

BOLDOGSÁGÓRA

Beszámoló

2022/2023-AS
TANÉV



A PEGLÉDI
TÁNCSICS MIHÁLY
ÁLTALÁNOS ISKOLA
1.2 ÉS 3.2
OSZTÁLYA



KÉSZÍTETTE: HORSIK ENIKŐ

Nyugodt szívvel elmondhatom, hogy a 2022/2023-as tanév különleges volt a számomra. Bár az egyik szemem sírt, mert a szeretett kis osztályom, akikkel három éven át vettünk részt a Boldogságóra programban, már a felső tagozaton kezdte a szeptembert, addig a másik szemem nevetett, mert az új tanévben két osztályban is tarthattam boldogságórát, amelyet örömmel, ugyanakkor nagy izgalommal vártam. (-: Az első osztályosok lelkesedése, nyitottsága a világra üdítő és felemelő volt, míg a harmadik osztályosok kiskamaszos visszahúzódása igazi kihívást jelentett a számomra. Ahogy azonban a képeket válogattam, újra visszaidéztem a vicces, boldog pillanatokot, a rengeteg nevetést, amely nemcsak egy órányi boldogságot jelent, hanem szívet melengető, örök emlékeket!

SZEPTEMBER-A HÁLA GYAKORLÁSA

Ez a hónap az ismerkedésről szólt számunkra. Mivel mindkét csoportommal először találkoztam, ezért nyitott szívvel, érdeklődve hallgattam őket minden témában. A Kicsikkel sokat beszélgettünk arról, hogy mit is jelent a hála, miért lehetünk hálásak és kinek lehetünk hálásak. Számtalan kedves történetet hallottam és még a hála harangot is megkongattuk. A *Linka és a csengettyűk* c. mesét is meghallgattuk és gyerekekből kiraktuk a „hála” szót.





OKTÓBER – AZ OPTIMIZMUS GYAKORLÁSA

Az optimista látásmód nagyon sok nehéz helyzetben átsegít bennünket. A gyerekekkel sokat beszélgettünk arról, hogy tulajdonképpen mit is jelent ez a szó. Miért fontos, hogy optimistán lássuk a világot, milyen jó egy vidám arc, mint egy szomorú. Próbáltunk olyan helyzeteket, történeteket feleleveníteni, amikor az optimista látásmód átsegített bennünket egy-egy nehéz helyzetben. A gyerekek jó kedvvel eleveztették fel egy-egy boldog napjukat. A harmadikosokkal pedig vicces plakátokat készítettünk, hiszen ilyen vidámak is tudunk lenni!





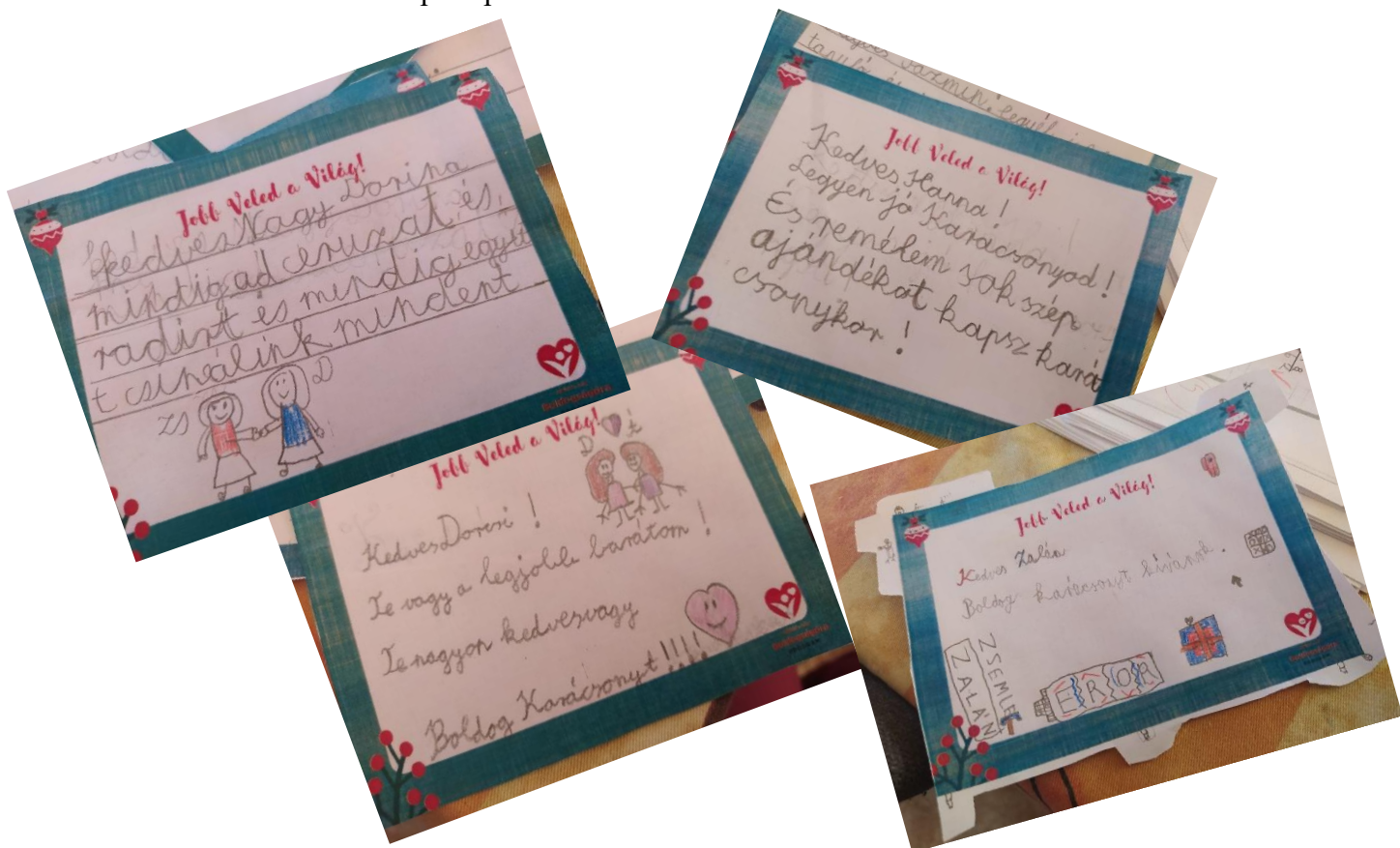
NOVEMBER – A TÁRSAS KAPCSOLATOK ÁPOLÁSA

A harmadik osztályos gyerekek szuper kis csapat. Nagyon szerethető, impulzív társaság, akik hangot adnak a véleményüknek. Jellemző rájuk, hogy amilyen gyorsan összevesznek, olyan gyorsan ki is békülnek. A fiúk ősellenségeik a lányoknak, a lányok pedig ősellenségeik a fiúknak. Persze ezt egy percig sem gondolják komolyan. (-: Megalkották a szuper *Varázsgépet*, amelyek megjavítják az elromlott barátságokat. A kicsikkel a *Szerethető* vagyok játékot játszottuk. A nevetés és a jókedv garantált volt.



DECEMBER – BOLDOGÍTÓ JÓCSELEKEDETEK

December mindig maga a varázslat. Ilyenkor igyekszünk mindig jobbak, kedvesebbek lenni egymással. A Karácsony közeledte mindenki szívébe valami különleges meghittséget lop, amelyet jó lenne nemcsak ebben a hónapban, de egész évben megtartani. A hónap feladatául a képeslapot választottuk. Jókívánásokat írtunk egy-egy barátunk, egy-egy szerettünknek. A téli szünet előtti utolsó napon, egy jótékonysági est keretében kicsiny angyalok énekeltek, küldték az üzenetet élő képeslapként Mindenkinek!



JANUÁR – CÉLOK KITŰZÉSE ÉS ELÉRÉSE

Új év, új célok. Január hónapban 5 napos kihívásba kezdünk! A gyerekek nagy izgalommal találták ki a feladatokat. Megbeszéltük, hogy melyik héten fogják a gyerekek teljesíteni a feladatokat és mindegyik napnak kijelöltünk egy felelőst, aki ellenőrizte, hogy mindenki végrehajtotta-e a feladatokat. A kicsikkel heti kihívásban sporthetet tartottunk és minden nap valami vicces feladatot hajtottunk végre! Jó móka volt! (-:



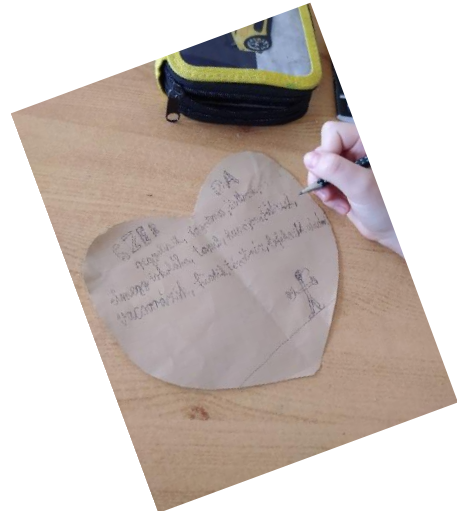
FEBRUÁR – MEGKÜZDÉSI STRATÉGIÁK

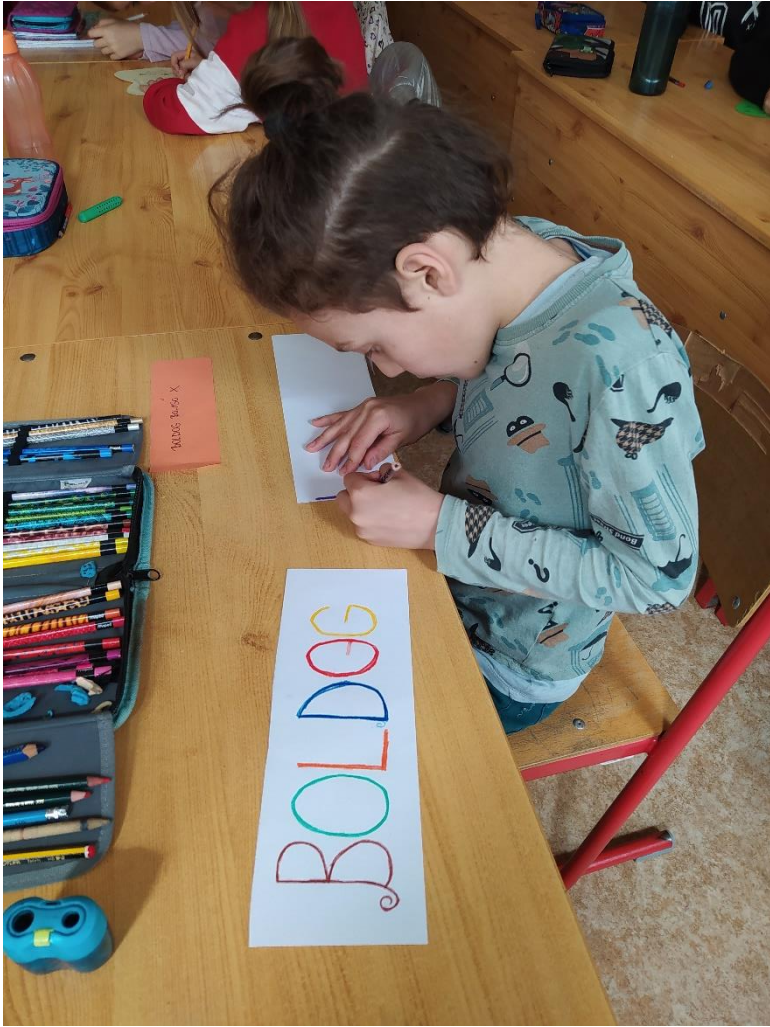
Bizony, bizony van úgy az ember, hogy nem megy minden egyszerűen, valami mindig közbejön, akár kicsi az ember, akár nagy. Valahogyan mégis szembe kell néznünk a nehézségekkel, meg kell küzdenünk a magunk választotta módon, a magunk által választott stratégiával. Nagyon sokat beszélgettünk a gyerekekkel, hogy melyek lehetnek azok a módszerek, trükkök, amelyekkel a nehézségeket is könnyen magunk mögött hagyhatjuk! Ebben a hónapban mindkét csoporttal a hóvirágmezőt alkottuk meg. A nagyobbak bátorító üzenetekkel tarkították a virágokat!



MÁRCIUS – APRÓ ÖRÖMÖK

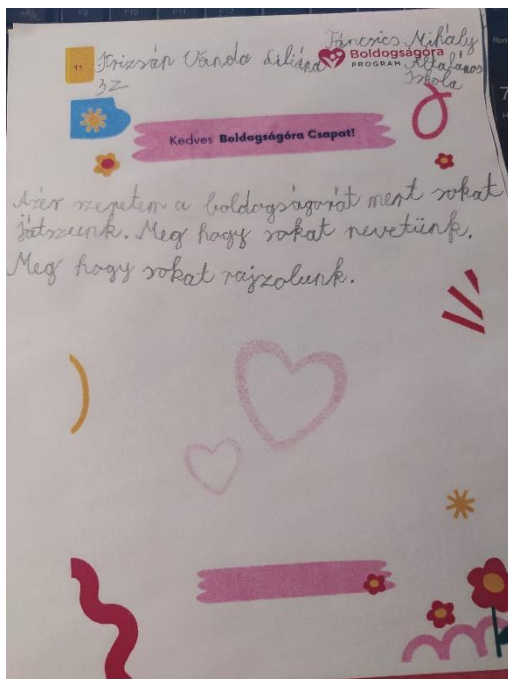
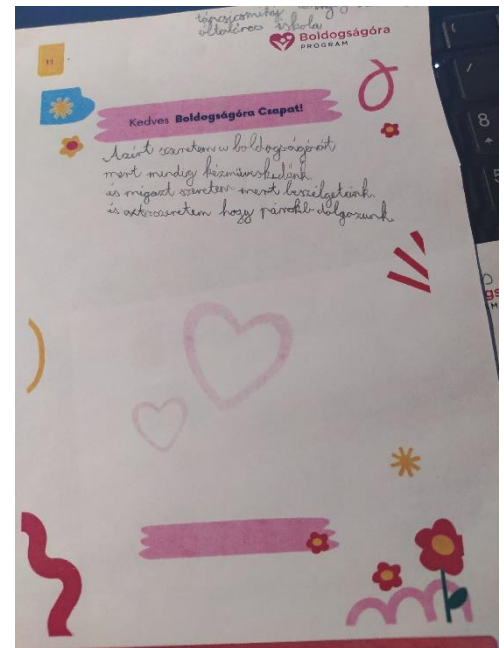
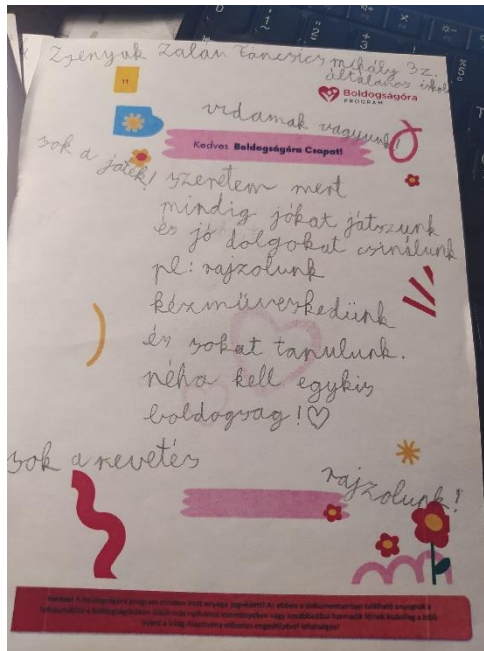
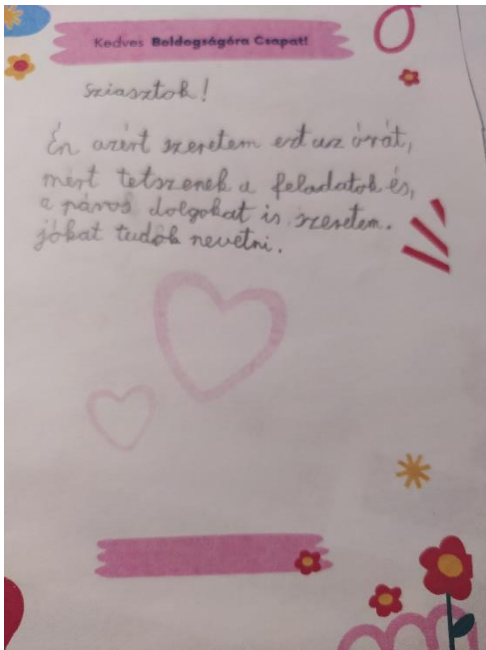
Örömet okozni másnak...Ebben az esetben is igaz az a mondás, hogy jobb adni, mint kapni! Ebben a szellemiségben dolgoztunk, próbáltunk tudatosan apró örömmel kedveskedni egymásnak. Az apró öröök hónapjában a nagyobbakkal elkészítettük Lelkes Lóri Hetét. Megalkottuk a mi kis BOLDOG BOLYGÓNKAT! Igazi öröm munka volt, hiszen mindent megterveztek a gyerekek, ami a mi bolygónkon nem lehetséges. (-: A kicsikkel pedig „bűnöztünk” egy picit, hiszen az egyik kisfiú csodasütit hozott nekünk, hogy jobb legyen a napunk!(-:





ÁPRILIS – A MEGBOCSÁTÁS GYAKORLÁSA

Megbocsátás... bevallom, ez a hónap a kedvencem. Azt vallom, hogy a megbocsátás visz előre bennünket, tesz emberségessé minket. Az empátikus személyiség elengedhetetlen része, hogy meg tudjunk bocsátani, a másik emberrel tudjunk kommunikálni, kérni és megköszönni. Ebben a hónapban levelet írtunk, igen, nektek Kedves Boldogságóra Csapat! Leírtuk nektek, hogy miért is szeretjük ezeket az órákat! Fogadjátok szeretettel! A Kicsikkel pedig tartottunk egy „Bocsáss meg és ölelj meg!” napot, amelyre felvettük a sulitól is, hogy még inkább kifejezzük: összetartozunk!



MÁJUS – TESTMOZGÁS

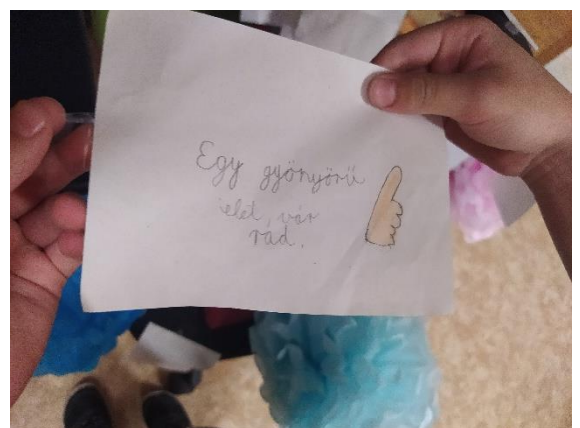
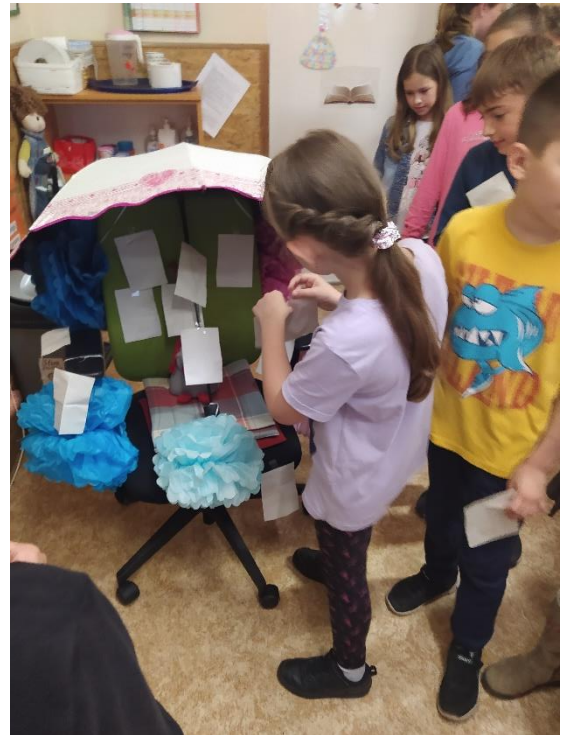
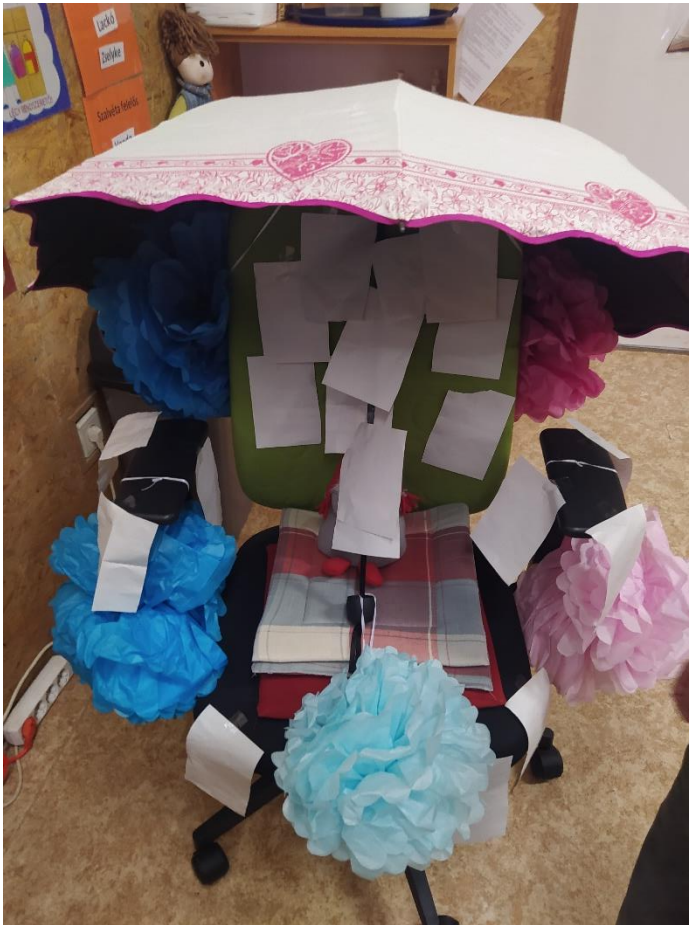
A Gyerekeknek egyértelműen ez volt a legkedvesebb feladata. A testmozgás minden korban elengedhetetlen része az egészséges életmódnak. Ebben a szép tavaszi hónapban a mindennapos testnevelés mellett számos élményprogramban volt részük a gyerekeknek. Mindkét osztállyal ellátogattunk a budapesti Olimpia játszótérre. A Gyerekek kedvence a hinta és a kötélmászóka volt. A Galaxis torna feladatai közé beválasztották. Valamint a Mini Vadnyugati városban tett látogatásunk alkalmával a távolugrás és a labirintusfutás volt az abszolút kedvenc. A kisebbekkel a testmozgás mellett figyelünk az egészséges étkezésre is, ezért finom gyümölcssalátát is készítettünk a lelkes kis csapattal.



JÚNIUS – FENNTARTHATÓ BOLDOGSÁG

Eljött az utolsó hónap, bizony mindannyian nagyon elfáradtunk! Az utolsó feladatban mindkét csoport közreműködésével megalkottunk a saját Bölcs Galaxis-fánkat. A kicsik terméből mindent összeszedtünk, amiből elkészülhetett az alkotásunk. A Gyerekek nagyon élvezték a feladatot, hiszen mindenki kapott egy meglepetés bölcsességet!

A közös projekt méltó lezárása volt az évnek. Sokat dolgoztunk, nevtünk, örültünk és ami a legfontosabb, mindezt EGYÜTT!





Kedves Boldogságóra Csapata!

*Kellemes pihenést, szép nyarat
kívánunk Nektek!*

Szeretettel:

a Ceglédi Táncsics Mihály Általános Iskola

1. és 3. osztályos tanulói