

Nyírbátori Magyar-Angol Kéttannyelvű Általános Iskola

4300 Nyírbátor, Zrínyi Ilona u. 48.



Boldogságóra: óravázlat

(2019. október 25. – Az optimizmus gyakorlása)

Készítette: Biróné Czakó Andrea



Könyvtáros neve: Biróné Czakó Andrea

Tantárgy: könyvtárlátogatás, könyvtárhasználat

Osztály: 4. osztály, 6. osztály

Időpont: 2019. október 25.

Az óra témája: **Az optimizmus gyakorlása**

Az óra cél és feladatrendszere:

érzelmi intelligenciafejlesztés, gondolkodás fejlesztése, problémakezelés, verbális emlékezet fejlesztése, kreativitás, személyiség fejlesztése, pozitív gondolatok és érzelmek a társak iránt, a világ iránt, a hála gyakorlásának elsajátítása.

Tantárgyi koncentráció:

könyvtárhasználat, magyar nyelv és irodalom, rajz, technika, ének-zene

Felhasznált irodalom:

Boldogságóra tankönyv 6-10 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita

Boldogságóra munkafüzet 6-10 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita

Boldogságóra tankönyv 10-14 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita

Boldogságóra munkafüzet 10-14 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita

Bagdi Bella Pozitív gyerek vagyok kártya

A bölcsesség iskolája: 101 történet az emberi bölcsességről és butaságról kicsiknek és nagyoknak / Csanád Béla

Az aranytök: terápiás történetek traumát átélt gyerekeknek / Nancy Davis, Laura Simms, Korbai Hajnal

Világomban minden rendben van CD

<p>2. A téma feldolgozása</p> <p>A mediátor (könyvtáros) felolvassa a témával kapcsolatos mesét.</p> <p><i>A hercegisasszony és a kincsei c. mese (4. évf.)</i></p> <p><i>A hajótörött története (6. évf.)</i></p> <p>Hogyan ébredtetek?</p> <p>Keresd meg a 4 bölcs, optimista mondatot a színek alapján! – feladat (nagyoknak)</p> <p>Nevetésverseny (kicsiknek)</p> <p>Keresd meg, mit jelent az optimista szó!</p> <p>Mikor jó egy nap? kérdés feltevése, amivel kiderül, a pozitív hozzáálláson sok múlik.</p> <p>Az optimizmus kifejtése. (Felsősöknek tudományos példákkal) Önbecsülés, önértékelés támogatása.</p>		<p>frontális csoportmunka figyelemfejlesztés</p> <p>frontális beszélgetés</p> <p>szótárhasználat gyakorlása</p> <p>frontális beszélgetés</p> <p>figyelemfejlesztés</p>	<p>Az aranytők: terápiás történetek traumát átélt gyerekeknek / Nancy Davis, Laura Simms, Korbai Hajnal</p> <p>Boldogságóra tankönyv 10-14 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita</p> <p>Boldogságóra munkafüzet 10-14 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita</p> <p>Értelmező szótár</p>	<p>Kreatív gondolkodás fejlesztése, fantázia, emlékezet fejlesztése.</p> <p>Keresés, megtalálás= sikerélmény.</p> <p>Önkifejezés gyakorlása. Egymásra figyelés gyakorlása.</p>
---	--	--	---	--

<p>3.</p> <p>Hogyan gondolkodik az optimista ember?</p> <p>Gyakorló feladat: megkezdett mondat optimista és pesszimista befejezése. Párban, majd közösen megbeszélni.</p> <p>4. Levezető meditáció</p> <p>Meditáció levegővétel technikával.</p> <p>5. Értékelés, befejezés</p> <p>Optimista mondatokkal díszes képek a szoba falára. Házifeladat: lásd meg másban is a jót. Panaszmentes karkötő készítés, erővel feltöltés.</p> <p>Olvasmányajánló: Az élet játéka / Eleanor H. Porter</p> <p>Optimista idézet ajándékba.</p>	<p>Ellazulás, befelé tekintés.</p>	<p>páros és közös munka</p> <p>egyéni munka</p> <p>egyéni és otthoni munka</p>	<p>Boldogságóra tankönyv 6-1, 10-14 éveseknek / Bagdi Bella, prof dr. Bagdy Emőke Dobrova Zita</p>	<p>Az optimista ember nem önámító, hanem derülátó. Mindenben meglátja a jót. Nem adja fel, hisz a holnapban és a pozitív eredményben.</p> <p>A meditáció megszünteti a fölösleges lelki okokat, feloldja a boldogtalanság érzését. Harmóniát, kiegyensúlyozottságot, belső békét teremt. Figyelem, önfegyelem fejlesztése.</p> <p>Új szokás gyakorlása, kialakítása. Olvasásnépszerűsítés, szövegértésfejlesztés.</p>
--	------------------------------------	--	--	---