

Boldogságóra

Téma: Fenntartható boldogság

Osztály: Előkészítő

Tanító: Földes Ildikó

Az óra mozzanatai:

Emlékidezés

Beszélgetés pozitív érzelmekről: öröm, kíváncsiság, lelkesedés, nyugalom, bizalom

Boldogságoktól kikeverése: megismert technikákból

Változtam? Megfogalmazták milyen változást éreznek:

- Szívesebben segítenek
- Szeretek sportolni
- Nem vagyok haragtartó
- Hálás vagyok

Rajz: Megerősítő kártya

Búcsú: Búcsúüzenet

Összefoglaló: Szép emlékek

Köszönet







