

A 2022/2023-as tanév mentálhigiénés programjai: Minden osztály, csoport, iskolai foglalkozás, esemény, melynek célja a tanulók mentálhigiénés egszségének megőrzése: pl: boldog iskola programok, foglalkozások, sportfoglalkozások, egészségnap, dohányzásmegelőzés, egyéb addikció kialakulását megelőző program, szociometria, egészségteszt, előadás e témakörben, stb....					
hónapok	esemény	pontos időpont	helyszín	érintett osztály/csoport/szervező	esemény 2 mondatos értékelése
szeptember					
	Szociometriai felmérés	2022. 09. 28.	Iskola	5.b/ Jónás Anna	Osztályon belüli kapcsolatok vizsgálata
	Pályaorientációs csoportfoglalkozás	2022.09.13.	Iskola	7.a/ Jónás Anna	Annak ismertetése, hogy mi kell a sikeres iskola-és pályaválasztáshoz, önismeret fejlesztése.
	Szociometriai felmérés	2022.09.21.	Iskola	5.a / Jónás Anna	Osztályon belüli kapcsolatok vizsgálata
	Bántalmazás prevenció	2022.09.30.	Iskola	5.c / Jónás Anna	Bántalmazás jellemzőinek, típusainak, következményeinek ismertetése, valamint annak átbeszélése, hogy mit lehet tenni a bántalmazás ellen.
	Hála napja	2022.09.21	Iskola	3.b /Pogácsás Mariann	A hála szó fogalmát nagyon szépen meghatároztuk, közösen felírtuk a táblára, ami csak eszünkbe jutott róla. Beszélgető kört indítottunk, megszámlálhatatlan választ adtak, mit jelent számukra a kifejezés, kinek-miért hálások, miért adhatnak hálát az életükben. Sok- sok gondolat született, tartalmas gondolatok.
	Szociometriai felmérés	2023. 02.27.	Iskola	1.b Kovácsné Vásárhelyi Andrea	Osztályon belüli aktuális kapcsolatok vizsgálata
	"Jeges" sportfoglalkozás	2022.09.	Iskola	1.a Vargáné Szabó Krisztina 1.b Kovácsné Vásárhelyi Andrea 1.c Kunkli Gabriella	Évfolyam szintű sportversenyek a téli hónap jegyében
	Álmok álmodói múzeumpedagógiai foglalkozás	2022. 09. 15.	Déri Múzeum	6.a Vassné Szász Anita	A résztvevő múzeumok különösen értékes műtárgyainak megismerése, a magyar kulturális örökség felfedezése volt a cél.
		2022. 09. 12.	Iskola		Hasznosanyag gyűjtés
	Boldogságóra: HÁLA napja	2022.09.21.	Iskola	4.b Gáll Irén Éva	Meghallgattuk a Hála dalt Bagdi Bellától, idézeteket olvastunk fel, majd beszélgettünk a hála és a boldogság kapcsolatáról. A képzeletbeli HÁLA-szemüveg felpróbálása után, minden tanuló a saját kézsablonjára felírta, hogy ki miért hálás.
	Nagy Népmese Kihívás		Iskola	4.b Gáll Irén Éva	Csapatépítés. A csoporttagok közös célért való együttműködésének a fejlesztése. A népmesék (tanulságának) fontossága a személyiségalakulásban.
	Bolodogságóra	2022.09.21.	Iskola	3.c Pócsi Erika	Pár- és csoportfeladatokat oldottunk meg ezen az órán, megbeszéltük, hogy ki, miért és kinek hálás. Ki hogyan fejezi ki azt, hogy hálás.Szituációs játékokat játszottunk.
	Boldogságóra: HÁLA napja	2022.09.21.	Iskola	2.b Nagyné Béky Eszter	Mese, dal, saját gondolatok megfogalmazása, szituációs játék.
október					
	Egymással való bánásmód erősítése	2022. 10. 28.	Iskola	6.b (etika csoport) / Szabó Zsolt	Egy film elemzése a következő szempontból: Mennyire figyelünk oda a másakra. Azt hisszük, talán a másik nem is létezik (nincsenek érzései), de lehet mégis.
	Bántalmazás prevenció	2022.10.04.	Iskola	7. a / Jónás Anna	Bántalmazás jellemzőinek, típusainak, következményeinek ismertetése, valamint annak átbeszélése, hogy mit lehet tenni a bántalmazás ellen.
		2022. 10. 23.	Iskola		Sportnap
	Magyar Repülő Korong Országos Sportági Szakszövetség	2022.10.28	Kossuth tér	6.a, 7.ab, 8.ab	Repülő korong elnevezésű flashmobon megismertük és kipróbáltuk a frízbi sport alapjait.
	Csapatépítés	2022.10.10.	iskola	6. a, 6.b	A csoporttagok közös célért való együttműködésének a fejlesztése.
	Csapatépítés	2022.10.17.	iskola	6.b	Csapatépítés. Az alkalmazott játékok hozzájárulnak az egymás közötti kommunikáció fejlesztéséhez.
	Szerepek	2022.10.24.	iskola	6.b	Férfi - női szerepek, illemszabályok ismertetése - szituációs játék
	Csapatépítés	2022.10.25.	iskola	7.a	A csoporttagok közös célért való együttműködésének a fejlesztése.
	zenei világnapi hangverseny	2022. 10. 10.	iskola	alsó tagozatos osztályok	Zenei élményeken keresztül léleknevelés.
	Nagyerdő Napja	2022.10.07	Debreceni Erdészet	4.b Gáll Irén Éva, 4.a Keresztesiné Sipos Ildikó,Bardi Nóra	Megemlékeztünk arról az eseményről, hogy 83 évvel ezelőtt az országban elsőként kapott természetvédelmi oltalmat a Nagyerdő. Igazán színes programok várták a gyerekeket: vadászkutya bemutató, tanösvénytura, Nagyerdő totó, mézeskalács díszítés, népi játékok, kötélhúzó verseny stb.
	Darules	2022. 10. 11.	Hortobágyi Nemzeti Park	4.b Gáll Irén Éva; 4.a Keresztesiné Sipos Ildikó Bardi Nóra	
	1. filharmóniai hangverseny	2022. 10. 19.	Debreceni Egyetem Zeneművészeti Kara	alsó tagozatos osztályok (Geréné Kristóf Katalin, Bardi Nóra, Béky Eszter)	Zenei élményszerzés, hangszerekkel való ismerkedés.
		2022. 10. 28.	Iskola		Halloween
november					

	Barátság hónapja, társas kapcsolatok	2022.11.15	Iskola	3.b	Barátság fontossága, osztályon belüli kapcsolatok, üzenetek küldése egymásnak, név nélkül.
	Bántalmazás prevenció	2022.11.14.	Iskola	6. a osztály / Jónás Anna	Bántalmazás jellemzőinek, típusainak, következményeinek ismertetése, valamint annak átbeszélése, hogy mit lehet tenni a bántalmazás ellen.
	Csapatépítés	2022.11.04.	Iskola	1.c	A csoporttagok egymáshoz fűződő viszonyának megerősítése az új közösségben.
	Stresszkezelés	2022.11.04.	Iskola	8.b	Stressz fogalma, jó és rossz stressz. Stresszkezelési technikák.
	Csapatépítés	2022.11.08.	iskola	7.a, 5.a	A csoporton belüli együttműködés és az összetartozás fejlesztése.
	Csapatépítés	2022.11.09.	iskola	5.b	A csoporton belüli együttműködés és az összetartozás fejlesztése.
	Szeretetnyelvek	2022.11.11.	iskola	1.c	A szeretetnyelv az a mód, ahogy az ember a szeretetet kifejezi és megéli. 5 szeretetnyelv megismerése
	Csapatépítés	2022.11.22.	iskola	7.a	Összetartást elősegítő játékos feladatok.
	Üzemlátogatás	2022. 11. 07.	Mc Donald's	6.a Vassné Szász Anita	Üzemlátogatás, melynek során bepillantást nyerhettünk a "kulisszák" (kiszolgálópult) mögé
	Mozilátogatás	2022. 11. 15	Apolló	6.a Vassné Szász Anita	Toldi című filmprodukció megtekintése.
	Jégkorong Szövetség toborzója	2022. 11. 17	Iskola		
december					
	Karácsonyi adománygyűjtés	2022.11.28-12.08.	Iskola	1-8.évfolyam	Adománygyűjtés a Magyar Szeretetszolgálat és a Szivárvány az esőben Alapítvány részére
		2022.12.	Iskola	3. b	A december a várakozás, az egymásra odafigyelés, a szeretetteljes cselekvések hónapja. Mi is kerestük az alkalmakat, hogy segíthessünk egymásnak, hogy jól cselekedhessünk. Csatlakoztunk több adománygyűjtő programhoz. Osztályon belül megajándékoztuk egymás, egy személyre szóló versikével is, és karácsonyi zoknival, amit a következő héten egyszerre vettünk fel. A közös programok során átélhettük, hogy nem csak az tehet boldoggá, ha segítséget, ajándékot kapunk, legalább olyan jó érzés másra odafigyelve, szeretettel és jó
	Szeretetnyelvek	2022.12.13.	iskola	7.a	A szeretetnyelv az a mód, ahogy az ember a szeretetet kifejezi és megéli. 5 szeretetnyelv megismerése
	Adventi filmdélután	2022.12.	iskola-színház	3.a	A film/szindarab - Grincs - megtekintése után a tartalom feldolgozása feladatook segítségével történt, melynek célja a szeretet fontosságának megláttatása, a családi és baráti kapcsolatok erősítése.
	Adventi film megtekintése iskolában és színházban	2022.	iskola, színház	3.c	Grincs c film/szindarab megtekintése közösen, ez által a szeretet, az egymásra figyelés fontosságára hívtuk fel a figyelmet.
	Mézeskalács sütés	2022. 12. 06.	Fórum	2.b Tihanyi Melinda, Béky Eszter	Adventi készülődés jegyében mézeskalácsot süttöttünk és díszítettünk.
	Mézeskalács sütés	2022. 12. 05.	Fórum	6.a Vassné Szász Anita	Adventi készülődés jegyében mézeskalácsot süttöttünk és díszítettünk.
	Korcsolyázás	2022. 12. 07.	Kossuth tér	Bardi Nóra	
	Karácsonyi ajándékozás	2022. 12. 19.	Iskola	6.a Vassné Szász Anita	Szeretet ünnepe alkalmából egymást megajándékoztuk, zenét hallgattunk, beszélgettünk.
	Bábszínház: A didergő király	2022.12.07.	Iskola	4.b Gáll Irén Éva	Az előadás megtekintése után megbeszéltük a mese mondanivalóját. A szeretet "felmelegíti" az ember lelkét, gyógyító hatású.
	Adventi színházdélután	2022.12.12.	ODEON Színház	4.b Gáll Irén Éva	A Grincs c. szindarab megtekintése, feldolgozása, melynek célja a szeretet fontosságának hangsúlyozása volt.
	Mézeskalács díszítése, karácsonyi ajándékozás	2022.12.	Iskola	4.b Gáll Irén Éva	A szeretet ünnepe alkalmából mézeskalácsot díszítettünk a családtagok számára.
	Karácsonyi húzás - Legyél titkos jótevő!	2022.12.1.	iskola	5.a Veres Zsuzsa	Az adventi időszakban legyél egy osztálytársad titkos segítője.
	Karácsonyi délután	2022.12.14.	Iskola	3.c /Pócsi Erika és Lakatos Péter	A szeretet ünnepe alkalmából élményszerű vetélkedők szervezése, az osztályközösség építése. Csapátjátékok, türelem, tapintat, közös éneklés, tánc
január					
	színházi drámafoglalkozás, konfliktusfeldolgozás	2023.01.23.	Intézmény	8.b	2023. január 23-án a 8.b osztály drámapedagógiai foglalkozáson vett részt. A történet címe: Matyi táskája. A tanulók nagy érdeklődéssel figyelték a történetet, melynek kibontakozásában jelenetek eljátszásával is segítettek. A jó hangulatú drámajátékba mindenki bekapcsolódott. Öszintén és kreatívan fejtették ki gondolataikat. A tanulságos történet megvalósítását a Csokonai Színház színészeinek játéka segítette.
		2023.01.10	Iskola	3.b	Január, új év, célok kitűzése, bakancslista készítése.
	Stresszkezelés	2023.01.13.	Iskola	7. b osztály/ Jónás Anna	Stressz fogalma, teljesítményszorongás, stresszválaszok, jó és rossz megküzdési mechanizmusok, praktikák a szóbeli felelettel járó stressz kezelésére.
	Stresszkezelés	2023.01.13.	Iskola	8. a osztály / Jónás Anna	Stressz fogalma, teljesítményszorongás, stresszválaszok, jó és rossz megküzdési mechanizmusok, praktikák a központi felvétellel járó stressz kezelésére.
	Stresszkezelés	2023.01.18.	Iskola	8. b osztály/ Jónás Anna	Stressz fogalma, teljesítményszorongás, stresszválaszok, jó és rossz megküzdési mechanizmusok, praktikák a központi felvétellel járó stressz kezelésére.
	Szociometriai felmérés	2023.01.27.	Iskola	2. a osztály / Jónás Anna	Osztályon belüli kapcsolatok vizsgálata
	Színházbejárás	2023. 01. 27.	Csokonai Fórum	7.a osztály (Geréné Kristóf Katalin)	

		2023. 01. 18.	Fórum	6.a	
	Konfliktuskezelés, egymással való bánásmód erősítése, esetmegbeszélések	2023.01.25.	Iskola	3.c / Pócsi Erika és Lakatos Péter	Az osztályon belüli konfliktusok megbeszélése, megoldása, prevenció.

február

	Problémák, konfliktusok az osztályban	2023.02.20.	iskola	6.b	Konfliktus fogalma, fajtái, konfliktuskezelési stratégiák
	Konfliktushelyzetek az osztályban	2023.02.22.	iskola	5.b	Konfliktus fogalma, fajtái, konfliktuskezelési stratégiák, anyagi-ördögi kör
	Konfliktushelyzetek az osztályban folytatása	2023.02.27.	iskola	6.b	Konfliktuskezelési stílusok - Hogyan viselkedsz konfliktushelyzetben?
	Szociometriai felmérés	2023.02.06.	Iskola	6. b osztály/ Jónás Anna	Osztályon belüli kapcsolatok vizsgálata
	Múzeumpedagógiai foglalkozás, Petőfi debreceni vonatkozásai	2023. 02. 07.	Déri Múzeum	7.a osztály (Geréné Kristóf Katalin)	Irodalmi ismeretek szerzése, társas kapcsolatok fejlesztése, szűkebb pátriánk megismerése a múzeumpedagógiai foglalkozás és az irodalomtörténeti séta során.
	2. filharmóniai hangverseny	2023. 02. 15.	Debreceni Egyetem Zeneművészeti Kara	alsó tagozatos jelentkező gyermekek (Geréné Kristóf Katalin, Bardi Nóra, Béky Eszter)	Zenei elmélyülés során a lélek lecsendesülése.
	Múzeumpedagógiai foglalkozás, Petőfi debreceni vonatkozásai	2023. 02. 09.	Déri Múzeum	7.b osztály	Irodalmi ismeretek szerzése, társas kapcsolatok fejlesztése, szűkebb pátriánk megismerése a múzeumpedagógiai foglalkozás és az irodalomtörténeti séta során.
			iskola	3.b	Relaxáció gyakorlása
	Bocskai koronázási ékszerek megtekintése	2023. 02.22.	Fórum	6.a	Bocskai koronázási ékszerek megtekintése.
	Korcsolyázás	4 alkalom	Debreceni Jégcsarnok	4.b Gáll Irén Éva, Puskás Réka	Csapatépítés. A sport fontossága az egészséges életmód alkotóeleme.
	Konfliktuskezelés, egymással való bánásmód erősítése, esetmegbeszélések	2023.02.22.	Iskola	3.c / Pócsi Erika és Lakatos Péter	Az osztályon belüli konfliktusok megbeszélése, megoldása, prevenció.

március

	Tantermi gyakorlat - Hidépítés	2023.03.20.	iskola	6.b	A gyakorlat típusa: együttműködés, problémamegoldás, kommunikáció
	Csapatépítés	2023.03.01.	Iskola	2. a osztály lányok/ Jónás Anna	Beszélgetés az osztályközösségről, ki hogy érzi magát az osztályban, összetartást elősegítő játékos feladatok.
	Bántalmazás prevenció	2023.03.03.	Iskola	5. a osztály/ Jónás Anna	Bántalmazás jellemzőinek, típusainak, következményeinek ismertetése, valamint annak átbeszélése, hogy mit lehet tenni a bántalmazás ellen. Internetes bántalmazás
	Csapatépítés	2023.03.03.	Iskola	5. c osztály/ Jónás Anna	Összetartást elősegítő játékos feladatok.
	Szociometriai felmérés	2023.03.06.	Iskola	2.b osztály/ Jónás Anna	Osztályon belüli kapcsolatok vizsgálata
	Író-olvasó találkozó Bosnyák Viktóriával	2023. 03. 09.	Iskola	4.b Gáll Irén Éva	Már alsó tagozaton nagy hangsúlyt fektetünk az olvasóvá nevelésre. Óriási élmény volt a gyerekeknek találkozni, beszélgetni kedvenc könyvük írójával.
	Boldogságóra: APRÓ ÖRÖMÖK	2023. 03. 29.	Iskola	4.b Puskás Réka	Nagy szükség van arra, hogy észrevegyük az élet apró örömeit, sikereit. Az örömek élvezete egészségesebbé, boldogabbá és jókedvűvé teszi az embert.
	3. filharmóniai hangverseny	2023. 03. 24.	Debreceni Egyetem Zeneművészeti Kara	alsó tagozatos jelentkező gyermekek (Geréné Kristóf Katalin)	Zenei élményeken keresztül lélekápolás, a társas kapcsolatok megerősítése.
	Boldogságóra	2023. 03. 31.	iskola	7.a osztály (Geréné Kristóf Katalin)	
	Bowling	2023. 02. 03.	Pláza	6.a Vassné Szász Anita	Új sportággal való ismerkedés csapatépítő jelleggel.
	Színházlátogatás	2023. 03. 13.	Csokonai Fórum	6.a, 6.b, 7.b	Lúdas Matyi című színdarab megtekintése.
	Korcsolyázás	4 alkalom	Jégcsarnok	4.a Keresztesiné Sipos Ildikó	A sportkultúra fejlesztése - korcsolyázás 4 alkalommal. Közösségformálás.
	Szépművészeti Múzeum	2023. 03. 24.	Budapest	6. a Vassné Szász Anita, 6.b Tóthné Farkas Ágnes	Egyiptomi kiállítás megtekintése.
	Magyar Zene Háza	2023. 03. 24.	Budapest	6. a Vassné Szász Anita, 6.b Tóthné Farkas Ágnes	Épületbejárás, a zene fejlődése őskortól napjainkig.
	Konfliktuskezelés, egymással való bánásmód erősítése, esetmegbeszélések	2023.03.22.	Iskola	3.c / Pócsi Erika és Lakatos Péter	Az osztályon belüli konfliktusok megbeszélése, megoldása, prevenció,

április

	Hidépítés	2023.04.05.	Iskola	5.b	A játékos feladat célja az egymásrautaltság, kommunikáció, együttműködés, problémakezelés fejlesztése.
		2023.04.27.			
		2023.04.27.	iskola	3.b	Megbocsátás, a bocsánatkérés formái, lehetőségei. Miért kérünk bocsánatot, ki az, akit megbántunk, ki az, aki megbántódik.
	Anyák napi készülődés	2023. 04-05.	iskola	4.a	Érzelmi hangolódás, ajándék készítése Anyák napjára.

	Anyák napi készülődés	2023.04.12.-04.28.	iskola	4.b	Fotózás, ajándékok (varrás) készítése, beszélgetés, verstanulás, dalok gyakorlása, érzelmi hangolódás.
	Anyák napi készülődés	2023.04.24.-tól	iskola	3.c / Pócsi Erika és Lakatos Péter	Verstanulás, érzelmi hangolódás, ajándék készítése anyák napjára.
	Konfliktuskezelés, egymással való bánásmód erősítése, esetmegbeszélések	2023.04.26.	Iskola	3.c / Pócsi Erika és Lakatos Péter	Az osztályon belüli konfliktusok megbeszélése, megoldása, prevenció, barátság fontossága, összetartozás
május					
	Drámapedagógiai gyakorlat	2023.05.02.	Iskola	7.b	Az iskolai zaklatás és bántalmazás témáját járták körül a gyerekek.
	Érzelmek	2023.05.08.	Iskola	6. b osztály/ Kocsis Réka és Jónás Anna	A saját érzések jobb megismerése, beazonosítása
	Érzelmek	2023.05.09.	Iskola	6. a osztály/ Kocsis Réka és Jónás Anna	A saját érzések jobb megismerése, beazonosítása
	"Erre ügyelj, hogy ne érjen baj"	2023.05.08.	Iskola	6.B/ Kocsis Réka	Alapfogalmak, kiskorúság, felelősség, érték, döntés- A bulizás veszélyei
	Megküzdési stratégiák	2023.05.10.	Iskola	1.b+1.c Kovácsné Vásárhelyi Andrea, Csécsseiné Mihályi Edina,	Veszteség, félelem
	Anyák napi ünnepség	2023.05.12.	Iskola	4.b Gáll Irén Éva, Puskás Réka	Ajándékokkal, dalokkal és versekkel köszöntöttük, tiszteltük meg a Drága Édesanyákat, akiknek olyan sokat köszönhetünk.
	Érzelmek 2	2023.05.15.	Iskola	6. b osztály/ Kocsis Réka és Jónás Anna	Érzelmeink azonosítása, döntéshozatal, következmények végiggondolása
		2023.05.16	iskola	3.b	
	Csúfolódás, tapintat, esetmegbeszélések	2023. 05. 12.	Iskola	3.c Pócsi Erika	A bántalmazás különböző fajtáiról beszélgettünk, és arról, hogy milyen lelki sebeket okozhatunk, ha csúfolódunk. Kezelési, megoldási stratégiák megbeszélése
	Szociometriai felmérés	2023.05.26.	Iskola	6. a osztály/ Jónás Anna	Osztályon belüli kapcsolatok vizsgálata
	Érzelmek 2	2023.05.30.	Iskola	6. a osztály/ Kocsis Réka és Jónás Anna	Érzelmeink azonosítása, döntéshozatal, következmények végiggondolása
	Bántalmazás prevenció	2023.05.30.	Iskola	4. a osztály/ Jónás Anna	Bántalmazás jellemzőinek, típusainak, következményeinek ismertetése, valamint annak átbeszélése, hogy mit lehet tenni a bántalmazás ellen.