

Relaxációs csoport

Ivicsics

Edit

Ivicsics Edit küldte be 2024. 01. 07., v - 21:19 időpontban

Terv típusa

Óraterv

Bővebb szakterület

Egészségügy, jólét, szociális szakmák

Témakör, tanulási terület

Reziliencia erősítése, önmegnyugtató

Szakmai tantárgy(ak)

Pszichológia

Évfolyam

9. évfolyam

Tanulási, fejlesztési célok

önmegnyugtató, öngondoskodás, megküzdési képesség javítása

Fogalmak

relaxáció, öngondoskodás, reziliencia

Szükséges eszközök

okostelefon

Bevezető rész, előkészítés

Kollégával egyeztetés

Óraterv vizuális megjelenítése a gyerekek számára.

Megvalósítás részletes tervezése

Az óra elején beszélgető kör.

A módszer: relaxációs technika ismertetése,

A relaxáció gyakorlása.

Élményfeldolgozás: megbeszélés, az élmények vizuális megjelenítése alkotás (rajz, festés, gyurmázás) segítségével.

Az óra végén záró beszélgetőkör.

Tananyagkészítéshez és az órai munkához használt alkalmazás

Quizizz

Prezi
Értékelési terv

Kvíz az alkalom végén.