

SZAKMAI BESZÁMOLÓ – 2018.08.27-2018.09.02.

Az „Ép testben ép lélek” negyedik foglalkozásán a meditáció, a relaxálás jótékony hatásáról beszélgettek a gyerekek a tornateremben, ahol egy 20 perces vezetett meditációt ki is próbálhattak. Eleinte még nézegették egymásra, de néhány perc után elmúlt a zavaruk, és szépen, mozdulatlanul feküdtek. A meditáció után megbeszélték, hogy mit figyeltek meg magukon, el tudtak-e lazulni.



A tantárgyi fejlesztéshez kapcsolódó foglalkozáson lelkünk pihentetéséről volt szó.

A gyerekek egy olyan módszerrel ismerkedhettek meg, amellyel pihentethetik magukat, oldhatják a magukban felgyülemlett feszültséget a lelki egyensúlyuk kialakítása érdekében. A YouTube segítségével zenés- szöveges meditációt próbálhattak ki. A gyerekek egy pad mögött ülve, fejüket lehajtva, kényelmesen helyezkedtek el, és a zenére, szövegre figyelve pihentették elméjüket. A gyakorlat elvégzése után megosztották érzéseiket egymással.



Azonosító szám: EFOP-3.1.8-17-2017-00129
Projekt címe: Te sem vagy más



A heti tematikus foglalkozáson a balatoni kirándulás élményeinek feldolgozása folytatódott.. A fényképek további nézegetése mellett előkerültek a tábor munkafüzetei is, amelyek segítségével részletesebben rendszerezhatték a látottakat, a környék nevezetességeit, látnivalóit és a programokat. Közösén megbeszélték és ellenőrizték a munkafüzet feladatait. Akinek nem sikerült pontosan megoldani a rejtvényeket, kvízkérdéseket, totót, az kijavíthatta a hibáit vagy befejezhette a feladatot.



Az angol foglalkozáson az elmúlt hetek szókincsét, a „Plan of a house” szavait elevenítették fel a tanulók memóriajátékkal és keresztrejtvénnyel. A foglalkozás másik felében pedig igazi lakberendezők lehettek: egy számukra tökéletes családi házat vagy lakást kellett berendezni bútorokkal, kiegészítőkkal. A foglalkozás végén mindegyik csapat a számukra legkedvesebb helyiséget mutatták be a többieknek.

Azonosító szám: EFOP-3.1.8-17-2017-00129
Projekt címe: Te sem vagy más


MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Azonosító szám: EFOP-3.1.8-17-2017-00129
Projekt címe: Te sem vagy más



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE