságról az olimpiai játékok történetében. Owens egy amerikai sprinter és távolugró volt, aki kvalifikálta magát az 1936-os berlini olimpiára. Adolf Hitler német vezér erőteljes fegyverkezése és az árja felsőbbrendűség ideológiájának hirdetése az olimpiát is beárnyékolta. Hitler úgy gondolta, hogy a német sportolóknak jobbnak kell lenniük minden más sportolónál. De Owens ezt máshogy gondolta és négy aranyérmet nyert – kiválva ezzel Hitler haragját.

A fenti bekezdés csupán egy rövid leírása annak, amit Jesse Owens a berlini olimpiai játékok alatt tapasztalt. Tanulmányozd az életét és gondolkozz el rajta, hogy hogyan használta a bátorságot a nácik megfélemlítő jelenléte ellenére! Oszd meg társaiddal is kutatásod eredményét! Tudsz még olyan sportolókról, akik bátran viselkedtek?

Aktív, egészséges, kiegyensúlyozott élet

Olimpiai nevelési témák: az erőfeszítés öröme, kiválóságra törekvés, fair play, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet

A feladat leírása

Az itt ismertetett feladatok jól beleillenek a befogadás (inklúzió) témakörébe, az életvitel és gyakorlat tantárgy tematikájába. Bármilyen korosztályban használhatók a tanulók képességeihez igazítva.

Feladatok különböző korcsoportok számára

5-8 éves korosztály

Próbálj egészségesen és kiegyensúlyozottan táplálkozni! A tanulóknak meg kellene tanítani, hogy ismerjék az egészséges tápanyagokat és kerüljék a káros ételeket, például a cukrokat és a transzsírokat. Testmozgás szempontjából minden nap legalább egy órát aktív fizikai tevékenységgel kellene tölteniük és korlátozni kellene a képernyő előtt töltött időt. Ugyancsak meg kell értetni a diákokkal, hogy a mindennapos mozgásnak jelentős élettani előnyei vannak.

9-11 éves korosztály

Ebben a korcsoportban már jól lehet beszélgetni a diákokkal a testük változásairól. Ami a testmozgást illeti, ebben a korban javasolt a szabadtéri oktatás és a tét nélküli sporttevékenység.

12-14 éves korosztály

A diákok megtanulhatják a megfelelő döntéshozatalt és ennek szerepét a kockázatvállaló magatartás minimalizálásában. Testmozgás szempontjából a tanulók kiválaszthatják a saját sportágukat és/vagy saját fitness tervet készíthetnek.

15-18 éves korosztály

A diákok a középiskola utolsó éveiben számtalan összetett kihívással és egészségtelen életmódbeli tevékenységgel szembesülnek, mint például a cigarettázás, az alkoholfogyasztás, a kábítószeres használata és egyéb veszélyes viselkedési formák gyakorlása. A sportban való részvétel bizonyítottan segít a fiataloknak elhárítani a káros szenvedélyek kipróbálása okozta nyomást. A tanulókat bátorítani kell arra, hogy csatlakozzanak egy csapathoz a verseny- vagy iskolai sportban. Akiknek nem vonzó a versenysport, azoknak érdemes egészség- és fittség megőrző tevékenységeket választani, mint például a jóga, vagy a konditermi edzések.

Folytatás a következő oldalon

Elsajátítandó ismeretek

- Megismerni, hogy milyen viselkedés vezet az egészséges, és milyen a káros életmódhoz.
- Olyan sportos és egészséges foglalkozások választása, amik szórakoztatók és érdekesek, és a pozitív életszemléletet hirdetik.

Javasolt oktatási módszerek és tanulói készségek

Kreativitás, együttműködés, problémamegoldás.

Javasolt eszközök

Helység a megbeszéléshez, hozzáférés sport és szabadtéri oktatási lehetőségekhez.

Aktív, egészséges, kiegyensúlyozott élet (folytatás)



Forráskönyvtár – Források

- *Olympic Adventure* webpage, International Olympic Committee (IOC). [03/Links](#).
- *"Moving Together: Promoting psychosocial well-being through sport and physical activity"* International Federation of Red Cross (IFRC) and Red Crescent Societies Reference Centre for Psychosocial Support (PS Centre), 2014. [03/Manuals](#).
- *Pro Safe Sport Online Academy* webpage, Council of Europe. [03/Manuals](#).
- *Let's Move!* webpage, White House. [01/Advocacy](#) & [03/Links](#).
- *Designed to Move* webpage, Designed to Move, 2015. [03/Publications](#).
- *"Your past is not your destiny: Flavio CANTO"* video, International Olympic Committee (IOC), 2015. [02/Good Practices](#).
- *"Red Ball Child Play"* manuals, Right to Play International. [02/Good Practices](#) & [03/Manuals](#).
- *"Quality Physical Education Policy"* infographic, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), 2015. [01/Advocacy](#).
- *"Active gaming: The new paradigm in children's physical activity"* Digital Culture & Education, Hansen, L. and Sanders, S. W., 2011. [01/Advocacy](#).
- *"Sport for All – Play for Life: A Playbook to Get Every Kid in the Game"* The Aspen Institute, 2015. [03/Publications](#).

További források:

- *"Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers"* United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), 2015. [01/Advocacy](#).
- *UNESCO* webpage, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). [03/Links](#).
- *"Physical Education and Sport at School in Europe"* Education, Audiovisual and Culture Executive Agency, 2013. [01/School Curriculum](#).
- *"Health Position Paper"* Association for Physical Education, 2015. [01/Advocacy](#).
- *"Football Resource Kit: Using Football in Child Labour Elimination and Prevention Projects"* International Labour Organization (ILO), 2013. [03/Manuals](#).
- *"Global Recommendations on Physical Activity for Health"* World Health Organization (WHO), 2010. [01/Advocacy](#).

Szójegyzék

Az alábbi fogalmak listája a tudás bővítésére szolgál, de nem mindet magyaráztuk ebben a kiadványban. A szójegyzék általános használatra készült.

Állampolgári tudatosság – Lényege, hogy megértsük a (helyi és globális) közösséghez tartozás fogalmát a társadalmi felelősségvállalás megvalósulása érdekében.

Belépőkártya – Egy óra vagy foglalkozás kezdetekor a diákok leírják egy kártyára a témával kapcsolatos kérdéseiket. Pontosabban azt, hogy mit tudnak, és mit szeretnének még tudni; és erre az óra során mind az oktató, mind a diák hivatkozhat. Ezek emlékeztetőként használhatók, hogy milyen kérdéseket kell megválaszolni.

Blogok – Azok a diákok, akik internet hozzáféréssel rendelkeznek, írhatnak az OVEP foglalkozások során szerzett tapasztalataikról, majd feltölthetik az internetre. A blog olyan, mint egy napló, és bármilyen stílusban megírható, ami a célnak megfelel. Az író választhat, hogy mi a célja az írással: szeretne meggyőzni valakit, szeretné a véleményét kifejezni vagy más sikere előtt tisztelegni. Bármelyik lehet ezek közül. Egyes blogokat egy meghatározott követő közösség számára írnak, másokat pusztán a személyes vélemény kifejezésére. Számos bloggal kapcsolatos információ található az interneten, melyek a keresőkben könnyen fellelhetők.

Chatszobák – Számos OVEP tevékenységet arra terveztek, hogy ösztönözze és gondolkodásra készítse a diákokat. A chatszobák kiváló lehetőséget teremtenek a világ más tájain élő diákokkal való kapcsolatteremtésre. A chatszobák oktatási felhasználása, bár tele van lehetőségekkel, csak felügyelet mellett kivitelezhető, nehogy oda nem illő tartalom kerüljön közlésre. Az oktatóknak érdemes informatikában jártas szakemberekkel előzetesen egyeztetni.

Digitális tanulás – Azok a diákok, akiknek van hozzáférésük az információs és kommunikációs technológiákhoz (Information and Communication Technologies = ICT), rendkívül kreatív módon használhatják ezeket számos OVEP foglalkozás során. Megoszthatják gondolataikat video konferencián, podcastokon keresztül, chatszobákban vagy a közösségi médiában.

Egymástól való tanulás – A kutatások újra és újra bizonyították, hogyha a diákok egymást tanítják, az elősegíti a tanulási folyamat sikerét, mind a diák, mind a tanár számára. Ez különösen fontos azon diákok számára, akiknek nehézséget okoz a tananyag. Azzal, hogy egy osztálytárs segít

nekik a tanulásban, mind a tananyaghoz, mind az osztálytársakhoz másképpen viszonyulnak majd.

Együttműködés – Ez a 21. század egyik legfontosabb tanulási készsége és fontos eleme az OVEP foglalkozásoknak is. A diákokat arra kell sarkallni, hogy ne pusztán „jelen legyenek”, hanem érdeklődjenek és értékeljék mások ötleteit a közös munka során.

Ellenőrzés és értékelés – Egy program ellenőrzése folyamatos tevékenység, része a résztvevőkkel, családjukkal és oktatókkal való kapcsolattartásnak. A visszajelzések segítségével a program folyamatosan fejleszthető. Az értékelés átfogó (mennyiségi, minőségi) annak érdekében, hogy el lehessen dönteni, a program elérte-e a kívánt eredményt/célt, és erről visszajelzést is ad a résztvevőknek.

Esettanulmány – A diákok készíthetnek egy részletes tanulmányt az OVEP valamelyik témájáról. Ennek a bemutatására szánt módszert – figyelve az egyéni igényekre – a diákoknak kell eldönteni.

Feladatkártyák – Az oktatók az OVEP feladatokat vagy azok instrukcióit kártyákra írják. Ezeket a kártyákat a tanulók csoportos munka során is használhatják, általában kérdések vagy magyarázatok szerepelnek rajta.

Fogalomtérkép – Ez a technika arra kéri a tanulókat, hogy találjanak kapcsolatot egy témához kapcsolódó fogalmak között, majd fejezzék ki vizuálisan. Példa: az olimpizmus kapcsolódik az OVEP témájához, ami összefügg az erőfeszítés örömeivel, ami összefügg a sportolással. Ez a gondolkodási stratégia segíti a diákokat abban, hogy nagy mennyiségű információt kategorizáljanak, amik utána elemezhetők (vagy bármilyen más módon felhasználhatók a feladat/projekt igényei szerint).

Fórum színház – Az ókori görögök egyik legnagyobb öröksége – az olimpiai játékok mellett – a dráma. Ezt egy olyan médiumnak tartották, ami gondolatokat ébreszt, eszméket oszt meg és új témákra irányítja rá a figyelmet. Az OVEP is használja a drámát, hogy életre keltse az olimpizmus egyes témáit és szórakoztató módon tudjanak a diákok a témával azonosulni.

Gondolkodási képességek – Az OVEP foglalkozásai arra készítetik a diákokat, hogy gondolják végig elképzeléseiket az adott témáról. Ezért az OVEP foglalkozások

feladatai olyan gondolkodási képességeket fejlesztenek, mint pl. az elemzés, az önreflexió, a szintézis és a véleményalkotás.

Irányított olvasás/megbeszélés/gondolkodás/írás – Az oktató használhatja az OVEP kiegészítő forrásait – cikkek, könyvek, blogok, weboldalak – arra, hogy a diákok elmélyülhessenek egy témában. Az irányított olvasás során az oktató megkérheti a diákokat, hogy találgassanak (Mit gondolsz, mit fog történni, ha...?); ötleteivel iránymutatást adhat a diákoknak, segíthet nekik összehasonlítani, hasonlóságokat találni, vagy észrevenni a különbségeket.

Irodalmi körök – Ez egy kiváló módja annak, hogy összegyűjtsük a diákok ötleteit az OVEP során. A diákokat csoportokba osztjuk (vagy saját maguk választanak csoporttagokat). Kapnak egy szöveget, amit elolvasnak, majd megvitatnak. Utána a nagyobb csoportnak visszajeleznek az elhangzottakról. Ez a módszer alkalmazható könyvek vagy rövidebb írások tanulmányozására.

Kerekasztal – A módszer alkalmazása során az oktató leír egy kérdést (vagy kérdéseket) egy papírra. A diákok leírják válaszaikat/megjegyzéseiket, majd a csoport következő tagjának adják át a papírt. Ez a módszer hasznos az ötletek összegyűjtése során, de arra is szolgál, hogy az oktató tájékozódjon a diákok tudásának szintjéről vagy a megértés szintjéről.

Kérdés-felelet – Ez a módszer az oktató képességeire épít, hogy olyan kérdéseket tegyen fel a diákoknak, amelyekkel felméri meglévő tudásukat; majd a válaszok alapján olyan kérdéseket tegyen fel nekik, melyek elgondolkodtatóak és megválaszolásuk kihívást jelent számukra. Ez a megközelítés lehetőséget biztosít a diákoknak arra, hogy feltételezéseket és érveket fogalmazzanak meg, amelyeket a tanár aztán újabb kérdésekkel tesztelhet.

Kilépőkártya – A belépőkártya párja a kilépőkártya. Az óra vagy foglalkozás végéig a diákok leírják, hogy mit tanultak, milyen témákat szeretnének még jobban megismerni, vagy bármilyen egyéb kérdést és nehézséget, ami felmerült.

Kirakós-tanulás – Ez esetben a diákokat csoportokra osztjuk, hogy különböző témákat tanulmányozzanak. Ezután összegyűlnek, megosztják a gondolataikat és közös megoldást keresnek. Ez fontos módszer az

együttműködés elősegítésére. Ha a kirakós egy darabja nem megfelelő (például az egyik diák uralja a többit) – mint egy kirakós játékban – az egész nem fog működni. Minden darabnak a helyére kell kerülnie.

Kommunikációs képességek – Az OVEP számos foglalkozása segíti a kommunikációs képességek fejlesztését. Írás során a diákok lehetőséget kapnak arra, hogy kreatívan fejezzék ki magukat mesélés, cikkírás és interjúk által. Fejleszthetik önkifejezésüket előadással, drámával és szavalással (pl. monológok, párbeszédek). Az OVEP minden tanulót és a témával kapcsolatos ötleteiket is értékeli, bármilyen legyen is az. A javasolt oktatási módszerek elősegítik az esélyegyenlőséget a vitafórumokon és megbeszéléseken.

Konstruktivizmus – Ez egy nevelési filozófia, ami azt vallja, hogy a diákok akkor tanulnak a legjobban, ha „csinálják” és meg tapasztalják, amit tanulnak, szemben azzal, hogy passzív módon kapják a tudásanyagot. Az OVEP számos foglalkozását arra tervezték, hogy a diákok fejlesszék gondolkodásukat és megértésüket a konstruktivizmus jegyében, szemben azzal, hogy csupán ülnek a tanteremben és hallgatják az előadást.

Kölcsönös megosztás – A diákok körben ülnek és kapnak egy problémát, hogy azon dolgozzanak. A körben mindenki a problémával foglalkozik, amely általában nyílt végű, sok kérdést felvető probléma. Valaki leírja minden egyes résztvevő ötletét, majd összegzik az elhangzottakat és a válaszok alapján folytatják a beszélgetést.

Körhinta-módszer – Ez egy ötletelő foglalkozás. Az oktató feltesz egy kérdést – amelynek lehet több része is – és azt leírja több papírra, majd felragasztja a falra. A diákok papírról papírra járnak. Végig gondolkodják a feltett kérdéseket, leírják a válaszaikat, majd folytatják a következő papírral. Végül a papírokat leveszik, és a válaszokat összegzik. A körhinta-módszer feleleveníti a diákok korábbi ismereteit, illetve új kérdések felvetésére sarkall. Ez lehetővé teszi, hogy a kevésbé beszédes tanulók is hozzájáruljanak ötleteikkel az eredményhez.

Kreativitás – Ez az egyik legfontosabb 21. századi tanulási készség. A diákokat arra bátorítjuk, hogy merjenek önállóan gondolkodni különböző témákról és merjék elmondani a véleményüket.

Kritikus gondolkodás – Egyetlen képesség helyett a kritikus gondolkodás a gondolati műveletek összetett folyamatából áll: információ elemzése, személyes tudás feldolgozása és véleményformálás az új információról. Ez fontos készség az OVEP-ben, mert segíti a diákok gondolkodását, ahelyett, hogy az információt készen kapnák az oktatótól.

Metakogníció – Ez egy olyan technika, amely során a diákokat arra bátorítják, hogy elemezzék a gondolkodásukat: Mit jelent ez számukra? A gondolkodásuk sablonos vagy mély? Újabb kérdésekhez vezet a jobb megértés érdekében? Ez a módszer a haladóknak ajánlott és nem azok számára, akik még csak „egymás után” tudnak gondolkodni (kisgyermekek).

Napló – A diákokat bátorítani kell arra, hogy az OVEP-ben való részvétel során vezessenek naplót. Ezzel megőrzik gondolataikat és alakíthatják a témával kapcsolatos véleményüket. Ezek a diák személyiségfejlődésének hasznos dokumentumai lehetnek.

Portfólió – A portfólió egy adatbázis a diák számára. Ez lehet egy fizikai dokumentum – egy irattartó, vagy egy digitális doboz, amiben különböző anyagokat tárolhat. A diák összegyűjti az anyagokat, amik a tanulási folyamatát mutatják meg: hogyan fejlődött, milyen területeken volt erős és miben gyenge.

Prezi/PowerPoint – Számos digitális eszköz vehető igénybe, hogy minél érdekesebben tudjuk az OVEP során tanultakat bemutatni.

Problémamegoldás – Az a képesség, hogy megoldást találjunk különböző helyzetekben. Néhány megoldás jobb egy adott problémára, mint egy másik; és a fiataloknak kritikusan kell gondolkodni és együttműködni egymással az ideális megoldás megtalálásához.

Projekt alapú tanulás (Project-based learning = PBL) – A diákokat bátorítani kell arra, hogy válasszanak egy kérdéskört, ami segíti majd őket a projekt teljes időtartama alatt. Az OVEP és a PBL jó párosítás, mert így a diákok kiválaszthatnak egy vagy több nevelési témát és aztán azt az érdeklődésük szerint alakíthatják. A PBL lehetővé teszi, hogy elképzelésük szerint mutassák be, amit tanultak.

Reflektív napló – Arra szolgál, hogy a diákok leírják gondolataikat. Például: az oktató felteszi a kérdést: Meg tudja változtatni az OVEP egy diák személyiségét? Mivel a diákok részt vesznek az OVEP-ben, a naplóban válaszolnak majd a kérdésre.

Reflexió – Az elvégzett tevékenységekre való visszatekintés célja, hogy fejlesszük a foglalkozás vagy óra menetét, elért eredményeit.

Személyre szabott tanulás – Ez a módszertan a 21. századi tanulási képességeken alapszik (kreativitás, együttműködés, kommunikációs képességek, problémamegoldás) és lehetővé teszi a diákok számára, hogy megtervezzék a saját tanulási folyamatukat érdeklődésük és preferált tanulási stílusuk szerint. A diákok eldönthetik, hogyan tanulnak, tehát személyre szabják azt.

Szókratészi kérdésfeltevés – Ez egy ókori módszer, amit a görög filozófus Szókratész tanításai ihlettek. Az oktató arra sarkallja a diákokat, hogy újra és újra átgondolják álláspontjukat és megvédjék véleményüket.

Tapasztalati tanulás – A gyakorlati tanítás elve alapján az óra hatása akkor a legjobb, ha a diákok aktívak. A Feladatlapok 19. témája (A paralimpia: „lélek a mozgásban”) a legjobb példa erre: úgy lehet a feladatot végrehajtani, ha csináljuk, és nem csupán beszélünk róla.

Történetmesélés – Ez az oktatási stratégia kiváló arra, hogy egy témát vagy fogalmat megismertessünk a diákokkal.

Visszafelé dolgozás – Ez egy egyedi tanítási módszer, amely során a diákok a feladat végeredményére koncentrálnak kezdve meg a munkát. A diákoknak ezután kell meghatározni az eredményhez vezető lépéseket.

Vitafórum – Kiválasztanak egy moderátort (egy diákot vagy tanárt), hogy kérdéseket tegyen fel egy csoportnak (diákoknak vagy szakembereknek). A résztvevők válaszadásának módja különböző lehet. A moderátor címezheti a kérdést egy konkrét résztvevőnek vagy mindenkinek. Egy előre meghatározott válaszidő után (megszakítás nélkül) a többi résztvevő reagálhat a felvetésre.

Vitakészségek – Számos készséget fejleszthetünk a vita, mint pedagógiai stratégia segítségével. Többek között a következő képességek fejlődnek a vita során: verbális kommunikáció, odafigyelés, kritikus gondolkodás és önbizalom.

Vizsgálat – Ez lehet egyéni vagy csoportos feladat, ami arra bátorítja a diákokat, hogy önállóan legyenek a tudás feltárásában és értelmezésében. Ennek több módja is lehet:

Irányított vizsgálat – A tanár feltesz egy kérdést, ezután a diákok kiválasztják a kutatás módszerét és beszámolnak az eredményről.

Strukturált vizsgálat – A tanár felvet egy témát előre meghatározott pedagógiai céllal. Ennek a módszernek a lényege, hogy fejlessze a tanulók elemző és önelemző gondolkodását.

Nyílt végű vizsgálat – A diákok saját maguk választják ki a kérdést, a kutatás módját és az eredményeik bemutatásának formáját.

Vlogok – A diákok technikai ismeretei számtalan egyedi módot biztosítanak arra, hogy bemutassák, mit tanultak. A vlogok a blogok videós változatai. A diákok rögzíthetnek interjúkat egymással, vagy egy monológot, amit aztán feltölthetnek az internetre. Ebben nagy lehetőség van a diákok számára.

NEMZETKÖZI OLIMPIAI BIZOTTSÁG
KULTURÁLIS ÉS ÖRÖKSÉGVÉDELMI ALAPÍTVÁNY
LAUSANNE, SVÁJC

www.olympic.org/ovep

