

Relaxációs csoport

Submitted by Ivicsics Edit on 2024. 01. 07., v - 21:19

Type of plan

Lesson plan

Sector

Egészségügy és jólét

Topic, learning area

Reziliencia erősítése, önmegnyugtató

Vocational subjects

Pszichológia

Grade

9. évfolyam

Learning and development goals

önmegnyugtató, öngondoskodás, megküzdési képesség javítása

Concepts

relaxáció, öngondoskodás, reziliencia

Required tools

okostelefon

Introductory part and preparation of the lesson / project plan

Kollégával egyeztetés

Óratervezet vizuális megjelenítése a gyerekek számára.

Implementation of the lesson / project plan

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.

Digital tools used

Quizizz

Prezi

Evaluation plan

Kvíz az alkalom végén.