

Lelki nap
Kvojká Annamária
Karolina Katolikus Általános Iskola, Székesegyházi Kórusiskola és AMI

Lelki nap **Értékes vagyok, helyem az osztályban, helyem a világban**

A hittan munkaközösség vezetőjeként feladataim közé tartozik a lelki napok megszervezése is. Egy ilyen, Karácsony előtti lelki napot szeretnék bemutatni.

Kilenc felsős osztály van ezért kilenc állomást kellett kialakítanom, hogy az osztályok forgószínpad szerűen tudjanak részt venni a foglalkozásokon. Külön szerveztem az alsósoknak és a felsősöknek. Ebben a dokumentumban a felsős programot írom le.

Kilenc állomáson, kilenc pedagógus kapta kézhez a feladatot amit a gyerekekkel kellett megvalósítani. A napot 7.45-kor elmélkedéssel kezdtük, minden osztályfőnök a saját osztályával. Utána 7.55-kor rádió keresztül mindenki meghallgatta a ráhangoló dalt.

Az első foglalkozás mindenkinek a saját osztályában volt, majd onnan mentek a következőre helyszínre.

A nap célja a Karácsony előtti lelki feltöltődés volt. Ennek jegyében a foglalkozások közt volt bizalom erősítő mint önmagunkban, mint társainkban, mint Istenben, valamint volt kimondottan az ünnepre koncentrált feladat.

A nap elérte célját. A gyerekek játékos formában erősíthették meg osztályközösségüket, bizalmukat önmagukban, társaikban és Istenben.

Mindenki a saját osztályából indult. Ott hallgattuk meg rádió keresztül a ráhangoló dalt.

<https://www.youtube.com/watch?v=3gIa9Y6EX-I> utolsó letöltés október 30.

A gyerekek minden állomáson 20 percet tölthettek.

I. állomás

Bizalomjáték

Teendők a játék kezdete előtt:

Magyarázzuk el érthetően a gyerekeknek a játékszabályokat és a feladatokat. Mindig bizonyosodjunk meg arról, hogy minden érthető-e, és adjunk lehetőséget a kérdésekre.

Játék leírása: (mindenki a korosztálynak megfelelően választhat a lehetőségekből)

1. A játék résztvevőit osszuk párokra, akik forduljanak egymással szembe. A páros egyik fele zárt lábakkal, kezeit maga mellett tartva, csukott szemmel dőljön a páros másik felének a „karjaiba”. Az a játékos, aki elkapja a társát, minél biztonságosabb pózban állva, támaszban várja a „dőlést”.
2. Hármásával álljanak egy sorba és a közepén álló játékost „adogassák” egymás között, aki előre-hátra dőljön bele társai karjaiba, mint a harang nyelve.
3. Az osztály alkosson egy kört, szorosan egymás mellett állva, vállakat összeérintve és egy valaki álljon a kör közepére, ő lesz a harang nyelve. A közepén álló játékos szintén zárt lábakkal, kezeit maga mellett tartva, csukott szemmel kezdjen el dőlni egy irányba, ekkor a többi játékosnak az a feladata, hogy biztonságosan, lassan adogassa körbe őt.

Nagy figyelmet és nagy fokú bizalmat igénylő játék párosban és csoportosan egyaránt.

A játék közös beszélgetéssel zárul.

A lezárást segítő kérdésjavaslatok:

- Milyen érzés volt beledőlni a másik karjába?
- Nehéz vagy könnyű volt bízni abban, hogy el fognak kapni a társaid?
- Melyik szerep tetszett jobban, amikor dőltél, vagy amikor elkaptál?
- Milyen érzés volt, amikor elkaptad a társadat?

A feladat nem olyan egyszerű mint ahogy első olvasásra hangzik. Ezt a feladatot nagyon ügyesen kellett koordinálni, ezért a témabán jártas kollégára bízam a lebonyolítást.

II. állomás

Kincsesláda

Teendők a játék kezdete előtt:

Beviszünk egy díszdobozt vagy ékszeres ládikát, amibe elrejtünk egy tükröt. Elmondjuk, hogy valami nagyon értékes van a dobozban, amit nemsokára mindenkinek megmutatunk.

1. Mi/ki lennél, ha lennél?

Körbe ülünk, és a játékvezető felteszi a kérdést, „Mi lennél, ha lennél?”

Négy kört játszhatunk: növény, állat, tárgy, egy másik személy. Minden gyereknek meg kell indokolnia, miért az adott dolgot választotta.

A gyerekek gyakran cserélnének társaikkal valamilyen vélt vagy valós dolog miatt. Ebben a játékban lehetőségük adódik az általuk idealizált, tökéletesnek vélt élőlénynek vagy tárgynak lenni.

2. Azért szeretlek, mert...

A gyerekekkel még mindig körben ülünk. A játékvezető elkezd egy mondatot:” Azért szeretem/kedvelem Katát, mert szépen tud verset mondani”, majd odamegy a gyermekhez és megöleli (vagy megsimogatja). A megszólított gyermeknek ekkor ki kell választania egy társát, akiről hasonlóan mond egy mondatot és ő is megöleli (megsimogatja) a kiválasztott társat. Addig folytatjuk, míg mindenkiről el nem mondtuk, miért is szeretjük.

Kapcsolat- és önbizalom erősítő játék Azért is hasznos, mert ráirányítja a gyerekek figyelmét egymás jó tulajdonságára, és segít felismerniük, hogy mindannyian szerethetőek valamiért, fontosak, értékesek a többiek számára.

3. Megfoglaljuk a dobozt/ládikát és ismét elmondjuk, hogy mennyire értékes dolog van benne. Értékes az embereknek és nagyon értékes Isten szemében is.

Mindenki egyenként leshet bele, de nem szólhat utána, nem árulhatja el másoknak a titkot.

Beszéljük meg közösen, milyen érzés volt, amikor meglátták ki van a kincsesládában.

III. állomás

Labdadobálás, pozitív pletyka

1. Körben állva labdát dobálunk egymásnak. „A barátok...” kezdetű mondatot kell befejezni.

Például: A barátok elfogadják egymást. A barátok segítik egymást a bajban. Az a cél, hogy sokféle tulajdonság előkerüljön.

Teendők a játék kezdete előtt: Alakítsunk 3-4 fős csoportokat.

2. A pletyka során egyvalaki hallgatja, amint a többiek a “háta mögött” beszélnek róla.

A játék az alábbi két egyszerű szabály betartásával játszható:

- A csoport tagjai fizikailag a személy háta mögött beszélnek az illetőről, egyes szám harmadik személyben, mintha ő maga ott sem volna. A csoport tagjai egymással, egymáshoz beszélnek, nem ahhoz intézik a szavaikat, aki hallgat.

- A pletyka azokról az **erőségekről és képességekről** szól, amiket a csoport tagjai felfedeztek, megfigyeltek, méltányolnak a soron lévő társuknál (“azt kedvelem benne...”, “feltűnő az a képessége, hogy...”, “nagyon hasznos volt, ahogy ...”).

A valakiről és nem valakihez történő beszéd megkönnyíti a megerősítő visszajelzések fogadását annak, akiről pletykálnak. Az érintett füle hallatára róla ‘elejtett’ elismerés gyakran hasznosabb megerősítés, mint a viselkedésének direkt elismerése.

IV. állomás

Mit szeretsz illetve mit nem szeretsz magadban?

Mindenki kap kettő-kettő színes post-itet, ezekre fel kell írni minimum három jó, illetve rossz tulajdonságot.

A kör közepére elhelyezünk egy nagy csomagolópapírt közepén egy piros pöttyel.

Megkérdezzük a gyerekektől, hogy mit látnak. (Egy üres lapot, piros pöttyel.)

Ezután felragasztjuk a tulajdonságokat. Megint megkérdezzük, hogy most mit látnak? (Nagy színes kavalkádot egy pöttyel.)

Felolvassuk a vízfordó történetet.

Egy vízfordónak volt két nagy cserépedénye. Annak a botnak egy-egy végén lógtak, amit a nyakában hordott. Az egyik edényen volt egy repedés, míg a másik tökéletes volt, és mindig teljes adag vizet szállított. A pataktól a házhoz tartó hosszú séta végén a megrepedt edény már csak félig volt vízzel.

Két teljes évig ez így ment, minden nap – a vízfordó már csak másfél edény vizet szállított vissza a házba.

Természetesen az ép edény büszke volt a teljesítményére, hisz tökéletesen tette a dolgát, de szegény törött cserép szégyellte tökéletlenségét, és nyomorultnak érezte magát amiatt, hogy csak feleannyit tud teljesíteni.

Két év keserűség után egyik nap megszólította a vízfordót a pataknál:

- Szégyellem magam, mert a víz egész úton hazafelé szivárog.

A vízfordó így válaszolt a cserépnek:

- Észrevetted, hogy virágok az ösvényen csak a te oldaladon teremnek, s nem a másik cserép oldalán? Ez azért van így, mert én mindig tudtam a hibádról és virágmagokat szórtam az ösvénynek erre az oldalára. Minden nap locsoltad őket, míg visszasétáltunk. Két éve szedem le ezeket a gyönyörű virágokat, hogy az asztalt díszítsem velük. Ha nem lennél olyan, amilyen vagy, akkor ez a gyönyörűség nem ragyogná be a házamat.

Megbeszélés: Fontos, hogy helyesen lássuk önmagunkat. Ha kiemelünk egy jó tulajdonságot, az beképzelté tehet. Ha csak a rosszat látjuk, az önbizalom hiányhoz vezethet. A "rossz" tulajdonság is javunkra válhat.

- Volt már olyan, hogy egy kevésbé jó tulajdonságod miatt tudtál segíteni másoknak?

V. állomás

Félelmeim és vágyaim

Minden csoporttag egy lapra körberajzolja a bal kezét, majd beleír néhány szót vagy mondatot, amelyek olyan dolgokra vonatkoznak, amittől ő fél. Ezt követően a jobb kezét is elkészíti, amibe beleírja vágyait, álmait.

A csoportvezető feltúzi mindenkinek a hátára a bal kéznek megfelelő lapot, a mellkasára, pedig a jobb kéznek megfelelőt. Ezt követően a résztvevők néhány percig csendben sétálnak a helyiségben és elolvassák egymás leírt gondolatait.

Csoportos megosztás: ki-ki elmondja, hogy milyen érzés volt számára, amikor olvasta a többiek szavait, és hogy milyen érzés volt az, amikor hagyta a többieket, hogy az ő írását olvassák.

A végén: a papírokat felragasztjuk egy csomagolópapírra.

A csoport közösséggé formálódásához vezető fontos lépés a megnyílás a többiek felé, mások elfogadása félelmeivel és vágyaival együtt, ami egyben kijelöli a csoport értékstruktúráit is.

VI. állomás

Helycsere

Eszköz: kendő

A játékosok körben ülnek vagy állnak. A kör közepén egy bekötött szemű játékos tartózkodik. A középső játékos mond két nevet, nekik kell helyet cserélnie úgy, hogy a középső ember ne foghassa meg őket. Akit mégis megérintett, az kerül be a kör közepére.

Újságpapír-szigetek

Eszköz: 4-5 lap újságpapír, JBL

Elhelyezünk a földön négy-öt szétterített újságpapírt. Dallamos muzsika szól. Mindenki mozog, táncol a papírok között. Ha leáll a zene, mindenki, aki ráfér, az újságpapírszigetre lép. Aki nem fér fel, kiesik a játékból. Ezután eggyel kevesebb papír marad a földön. Továbbengedjük a zenét, majd ismét csend és újra ugrás a papírra. Addig folyik a játék, amíg csak egy papír marad.

A játékok segítik az egymásra figyelést, építik a közösséget.

Lelki nap
Kvojká Annamária
Karolina Katolikus Általános Iskola, Székesegyházi Kórusiskola és AMI

VII. állomás

Szeretatlánc

Kellékek: színes papír, olló, toll

Vágjatok ki színes lapokból csíkokat, írjatok rá érzéseket, gondolatokat melyek az Adventet jellemzik és ragasszátok össze láncként azokat.

VIII. állomás

Értékes vagy

Kellékek: laptop, projektor

Videó levetítése: <https://www.youtube.com/watch?v=BaNtYFSwqFA> utolsó letöltés október 30.

Max Lucado gyönyörű története arra emlékeztet bennünket, hogy mi, ahogyan Pancsinelló is, értékesek vagyunk Isten számára.

Beszéljük meg a látottakat.

IX. állomás

Szindarab

Kellékek: néhány eszköz amit a szindarabhoz használni tudnak a gyerekek.

Olvassátok el, majd osszátok szét a szerepeket és játsszátok el a szindarabot.

A szent éjszaka

1. Angyal: Glória, Glória

1. Pásztor: Hallod-e öreg az angyal szót.

1. Angyal: Glória, Glória

Angyal: Újra eljött hozzánk Szentkarácsony napja, Örüljön mindenki ki e földet lakja. Megszületett Krisztus kárhozattól megment. Öröm van a mennyben, ujjongás van itt lent. Ez Karácsony napján örömünk forrása, Hogy van a világnak Dicső Messiása. Jertek ti is lássátok a csodát. Kicsiknek, nagyoknak ő üdvösséget ad.

Csillag: Pásztorok ne féljeteK. Utánam siesseteK, mert ma éjjel tájban Barmok jászolában üdvözítónk született.

Lelki nap
Kvojka Annamária
Karolina Katolikus Általános Iskola, Székesegyházi Kórusiskola és AMI

1. Pásztor: Nosza siessünk már, Hol az ökör és a szamár?

2. Pásztor: Sajtot vegyél az ujjadba, egy szép bárányt a nyakadba.

3. Pásztor: Te meg öreg rakj tüzet. Forraljál édes tejet. Én egy kis mézet viszek, mellé friss vajat teszlek.

Angyal: A pásztorok sietnek már kis Betlehem felé, Hogy elvigyék hódolatukat az új király elé.

(Közben a csillag odavezeti a pásztorokat a jászolhoz)

Angyal: Megérkeznek. Alszik a város, házai sötétek, zártak. Hát Betlehemben senki sem örül a Messiásnak?

1. Pásztor: Pásztortársak mit jelent a fényesség odabent? Még én ilyet nem láttam. Bár sok időt szolgáltam.

2. Pásztor: Ha én gazdag lehetnék, Kincset, aranyat vinnék. Aranyat nem adhatok, mert szegény pásztor vagyok.

3. Pásztor: Adjon Isten szép jó estét. Keressük a kisdedeckét!

József: Jó helyen jártok, itt van, de halkabban, mert alszik.

1. Pásztor: Nincs a Jézus ágyán paplan, Jaj de fázik az ártatlan!

Mária: Szememen a könny a fátyol kicsi fiam biztos fázol, nincsen bölcsőd csak a jászol. Aludj, aludj én szentségem.

2. Pásztor: Hoztunk neki ajándékot. Én bárányt.

3. Pásztor: Én sajtot.

1. Pásztor: Én mézet. (leteszik az ajándékot)

Angyal: Menyhért, Boldizsár Afrikából indult, Afrikából indult, Menyhért, Boldizsár, Gáspár is elindult. Gáspár, Menyhért, Boldizsár Betlehembe értek. Betlehembe értek, Kibontották batyujukat, mannát eddegéltek. Hosszú volt az útjuk, igen megéheztek, igen elfáradtak. Megették a mannájukat egy morzsát se hagytak.

Csillag: Siessetek már!

Boldizsár: Nem bírunk olyan gyorsan!

Lelki nap
Kvojka Annamária
Karolina Katolikus Általános Iskola, Székesegyházi Kórusiskola és AMI

Menyhért: Várj egy kicsit, lassabban menj!

(Odaérnek a jászolhoz, letérdelnek.)

Gáspár: Jó estét, jó estét! Messze napkeletről jöttünk, fényes csillagot követtünk.

Menyhért: Fényes csillag azt mutatta, megszületél kis Jézuska!

József: Kik vagytok? Mit kerestek itt?

Boldizsár: Napkeleti bölcsek vagyunk, A Megváltót keressük. Én Boldizsár vagyok.

Gáspár: Én Gáspár vagyok.

Menyhért: Én Menyhért vagyok. Ajándékot hoztunk. Gáspár, Menyhért, Boldizsár: Gáspár, Menyhért, Boldizsár, látod ím előtted áll. Fejet hajtunk, letérdelünk, kicsi Jézus ünnepeünk. Fogadd el az ajándékot, benne van a Jószándékunk. Hoztunk aranyat, tömjént, mirhát, kérve, kérünk, hogy ne sírj hát!

Angyal: A jászol körül boldogan, hódolva leborulnak. S ujjongó szóval mondanak, Dicséretet az Úrnak.

<https://mindenovi.gportal.hu/gindex.php?pg=30980285&nid=5180902> utolsó letöltés október 30.