

Név: _____ Dátum: _____

Olvasmány: Kütyümentes Zónák / 읽기: 전자기기 없는 구역



A közös idő értékesebb minden játéknál! / 함께하는 시간은 그 어떤 게임보다 소중한합니다!

Tudtad, hogy az otthonunkban is vannak olyan helyek, ahol jobb, ha pihentetjük a telefonokat és tableteket? Ezeket hívjuk **kütyümentes övezeteknek**.

우리 집에도 휴대폰이나 태블릿을 잠시 쉬게 하는 것이 더 좋은 장소들이 있다는 것을 알고 있었나요? 이런 곳을 '**전자기기 없는 구역'**이라고 부릅니다.

Amikor nem a képernyőt nézzük, sokkal jobban tudunk figyelni egymásra. Ilyenkor jól beszélgethetünk a szüleinkkel, játszhatunk a testvérünkkel, vagy egyszerűen csak pihenhetünk.

화면을 보지 않을 때 우리는 서로에게 훨씬 더 잘 집중할 수 있습니다. 이럴 때 부모님과 즐겁게 대화하거나, 형제자매와 놀거나, 혹은 그냥 편히 쉴 수 있습니다.

A kutyümentes idő segít abban is, hogy az agyunk megnyugodjon, és este könnyebben elaludjunk. Ha nem villog a szemünk előtt a kijelző, az álmunk is mélyebb és pihentetőbb lesz!

전자기기 없는 시간은 우리 뇌가 휴식을 취하고 밤에 더 쉽게 잠들 수 있도록 도와줍니다. 눈앞에서 화면이 깜빡이지 않으면 잠도 더 깊고 편안해질 것입니다!

 Okos Tipp / 스마트 팁

Az **e-világ** (digitális világ) kényelmes, de fontos, hogy megtaláljuk az egyensúlyt. Az internet segít jegyet venni vagy tanulni, de a valódi beszélgetésekhez nincs rá szükség!

e-세상(디지털 세상)은 편리하지만 균형을 찾는 것이 중요합니다. 인터넷은 티켓을 사거나 공부하는 데 도움을 주지만, 진짜 대화를 나누는 데는 필요하지 않아요!

Gondolkodj és válaszolj! / 생각하고 답해 보세요!

Miért jó szerinted, ha vacsora közben senki sem nyomkodja a telefonját?
저녁 식사 중에 아무도 휴대폰을 사용하지 않는 것이 왜 좋다고 생각하나요?

Név: _____ Dátum: _____

Rajzos Feladat: Az én kutyümentes zónám / 그리기 활동: 나의 전자기기 없는 구역

Tervezz meg egy olyan helyet az otthonodban, ahol nincsenek digitális eszközök (telefonok, tabletek)! Ezt hívjuk **kutyümentes zónának**. / 집 안에 디지털 기기(휴대폰, 태블릿 등)가 없는 장소를 설계해 보세요! 이것을 ****전자기기 없는 구역****이라고 부릅니다.

Feladat / 활동

1. **Rajzold le** a saját kutyümentes zónádat az alábbi keretbe! / 아래 상자 안에 나만의 전자기기 없는 구역을 **그려 보세요!**
2. **Jelöld meg és nevezz meg** három olyan dolgot vagy tevékenységet a rajzodon, amit technológia nélkül is tudsz ott csinálni! / 그림에서 기술 없이도 할 수 있는 세 가지 활동이나 물건을 **표시하고 이름을 적어 보세요!**

Mit csinálsz ebben a zónában? / 이 구역에서 무엇을 하나요?

Sorolj fel 3 dolgot, amit itt kütyük nélkül csinálsz! / 전자기기 없이 여기서 하는 일 3 가지를 적어보세요!

Miért fontos ez a hely? / 이 장소는 왜 중요한가요?



Okos Szokások Ellenőrzőlista / 스마트한 습관 체크리스트**💡 Tudtad? / 알고 있었나요?**

Az interneten nem minden információ igaz. Az álhírek (fake news) célja gyakran a félrevezetés. Mindig ellenőrizd a forrást!

인터넷의 모든 정보가 사실은 아닙니다. 가짜 뉴스(fake news)는 종종 사람들을 오도하기 위해 만들어집니다. 항상 출처를 확인하세요!

Pipáld ki azokat a szokásokat, amiket már betartasz, vagy amiket szeretnél elkezdni! / 이미 지키고 있거나 시작하고 싶은 습관에 체크해 보세요!

Kész? / 완료	Okos digitális szokás / 스마트한 디지털 습관
☐	Étkezés közben félreteszem a telefonomat. 식사 중에는 휴대전화를 멀리 치워둡니다.
☐	Ellenőrzöm, hogy egy hír valós vagy hamis (álhír). 뉴스가 진짜인지 가짜(가짜 뉴스)인지 확인합니다.
☐	Gyanakszom, ha egy cím túl sokkoló vagy drámai. 제목이 너무 충격적이거나 극적이면 의심해 봅니다.
☐	Megnézem a dátumot, hogy nem túl régi-e az információ. 정보가 너무 오래된 것은 아닌지 날짜를 확인합니다.
☐	Lefekvés előtt egy órával már nem használok kütyüket. 잠자기 한 시간 전부터는 전자기기를 사용하지 않습니다.
☐	Ha bizonytalan vagyok egy oldallal kapcsolatban, megkérdezek egy felnőttet. 웹사이트가 의심스러울 때는 어른에게 물어봅니다.



Kérj segítséget, ha nem vagy biztos az információban! / 정보가 확실하지 않을 때는 도움을 요청하세요!

Saját vállalat: Írj le egy új szabályt, amit bevezetsz! / 나의 약속: 새로 도입하고 싶은 규칙을 하나 적어보세요!

Kültéri Feladatkártyák / 야외 활동 카드

Vágd ki a kártyákat, és próbáld ki ezeket a kütyümentes tevékenységeket a szabadban! Élvezd a természetet a képernyők nélkül.

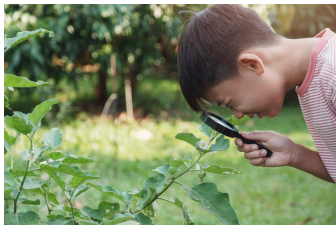
카드를 잘라서 야외에서 전자기기 없이 활동해 보세요! 화면 없이 자연을 즐겨보세요.

1. Természeti kincskeresés

1. 자연 보물찾기

Keress 3 különböző formájú levelet és egy sima követ! Ne használd a telefonod fotózáshoz, csak figyeld meg őket!

세 가지 다른 모양의 잎과 매끄러운 돌 하나를 찾아보세요! 사진을 찍지 말고 눈으로만 관찰하세요.



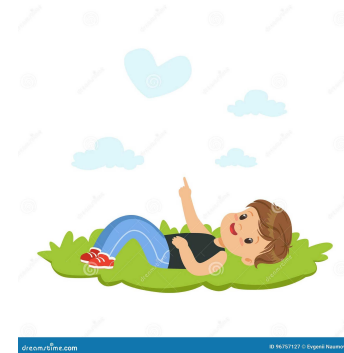
2. Felhőnézés

2. 구름 구경하기

Feküdj le a fűbe, és nézd a felhőket!

Milyen állatokat vagy tárgyakat látsz bele a formáikba?

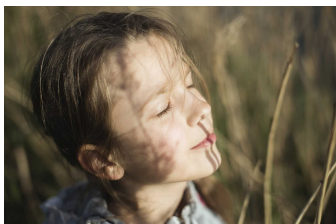
풀밭에 누워 구름을 바라보세요! 구름 모양에서 어떤 동물이나 물건이 보이나요?



3. Madárdal-figyelő**3. 새소리 듣기**

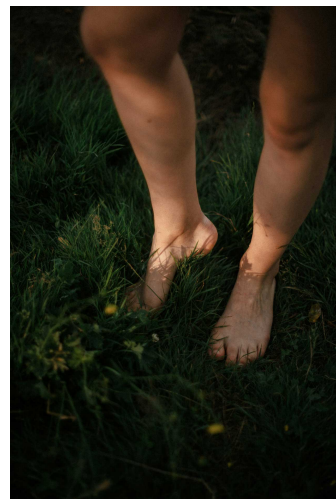
Hunyd be a szemed, és hallgasd a madarakat! Meg tudod számolni, hányféle különböző csicsergést hallasz?

눈을 감고 새소리를 들어보세요! 몇 가지 다른 새소리가 들리는지 세어볼 수 있나요?

**4. Mezítlábas séta****4. 맨발로 걷기**

Vedd le a cipőd a puha fűben! Érezd a talpaddal a földet. Milyen érzés kütyük nélkül a természetben lenni?

부드러운 풀밭에서 신발을 벗어보세요! 발바닥으로 땅을 느껴보세요. 전자기기 없이 자연 속에 있는 기분은 어떨까요?



5. Rajzolj bottal! 5. 나뭇가지로 그리기 Keress egy botot, és rajzolj vele a homokba vagy a földbe! Rajzold le a kedvenc állatodat! 나뭇가지를 찾아 모래나 흙 위에 그림을 그려보세요! 여러분이 가장 좋아하는 동물을 그려보세요.	6. Szélforgó-figyelés 6. 바람 느끼기 Figyeld meg, merre fúj a szél! Nézd a fák leveleit vagy a fűvet. Milyen irányba mozognak? 바람이 어디로 부는지 관찰해 보세요! 나뭇잎이나 풀이 어느 방향으로 움직이나요?
	

Reflexió / 성찰:

Melyik feladat tetszett a legjobban? Miért volt jó képernyő nélkül kint lenni?

어떤 활동이 가장 좋았나요? 화면 없이 밖에 있으니 왜 좋았나요?