

## Összefoglaló beszámoló az intézményünkben 2020/2021-es tanévben megvalósuló Boldogságóra Programról

A Boldogságóra program pályázatába a Kőbányai Gyöngyike Óvoda még a 2019/2020-as nevelési évben kapcsolódott be, amikor is pályázhattunk a Boldog Óvoda címre. Beépítettük Pedagógiai Programunkba, éves munkatervünkbe és 2020 szeptemberében elkezdtük a pedagógusokkal, szülőkkel és természetesen a gyerekekkel a megvalósítást.

Első körben a pedagógusokat és az intézmény dolgozóit ismertettük meg ezzel az új programmal nevelés nélküli munkanap alkalmával, majd tájékoztattuk és bevontuk a szülőket a szülői értekezleteken és a Szülői Közösség megbeszélésén. A pályázat kivitelezését a zöld (középső-nagy) csoportban terveztük meg és itt is valósítottuk meg.

A program keretein belül havonta tartottunk pozitív pszichológiai szemléletű tematikus foglalkozásokat a csoportokban a hála, az optimizmus, és a megbocsátás gyakorlásáról, a jó cselekedetek, az elköteleződés, és a testmozgás fontosságáról, az apró örömök élvezetéről, továbbá a társas kapcsolatokról, a megküzdési stratégiákról, és a fenntartható boldogságról.

A foglalkozásokat a vállalkozó pedagógus a gyermekek saját ütemében tartotta meg. Így volt olyan téma amelyet nem egy, hanem két alkalommal dolgoztak fel közösen a csoportban. Továbbá egy megelőző foglalkozásra is sort kerítettünk, amely a boldogság köré épült. Sajnos a járványhelyzet aktuális állapotának alakulása függvényében tudtuk megvalósítani a mindennapi tevékenységeibe ágyazva ezeket az alkalmakat.

Jelenleg egy csoportban folyt a munka, de a kollégák észrevételei, tapasztalatai alapján és látva jótékony és hiánypótló szerepét különösen a mai kor társadalmában úgy döntöttünk a nevelőtestülettel, hogy a többi csoportba is szeretnénk a következő évtől megtartani a havonta legalább egy alkalmakat az adott témáknak megfelelően.

A gyerekek minden foglalkozást nagyon élveztek, hatásvizsgálatot is végeztünk minden alkalom végén ahol mindig elmondhatták kinek mi tetszett, esetlegesen nem, azon a foglalkozáson.

Sokszor alig bírták kivárni a következő alkalmat, sűrűn kérdezték, mikor fog rá sor kerülni. Nagyon szerették a meséket, dalokat, játékokat, kreatív foglalkozásokat, relaxációs gyakorlatokat.

Több közös és egyéni táblát, képet gyártottunk nekik közben, melyet mind lamináltunk, hogy a következő években is tudjuk majd hasznosítani.

A kedvenc témaköreik a szeretet, barátság, hála, testmozgás, megbocsátás, boldogító jócselekedetek voltak leginkább.

Mi magunk pedagógusok is nagyon élveztük a különböző témák feldolgozását, a közös játékokat és a gyermekek valós érzelmi reakciót. A Boldogság konferenciákat is nagyon élveztük mind a két alkalommal, ahol a jövőben is szeretnénk részt venni.

A program megvalósítása során a változatos témák feldolgozása közben szélesedett a gyerekek látóköre és gondolkodásmódja, és egy elfogadó, értékeléstől mentes légkörben fejezhették ki a témával kapcsolatos gondolataikat, ezáltal fejlődtek az önkifejezési készségeik, nőtt a kreativitásuk és a pozitív megerősítés révén az önbizalmuk.

Megismerték az alapérzelmeket, tudatosabbá váltak azok felismerésében és kifejezésében, és a tanult feszültségoldó és relaxációs technikák alkalmazásával mintát és eszközt kaptak ahhoz, hogyan szabályozzák az indulataikat, ezáltal csökkentek a konfliktusaik és javultak a társas kapcsolataik.

A foglalkozásokra készülve, és azok tapasztalatai révén az óvodánkban dolgozó pedagógusok szemlélete tovább formálódott, és eszköztára hasznos technikákkal bővült. Mindezen pozitív hatások miatt a jövőben is fontosnak tartjuk a program folytatását, és kiterjesztését az újonnan érkező gyerekekre és kollégákra is.

Hálásan köszönjük a lehetőséget, hogy bekapcsolódhattunk ebbe a példaértékű programba.

Köszönettel: A Kőbányai Gyöngyike Óvoda apraja és nagyja