

1. **Tantárgy:** Kollégiumi csoportfoglalkozás
1. **Korosztály:** Középiskola 9.-12. évfolyam
2. **Időpont:** 2023 November
3. **Időkeret:** 45 perc
4. **Témakör megjelölése:** Testi és lelki egészség /7. témakör/
5. **Téma:** Társas kapcsolatok
6. **A foglalkozás célja:** A társas kapcsolatok ismertetése, helyes életszemlélet bemutatása, szemléltetése.
7. **Munkaformák:** frontális munka, egyéni munka, csoport munka, páros munka
8. **Felhasznált irodalom:** Bagdi Bella - Dezső Anita: Boldogságóra 14- 20 éveseknek
9. **Tanári kompetenciák:** Anyanyelvi kommunikáció, matematikai, természettudományos és technikai kompetencia, digitális kompetencia, szociális és állampolgári kompetencia, esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség, hatékony, önálló tanulás, zenei kompetencia, kezdeményezőképeség és vállalkozói kompetencia

10. **Készségek, képességek fejlesztése:** vizuális figyelem, memória, gondolkodás, beszédértés, gyors reagálás, szövegértelmezés, lényegkiemelés, zenei képesség fejlesztése, együttműködés, auditív figyelem fejlesztése
11. **Didaktikai feladatok:** rejtvény, megbeszélés, szemléltetés, tanári közlés, felolvasás, tanulói kiselőadás, manipulatív tevékenykedtetés, játék, csoportalakítás, érvelés, bemutatás, beszélgetés, írásbeli feladat, zenehallgatás,
12. **Nevelési feladatok:** egymás elfogadása, empátiára, türelemre nevelés, egymásra figyelésre nevelés, példaadás, dicséret, belső kontroll fejlesztése
13. **Az órán fejlesztendő tanulói kompetenciák:** anyanyelvi kommunikáció, hatékony önálló tanulás, szociális és állampolgári, esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség, zenei kompetencia, digitális kompetencia, természettudományos és technikai kompetencia, kezdeményezőképeség és vállalkozói kompetencia

KÉSZÍTETTE: HORVÁTH BALÁZSNÉ

<u>Az óra menete</u>	<u>Oktatási módszerek</u>	<u>Tanító tevékenysége</u>	<u>Tanuló tevékenysége</u>	<u>Munkaformák</u>	<u>Anyag, eszköz, táblakép</u>	<u>Idő</u>
Ráhangolás	játék	1. A mai foglalkozásunkat egy puzzle összerakásával fogjuk kezdeni.	„A boldogság különös dolog: ha megosztjuk másokkal, megsokszorozza önmagát.” /Paulo Coelho/	csoport munka		(2. p.)
Jelentésteremtés		2. Célkitűzés: A mai csoportfoglalkozásunkon, a társas kapcsolatokról lesz szó.		frontális munka		(1. p.)
Új ismeretszerzés	tanári közlés	3. Mit gondoltok, miért fontosak kapcsolataink a boldogságunk szempontjából? Foglald össze egy mondatban!		frontális munka		(1. p.)
	beszélgetés	4. Mekkora a te társas támogatottságod? Nehéz élethelyzetben mennyire számíthatsz az alábbi személyek segítségére? 0 semennyire 1 kissé 2 átlagosan 3 nagyon <input type="checkbox"/> szülő <input type="checkbox"/> nagyszülő <input type="checkbox"/> testvér <input type="checkbox"/> egyéb rokon <input type="checkbox"/> iskolatárs, <input type="checkbox"/> osztálytárs <input type="checkbox"/> tanár <input type="checkbox"/> barát <input type="checkbox"/> szomszéd <input type="checkbox"/> sporttárs <input type="checkbox"/> egyházi csoport <input type="checkbox"/> klubtárs, <input type="checkbox"/> szakköri társ Összpontszám: 33 / <input type="checkbox"/> Közben hallgassátok meg Bagdi Bella Jobb Veled a Világ c. dalát! Ki ismeri a hallott dalt? Milyen a mondanivalója?	szomorú, vidám, negatív, pesszimista, optimista, relaxáló, jól érzi magát, alszik, pihen...	egyéni munka		(3. p.)
				frontális munka		

	<p>tanári közlés</p> <p>megfigyelés</p>	<p>5. Tegyétek bele a neveteket egy közös dobozba vagy sapkába, keverjétek össze, és mindenki búzzon párt magának!</p> <p>Üljetek egymással szembe, és 4 percig csendben figyeljétek egymás arcát. Adjatok és kapjatok figyelmet! Jelzem, mikor kezdhettek és mikor telik le az idő.</p> <p>Most kérem, osszátok meg tapasztalatotokat. Könnyű volt? Érdekes volt? Okozott nehézséget? Mit éreztél utána?</p> <p>Nézzünk meg együtt egy erről készült vizsgálati filmet!</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Xm-T3HCa618</p> <p>Ebben olyan párok vettek részt, akik eltérő ideje vannak együtt, a teljesen ismeretlentől az 55 éve házasságban élőkig.</p> <p>Hogyan viselkednek a résztvevők?</p>		<p>páros munka</p>		<p>(11. p.)</p>
	<p>tanári közlés</p>	<p>6. Milyen tanulsága van számotokra ennek a történetnek?</p> <p>Olvassátok el „A számla” című történetet!</p> <p>Egy este, amikor anya a vacsorát főzte, 15 éves fia megjelent a konyhaajtóban, kezében egy cédulával. Furcsa, hivatalos arckifejezéssel nyújtotta át a cédulát az anyjának, aki megtörölte kezét a kötényében és elkezdte olvasni azt:</p> <p>- a virágágyás kigyomlálásáért: 500 Ft - a szobám rendberakásáért: 1000 Ft - mert elmentem tejért: 100 Ft - mert 3 délutánon át vigyáztam a kishúgomra: 1500 Ft - mert</p>		<p>páros munka</p>		<p>(5. p.)</p>

	<p>tanári közlés</p> <p>tanári közlés</p> <p>beszélgetés</p> <p>tanári közlés</p> <p>tanári közlés</p>	<p>kétszer ötöst kaptam az iskolában: 1000 Ft - mert mindennap kivittem a szemetet: 700 Ft</p> <p>Összesen: 4800 Ft.</p> <p>Anyja kedvesen ráemelte fiára tekintetét. Rengeteg emlék jelent meg szemei előtt. Fogott egy tollat és egy másik cédulára ezeket írta:</p> <p>mert 9 hónapig hordtalak a szívem alatt: 0 Ft - az átvirrasztott éjszakákért, amit a betegágyad mellett töltöttem: 0 Ft - a sok-sok ringatásért, vigasztalásért: 0 Ft - könnycseppjeid felszárításáért: 0 Ft - mindenért, amit nap mint nap tanítottam neked: 0 Ft - reggeliért, ebédért, uzsonnáért, zsemléért, amit készítettem neked: 0 Ft</p> <p>Összesen: 0 Ft</p> <p>Amikor befejezte, anyja mosolyogva nyújtotta át a cetlit a fiúnak. A gyerek elolvasta, és döbbenet nézett anyjára, aki még mindig mosolyogva figyelte őt. A fiú szája is mosolyra húzódott, és vidáman ezt írta a saját számlájára: FIZETVE.</p> <p>Milyen tanulsága van számotokra ennek a történetnek?</p> <p>Ti hogyan oldottátok volna meg?</p> <p>7. Mutasd ki szeretetedet és nagybecsülésedet! A mai nap folyamán 3 helyzetben, különböző személyeknek tedd ezt olyan formában, ami kényelmes neked. Lehet, hogy ez érzelgősnek tűnik, de az emberek nagyon szeretnek ilyesmit hallani. Egy jó szó sokat ér. Kinek mondanád szívesen a következő mondatokat? Írd mellé!</p> <p>- „Hiányoltalak a szünetben!”</p>	<p>Figyeljünk egymásra. Az önzetlenség.</p>	<p>önálló munka</p>	<p>(5. p.)</p>
--	--	--	---	---------------------	----------------

		<p>- „Koszi, hogy eljöttél (velem)!” - „Annyira örülök, hogy jól vagy!” - „Mindig olyan jó, amikor együtt vagyunk!” - „Nagyra becsülöm benned, hogy számíthatok rád!”</p>				
	megbeszélés	<p>8.Hallottatok már a FREE HUGS elnevezésű világméretű mozgalomról? Nézzétek meg a következő kisfilmet! https://www.youtube.com/watch?vstTQWkKYFA Mit gondoltok a látottakról?</p>	Érdekes.	frontális munka		(3. p.)
	megbeszélés	<p>9.Tanárodtól megkapod az osztálynévsort, minden név alatt egy üres sor van, ahová neked kell beírni a legszebb és legkedvesebb dolgot, ami eszedbe jut a társadról. Amint végeztél, add be a lapot tanárodnak, aki személyenként összesíteni, hogy aztán mindenki megkapja a saját pozitív mondatait. Tedd el magadnak a lapot, és ahányszor nehézségbe ütközöl életed folyamán, vedd elő és olvasd el, mit írtak rólad.</p>		önálló munka		(10. p.)
	tanári közlés megbeszélés	<p>10.Mivel foglalkoztunk a mai foglalkozásunkon? Mit viszel el belőle?</p>		önálló munka		(3. p.)
Összefoglalás, ellenőrzés	tanári közlés	<p>Ki érzi úgy, hogy aktív volt a mai órán? Ki gondolja úgy, hogy többet is vállalhatott volna a csoportban?</p>		frontális munka		(1. p.)
Értékelés	tanári közlés	<p>12.Köszönöm a munkátokat! ügyesek voltatok!</p>				