

# **Relaxációs csoport**

Predložil Ivicsics Edit dne 2024. 01. 07., v - 21:19

## **Vrsta učne ure/projektnege načrta**

načrt lekcije

## **Sector**

Egészségügy és jólét

## **Tema, učno področje**

Reziliencia erősítése, önmegnyugtatás

## **Poklicni predmet(i)**

Pszichológia

## **Razred**

9. évfolyam

## **Cilji učenja in razvoja**

önmegnyugtatás, öngondoskodás, megküzdési képesség javítása

## **Koncepti**

relaxáció, öngondoskodás, reziliencia

## **Potrebna orodja**

okostelefon

## **Uvodni del učne ure / Priprave na projekt**

Kollégával egyeztetés

Óraterv vizuális megjelenítése a gyerekek számára.

## **Izvajanje učne ure/projekta**

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.

## **Digitalne naprave, ki se uporabljajo za ustvarjanje lastne vsebine**

Quizizz

Prezi

## **Načrt vrednotenja**

Kvíz az alkalom végén.