



TÁRSAS KAPCSOLATOK

5.OSZTÁLY



ÁLTALÁNOS ISKOLA 2. 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: 5. osztály

Modul megnevezése: Társas kapcsolatok

Témakör megnevezése: Írott és íratlan szabályok

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: Mire jók a szabályok? Mi a szabálykövetés előnye és kockázata? Hogyan keletkeznek a szabályok?

2. Kulcsfogalmak: szabály, szabálykövetés, csoportnorma, normaalakítás, normaszegés, következmény

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

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

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei:

- a csoportszabályok fontosságának, a társadalmi együttélésben betöltött szerepének tudatosítása
- szabályalkotás kipróbálása
- a normaszegés és következmény összefüggésének a felismerése

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

Bagdy E. (2017) **Pszichofitness gyermekeknek, szülőknek és nevelőknek.** Kulcslyuk Kiadó

Horváth-Szabó K.-Vigassyné Dezsényi K.(2001): **Az agresszió kezelése** Tanári kézikönyv. Szociális és Családügyi Minisztérium Budapest.

Erkölcstan 5. (2016) Új generációs Tankönyv Oktatókutató és Fejlesztő Intézet

Pszichológia pedagógusoknak N. Kollár Katalin, Szabó Éva (2004) Osiris Kiadó

http://www.tankonyvtar.hu/en/tartalom/tamop425/2011_0001_520_pszichologia_pedagogusoknak Letöltés: 2019. 12. 11.

17. fejezet - 14. NORMAALAKULÁS, ENGEDELMESSÉG ÉS CSOPORTHOZ IGAZODÁS

Shapiro D. **Konfliktus és kommunikáció** (Át a konfliktuskezelés labirintusán) (1995) Open Society Institute. Egészségvirág Egyesület

Társas kapcsolatokat fejlesztő kiscsoportos tréning 12-18 évesek számára Szerk. Szabó É.-Fügedi P. (2015) Iskolapszichológiai Füzetek. 37. sz. Budapest.

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
3 perc	Az osztálytermi csoportos munka feltételeinek az előkészítése, a struktúra megteremtésének az első fázisa	<p>I. Az óra/foglalkozás előkészítése</p> <p>Az óra/foglalkozás bevezetése Óra előtti szervezés – szellőztetés, a foglalkozáshoz, szükséges eszközök előkészítése A tanulók elhelyezkednek a teremben</p>	Tanári/csoportvezetői tevékenység, aktivitás A téma felírása a táblára	
2 perc	Memória javítása	<p>II. „Lusta nyolcas”</p> <p>Pszichofitness 145. 155. A tanulók a karjuk meghosszabbításával – mint képzelt ecsettel – rajzoljanak egy fekvő nyolcast 8végtelen jelet) maguk elé. A fejük, válluk ne mozduljon, hanem az egész test egy tömbként végezze a mozgást. A térdek legyenek enyhén behajlítva. Öt nyolcast írjanak le balról jobbra, majd jobbról balra.</p>	Frontális A csoportvezető tanár elmondja az instrukciót, bemutatja a mozdulatot. A tanulók két karjukat előre nyújtva, rögzített kartartás mellett az egész testükkel nagy vízszintes nyolcas számot rajzolnak balról jobbra ötször és jobbról balra is ötször. A térdek kis mértékben legyenek behajlítva az egyensúly megtartása érdekében.	

5 perc	Az óra témájának meghatározása és az első játékos gyakorlat bevezetése A tanulók tudatosítják, hogy ezen a foglalkozáson a szabályokról lesz szó. Saját életükből hozott példák segítik őket a ráhangolódásban.	<p>III. A téma bevezetése</p> <p>A téma megnevezése: Írott és íratlan szabályok</p> <p>A csoportvezető tanár néhány példát kér az íratlan szabályokra. Mondunk egy saját példát is. pl. illik köszönni, ha ismerőssel találkozunk az utcán</p>	Frontális	
5 perc	A játékos gyakorlat segít annak kipróbálásában, hogyan lehet követni a külső normát, a külső szabályokat, hogyan fogadja el egy másik személy irányítását. Azt is kipróbálhatja, hogy nem minden esetben lehetséges és célszerű a vak engedelmesség.	<p>IV. Susan mondja:</p> <p>Egészségvirág 128-129.</p> <p>Az osztály tagjai követik Susan „parancsát”. Ha a mondat úgy kezdődik, hogy Susan mondja, akkor végre kell hajtani, ha nem, akkor nem szabad engedelmeskedni.</p> <p>Susan mondja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>nézz jobbra</i> • <i>szoríts ökölbe a bal kezedet</i> • <i>dobbants a lábaddal</i> • <i>érintsd meg a jobb térdedet</i> • <i>nézz hátra</i> • <i>edd meg a székedet</i> • <i>ülj le</i> <p>A megbeszélés arra térjen ki, hogy könnyű vagy nehéz követni mások utasításait. Mikor követtétek Susan utasítását és mikor nem? Milyen előnyei és hátrányai lehetnek, ha valaki vakon, gondolkodás nélkül követi az utasításokat?</p>	Frontális A csoportvezető instrukciót ad, a tanulók követik az utasításait, ha a bevezető mondat: Susan mondja. A játékos gyakorlat után moderálja a megbeszélést.	

25 perc	<p>A csoportszabályok megalkotása. Annak megértése, hogy a szabályok nem öncélúak, hanem arra szolgálnak, hogy jól érezzük magunkat és hatékonyan tudjunk dolgozni. A szabályalkotás során a tanulók megtapasztalják az egymás meghallgatását, minősítés nélküli véleményalkotást.</p> <p>Fontos, hogy a normaképzés során az ötletadás fázisában semmilyen negatív vélemény, lekicsinylés ne hangozzon el. A saját szabályok, normák kiválasztása során azon legyen a hangsúly, hogy természetesen minden normát, szabályt nem lehet betartani, a túlszabályozottság akár gátolhat is bennünket abban, hogy jól érezzük magunkat. Ezért az általánosan elvárhatóakat választja ki az osztály.</p>	<p>V. Plakátkészítés az osztály írott és íratlan szabályairól</p> <p>Forrás: Szabó-Fügedi 25. oldal</p> <p>A feladat az, hogy a tanulók 3-4 fős csoportban szabályokat gyűjtenek össze, amit az osztályban be kell tartani azért, hogy mindenki jól érezze magát, ne történjenek rossz dolgok. A csoportok 5 percig dolgoznak. A csoportból egy személy felolvassa a szabályt, amit felírunk a táblára. Amikor minden szabály felkerült a táblára, akkor együtt átnézzük, hogy melyiket fogadja el az osztály. Ha nincs egyetértés, akkor lehet érvelni és szavazást kérni a többségi vélemény megismerése érdekében. Az elfogadott az önként jelentkező tanulók felírják a csomagoló papírra.</p> <p>A csoportos megbeszélés során fontos megemlíteni, hogy a szabályok be nem tartásának vannak következményei. Mi lehet a következménye annak, ha a</p>	<p>Kiscsoportos Nagycsoportos megbeszélés A csoportvezető tanárnak moderáló szerepe van</p>	<p>csomagolópapír, vastag filc, cellux vagy gyurmaragasztó</p>
---------	--	---	---	--

5 perc	Összefoglalás, a téma lezárása, a munka értékelése, személyes élménymegosztás lehetősége	<p>tanulók az iskola írott szabályait vagy az osztály megállapodásait nem tartják be?</p> <p>VI. Összefoglalás, zárás A csoportvezető tanár felidézi, hogy a foglalkozás témája az írott és íratlan szabályok, a csoportnormák, a szabályalkotás, normaalkotás voltak. Hogyan érezted magad? Mi a legerőteljesebb élményed, amit magaddal viszel a foglalkozásról?</p>	<p>Nagycsoportos, frontális megbeszélés A tanár moderálja beszélgetést, élménymegosztásra biztat. Figyel arra, hogy mindenki szót kapjon, aki szeretne beszélni. A tanulók a tenyerük felmutatásával jelzik, hogyan érezték magukat a foglalkozásokon. Nyitott tenyér 5 ujj felmutatásával kiválóan, egy ujj felmutatásával pocsékul. A többi értelemszerűen a kettő között van.</p>	
--------	--	---	--	--

10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 5. osztály

Modul megnevezése: Társas kapcsolatok

Témakör megnevezése: Írott és íratlan szabályok

Órakeret/Időtartam: 10 perc

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanuló tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
10 perc	A csoportszabályok megalkotása. Annak megértése, hogy a szabályok nem öncélúak, hanem arra szolgálnak, hogy jól érezzük magunkat és hatékonyan tudjunk dolgozni. A szabályalkotás során a tanulók megtapasztalják az egymás meghallgatását, minősítés nélküli véleményalkotást.	Az osztály csoportszabályainak az összegyűjtése először kiscsoportban, amit nagycsoportos osztálymegbeszélés követ A csoportszabályokat írásban rögzítik a tanulók egy csomagoló papírra.	Kiscsoportos munka Frontális megbeszélés A tanár moderálja a kiscsoportos munkát, a frontális megbeszélést	Csomagolópapír, vastag filctollak

Kiegészítő feladatok:**I.Ha .. akkor ..de****Forrás: Az agresszió kezelése 150. oldal**

A tanulók egyéni kérdőívet kapnak néhány kérdéssel, ami az osztály problémáihoz szabadon szerkeszthető. A tanulók kitöltik a kérdőívet, majd nagycsoportos megbeszélés következik róla. A csoport tagjai közösen megbeszélik, hogy vannak szabályok, megállapodások, amelyek be nem tartása következményekkel jár. Ezek között lehetnek rövid távú előnyök és hosszú távú következmények.

A kérdőív kitöltése során lehetősége van a tanulóknak arra, hogy saját vágyain, viselkedési lehetőségeken, azok következményein elgondolkozzon. A vágyvezérelt cselekvést a társas szabályokhoz, erkölcsi normákhoz tudja igazítani. ezáltal tudatosabbá válik a döntéseiben, erősödik az önkontroll-funkció.

Melléklet:**Kérdőív -minta**

Forrás: Az agresszió kezelése 150. oldal

1. Ha elmondom a barátom titkát a többieknek, akkor népszerű leszek a többiek körében, de a barátom csalódní fog bennem.
2. Ha elveszem engedély nélkül a testvérem rollerjét/biciklijét/telefonját, akkor, de.
3. Ha nem írom meg a házi feladatomat, mert inkább játszok helyette, akkor, de.
4. Ha megütöm azt az osztálytársamat, aki mindig piszkál, akkor, de.