

3 hónapos tervezet

az érzelmi intelligencia fejlesztésére élményközpontú pedagógiai módszerekkel

Készítette: Cseh Judit

A 2018/2019-es tanév során új feladat elé néztem, ötödikes osztályfőnök lettem. Egy nagyon helyes, szerethető osztályt kaptam. Angol nyelvtanárként már 4 éve ismertem őket, mivel én tanítottam nekik az idegen nyelvet alsó tagozaton. Egy jól összeszokott, együtt dolgozni, játszani tudó közösséget alkotnak a gyerekek. Az idén 3 új tanuló érkezett, úgy érzem, hogy nekik is sikerült teljes mértékben a közösségnek a tagjaivá válnak. Az osztályba 7 lány és 15 fiú tanuló jár. 1 olyan tanuló van, aki már 4. osztályba érkezett, de ez idáig nem sikerült beilleszkednie.

A gyerekek nagyon közlékenyek akár velem, akár osztálytársaikkal szemben, szívesen beszélnek a velük történt dolgokról, eseményekről. Nem volt ez idáig túl sok tapasztalatom, hogy bizonyos beszélgetéseket milyen formában valósítsak, illetve hiányát éreztem sokszor a játékoságnak, vagy olyan eszközöknek, amelyek lehetővé teszik a beszélgetések színesebbé tételét. Az érzelmi intelligencia fejlesztése tréningen tanultakat, módszereket az osztályfőnöki órák keretében próbáltam beilleszteni, ami heti 1 alkalommal van. Ha nem is az egész órát tudom erre fordítani (kb. 20 perc alkalmanként), de igyekszem a lehető legtöbb időt az érzelmi intelligencia fejlesztésére fordítani.

Első hónap

1. alkalom

- Maci-kártyázás – Válassz ki egy kártyát, ami leginkább a mostani hangulatodra jellemző, ha ez megtörtént mondd el, hogy miért pont ezt a kártyát választottad. Állj be olyan pózba, vagyis utánozd a macit, amit a kártyádon látsz.
- Kézmelegség – Szó nélkül a leghidegebb kéztől a legmelegebb kézig sorba kell rendeződni.
- Ugyanez a sorba rendeződős játék a szemszínek szerint, a legvilágosabb szemtől a legsötétebbig.

2. alkalom

- Mozgás és hang utánzása – A gyerekek körbe állnak, mindenki bemutat egy mozdulatot egy hanggal és a többiek háromszor utánozzák azt.
- Érintés továbbadása – A gyerekek körbe állnak, valaki küld egy érintést és a többiek továbbadják a mellettük állónak.

3. alkalom

- Járás utánzása – Folyamatos mozgás közben mindenki kiválasztja 2 társát, akinek a járását utánozza, először az egyikét, majd a másikat, utána felerősíti az egyediségeket az előző két társának a járásában, és úgy jár tovább.
- Ki a főnök? – Valaki kimegy, a többiek körben állnak kiválasztják a főnököt, akit mindenki utánozni fog, a kint tartózkodónak ki kell találnia, hogy ki a főnök.

4. alkalom

- Maci-kártyák válogatása a megadott érzelmek szerint csoportokban. Érzelmek eljátszása.
- Autómosó – A gyerekek két sorban állnak egymással szemben. Mindenki átgondolja, hogy mire lenne szüksége, mi esne jól neki a mai napon. Aki vállalkozik rá, eljátszhatja, hogy ő most egy autó, aki megérkezett egy mosóba. Milyen autó lennél? Milyen mosásra lenne szükséged? (Esetleg először bemutatom, ha nem érzékelik a játék lényegét.)

Második hónap

1. alkalom

- Érzelmek vonata – A gyerekek beállnak egy sorba, mintha felszállnának egy vonatra, ahol a tanár a mozdonyvezető. A tanár először bemelegítő kérdéseket tesz fel (Hogy vagytok ma? / Ne felejtsetek el bekapcsolni a biztonsági öveket! stb.) A vonat elindul, közben utánozzák a mozgását, hangját. Egyesével elhaladunk az érzelmi állomások előtt. Aki szeretne, leszáll egy állomásnál. Miután minden gyerek leszállt, a tanár

elindulás beszélget a gyerekekkel arról, hogy miért éreznek úgy, mi történt velük és miért éppen ott szálltak le.

2. alkalom

- Társ felismerése hang alapján – A csukott szemmel álló játékos háta mögé lép valaki, majd hangot ad ki, és ez alapján kell felismerni, hogy ki ő.
- Fényképezős játék – Elől megy a „fényképezőgép” csukott szemmel, mögötte a „fényképész”. A fényképész az iskolán belül egy helyre vezeti a fényképezőgépet, majd megnyomja az exponáló gombot. A fényképezőgép kinyitja szemét és rögzíti az emlékezetében, amit látott. Utána megbeszéljük: Milyen érzés volt vezetni? Milyen érzés volt csukott szemmel menni? Vajon mit akart megmutatni a fényképész, és miért?

3. alkalom

- Háromszög – Folyamatos mozgás közben két másik társunkkal együtt kell egyenlő szárú háromszöget alkotni, nem lehet közben beszélni.
- Érzelmi létra – Az osztályt 3-4 fős csapatokra osztjuk, minden csoport megpróbál egy érzelm (pl. szomorúság, boldogság, düh, meglepődés, hála...) különböző fokozatait megjeleníteni.

4. alkalom

- Tükörjáték – egy jelentkező szemben áll a többiekkel, mindenkinek az ő mozgását kell utánoznia tükörben.
- Válassz egy érzelmet, próbáld meg egy leginkább jellemző állatrajzzal megjeleníteni az adott érzelmet.

Harmadik hónap

1. alkalom

- Asszociációs játék – A tanulók kis csoportokban dolgoznak, mindegyik csoport választ egy érzelmet, találniuk kell egy állatot, ami az adott érzelmet szimbolizálja. Találniuk kell továbbá egy színt és egy formát is az érzelmekhez. A végén minden csoport

bemutatja a rajzát, a többiek pedig megpróbálják kitalálni, melyik érzelmet szimbolizálja a rajz.

2. alkalom

- Fuss körbe valakit – A csapat együtt mozog, mindenkinek az a feladata, hogy fusson körbe valakit háromszor.
- Testtel és érzelmekkel kapcsolatos szólások gyűjtése kis csoportokban, majd mindegyik csoport elmutogatja az általa választott szólást és a másik csoportnak ki kell találnia azt.

3. alkalom

- Kő-papír-olló – Mindenki körben mozog és a saját nevét skandálja. Ha valakivel szembetalálkozik, egy kő-papír-olló játékot játszanak, majd a vesztes a győztes mögé áll és az ő nevét skandálja. A vesztes mindig a győztes mögé áll, így a végére már csak 1 egymással küzdő pár marad!
- Postaláda – A tanár már előre a diákokkal közösen kidíszített egy kartondobozt, kinevezte postaládának, amibe a diákok bármikor üzeneteket írhattak. Most kerül sor a postaláda ürítésére, a benne lévő üzenetek megbeszélésére. A diákok maguk dönthetik el, hogy el akarják-e mondani, hogy az adott üzenetet ők írták-e. Fontos megerősíteni a diákokat abban, hogy ami elhangzik az bizalmas, információ és senki nem fog tudni róla az osztályon kívül, ha titokban akarják tartani.

4. alkalom

- Érzelmek fényképeken – Az osztály tanulói csoportokra oszlanak, minden csoport húz egy érzelmet (pl. boldogság, düh, szégyen, büszkeség stb.) A csoportok szétszélednek az iskola területén és egyikük telefonjával olyan képeket készítenek, ami szerintük valamilyen módon kapcsolatba hozható az adott érzelemmel. Kb. 10 perc van a feladatra, majd a csoportból egy szóvivő magyarázatot fűz hozzájuk.
- Közel-távol – Folyamatos mozgás közben mindenki választ valakit, akihez nagyon közel szeretne lenni, majd valakit, akitől távol szeretne maradni. Ezeket a távolságokat megtartva kell mozogni a térben.

