

Beszámoló - 2024. október
Az optimizmus gyakorlása

Októberben az „Optimizmus gyakorlása” volt a fő célunk. Megtudtuk, hogy az optimus szó jelentése: a legjobb. Igyekeztünk, hogy „legjobban” gondolkodjunk; hogy a „legjobbat” hozzuk ki magunkból a siker, a jókedv érdekében; a „legjobban” szemléljük, ha rossz történik velünk; mindenben keressük a „legjobbat”. Az optimista napindító versikék és játékok is segítettek ebben bennünket.

Első Boldogságóránkon utazást tettünk Optimista bolygóra, megismerkedtünk Zuzu-val, aki mestere az optimizmusnak, ő tanította a gyerekeket, hogyan gondolkodjanak derűlátóan.

Mindenki alkotott, rajzolt magának egy Zuzuhoz hasonló kis lényt. Tanulóim elmesélhették egymásnak, hogy az ő kis reménytadó figurájuk hogyan segíti optimistán gondolkodni őket, hogyan próbálják a „borút derűvé varázsolni”. Csodálatos volt hallani, milyen mély érzéseik vannak, milyen optimistán változtatnának a világ rossz dolgain. Mégis szomorú, hogy a világban zajló események, amikről innen-onnan értesülnek, milyen mély nyomot hagynak a lelkükben.

A gyerekeket arra kértem, rajzoljanak egy kis pillanatképet, amin az látszik, hogy nagyon boldogok, jól érzik magukat. Ezeket a kis rajzokat felragasztottuk az „Optimista bolygónkra”. A következő foglalkozáson elővettük és felpróbáltuk a tavaly készített optimista - szemüvegeinket. Meghallgattuk a Remény dalát.

Elmeséltem a gyerekeknek „A szomorú királykisasszony című mesét. Majd kipróbáltuk, hogyan tudjuk egymást mi is megnevetetni. Természetesen nagy vidámság kerekedett a játék által, mindenki vidám királykisasszonnyá változott. Kitöltöttünk egy optimista-feladatlapot is, amit beragasztottunk a Boldogságóra füzetünkbe.

Igyekeztünk, hogy erősítsük magunkban a pozitív szemléletet. Ezért az erősségek kertjében is jártunk, megismertük a „remény és optimizmus erősségének virágát”. Megnéztük a hozzá kapcsolódó kisfilmet, beszélgettünk az ott hallottakról.

Megünnepeltük a Mosoly világnapját. Apró termékekből, kisebb tárgyakból mosolygó arcokat raktunk ki. Az Ölelés világnapján pedig igyekeztünk minél több öleléssel vigasztalni egymást, kifejezni szeretetünket, hálánkat.

Októberben több iskolai program színesítette, tette örömtelivé hétköznapijainkat. A legkedvesebb számunkra az Állatok Világnapjának megünnepelése volt, kifejezhettük az állatok iránti szeretetünket.

Budapesten részt vettem a címátadó ünnepségen. Örömmre szolgált, hogy az idei évre is elnyertük az Örökös Boldog Iskola címet.











