

A dolgozatot Károlyi Borbála, az ELTE hallgatója készítette a Békés iskolák program számára.

Kedves Érdeklődők!

A tématerveket elsősorban az alsós gyerekek érzelmi intelligenciájának, mentalizációs képességeinek, együttműködő képességeinek fejlesztésére készítettem.

Az órákat az erkölcsan órákhoz tudnám leginkább kapcsolni, de a gyakorlattípusok más tantárgyak tanításába is beépíthetők. Akár iskolán kívüli foglalkozások keretein belül is megtarthatók. Érdekes lehet különböző életkorú gyerekek együttműködésével megvalósítani a foglalkozásokat, így még nagyobb hangsúlyt kaphat az egymástól tanulás módszere.

Javasolt évfolyam: 2.

Természetesen a játékos feladatokat lehet könnyíteni/nehezíteni, így más korosztályoknak is megfelelhetnek. Érdemes az adott gyerekcsoport fejlettségi szintjéhez igazítani azokat, de az alsós korosztály életkori sajátosságait figyelembe véve készítettem a tervezetet.

A tématerveket a következő, a kerettanterv által meghatározott témák valamelyikéhez illesztem:

1.-2. évfolyam: Társaim- Ők és én

3.-4. évfolyam: Milyen vagyok én és milyennek látnak mások?, Közösségben és egyedül – a társaim és én

Azt is el tudom képzelni, hogy az órákat nem ugyanabban az évben tartja meg a pedagógus az osztálynak, hiszen azok egyre fejlettebb képességek meglétét feltételezik, ilyen módon épülnek egymásra. Így érdemes azokat az elemeket kipróbálni, amire az adott osztály készen áll.

Az adott témát 7 órában/foglalkozásban terveztem meg a következő célok alapján:

(A célokat a 2013-as kerettantervben feltüntetett fejlesztési célokra építve határoztam meg.)

- Érzelmi intelligencia fejlesztése.
- Mentalizációs képességek fejlesztése.
- Együttműködő képességek fejlesztése.
- A tanulók erkölcsi érzékének fejlesztése.
- Az erkölcsi érzék és a lelkiismeret fejlesztése.
- A tanulók képessé tétele arra, hogy olyan értékeket erősítsenek meg magukban, amelyek egyszerre igazodnak az alapvető erkölcsi értékekhez, valamint saját és közösségeik érdekeihez. Közben pedig fejlődnek bennük azok a pozitív belső késztetések is, amelyek segítségükre vannak a jó és a rossz felismerésében, az elkövetett hibák kijavításában, valamint a büntudat kezelésében.
- A személyes kapcsolatok és vonzódások világában való tájékozódás képességének fejlesztése, mások elfogadásának segítése.
- Az önismeret erősítése és az önelfogadás segítése.
- Az önkontroll és a szociális magatartás kialakulásának támogatása.
- A sajáton kívüli nézőpontok felvételének gyakoroltatása, értéket képviselő példaképek keresése.
- A testbeszéd alapelemeinek ismerete. Személyes tapasztalatok az osztályközösség működéséről.
- A hatékony kommunikáció elemi feltételeinek tudatosítása. Az alapvető kommunikációs formák tudatos használatának fejlesztése.
- A mások kirekesztését elutasító szociális érzékenység erősítése.
- A személyes érzések és gondolatok kifejezésének gyakoroltatása.

Előzmények:

- A tanulók előzetes tudására, eddigi tapasztalataikra építés.
- Esetleg elemi szintű gyakorlat személyek jellemzésében.

Folytatás:

- A mentalizációs képesség fejlesztése további gyakorlatok során.
Más filmek, könyvek, stb. feldolgozásával, vagy további empátikus képességet fejlesztő játékos gyakorlatokkal.

A 7 óra fő gondolatai a következők:

- 1.-2. alkalom: A film megnézése közösen.
3. alkalom: Érzések felidézése és megnevezése saját tapasztalatok és a filmről való beszélgetés során.
4. alkalom: Érzelmek felismerése és megnevezése.
5. alkalom: Érzelmek értelmezése.
6. alkalom: Érzelmek átélése, a mentalizációs képesség alapozása, fejlesztése.
7. alkalom: Segítségadás lehetőségeinek tudatosítása, a védelmező szerep megtapasztalása.

Melléktémák:

Amennyiben a pedagógus valamelyik óra során azt érzi, hogy az osztály még nem áll készen a továbblépésre, a magasabb szintű gyakorlásra, akkor érdemes megszakítani a folyamatot és hosszabb ideig időzni a fent felsorolt témakörök valamelyikénél.

Felhasznált források:

A kivágott képek, valamint filmrészletek az Inside Out / Agymanók (2015.) című filmből származnak.

A bullying kisfilm forrása: STOP BULLYING! a short Film https://www.youtube.com/watch?time_continue=101&v=AcZmrp-3yCs

További képek:

- nap: https://www.clipartwiki.com/iclip/mRbbJi_summer-material-wallpaper-sun-smiley-vector-design-so/
- felhő: <https://www.pngkey.com/pngs/rain-cloud/>
- tűz: https://www.sccpre.cat/show/ihwwxhb_flame-fire-02-png-vector-fire-flame-png/
- szendvics: https://the-grossery-gang-collector-cards.fandom.com/wiki/Stale_Sandwich

Idő	A tartalom logikai lépésekre bontása	Az oktatás szervezési módjai	Módszerek	Eszközök	Egyéb
90' 5'	1.-2. alkalom: A film megnézése közösen A második óra végén a tanulók leírnak egy lapra/ a füzetükbe a következő kérdések közül néhányat és helyben megválaszolják azokat. 1. Milyen gondolatot/részletet jegyeztél meg a filmből? 2. Melyik jelenet volt rád a legnagyobb hatással? 3. Melyik jelenet volt a legszórakoztatóbb szerinted? 4. Mit éreztél a film nézése közben? 5. Melyik jelenet tetszett a legjobban és miért?	frontális, egyéni	film nézés, munkáltatás	kivetítő, laptop, lap/füzet	Fontosnak tartom, hogy rögtön leírják a gondolataikat, ne felejtsék el a következő foglalkozás alkalmáig. A kérdések közül elég 2-3-at feltenni, életkortól és képességektől függően differenciálni is érdemes.
15'	3. alkalom: Érzések felidézése és megnevezése saját tapasztalatok alapján a filmről való beszélgetés során. 1. Személyes élmények felidézése, előzetes gondolatok megbeszélése. Az előző óra végén feltett kérdésekről beszélgetés először csoportokban, majd néhány gondolatot közösen is meghallgatunk. Szempont: Keressetek olyan válaszokat a csoportban, ami több gyereknél is előfordult!	csoport, frontális	beszélgetés, megbeszélés	megválaszolt kérdések	Amennyiben ez megoldható, érdemes a gyerekeket kör alakban, vagy legalább csoportosan ültetni, nem frontális alakzatban. Így jobban tudnak egymásra figyelni és a közösség élményét is erősíti.

5'	Közös megbeszélésnél: - Szempont megbeszélése. - Ki hallott valami érdekes, különleges meglátást? Egyet értesz vele, vagy sem? Miért? 2. Érzelmek felidézése, felismerésének segítése közös beszélgetés alapján. - Tegye fel a kezét, aki volt már vidám! - Tegye fel a kezét, aki volt már szomorú! - Tegye fel a kezét, aki félt már! - Tegye fel a kezét, aki érzett már undort! - Tegye fel a kezét, aki volt már dühös! Mindegyik utasítás után meghallgatunk 1-2 tanulót (az idő rövideje miatt), akik elmondják mikor érezték ezeket az érzéseket.	frontális	beszélgetés, megbeszélés		A frontális munkaformát itt úgy értem, hogy a tanulók közösen beszélgetnek, azonos kérdéseket kapnak, amit jelentkezés után válaszolhatnak meg.
15'	Nagyon sok kezet láttam a magasban! Úgy tűnik, mindenki szokta érezni ezeket az érzéseket. Mit gondoltok, milyen dolgok befolyásolják, hogy mit érzünk? Lehetséges válaszok: - Külső tényezők. - Csak olyan a kedvünk. - A társak viselkedése. stb. Nagyon jó meglátásaitok vannak! Az érzéseinket valóban sok tényező befolyásolhatja, ezért érezzük magunkat mindig másképpen.				

7'	3. Érzelmek és személyiségjegyek megkülönböztetése, a fogalmak tudatosítása a filmből vett példákon keresztül. Mi jellemzi a szereplőket? A különböző csoportok más szereplőket kapnak: (A képek a film különböző jeleneteiből vannak kivágva.) Riley (2 csoport) anyuka (1 csoport) apuka (1 csoport) képzeletbeli barát/ Bingbong (1 csoport)	csoport	cselekedtetés, beszélgetés, megbeszélés	nagy méretű képek, esetleg A3-as kartonok, ragasztó, szókártyák	A feladatot 5 csoportra terveztem, természetesen lehet több csoport is, akkor még érdekesebb összehasonlítani a megoldásokat, ha többen kapják ugyanazt a karaktert. Egy csoport ne legyen több 5 főnél, úgy könnyebb összedolgozniuk a gyerekeknek.
3'	Minden csoport ugyanazokat a szókártyákat kapja, amelyek közül azokat kell a képre ragasztaniuk, amelyek igazak szerintük az adott szereplőre. szomorú, vidám, dühös, lobbanékony, undorodik, félénk, ijedt, bátor, érzékeny, okos, találékony, sportos, őszinte, játékos, kedves, gondoskodó, ideges Megbeszéljük, hogy mi alapján válogattak, miért nem volt egyértelmű a feladat (mert változnak az ember érzései, cselekedetei a körülmények, események miatt). (Többféle válasz is elfogadható.) Illetve megbeszéljük a különbségeket az emberek pillanatnyi érzései és tulajdonságaik között.				

	4. Érzések felismerésének, a másik érzelmeinek megfigyelésének fejlesztése közös pontok gyűjtésével. Gyűjtsetek olyan érzéseket, nem tulajdonságokat, amit mindannyian éreztek a csoportban jelen pillanatban! A talált közös pontok kihangosítása frontálisan. 5. Értékelés Mit viszel magaddal a mai órából? Mi volt számodra új felismerés? Körbeadunk egy labdát, akinél éppen van, az válaszol a kérdésekre.	csoport, frontális egyéni	beszélgetés, megbeszélés értékelés	labda	
10'	4. alkalom: Érzelmek felismerése és megnevezése. 1. Érzelmek felismerése már ismert filmrészlet alapján. 7:55-9:52 Részlet megnézése közösen a filmből <i>(1. részlet)</i> A tanulók szókártyákat kapnak. Szempont: Azokat az érzelmeket válasszátok ki a csomagból, amelyek megjelentek a részletben! Kapott szókártyák: kíváncsiság, csalódás, félelem, izgalom, álmodozás, lelkesedés, reménykedés, undor, düh, meglepettség, unottság, öröm, vidámság, büszkeség, meglepettség	frontális, csoport	tevékenyked- tetés, megbeszélés, beszélgetés	kivetítő, laptop, szókártyák	

15'	Közösen megbeszéljük a választott kártyákat. A gyerekek indokolják a döntésüket. 2.Érzelmek csoportosítása a filmben látottak segítségével. A gyerekek találnak a terem falain kiragasztva szókétyákat. A feladatuk, hogy az adott karakterhez kapcsolódó kártyákat gyűjtsék össze. 5 percük van, hogy mindenki gyűjtsön céduákat, 5 percük van, hogy megbeszéljék a talált szókétyákat és felragasszák őket a képre. 5 perc: a kész plakátok megbeszélése közösen, kimaradt kártyák megvitatása. szókétyák: Öröm: - kíváncsiság - sikerélmény  -	csoport munka egyéni mozzanatokkal	cselekedtetés, tevékenyked- tetés, megbeszélés, beszélgetés	szókétyák, plakátok, képek	
-----	--	--	---	-------------------------------	--



-
- Nagyon jól érzem magam!

Bánat:

- Szomorú vagyok.
- Nincs kedvem semmihez.
- kétségbeesés



-



-

Harag:

- Hagyj békén!



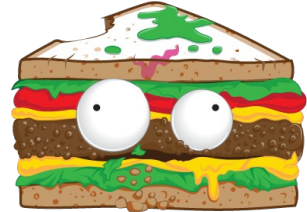
-
- A te hibád!
- Idegesít ez a feladat!

Félelem:

- bizonytalanság
- Nem merem.
- rémület



-
- gyáva nyúl

10'	Undor: - Hogy mondhatod ilyet? - Fúúújj!   - Bűdös van. 3. Érzelmek felismerésének fejlesztése néma játék során A tanító kivetít egy érzelmet (szót), az osztálynak olyan arcot kell vágni, amíg a táblának háttal álló tanuló ki nem találja, hogy mit látható a táblán. szavak életkortól függően: - öröm, bánat, undor, félelem, harag, meglepődés, izgatottság - rémület, kíváncsiság, csalódottság, csodálat, idegesség, unott, álmodozó, kétségbeesett	frontális	cselekedtetés	kivetítő/tábla	
-----	--	-----------	---------------	----------------	--

7'	4. Érzelmek kifejezésének fejlesztése ábrázolással és néma játékkal. Mindenki kap egy érzelmet (szókártyát), amit le kell rajzolnia. Utána csoportokat kell képezniük anélkül, hogy beszélneek egymással, csak a rajzok alapján kereshetik a csapattársaikat. Azok kerülnek egy csapatba, akik ugyanazt az érzelmet kapták. Felhasználhatók az előző feladatban felsorolt érzelmek. Maximum 5-6 csoportot ajánlott alkotni.	csoport munka egyéni mozzanatokkal	cselekedtetés	szókártyák, üres lap/üres fejformák	Kisebбекnél érdemes a fejformát előre kivágva odaadni, nagyobbak rajzolhatnak üres lapra.
3'	5. Értékelés: Kinek melyik érzelmet volt a legnehezebb felismerni? Körbeadunk egy labdát, akinél éppen van, az válaszol a kérdésre.	egyéni	értékelés	labda	
7'	5. alkalom: Érzelmek értelmezése 1. Érzelmek megértésének fejlesztése filmrészlet segítségével. 47:07-48:00 Részlet megnézése közösen a filmből (2. részlet), minden tanuló kap egy jegyzetlapot. Szempont: Figyeld meg Bingbong viselkedését, arckifejezéseit! Színezd ki a lapot olyan színekkel, amelyek szerinted Bingbong érzéseit jelenítik meg. Szempont megbeszélése közösen: - Mit csinált Bingbong a részletben? - Miért cselekedett így?	frontális	szemléltetés, megbeszélés, beszélgetés	kivetítő, laptop, jegyzetlap	

	- Milyen színeket választottatok? Mit érezhetett szerintetek?				
10'	2. Érzelmek tulajdonságainak, megjelenési formáinak tudatosítása tabu játék során. A tanulóknak most nem elmutogatniuk kell az érzelmeket, hanem körülírniuk. Azonban minden érzelmekártyán szerepel 3 szó, amit nem szabad kimondania annak, aki körülír. A gyerekek csoportokban játszanak: 1 gyerek körülír, 1 gyerek jelez, ha a körülíró véletlenül kiejti valamelyik tabu szót, a csapat többi tagja találgat. Mindenki egyszer lesz a körülíró és a figyelő szerepben. Tabu kártyák: düh: harag, piros, tűz undor: romlott, bűz, Fúúújj! csalódottság: vesztes, szomorú, sírás büszkeség: siker, magamra, örülni idegesség: mérges, dolgozat, járkálás	csoport	játék	tabu kártyák	Differenciálni érdemes, azoknak a gyerekeknek, akiknek a szóbeli kifejezőkészsége, vagy az érzelmi intelligenciája nem olyan fejlett, nekik érdemes könnyebb kártyákat adni.
25'	3. Érzelmek megjelenítésének gyakorlása szerepjáték során. Minden csoport kap egy szituációt, amit el kell játszaniuk némajátékkal (nem beszélhetnek a szereplők a jelenet közben), utána a többi gyerek elmondja, mi történhetett szerintük. Ezután a csapat ismét eljátssza a rövid jelenetet, amikor a tanító azt mondja: „Stop!”, mindenki	csoport	cselekedtetés	szituációs kártyák	

3'	megdermed és amelyik szereplőt a tanító megérinti, az kihangosítja a karakterének belső gondolatait. A csapatok 10 perc felkészülési időt kapnak, majd egymás után adják elő a jeleneteiket. jelenetek: 1. Az egyik gyerek elveszi a másik játékát a játszótéren. A többiek végignézik a jelenetet, de nem tesznek semmit. 2. Szünetben az egyik tanuló sírni kezd, mert rosszul sikerült a dolgozata. A többiek megpróbálják megvigasztalni. 3. Az egyik gyerek nagyon mérges, mert a másik társa véletlenül eltörte a kedvenc játékát. A többiek közül néhányan közbeavatkoznak. 4. Az egyik gyerek nagyon sír az udvaron, de nem mond semmit. Társai csak azt látják, hogy megütötte a térdét. 5. A büfénél sorban állás közben két gyerek mindig tolakszik. A többiek nem értenek egyet ezzel a viselkedéssel. 4. Értékelés Körbeadunk egy labdát, akinél éppen van, az válaszol a kérdésre. Kinek mi volt a legnehezebb feladat a mai órán?	egyéni	megbeszélés, beszélgetés	labda	
----	---	--------	--------------------------	-------	--

	6. alkalom: Érzelmek átélése, a mentalizációs képesség alapozása, fejlesztése.				
7'	1. Mentalizációs képesség fejlesztése filmrészlet segítségével. 45:20-46:30 Részlet megnézése közösen a filmből (3. részlet) Megfigyelési szempont: Éreztél-e már Rileyhoz hasonlóan? A gyerekek csoportokban megbeszélik a szempontot, majd néhány válasz kihangosítása történik.	csoport, frontális	megbeszélés, beszélgetés	kivetítő, laptop	
10'	2. Ézelmi állapotokba helyezkedés szerepjáték során. Minden csoportban lesz egy gyerek, aki találgat. A többiek húznak egy-egy ézelmet (harag, bánat, derű, félelem, undor). Mindenki felveszi a filmből ismert ézelmek karakterét. Annak, aki nem kapott szerepet, ki kell találnia, ki melyik kártyát kapta úgy, hogy 1 percig kötetlenül beszélgethetnek a gyerekek. A tanító méri az 1 percet. Utána mindenki új kártyát húz. Mindenki egyszer találgat, körbe megyünk. Tapasztalatok megbeszélése: - Kinek volt könnyű a feladat? - Kinek volt nehezebb feladat? - Mi alapján volt könnyű találgatni? - Ki játszotta nagyon élethűen a szerepét a csoportodban?	csoport, frontális	cselekedtetés	ézelmekkártyák	

25'	3. Mentalizációs képességek gyakorlása szerepjáték során. Minden csoport kap egy szituációt, amit el kell játszaniuk némajátékkal (nem beszélhetnek a szereplők a jelenet közben), utána a többi gyerek elmondja, mi történhetett szerintük. Ezután a csapat ismét eljátssza a rövid jelenetet, amikor a tanító azt mondja: „Stop!”, mindenki megdermed és amelyik szereplőt a tanító megérinti, annak a belső gondolatait hangosítja ki az osztály többi tagja (jelentkezéssel). A csapatok 10 perc felkészülési időt kapnak, majd egymás után adják elő a jeleneteiket. jelenetek: 1. Egy gyerek szomorúan, egyedül ül a hintán, a többiek együtt játszanak a homokozóban. 2. Egy gyerek üveggolyója elgurult a folyosón és sehol sem találja. Néhány tanuló segít neki a keresésben, a többiek csak nézik. 3. Az egyik gyerek gyomra hangosan megkordul óra közben. Sokan kinevetik emiatt. 4. Focizás közben két gyerek összemegy. Az egyiknek nagyon fáj a bokája, a másik nem sérült meg. A nézők nem tudják eldönteni, melyik játékos volt a hibás. 5. Az egyik tanuló ötös dolgozatot írt. Néhányan örülnek neki, mások irigykednek rá.	csoport, frontális	cselekedtetés	szituációs kártyák	A feladat nagyon hasonlít az előző óráról már ismerthez, a különbség, hogy itt a többi tanuló hangosítja ki a belső hangot, nem pedig a szereplő.
-----	---	-----------------------	---------------	-----------------------	---

3'	4. Értékelés Körbeadunk egy labdát, akinél éppen van, az válaszol a kérdésre. Kinek mi volt a legnehezebb feladat a mai órán?	egyéni	értékelés	labda	
12'	7. alkalom: Segítségadás lehetőségeinek tudatosítása, a védelmező szerep megtapasztalása. 1. Mentalizációs képesség fejlesztése filmrészlet segítségével. 21:30-25:16 Részlet megnézése közösen a filmből <i>(4. részlet)</i> Megfigyelési szempont: Neked mi segítene Riley helyzetében? A gyerekek csoportokban megbeszélnek a szempontot, majd néhány válasz kihangosítása történik.	csoport, frontális	megbeszélés, beszélgetés	laptop, kivetítő	
20'	2. Védelmező szerep átélése játékos feladat során. A tanító levetíti egy kisfilmet: https://www.youtube.com/watch?time_continue=101&v=AcZmrp-3yCs 0:00-1:40-ig A csapatok küldetése segíteni a bántalmazott lányon. Minden csapat kap egy kérdéssort, amit közös ötleteléssel töltenek ki, így kidolgozzák a mentőakciót. /Változat: a csoportoknak plakátokon kell megjeleníteniük a tervet.	csoport, frontális	munkáltatás, tevékenységtetés	laptop, kivetítő, kartonok, kérdéssor	

	1. Érzelmek azonosítása Mit érezhetnek a szereplők? - a bántalmazott lány? - a lány, aki látja az eseményeket? - a lány, aki bántja a másikat? - a bántalmazó lány mellett álló lányok? 2. Érzelmek értelmezése: Miért érezhetnek így? - a bántalmazott lány? - a lány, aki látja az eseményeket? - a lány, aki bántja a másikat? - a bántalmazó lány mellett álló lányok? 3. Átérezni a másik helyzetét: Mitől éreznéd jobban magad a bántalmazott lány helyében? 4. Mentőakció kidolgozása Hogyan segítenél te, mint külső szemlélő a bántalmazott lányon? Miután elkészülnek a csapatok, minden csapatból 2 ember bemutatja az akció tervét a többieknek. A tanító levetíti a kisfilm maradék részét is a gyerekeknek.				
--	---	--	--	--	--

10'	3. Osztályközösség építése, az osztályon belüli bullying megelőzése kedves üzenetekkel. Mindenki húz egy nevet, neki kell címezni egy kedves üzenetet/jó tulajdonságát kiemelni. Aki szeretné ezen kívül másnak IS írhat (név nélkül/névvel ellátva is lehet)	egyéni	munkáltatás, cselekedtetés	üzenőlapok	A tanító is írhat olyan tanulónak, aki keveset kapott/ha ő is szeretne valakit mindenképpen bátorítani/mindenkinek címezhet egyet. Amennyiben néhány tanuló érzelmi intelligenciája nincs a kellő szinten a feladat komoly végrehajtásához, érdemesebb kihagyni.
3'	4. Értékelés Körbeadunk egy labdát, akinél éppen van, az válaszol a kérdésre. Milyen új tapasztalatot szereztél a mai órán?	egyéni	értékelés	labda	