

# ERŐSSÉGEK BAJNOKAI PILOT PROGRAM

22. Foglalkozás: A szépség és  
kiválóság értékelésének erőssége

Korosztály: 3 - 6 éves

2020/21



Jobb Veled a Világ  
Alapítvány



**Jobb Veled a Világ Alapítvány**

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



## Erősségek Bajnokai - 22. foglalkozás

### A SZÉPSÉG ÉS KIVÁLÓSÁG ÉRTÉKELÉSÉNEK ERŐSSÉGE

**A FOGLALKOZÁS CÉLJA:** Megérteni a szépség és kiválóság értékelésének erősségét, felfedezni helyét, szerepét a játék során, a mesékben és a minket körülvevő világban, továbbá építeni annak pozitív hatásaira.

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

#### 1. HANGOLÓDJUNK RÁ!

##### Kirándulás

Menjete ki a szabadba, parkba vagy erdőbe, ahol fák, bokrok, virágzó növények is vannak a füves területeken kívül! Feküdjete le a fűbe és a felhőkben, lombkoronákban figyeljete meg a formákat! Hallgassátok a „csendet” és gyűjtsete össze, milyen apró neszeket hallotok, amikor pedig ti csöndben vagytok! Figyeljete meg csukott szemmel, hogy milyen a növények, fák, bogarak tapintása! Ugyanígy tájékozódjate az illatokban is! Bújjatek a katica vagy más bogár bőrébe! Mit érezhetnének, hogyan élnének bizonyos állatokként, növényként?

**Kinek mi a szép? Kinek mi az értékes? Beszélgetsetek erről!**

#### 2. MESE A SZÉPSÉG ÉS KIVÁLÓSÁG ÉRTÉKELÉSÉRŐL

Vezesd be a gyerekeket a Mesék birodalmába! **Mit most hallasz, nem mese, régi korok poros története. Szakállas manók mesélik, ha eljönnek az árnyak, csupán száz évben egyszer, mikor megpihennek a lábak. Mit kobold mondott, igaz, pont szó szerint írtam le, hát figyelmesen hallgasd, íme!**

##### MESE A SZERETETRŐL A TÜKÖRRŐL ÉS A SZÉPSÉGRŐL

Egyszer, messze földön, nagyon rég, egy királynak lánya született. Gyönyörű volt kicsinek is, s egyre szebb lett ahogy felcseperedett. Mire eladósorba került, olyan szép lett, hogy nem volt hozzá hasonló az egész földkerekségen. Messze földre vitték a szépség híret a galambok, s a hírt, hogy a

Hercegnőnek vőlegényt keresnek.

Nem messze a vártól lakott egy csúf tündér, irigy volt, gonosz s megkeseredett. Hallotta a szépség híret és dühösen felkerekedett. Egész a várig ment, be is jutott, s ahogy meglátta a szépséges Hercegnőt, olyan dühös lett, hogy nyomban megátkozta.

„Szebb és szebb legyél napról napra, ki rád néz, a valóságot lássa! Egyedül Te, csak Te légy az, ki minden tükörben csúnyát lát, egy csúf ocsmány banyát!”

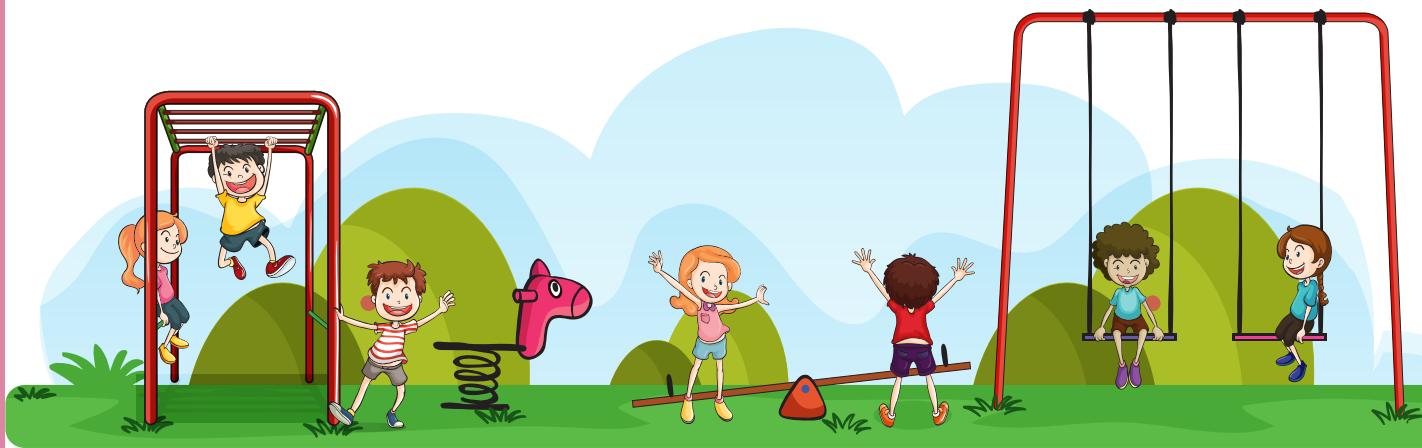
Szegény Hercegnő nagyon megijedt, berohant a várba s egyből tükröt keresett. Belenézett, s mit látott! Egy szörnyű ocsmányságot! Egy rút, vén banyát, rettenetes szörnyű pofát. Volt nagy sírás, nagy ijedelem, a király is megijedt, nem tudta mit tegyen. Aztán kiöltötték, hogy meghívják a jó tündért, hátha van segítség. Az igazság az volt, hogy az átok ellenére a Hercegnő szép maradt, de minden tükörben melybe belenézett, egy szörnyű vénasszonyt látott. Hiába mondták neki sokan, hogy szép, gyönyörű, nincs hozzá fogható, nem hitte el senkinek. Magába roskadt, megkeseredett. Idővel megérkezett a jó tündér, de sajnos az átok olyan erős volt, hogy nem tudta feloldani, csak enyhíthetett rajta.

- Minden tükörben mely nem él csak a rútat láthatod, de az élő tükör majd megmutatja az igazságot, az képes lesz feloldani a varázslatot! – Így szólt, s ezzel távozott, azt mondta többet nem szólhat, segített ahogy tudott, ériék be annyival, hogy enyhítette az átkot.

**Szerintetek mire gondolt a jó tündér, amikor élő tükörről beszélt?**

**Hogyan törhető meg a gonosz varázslat?**

Telt múlt az idő, senki nem értette a varázslatot. Az élő tükör, mi lehet az? Senki nem tudta, ezért aztán segíteni sem tudtak szegény Hercegnőn. Kipróbáltak sok-sok féle tükröt, messzi országokból hozattak különleges tükröket, furcsákat, nagyon drágákat, de a Hercegnő mindegyikben csak a csúfságot látta. Mások viszont napról napra szebbnek és szebbnek látták őt. Özönlött a kérők hada de a Hercegnő mindet visszautasította, magába roskadt, megkeseredett. A vártorony szobájából többet ki sem nézett. Öröket állíttatott a lépcsőkhöz, súlyos lakatokkal záratta le a szobát, senki-senki ne lássa csúfságát. A kérők lassan



## 22. FOGLALKOZÁS

### Korosztály: 3-6 éves

elmaradoztak, a Hercegnő jó ideje senkivel nem találkozott, magányában kesergett, búslakodott.

Élt egy távoli országban egy egyszerű legény, nagy volt a szíve, szerette a világot, minden mi élő a barátja volt. Szelek szárnyán járt a hír a Hercegnőről, aki gyönyörű, és az átokról, ami miatt élve eltemetkezett, a legény is hallotta ezt. Nem bírta a szíve a szomorúságot, melyet olyan távolról hallott. Felkerekedett hát, és csak úgy gyalogosan elindult, hogy megnézzé magának a Hercegnőt.

**Gyertek, mi is induljunk el a Hercegnőhöz!**

**Vajon merre lehet?**

**Olvasd tovább a mesét a gyerekeknek, és mozdulataitokkal tegyétek azt, amit a legény is tesz!**

Sok vándorlás után, elérkezett a várhoz, ahol Hercegnőnk élt önnön rabságában. Megpróbált hozzá bejutni, de nem engedték, a Hercegnő parancsa szent volt, a szolgák még mindig azt lesték. A legény fejében egy terv fogant, jó hosszú kampós kötelet kerített, s várta az éjszakát. Mikor sötét lett, a legény nagy bátran a vártorony alá ment, óriás lélegzetet vett és teljes erőből hajított egyet, a kampó megakadt a vártorony tetején, szédítő magasságban. Elkezdett mászni a bátor, egyre feljebb és feljebb haladt, húzta magát rendületlenül felfelé, kíváncsi volt a szépre, amely rejtőzik előle. Mászott csak mászott rendületlenül, tenyeréről a bőr már rég lejött, fájt nagyon, de ő ezzel nem törődött. Mászott csak mászott az irdatlan mélység felett többször megcsúszott, de nem érdekelt semmi, csak előre, előre, már nem állíthat meg senki. Nincsenek éles fegyverek marcona örök, villogó kések. Csak a kötél és a magasság, küzdött keményen, hajtotta a boldogság.

**Megérkeztünk. Üljetek le. Vajon sikerrel járt a legény?**

Végre feljutott, kifújta magát és az ablakhoz lopakodott, belesett. S mit látott, attól kövé dermedt, a szépségnek ilyen természetes, egyszerű megjelenését nem szokta ő meg. Óriás ágyban, puha, gyönyörű ruhában egy tündér aludt ott. Arca, mely régóta csak álmában mosolygott, szebb volt mindennél, mit a legény eddig láthatott. Gyönyörű haja, hófehér karja elbűvölte a bátor lovagot. Nesztelen a szobába lépett és az ágyhoz osont. Órákon át nézte a szépséget lélegzetvisszafojtva, nem tudott betelni a látvánnyal, melyet szeme látott. S egyszer csak, ki tudja miért? A Hercegnő felriadt, meglátta a fiút s nagyot sikoltott, de a sikoly abban a pillanatban a tor-kára forrt. Évek óta először egy szerető szempárban meglátta magát, s amit látott, több volt, mint egy szép arc, a mosolygó szempárban csodát látott. Hirtelen minden szépségét meg-

látta a legény szemében, egy szerető szempárban, mely maga volt az élő tükör. Látta a szépséget, amely addig rejtve volt. A varázs megtört és a várba újból boldogság költözött.

**Ennyi volt, mit a kobold mesélt, elmondta a szép Hercegnő történetét. Nem üveg s fém az, melyben az igazat láthatod, csupán az élő tükör képes megmutatni a valóságot.**

**Forrás:** <https://aranydio.com/termeszet/mese-a-szeretet-rol-a-tuekoerrol-es-a-szepsegrol>

**Vegyetek elő egy tükört és egyenként menjetek oda, nézzetek bele! A többiek mondjanak szép és csudálatra méltó dolgokat arról, aki éppen a tükörbe néz! (Például: Áron, te olyan kedves vagy! Zsófi, olyan szép, puha a hajad!)**

### IDŐBŐSÉG ESETÉN

Az itt látható feladatokat különösen akkor javasoljuk, ha jut rá időtök. Hosszú távon mindenképpen hasznos beépítendő valamely foglalkozásba.

#### A) Hallgassátok meg!

Hallgassátok meg a Szépség és a szörnyeteg című mese [Szépség és a szörny](#) dalát és közben rajzoljatok le valami igazán szemet gyönyörködtetőt, számotokra szépséges dolgot!

#### B) Lássátok meg!

Gyűjtsetek olyan bogarakat, rovarokat, amelyekről a felnőttek gyakran megijednek, netán undorodva menekülnek! Ismerkedjete meg velük és fedezzétek fel bennük a szépséget! Miért fontosak és hasznosak a bogarak és a rovarok?

#### C) Színezzetek és rajzoljatok!

Színezzétek ki a Szupererő színező szépség és kiválóság értékelésének képét és rajzoljatok le egy saját élményt a másik oldalra!

### ÉVES PROJEKTMUNKA

Az éves pilot program során sokféle alkotás fog születni. **A 24 erősség bármelyikéhez várunk tőletek alkotásokat 3 kategóriában:**

- maximum 3 perces filmet az adott erősségről
- vers, mondóka vagy dal az adott erősségről
- rajz az adott erősségről

2021. június 30-ig az [erossegekbajnokai@gmail.com](mailto:erossegekbajnokai@gmail.com) címen. Az elkészült művek közül a legjobb alkotásokat díjazni fogjuk!





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!