

ERŐSSÉGEK BAJNOKAI PILOT PROGRAM

6. Foglalkozás: A tanulás szeretetének erőssége

Korosztály: 6-10 éves

2020/21



Jobb Veled a Világ
Alapítvány



Jobb Veled a Világ Alapítvány

1145 Budapest, Columbus u. 37.
erossegekbajnokai@gmail.com



Erősségek Bajnokai - 6. foglalkozás

A TANULÁS SZERETETÉNEK ERŐSSÉGE



A FOGLALKOZÁS CÉLJA: megérteni a tanulás szeretetének erősségét, felfedezni magunkban és másokban, egy hétig gyakorolni az újszerű használatát, továbbá építeni annak pozitív hatásaira.

JAVASLAT A FOGLALKOZÁSOK KEZDÉSÉHEZ:

Érdeemes egy rövid, pár perces relaxációval kezdeni, például Bagdy Emőke villámrelaxációs gyakorlatai közül válogatva, amelyeket a Boldogságóra kézikönyvekben találsz.

Tipp! Barbara Fredrickson, a pozitív érzelmek világhírű kutatója felméréséből kiderül, hogy azok a diákok, akikkel dolgoztatás előtt egy rövid „Most éppen mi jó nekem?” vizualizációs gyakorlatot végeztek el, sokkal jobban teljesítettek. Ennek oka az, hogy az agyunknak pusztán néhány perc is elég ahhoz, hogy pozitív üzemmódba kapcsoljon, amelynek következtében könnyebben elő tudjuk hívni az információkat a memóriánkból. Érdeemes ezt neked is kipróbálnod!

1. HANGOLÓDJUNK RÁ!

Álljatok körbe! Akinek a labdát dobják, mondja meg, mit szeretne megtanulni az életében! Jegyezzétek meg, ki mit mondott. Ehhez használjatok valamilyen memóriafogas technikát.

[A memóriafogásokhoz itt találsz segítséget.](#)

Dobjátok visszafelé a labdát! El tudjátok mondani visszafelé is, hogy ki mit szeretne megtanulni?

2. TANÍTS MEG MÁSOKAT IS!

- Tudásbörze: mutassatok meg egyenként egymásnak valamilyen mozgásos tevékenységet, versmondást, nyelvtörőt, éneklést, hangszeren játszást, társasjátékot, kézügyeséget igénylő feladatot stb. Olyat válasszatok, amikben maga-

biztosnak, jónak gondoljátok magatokat és amit szívesen megtanítanátok az osztálytársaitoknak. A többiek próbálják meg utána csinálni!

- Melyik feladat tetszett és miért?

3. ÉRDEMES TUDNI!

A tanulás szeretetének az erősségével igyekszünk új ismereteket szerezni, és kedveljük azokat a helyzeteket, ahol, illetve amiből csak tanulhatunk. Lételemünk a fejlődés.

- Melyik mesehős, irodalmi vagy történelmi példa lehet ennek az erősségnek a példaképe? Mit gondoltok, mi jellemzi azokat az embereket, akik szeretnek új és új dolgokat megtanulni?
Kutatások eredményei igazolják, hogy akinél fejlett ez az erősség, arra jellemző az autonómia, a leleményesség, a lehetőségekre való nyitottság, az önbizalom, a csökkent stressz szint, az egészség, a produktív időszedés, továbbá érzéke van a nehézségek kezelésében, így nagyobb valószínűséggel keresi és fogadja el a kihívásokat.
- Mikor voltatok nagyon motiváltak arra, hogy megtanuljatok valamit? Mi volt az?
Motivációs következményei vannak az erősségnek, hiszen segít az embereknek kitartani a nehézségek, sőt a negatív visszajelzések idején is.
- Ha megnézik az erősségek táblát, szerintetek melyik erősség járhat kéz a kézben a tanulás szeretetével? Milyen erősségekre van szükségünk ahhoz, hogy a tanulás szeretetében jeleskedjünk?
A kíváncsiság és a tanulás iránti szeretet az egyik legszorosabban összefüzdő erősség. Míg a kíváncsiság egy motiváció az új információk keresésére, addig a tanulás szeretete egy vágy arra, hogy ez az információ elmélyüljön, megmaradjon.



Jobb Veled a Világ
Alapítvány

6. FOGLALKOZÁS

Korosztály: 6-10 éves



4. Mi mindent érzünk olyankor, amikor elmélyedünk tanulás közben? Hol érezzük ezeket a testünkben, mutasd meg!

Amikor valaki rendelkezik ezzel az erősséggel, akkor kognitív szinten nagyon elfoglalt. Tipikus, hogy pozitív érzéseket tapasztal, miközben új készséget sajátít el.

4. CSOPORTOS MEGBESZÉLÉS

Párban vagy 3 fős csoportban húzzanak a gyerekek egy-egy cetlit, amin az alábbi kérdések szerepelnek. Többen is kaphatják ugyanazt a kérdést.

? Szerinted, ha a tanulás szeretete egy állat lenne, milyen állat lenne?

? Szerinted milyen színű a tanulás szeretete?

? Mutasd meg, milyen vagy, amikor szeretsz tanulni!

? Sorolj fel két dolgot, amivel kapcsolatban segít neked a tanulás szeretete!

? Milyen lenne az életünk, ha senki nem szeretne tanulni?

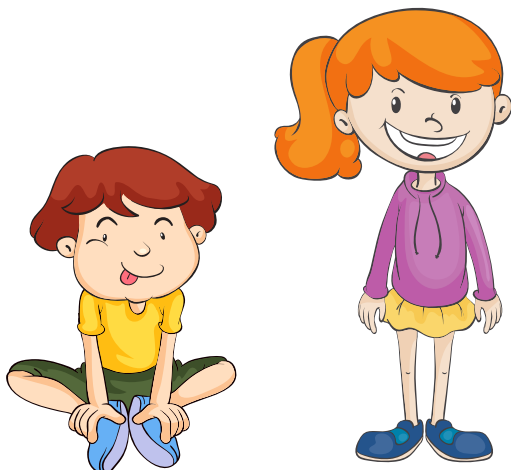
? Milyen lenne az életünk, ha mindenki szeretne tanulni?

? Milyen célod van a közeljövőben, amit szeretnél elérni?
A tanulás szeretete miben tudna segíteni téged, hogy sikeresen célba érh?

Mennyire tölt fel energiával ennek az erősségnek a használata? Mutasd a kezeiddel egy skálán! Ha a füled mögé emeled, fel, a magasba, akkor nagyon feltölt energiával, ha a tested mellé leengeded, akkor egyáltalán nem tölt fel energiával. Mondj egy példát!

5. ARANYKÖZÉPÚT - TALÁLD MEG AZ EGYENSÚLYT AZ ERŐSSÉGEIDBEN!

Az arany középut az erősségek megfelelő használata, a megfelelő kontextusban, a megfelelő helyen és időben, illetve a megfelelő mennyiségben. Használhatjuk az erősségeinket túlzott mértékben vagy éppen gyengén. A következő gyakorlatok az egyensúly játékos meg tapasztalásában segítik a gyerekeket.



Jobb Veled a Világ
Alapítvány

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai>

- Játsszátok el minél többen a következő párbeszédet!
Juli, Ákos, Zsófi egy osztályteremben tanulnak. Előttük a tankönyv és füzet nyitva. Juli a ceruzájával és a radírjával játszik, nem köti le az olvasmány. Ákos ujjával vezetve a sorokat olvas, kihúzza magát ültében és láthatóan nagyon figyel. Zsófi rövid olvasás után hangosan lecsapja a tankönyv fedelét, majd odamegy Ákoshoz.
Zsófi: Én már készen vagyok. Mikor jössz játszani?
Juli (ott terem mellette): Én jövök, én jövök!
Ákos: Majd, ha ezt a feladatot megoldottam, utána megyek én is.
Zsófi: Ákos, én már tudom a leckét, nem kell olyan strébernek lenned, szerintem már rég megtanultad te is.
Juli: De olyan unalmas! Én nem tudom! Menjünk inkább játszani, az sokkal izgalmasabb!
Ákos: Engem ez nagyon érdekel! Ti tudtátok, hogy... (itt valamit mond a feladattal kapcsolatban)? Ez legalább olyan izgalmas, mint a bújócska.
Zsófi: A bújócskánál nincs semmi izgalmasabb és jobb, ugye Juli?
Juli bólogat és kacagva kergetőzésre hívja Zsófit. Ákos orra előtt nevetve játszani kezdenek.
Ákos: Én még ezt megoldom. Ők úgyis kifáradnak, akkor majd félgözzel elkapom őket.
A lányok eliramodnak, Ákos lassan befejezi a feladatot és a lányok után ered.

6. MESE A TANULÁS SZERETETÉRŐL

Emlékeztetek, milyen volt, amikor elbúcsúztatok az óvodától? Mit szerettetek az oviban és mit szerettek most az iskolában?

Ahogy hallgattátok a mesét, közben le is rajzolhattátok Vackor óvodáját.



6. FOGLALKOZÁS

Korosztály: 6-10 éves

OLVASD FEL AZ ITT KÖVETKEZŐ
MESÉT A GYEREKEKNEK!

KORMOS ISTVÁN:
KORMOS ISTVÁN: VACKOR ELBÚCSÚZIK AZ
ÓVODÁTÓL, ÉS ISKOLÁBA MEGY



Hol
volt,
hol nem,
messze, messze,
volt egy boglyos,
lompos,
loncsos
és bozontos,
Vackor nevű
kicsi medve,
nem is medve,
csak egy apró,
lompos,
loncsos
és bozontos,
piszén pisze kölyökmackó.
Az az apró
kölyökmackó
mielőtt még óvodás lett,
az volt ám csak
nagy csavargó!
Hanem ott az óvodában
megnevelték igen szépen,
s nem érheti semmi szégyen
semerre őt a világban.
Bármit tanultattak véle,
tudja majd őpisesége,
bárhol is jár,
sétál,
kószál
vénséges és vén korában.
De soká lesz
még az apró,
piszén pisze kölyökmackó
boglyos bozontú vén mackó!
Sok mézet fog
addig enni,
mert a kacsalábon forgó,
ékességes óvodából
nem nagy medvének iratják,
hanem előbb iskolába,
oda kell Vackornak menni.
Az is eljött
nagy sokára,
ha nem hamar,
valahára,
mikor utoljára lépett

az az apró,
piszén pisze kölyökmackó
ama kacsalábon forgó,
ékességes óvodába.
Eljött a nap
valahára,
állt a nagy teremben Vackor,
és mellette annyi társa:
Katona Anna – egy,
Varga Bence – kettő,
Pór Jutka – három,
Fazekas Marci – négy,
Fazekas Eszter – öt,
Domokos Matyi – hat,
Vas Pista – hét,
Pengő Gyöngyi – nyolc,
Fodor Dávid – kilenc,
Kováts Vicu – tíz,
tíz,
tíz,
tisztá víz,
sok gyerek,
sok cseprő-apró,
s ott állt köztük búslakodva,
ott a boglyos,
lompos,
loncsos
és bozontos,
piszén pisze kölyökmackó.
Nem egyedül
a csöpp Vackor,
hanem mások is búcsúztak
az óvoda falaitól,
mások is búcsúztak akkor.
Utoljára
a hatévesek csoportja
az óvoda minden termét
körbejárta.
Megnézték a játékokat,
a labdákat
meg a sok építőkockát,
karikákat;
a villamos,
a pici busz,
a kisvasút,
az alagút
és a tábla

és a sípok
és a gyöngyök,
búgócsigák,
csöpp barikák
még játszásra kínálódta
utoljára.
Akik iskolába mentek,
meghatódtak,
és a tovább maradónak
ígyen szóltak:
– Holnap mi már nem
jövünk
az óvodába.
Jövőre meg ti is jöttök
iskolába.
Akik tovább ott maradtak,
meghatódtak,
és az elmenő társakhoz
ígyen szóltak:
– Holnap ti már nem jöttök
az óvodába.
Jövőre meg mi is megyünk
iskolába.
Ahányan ott búcsúzkodók
együtt voltak,
óvó néni köpenyébe
csimpaszkodtak,
s neki köszönő szavakat
ígyen mondtak:
– Most e vidám falak közül
kiröppenünk,
de a sok itteni emlék
eljön velünk!
Hej, óvoda,
óvoda!
Ég veled, te kacsalábon
forgó, ékes palota!
Elhagyjuk sok
fényes termed,
többet nem sétálunk benned,
isten veled, óvoda!
Holnap mi már
nemcsak játszunk,
fogócskázunk,
bújócskázunk:
hív a komoly kötelesség,
hív minket az iskola.

Héjjha,
hujjuj,
micsoda!
Utoljára az az apró,
lompos,
loncsos
és bozontos,
piszén pisze kölyökmackó
brummog búcsúzóul hár-
mat,
csak úgy zeng az óvoda:
– Brumma, brumma,
brumma, hó!
Itt maradni
vóna jó!
De már ott áll
édesapja,
csöpp magzatát
kézen kapja,
és vezeti szótlanul,
míg Vackornak könnye
csordul,
és pisze orrára hull.
Még a sarkon visszanez
az a síró,
az a rívó,
az a boglyos,
lompos,
loncsos
és bozontos,
piszén pisze csöpp vitéz.
Sír még egy sort,
hüppöget.
– Isten veled, ifjúságom! –
sóhajtja, és elmorzsolja
szemében a könnyeket.
És már másnap akkor
iskolás lett Vackor.

Forrás: Kormos István:
Mese Vackorról, egy pisze
kölyökmackóról (részlet)



Jóbb Veled a Világ
Alapítvány

6. FOGLALKOZÁS

Korosztály: 6-10 éves

Másnap iskolás lett Vackor

Mit gondoltok, mi minden történhetett ott vele az első nap? Játsszátok el!

Tipp a pedagógusnak: A történetet magát elő is adhatják némajátékként vagy csak a hangutánzó, hangulatfestő szavak kimondásával.

A szöveget magyar irodalom és nyelvtan órán is elemezhetitek.

7. GAMIFICATION FELADAT

Karaktererőségek új módon – A tanulás szeretete

Az itt látható feladatok közül kedvetekre választhattok!

Adjatok egy példányt a szülőknek is és javasoljátok nekik, hogy családon belül próbáljanak ki ezek közül minél többet!

[Kattints a linkre a letöltéshez!](#)

HETI ÚTRAVALÓ

Erősség profil munkalap - az erősség bevezetése kapcsán

Titkos erősségfigyelő – véletlenszerűen kihúzott név alapján

Erősség-napló vezetése – írjanak vagy rajzoljanak egy törté-

netet, amikor a tanulás szeretetének erősségét használták
Hála köszöntés – ezzel kezdhettek vagy zárhatjátok is a foglalkozásokat.

ÉVES PROJEKTMUNKA

Az éves pilot program során sokféle alkotás fog születni.

A tanév során készült éves projektmunkákat 3 kategóriában várjuk **2021. április 30-ig** az erossegekbajnokai@gmail.com e-mail címen.

Az elkészült művek közül a legjobb alkotásokat díjazni fogjuk!

Tipp: ez a munka részleteiben akár gamification opcióként is megajánlható a diákoknak.



Jobb Veled a Világ
Alapítvány

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai>



Fontos! A program minden írott és szóbeli anyaga jogvédett! Az ebben a dokumentumban található anyagnak a felhasználása a foglalkozásokon kívüli más nyilvános eseményeken vagy továbbadása harmadik félnek kizárólag a Jobb Veled a Világ Alapítvány előzetes engedélyével lehetséges!