

Boldogságórák a Hunyadiban

Beszámoló 2022/2023

A tanévben iskolánkban az 5. évfolyam osztályaiban folytattuk a boldogságórák nyújtotta izgalmas, közösségépítő tevékenységet.

„A boldogságórák célja, hogy vezérfonalat adjon az óvodásoknak, iskolásoknak, hogy könnyebben nézzenek szembe a kihívásokkal, képesek legyenek megbirkózni a problémákkal, valamint, hogy lehetőséget adjon a testi-lelki egészség megtartásához szükséges tényezők tanulmányozására és tudatosítására.”

A boldogságórákon a gyermekek megtanulnak egymáshoz szeretettel és tisztelettel fordulni, a segítséget, a megbocsátást egymásban erősíteni. Lehetőségük nyílik a figyelemre, az odafigyelésre, a megértésre, az érzelmek kifejezésére és megbeszélésére.

A programban havonta olyan új témákat, illetve fogalmakat járunk körbe, amelyek a mindennapi életünk részei, úgymint például a hála, optimizmus, jócselekedet, megbocsátás, megküzdési stratégiák, fenntartható boldogság... A témaköröket páros és csoportmunkában, közös megbeszéléseken, kreatív és játékos feladatokon keresztül dolgoztuk fel.

A gyerekeknek - de a pedagógusnak is - lehetőségük nyílik a személyes érzelmeik és gondolataik kifejezésére, személyiségük kibontakoztatására. A beszélgetések, feladatok során megismerhetik társaik „rejtett” félelmeit, örömeit, nézeteit. Fejlődik együttműködési készségük, nyitottabbá válnak mások elfogadására azáltal, hogy jobban megismerik egymást, és ami ugyan olyan fontos, önmagukat is mélyebben tanulmányozzák, ami az önismeret fejlesztésének legfontosabb alapja.

A program megvalósítása segíti azt a célkitűzésünket, hogy optimista szemléletű, magabiztos és kitartó gyermekeket neveljünk, akik nem félnek szembenézni a mindennapi kihívásokkal, észreveszik az élet szépségeit, az örömteli pillanatokat, tisztelettel és segítőkészséggel fordulnak mások iránt, és pozitív énképpel rendelkező felnőttekké válnak.

