



# TÁRSAS KAPCSOLATOK

3.OSZTÁLY



## ÁLTALÁNOS ISKOLA 4. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma:  
2020.03.15.



Egészségügyi Ellátórendszer  
Szakmai Módszertani Fejlesztése  
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

## FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanóra

**Célcsoport/osztály:** 3. osztály

**Modul megnevezése:** Társas kapcsolatok

**Témakör megnevezése:** Leszel a barátom?

**Órakeret/Időtartam:** 45 perces tanóra

---

**1. Feldolgozandó ismeretek:** Ismerkedés és a baráti kapcsolatok fenntartása. A kapcsolatok kezdeményezéséhez hatékony kommunikáció elemi feltételeinek tudatosítása. A baráti kapcsolatok létrehozásához szükséges készségek fejlesztése.

**2. Kulcsfogalmak:** barátság, baráti kör, elfogadás közeli barát, ismerős, bizalom, őszinteség, odafigyelés, testbeszéd, arcjáték, testtartás, hanglejtés, barátság, elfogadás,

**3. Kapcsolódás a tantárgyak között:** Magyar nyelv és irodalom, Etika, Testnevelés

**4. Kapcsolódás a többi modul között:** Lelki egészség, Mozgás és gerincvédelem

**5. A foglalkozás fejlesztési eredményei:**

- Tisztában van a baráti kapcsolatok jellemzőivel.
- Képes megszólítani a másikat és rövid párbeszédet kezdeményezni
- Erősödik az igény tartós, bizalmas kapcsolatok kialakítására.
- Tudatosodik az őszinteség, az önfeltárás szerepe a baráti kapcsolatok kialakításában.
- Fejlődik a figyelem, az egymásra hangolódás képessége.

**6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:**

1. Antal J. (2008). **Mentálhigiéné az óvodában.** Győr
2. **INTERAKTÍV JÁTÉKTÁR** Agressziókezelés, toleranciafejlesztés az iskolában Készült a Mérei Ferenc Fővárosi Pedagógiai és Pályaválasztási Intézetpénzügyi támogatásával, oktatási célra Szerkesztette: Kiss Nóra - Piszker Ágnes dr.
3. **Játékoskönyv** (2009) Nyugat-Magyarországi Egyetem [http://tanitonline.hu/uploads/2899/jatekos\\_konyv\\_2009.doc](http://tanitonline.hu/uploads/2899/jatekos_konyv_2009.doc) Letöltés: 2019. 12. 06.
4. **Pszichológia pedagógusoknak** N. Kollár Katalin, Szabó Éva (2004) Osiris Kiadó  
Pszichológia pedagógusoknak N. Kollár Katalin, Szabó Éva (2004) 16. fejezet - 13. A TÁRSAS KAPCSOLATOK, SZEMÉLYKÖZI VONZALOM ÉS A CSOPORTFOLYAMATOK [https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011\\_0001\\_520\\_pszichologia\\_pedagogusoknak/ch16.html#id532946](https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011_0001_520_pszichologia_pedagogusoknak/ch16.html#id532946) Letöltés: 2020. 02. 23.
5. Walker J. (1997): **Feszültségoldás az iskolában;** Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
2 perc	Az osztálytermi csoportos munka feltételeinek az előkészítése, a struktúra megteremtésének az első fázisa	<p><b>I. Az óra/foglalkozás bevezetése</b> Az óra/foglalkozás bevezetése Óra előtti szervezés – szellőztetés, a foglalkozáshoz szükséges eszközök előkészítése A tanulók elfoglalják a helyüket a teremben.</p>	Tanári/csoportvezetői tevékenység, aktivitás A téma felírása a táblára	A gyakorlatokhoz előnyös a teremben középen egy nagyobb tér kialakítása, lehetőleg körben ülés, hogy a beszélgetések során mindenki lássa a többiekét.
10 perc	Mozgásos bemelegítés, ráhangolódás a témára. Nonverbális kommunikáció kipróbálása. Játékos kapcsolatfelvétel.	<p><b>II. Egy ismeretlen bolygó piacán</b> Forrás: Játékoskönyv A tanulók szó nélkül járkálnak a helyiségben, a kör közepén kb. 1 percig. Egy megbeszélte jelre pl. tapsra mindenki megáll, becsukja a szemét és elképzeli, hogy egy idegen bolygóra került, majd kinyitja a szemét. A tanulók folytatják a járkálást, és szemlélik egymást úgy, mint akit még soha sem láttak egymást, sőt ilyen lényekhez még csak hasonlót sem kb. 2 percig. Ezt követően elkezdnek közeledni a „különböző lények” egymáshoz, annyira, hogy jól lássák egymás szemének a színét is kb. 3 percig. Majd üdvözlik egymást a maguk kitalálta sajátos módon (vállakat összeérintve; füleket meglebegtetve). Az üdvözlések barátságosak legyenek. Lehet érintés nélkül üdvözölni a másikat, lehet megengedett érintéssel is.</p>	A csoportvezető pedagógus elmondja az instrukciót, részt is vesz a mozgásos gyakorlatban, mintát ad. A gyakorlat előtt néhány szabályt érdemes rögzíteni. pl. milyen testi érintkezések megengedettek és barátságosak. A tanulók követik az instrukciót.	

8 perc	Egymásra figyelés, egymásra hangolódás megtapasztalása, nonverbális kommunikáció gyakorlása.	<p><b>III. Beszélgetés szavak nélkül</b>  Forrás: INTERAKTÍVJÁTÉKTÁR</p> <p>Az ismeretlen bolygó piacon két személy, idegen lény találkozása jön létre, amikor szavak nélkül próbálnak egymással kapcsolatban maradni, beszélgetni, kapcsolatba. Először a pár egyik, majd a másik tagja fog kézmozdulatokkal „elmondani” valamit, üzeni a másiknak. Az üzenetet a kezével, a karjával, a fejével, a testtartásával közvetítheti. A másik fél megfigyeli a mozdulatot, azt leutánozza, és ő is elmond valamit a másiknak ezen a gesztusnyelven. A megértés úgy jön létre, hogy a másik a mozdulatsort megfigyeli és leutánozza.</p> <p>A mozgásos gyakorlat után rövid megbeszélés következik:  Milyen érzés volt szavak nélkül kommunikálni? Sikerült-e a mozdulatok követése és tükrözése? Milyen érzés volt látni saját mozdulataitokat</p>	<p>A csoportvezető tanár elmondja az instrukciót, facilitálja a feladatvégzést, moderálja a megbeszélést.</p> <p>A tanulók gesztusok nyelvén kommunikálnak, mozdulatokat figyelnek meg és tükröznek. Önkéntesen vesznek részt a megbeszélésben.</p>	
10 perc	Kommunikációs készség, a másik megszólításának bátorsága. Önfeltárás. Figyelem, egymásra hangolódás.	<p><b>IV. Rád vagyok kíváncsi</b>  Forrás: Antal J. (2008). Mentálhigiéne az óvodában. Győr</p> <p>Az osztály körben áll vagy ül. A csoportvezető pedagógus megoszt magáról egy személyes, de nem túl bizalmas információt, majd kiválaszt valakit a csoportból, átdobja neki a labdát azzal a mondattal „Rád vagyok kíváncsi”. A játék során a labda mindenkire jusson el.</p>	<p>A csoportvezető pedagógus elmondja a feladatot, majd elindítja a labdát. Mintát a személyes információ megosztásával. A tanulók a labda elkapása és továbbítása mellett személyes információt osztanak meg magukról. A pedagógus empatikus odafigyelésével, az elfogadó attitűdjével</p>	Puha labda

5 perc	Nonverbális kommunikáció, kreativitás fejlesztése. Énazonosság, önfogadás, önértékelés erősítése. Társismeret.	<p><b>V. Valami, amit szívesen csinállok</b>          Forrás: Walker, Jamie: Feszültségoldás az iskolában; Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó, 1997.; 73.o.</p> <p>Egy-egy önkéntesen jelentkező tanuló megpróbálja elmutogatni, hogy mit csinál szívesen (pl. kerékpározik számítógépezik, focizik stb.), a többiek megpróbálják kitalálni, hogy mit szeret csinálni a társuk. A kitaláló folytathatja az általa kedvelt tevékenység bemutatását.</p>	<p>egymás elfogadására mutat példát.</p> <p>A csoportvezető pedagógus elmondja az instrukciót. Az önként jelentkező tanuló pantomim eszközökkel kedvelt tevékenységét mutatja be, amit a többiek kitalálnak.</p>	
10 perc	Gondolkodás, véleményalkotás, a vélemények kifejtése, képviselése. Egymás véleményének a megismerése, differenciáltabb látásmód. Tudatosítás.	<p><b>VI. Beszélgetés a barátságról</b>          Az osztály csoportos beszélgetést folytat a barátságról.          Miért van szükségünk barátokra? Milyen az igazi barátság?          Lehetne barátok nélkül élni? Milyen lenne az?          Hogyan lehet összebarátkozni valakivel?          Hogyan lesz valakinek a legjobb barátja?</p>	<p>A csoportvezető pedagógus moderálja a beszélgetést. A tanulók önkéntesen hozzászólnak a témához, egymást meghallgatják.</p>	
5 perc	Érzések visszatükrözése. Az érzelmi folyamatok zárása, keretezése.	<p><b>VI. Zárás</b>          A tanulók járkálnak a térben, mindenki a saját tempójában, a saját mozgásával. Amikor a pedagógus jelt ad pl. tapssal, akkor a gyerekek felvesznek egy mozdulatot, ami kifejezi azt a hangulatot, ahogy most az óra végén érzik magukat.</p>	<p>A csoportvezető tanár elmondja az instrukciót. Figyeli, hogy a tanulók ráhangolódva, örömmel végezzék ezt a mozgásos feladatot. Ő maga is részt vehet a játékban, amikor</p>	

		<p>Újabb tapsra járkálni kezdenek, és közben kitalálják, hogy az idegen bolygó lakóitól milyen mozdulattal, gesztussal köszönnek el. A tanári jelre ezzel a gesztussal köszönnek el az idegen bolygó megismert lakóitól.</p>	<p>egy barátságos elköszönő gesztust alkalmaz.</p>	
--	--	--	--	--

## 10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 3. osztály

Modul megnevezése: Társas kapcsolatok

Témakör megnevezése: Leszel a barátom?

Órakeret/Időtartam: 10 perc

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
10 perc	Kommunikációs készség, a másik megszólításának bátorsága. Önfeltárás. Figyelem, egymásra hangolódás.	<b>Rád vagyok kíváncsi</b> Forrás: Antal J. (2008). Mentálhigiéné az óvodában. Győr Az osztály körben áll vagy ül. A csoportvezető pedagógus megoszt magáról egy személyes, de nem túl bizalmas információt, majd kiválaszt valakit a csoportból, átdobja neki a labdát azzal a mondattal „Rád vagyok kíváncsi”. A játék során a labda mindenkire jusson el.	A csoportvezető pedagógus elmondja a feladatot, majd elindítja a labdát. Mintát a személyes információ megosztásával. A tanulók a labda elkapása és továbbítása mellett személyes információt osztanak meg magukról. A pedagógus empatikus odafordulásával, az elfogadó attitűdjével egymás elfogadására mutat példát.	puha labda

## Kiegészítő gyakorlatok:

### 1. Pozitív üzenetek

A tanulók két körben egymással szemben állnak párokat alkotva. A szemben állók egymásnak egy pozitív üzenetet fogalmaznak meg.

„Azt tetszik benned, hogy ... „

Miután elhangzanak ezek a mondatok, a külső körön állók egy lépéssel továbbhaladnak, így új párok alakulnak. ki.

### 2. A legjobb barát

A pedagógus olvassa fel a verset, a tanulók hallgassák meg a verset, majd ők maguk is néma olvasással olvassák el azt.

#### **Bernard Young: A legjobb barát**

Képes a legjobb barátod  
Elenni a csokidat  
Kibeszélni a hátad mögött  
Bulit rendezni és nem meghívni?

Az enyém igen.

Képes a legjobb barátod  
Kérdezés nélkül elvinni a bringád  
Fütyülni a születésnapodra  
És nagy ívben kerülni téged?

Az enyém igen.

Képes a legjobb barátod  
Visszavinni a bringád  
Hozni egy zacskóval a kedvenc csokidból  
És a szemedbe nézni?

Az enyém igen.

Képes a legjobb barátod így szólni?  
Bocs, hogy kibeszéltelek a hátad mögött



Bocs, hogy nem hívtalak meg a bulimra  
Bocs, hogy fütyültem a születésnapodra  
Azt hittem, dobtál engem...

Az enyém igen.

És képes egy jó barát így felelni?  
Oké, felejtsük el.

Én igen.

(Tótfalusi István fordítása)

A vers meghallgatása és elolvasása után az osztály beszélje meg a következő kérdéseket:

Belefér-e a baráti kapcsolatba, hogy a legjobb barátod

- Elvinné a csokidat?
- Kibeszélné a hátad mögött?
- Nem hívna meg az általa rendezett bulira?
- Kérdezés nélkül elvinné a bringádat?
- Nem köszöntene fel a születésnapodon?

Miért mondja a költő, hogy „Oké, felejtsük el”?  
Te mit mondanál?