

POZTASUNAREN EGUNKARIA

SARRERA

Poza edo poztasuna pertsona batek bere barnean sentitzen duen zirrara atsegina da (alaitasuna, gozamina, lasaitasuna eta maitasuna sentitzearekin lotuta dago), sufrimendu eta asaldurarik gabea eta pertsonari betetasuna ematen diona. Esaten da poztasuna sentitzen duten pertsonak zoriontsu direla.

HELBURUAK

- Ikasleak pozik sentitzen diren egoerak identifikatzeko gai izatea.
- Poza partekatzea eta partekatze horri buruz gogoeta egitea.

BALIABIDEAK

- Poztasunaren egunkaria (Plastika orduan egina; bakoitzak, berea)
- Arkatza
- Borragoma

IRAUPENA

20 minutuko saioak.

GARAPENA

Ikasle bakoitzak bere Poztasunaren egunkaria izango du, aldezturik Plastika orduetan egina.

Egunero eta azken saioko hoge minutuetan, ikasleek euren Poztasunaren egunkarian idatziko dute egun horretan poztasuna eragin dien zerbait: bizi izandako egoeraren bat, egindako edo esandako zerbait, jasotako erantzunen bat...

Horrela, pozik sentiarazten dituzten egoerak egunero identifikatuz, gertaera eta egoera positiboek erreparatzen eta garrantzia ematen trebatuko dira ikasleak.

Guztiak beren egunkarian idazten dutenean, idatzitakoa talde osoaren aurrean kontatzeko aukera emango die irakasleak.

