

Happy Schools: Positive Education for Well-Being and Life-Skills Development

Koren Natasa

**„Az örömteli élet mindig egyedi alkotás, és nem lehet recept alapján megvalósítani. „
Csíkszentmihályi Mihály**

A pozitív nevelés világszerte kihívást jelent a hagyományos oktatási gyakorlattal szemben; célja a jólét és a boldogság holisztikus szemléletű előmozdítása az osztályteremben és azon kívül is. Feladata, hogy a fiatalok számára olyan ismereteket és életvezetési készségeket nyújtson, amelyek jelen és jövőbeli életükben is hasznosítani tudnak.

Hol tanultán a módszert?

Barcelona, Europass képzés

Mire jó?

Jó, jobb közérzet, pozitív szemlélet kialakítása

Milyen órákon lehet használni:

Jellemzően osztályfőnöki órán, de magasabb óraszámban tanított tanulók csoportok esetén szakórákon is.

Napi rutinok

1. Saját, személyes köszönési forma, szöveg kitalálása.
2. Mosoly és név szerinti köszönés minden/néhány tanulónak (esetleg néhány személyes, kedves kérdés feltétele, hogy vannak, hogy sikerült egy verseny, sütemény sütés, edzés, stb).
3. Személyes kézzel köszönés a diákoknak, mikor belépnek.
4. Közös osztálydal éneklése (kicsik, minden reggel).
5. Napindító beszélgetés: használhatjuk különböző szakmák, csoportok nyelvezetét, vagy akár használhatunk hangulat kártyákat is, az adott stílusban kérjük meg a tanulókat hogy mondják el, hogyan érzik magukat.

pl: vizmentő:

T: "Hello Frankie, itt vagy?"

P: "Igen, Ms Adams, itt vagyok!"

(A tanulónak hangosan és magabiztos hangon kell válaszolniuk)

6. Állítson be az osztály egy kora reggeli tevékenységet, amint a tanulók belépnek a terembe, például: matematika quickies, helyesírási feladat, történelmi kvíz kérdés. Ezek lehetnek kihívások, de szórakoztató feladatok, kérdések is.
7. Közös reggeli.
8. Napindító érdekes történet (lehet személyes, tanulságos, érdekesség, aktualitás)

Heti tevékenységek

1. Különleges tárgy

Az osztályfőnök behoz egy különleges tárgyat, amiről 5 percig beszélgetnek. A tanév hátralévő részében, a tanulók hoznak be, heti rendszerességgel, egy számukra fontos tárgyat, amiről szintén beszélget az osztály.

2. Különleges személy

Minden héten tartsunk egy különleges személyre szánt időt, körülbelül 5-10 percig. Ez idő alatt a tanulók leülnek és a kiválasztott személyről csupa pozitív dolgokat mondanak. Fontos, hogy a személyt több nappal az osztályfőnöki óra előtt kiválasszuk, hogy a diákoknak legyen elég idejük, lehetőségük az ő megfigyelésére, a pozitív dolgok meglátására, megfogalmazására.

Az osztályfőnök feladata egy szép papírra felírni néhányat ezekből a gondolatokból, melyet aztán a „különleges személy” hazavihet.

3. Gondolat a hétre

Minden hétfőn tegyünk ki egy gondolatot a hétre, hogy a tanulók a hét folyamán gondolkodhassanak rajta. A héten keressünk rá alkalmat, hogy 10-15 percben beszélgessünk a hét indító idézetről, gondolatról.

Egy másik ötlet, hogy a tanulók írjanak hét indító, vagy az adott hétről szóló, azon a héten megbeszélendő témáról. Fontos, hogy ezeket a kérdéseket, gondolatokat ugyan úgy megbeszéljük.

Heti gondolat felvetés lehet pl:

"Mitől lesz egy nagyszerű nap?" vagy "Valami, amit a szüleimért tettem..."

4. Érzelmek könyve

A tanulók saját érzésfüzetet vezetnek - minden héten adjunk az osztálynak egy rövid időt arra, hogy gondolkodjanak/rajzoljanak/írjanak egy adott érzésükről: például: "Magabiztosnak éreztem magam, amikor..."

Alternatívaként, a tanulók feljegyezhetik gondolataikat egy post-it cetlire, amelyből egy osztálykönyv készülhet.

5. Heti feladvány

Az osztály online csoportjában kezdünk egy egyszerű rejtélyes rajzot, történetet, feladványt hétfő reggel. Minden nap adjunk hozzá egy kicsit több információt - a tanulók kitalálhatják, hogy mi lehet a rajz, történet, feladvány vége, megoldása.

6. Testnevelés órai játékok

Együttműködési játékok, körjátékok az osztállyal az együttműködési készségek fejlesztésére, az osztályban felmerülő problémák kezelésére.

7.Dobj el mindent és olvas

A csendes olvasás ösztönzése érdekében a hét egy megfelelő pillanatában kérjük meg a tanulókat, hogy "dobjanak el mindent és olvassanak".

8. A hét (vagy a félév/év) szava

Amikor kimondjuk ezt a szót, minden tanuló megismétli azt.