



Életviteli kompetenciák fejlesztése

Tanulói munkafüzet



SUPREM – SUCCESSFUL PREPARATION MODEL FOR SCHOOLS

1. SZELLEMI TERMÉK OKTATÁSI PROJEKT PORTFÓLIÓ

A 2019-1-HU01-KA201-061091

PROJEKT KERETÉBEN KÉSZÜLT

WWW.SUPREM.EU

A 6. MODUL SZERZŐJE

(SAJÁT ÉLETSZERVEZÉS – „AKADÁLYVERSENY”)

M-AROUND TANÁCSADÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

MAROSLELEI ÁLTALÁNOS ISKOLA

2021.

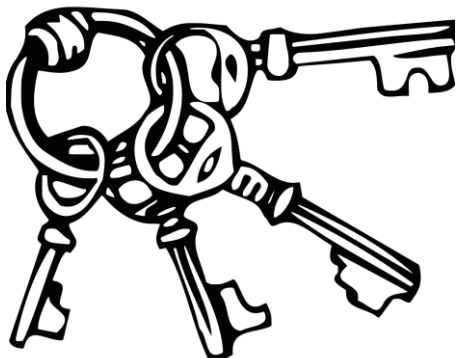
Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bárminemű felhasználásáért.

6. MODUL

SAJÁT ÉLETSZERVEZÉS – "AKADÁLYVERSENY"



SZABADULÓSZOBA A VÁROSBAN/ ISKOLÁBAN



A mai projekt egy kalandos akadályverseny. Valós környezetben fogsz problémákkal szembesülni, amelyeket meg kell oldani. A cselekvéshez használnod kell a képességeidet. Az életben gyakran találkozunk olyan helyzetekkel, amelyekre gyorsan reagálnunk kell. Ilyenkor általában pillanatok alatt döntünk és cselekszünk, segítséget és támogatást kérünk, különféle erőforrásokat használunk. Ezt fogod ma kipróbálni.

Vannak szabályok, amelyeket szigorúan be kell tartani, ezen felül szabadon használhatsz bármilyen segítséget, erőforrást. A szabályokról és az egyéb feltételekről a tanárodtól kapsz tájékoztatást.

1. tanulási egység

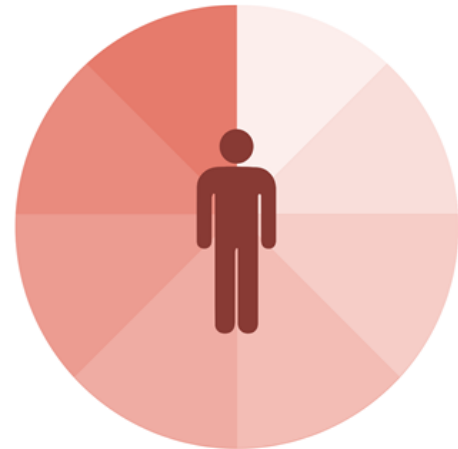
1. GYAKORLAT

Személyiségjegyeink óriási hatással vannak a teljesítményünkre. Tulajdonságaink támogathatják, de meg is törhetik sikereinket, és ez akkor is igaz, ha nem ismerjük önmagunkat elég jól.

A történelemdolgozat vagy a nyelvvizsga megírása leginkább a tudásunkon múlik, de az életben elért eredményeink, az életvitelünk sikeressége más tényezőktől is függ.

Tudod, mit mondanának rólad a szüleid? Tudod, hogy a barátaid mivel jellemeznék a legjobb tulajdonságaidat? És a legrosszabbat? Meg kell kérdezni őket is, de most itt az ideje, hogy összegyűjts magadról néhány jellemzőt.

Két oszlopban kifejezéseket látsz. Mindkét oszlopban válassz ki ötöt, ami jellemző rád, és színezd át. Ha nem találsz valódi jellemzőket, a saját szavaiddal is leírhatod.





Most csapattársa(i)ddal együtt válassz 5 olyan tulajdonságot, amelyet a legfontosabbnak tartasz a mindennapok váratlan kihívásainak megoldásához.
Beszéljétek meg, hogyan segíthetnek nekünk ezek a tulajdonságok.

udvarias	udvariatlan
eltökélt	bizonytalan
barátságos	barátságtalan
dolgos	lusta
alázatos	büszke
nagylelkű	önző
pontos	elkéső
tiszteletteljes	durva
bátor	gyáva
hűséges	lázadó
kitartó	könnyen feladja
előzékeny	tapintatlan
becsületos	tisztességtelen
kedves	átlagos
őszinte	őszintétlen
talpraesett	félénk

2. GYAKORLAT



*Most csapattársa(i)ddal együtt válassz 5 olyan tulajdonságot, amelyet a legfontosabbnak tartasz a mindennapok váratlan kihívásainak megoldásához.
Beszéljétek meg, hogyan segíthetnek nekünk ezek a tulajdonságok.*

Közös választásunk:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Céljaink meghatározásától kezdve számtalan út vezet ezek eléréséhez, de abban biztosak lehetünk, hogy nem csak egyetlen lépésre, hanem lépések sorozatára van szükségünk, hogy eljussunk A-ból B-be

3. GYAKORLAT

Van egy listád azokról a tulajdonságokról, amelyek sikeressé teszik az embert a mindennapi életben. Van valaki, aki épp olyan, mint az ideális személy?



Gondolj egy szuperhősre! Találtál már olyan elképzelt hőst, aki leírható ezzel az 5 tulajdonsággal? Próbálgatok találni és megnevezni egy ilyen hőst egy filmből vagy egy történelmi, mitológiai történetből, aki megfelel a leírásnak.

A mi szuperhősünk:

Ez a HŐS lesz ma az avatárod, használd az ő virtuális támogatását a kalandjaid során.

**You're my
Superhero** 

2. tanulási egység



3. tanulási egység

Hogyan éltük túl...

4. GYAKORLAT – csapatonként 3 perc

A kaland után minden csapatot megkérünk, hogy számoljon be (reflektáljon) a következőkről:

- a legnehezebb feladat (Miért volt nehéz; sikerült-e megoldani; ha igen, hogyan; ha nem, miért?),
- a legkönnyebb feladat (Miért volt számodra a legkönnyebb? Hogyan oldottad meg?),
- a legmeglepőbb dolog az akadályverseny során,
- bármi, amit másképp csinálnátok.

5. GYAKORLAT – csapatmunka 5 perc

A kalandok után nézd meg az avatárod jellemzőit. Mit gondolsz, a szuperhősödnek sikerült minden kihívást teljesítenie?

Választanál-e másféle tulajdonságokat most, amelyek segíthetik őt?

Beszélgétek meg csapatok belül 5 percben.

6. GYAKORLAT – egyéni munka 5 perc

Térj vissza az 1. gyakorlathoz, a saját tulajdonságok listájához. A mai kaland során szerzett tapasztalataid alapján változtatnál-e a listán, valamely tulajdonságon? Felfedeztél-e magadban valamit, amit eddig nem tudtál?

SUPREM – SUCCESSFUL PREPARATION MODEL FOR SCHOOLS



1.SZELLEMI TERMÉK OKTATÁSI PROJEKT PORTFÓLIÓ

A 2019-1-HU01-KA201-061091
PROJEKT KERETÉBEN KÉSZÜLT

A 6. modul szerzője
(Saját életszervezés – „akadályverseny”)
M-Around Tanácsadó és Szolgáltató Kft.
Maroslelei Általános Iskola.

2021.

Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez
nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők
álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé
ezen információk bárminemű felhasználásáért.
Projektazonosító: 2019-1-HU01-KA201-061091

