

Jógyakorlat gyűjtemény 2023, Rovinj – Rózsa-Pohánka Vanda

1. Miben vagyok a legjobb? Miben vagyok az első?

Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra

Cél: önbizalom fejlesztés, szociális kompetencia fejlesztése

A tanórákon alkalmazható: az óra bármelyik szakaszában, főként közösségépítő tananyagoknál.

A feladat időtartama: 10-15 perc

A feladat menete: Az osztály tanulói egy nagy kört alkotnak, hogy mindenki lásson mindenkit.

A legbátrabb kezd. Mond valamit, amiről úgy gondolja, hogy egyedüli a csoportban. Például: „Úgy gondolom, hogy a csoportban én ismerem a legtöbb növényt.” „Úgy gondolom, hogy a csoportban én jártam egyedül Afrikában.” Ha ez tényleg igaz, akkor a többiek megtapsolják, ha nem, akkor a csoport egy másik tagja rákontrázhat. Így sokszor kiderül két tanuló közös érdeklődési köre, vagy hasonló élmény átélése. Pár kijelentés után a bátortalanabb csoporttagok is megnyílnak.

2. Mi lennék egy házban?

Tantárgyi koncentráció: osztályfőnöki óra, etikaóra

Cél: önkifejezés és önbizalom növelés, kreativitás, kifejezőkészség fejlesztése, szociális kompetencia fejlesztése

A tanórákon alkalmazható: Az óra bármely részén alkalmazható

A feladat időtartama: 10 perc (de lehet tetszőleges)

A feladat menete: Mindenki elképzeli, hogy mi lenne egy házban és a következő kérdésekre megadja a választ:

- Mi lennék a házban?
- Hol vagyok?
- Mi a funkcióm?
- Hogyan támogatom a házban élőket?
- Hogyan viszonyulok a házban lévő többi tárgyhoz?

A kérdésekre a válaszokat mindenki leírja magának, majd felolvassák az egész csoport előtt.