



Inspectoratul Școlar Județean
Iași



Erasmus+



Transformări

ediția 2022

- kit de formare -

Erasmus+ KA1-Educație școlară
„Consortiu local pentru educație
de calitate - 2022”

 Editura
SPIRUHARET

Iași, 2023

**Produce realizat de participanții la cursuri de formare Erasmus+ în cadrul proiectului
Erasmus+ KA1-Educație Școlară „Consortiu Local pentru Educație de Calitate 2022”
2022-1-RO01-KA121-SCH-000056797**

Acsinte Miluta - Școala Gimnazială Poiana, Deleni
Apetrăchioaie Adriana - Școala Gimnazială Crucea
Baciu Carmen - Școala Gimnazială Crucea
Bant Mihaela - Școala Gimnazială Crucea
Bliorț Antonina - Inspectoratul Școlar Județean Iași
Bordea Felicia - Școala Gimnazială ”Vasile Alecsandri” Mircești
Bulgaru Agnesa - Școala Gimnazială Scobinți
Cojocariu Andreea Manuela - Școala Gimnazială Poiana, Deleni
Condratov Veronica – Școala Gimnazială ”Axinte Uricariul” Scânteia
Coneac Alina - Școala Gimnazială Nr. 1 Domnița
Cristea Luciana-Marcela - Școala Gimnazială Cârjoaia
Diaconu Ioana - Școala Profesională de Industrie Alimentară Țibana
Dieaconu Petrica - Școala Profesională de Industrie Alimentară Țibana
Geantău Maria Cătălina - Școala Gimnazială Nr. 1 Domnița
Giosan Eduard-Mihăiță - Școala Gimnazială ”Vasile Alecsandri” Mircești
Gorea-Zamfir Claudiu-Cristian - Inspectoratul Școlar Județean Iași
Grumăzescu Florentina - Școala Gimnazială Cârjoaia
Hălănduț Leontina Nadia - Școala Gimnazială ”Vasile Alecsandri” Mircești
Hrițcu Olga - Școala Gimnazială Scobinți
Huciog Mariana Camelia - Școala Gimnazială Scobinți
Iacob Cosmin - Școala Gimnazială Crucea
Ilașcu Nicoleta-Adina – Școala Profesională de Industrie Alimentară Țibana
Ilie Eliza - Inspectoratul Școlar Județean Iași
Lesenciuc Mihaela - Inspectoratul Școlar Județean Iași
Mihăilă Mariana - Școala Gimnazială ”Axinte Uricariul” Scânteia
Năstasă Elena - Școala Gimnazială Cârjoaia
Rusu Rodica - Școala Gimnazială Nr. 1 Domnița
Străchinaru Elena Simona - Școala Gimnazială Bălțați
Ticu Ana Maria Lorena - Școala Gimnazială Poiana, Deleni
Țircă Cristinel - Inspectoratul Școlar Județean Iași
Țurcanu Ana-Maria – Școala Gimnazială ”Axinte Uricariul” Scânteia

Coordonatori:
Luciana Antoci – Inspector Școlar General
Gabriela Conea – Inspector Școlar pentru Proiecte educaționale, ISJ Iași



ISSN 2972-1296

ISSN-L 2972-1296

© Editura "Spiru Haret"

Casa Corpului Didactic "Spiru Haret" Iași
Str. Octav Botez 2 A, Iași, 700116
Telefon: 0232/210424; fax: 0232/210424
E-mail: ccdiasi@gmail.com,
Web: www.ccdis.ro

PROIECT ERASMUS+ KA1-EDUCAȚIE ȘCOLARĂ „CONSORTIU LOCAL PENTRU EDUCAȚIE DE CALITATE - 2022”

Scopul proiectului

Crearea unor echipe didactice care pot cataliza acțiuni și dinamiza colective, pot fi creatori de viitor, cu abordări moderne în toate etapele de viață ale activităților: planificare, implementare, comunicare

Cursuri alese:

- ✈ *Digital:* Game Based Learning, Split - Croația
- ✈ *Leadership and Management:* Coaching and Mentoring to Support Teachers, Barcelona, Spania
- ✈ *Antreprenoriat:* Empowered Teachers: Rediscover Your Motivation and Energy - Florence, Florența - Italia
- ✈ *Educație timpurie:* The educational approach for pre-school, Veneția, Italia
- ✈ *Bullying:* Preventing and Intervening in (Cyber)bullying, Valencia - Spania

Activitățile propuse pentru directori și profesori, dublate de suportul inspectorilor responsabili (management/ teritorial) îi vor ajuta să devină profesori într-o clasă a viitorului, iar școala să se racordeze la dimensiunea europeană și să devină de tip 3i: **iNovativă, iNcluzivă, iNternaționalizată.**

Participanții au datoria morală să contribuie la ameliorarea nevoilor identificate în instituțiile de proveniență prin asumarea rolului de persoană resursă și agent de schimbare

Cuprins

Curs 1- "Digital"- Game Based Learning/ Învățarea bazată pe joc	6
Curs 2 - Leadership & Management, Coaching, teaching & mentoring/ Coaching, predare și mentorat.....	19
Curs 3 – Antreprenariat - Empowered Teachers – Rediscover your motivation and energy	34
Curs 4 - Reggio Emilia- The Educational Approach For Pre-School/ Abordarea educațională pentru învățământul preșcolar	58
Curs 5 - Preventing and Intervening in (Cyber) Bullying/ Prevenire și intervenție în cazul (ciber)bullying-ului.....	78

Curs 1- "Digital"- Game Based Learning/ Învățarea bazată pe joc

Obiectiv specific: Reconfigurarea proiectării didactice în școlile din consorțiu începând cu anul 2022-2023 prin îmbunătățirea competențelor digitale și de predare asistată de tehnologie la cei 4 participanți

Furnizor de curs: Maksima Teacher Training Centre,

Perioada: 01-07. 04. 2023,

Locația: Split, Croația

Teme abordate:

1. Profesorul secolului al XXI lea
2. Reinventarea orelor folosind jocurile
3. Amuzament cu noile tehnologii
4. Sistemul educațional croat
5. Crearea de animații utilizând benzile desenate
6. Creșterea implicării elevilor prin jocurile competitive
7. Cultura Dalmației
8. Învățarea unei limbi străine prin jocuri și activități
9. Flipped Classroom și Blended Learning
10. Modele de motivare a elevilor prin mișcare
11. Ce face a fi un profesor bun grozav?
12. Video educațional
13. Gimnastica creierului
14. Goosechase

Grup țintă: elevii clasei a VI a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – Impossible answers/Răspunsurile imposibile

Identificarea problemelor	Elevii au dificultăți în comunicarea orală, prezintă un deficit de atenție în timpul orelor.
Prezentarea temei nr. 2	”Reinventarea orelor folosind jocurile” – orele sunt reinventate cu ajutorul jocurilor, lecțiile devin mult mai dinamice și mai atractive elevilor, stimulându-se procesele cognitive și afective. Elevii pot fi implicați activ în activitatea de învățare dacă aplicăm jocul ”Impossible answers”
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: dezvoltarea spiritului de observație, dezvoltarea gândirii critice, încurajarea comunicării orale. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai încrezători în propriile forțe; ies din monotonie; lecțiile devin interactive; se stimulează spiritul de observație. • Activități propuse: Impossible answers • Resurse implicate: -umane: 20 elevi -materiale: tabla, creta, videoproiectorul
Planificarea activității	În cadrul activităților dedicate zile de 9 mai - Ziua Europei se poate realiza fixarea/verificarea cunoștințelor cu ajutorul jocului – Impossible answer. Pe tablă se desenează un tabel cu 3 rânduri și 3 coloane. În fiecare spațiu al tabelului se notează numele unor state membre ale Uniunii Europene. Printre numele statelor se va strecura și numele unor state ce nu au statut de membru al Uniunii Europene. La final elevii vor identifica statele membre al U.E și state notate greșit, argumentând răspunsului date.
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora decide dacă jocul este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare a elevilor.
Măsurarea rezultatelor	Cele mai bune răspunsuri și argumente aduse de elevi pot fi notate cu calificative/plusuri/note în catalog.
Evaluarea experienței	Profesorul poate stimula elevii oferind acestora dreptul de a crea ei înșiși un nou joc utilizând alte noțiuni învățate.
Resurse suplimentare	-

*Prof. Adriana Apetrăchioaie
Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VII a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – Call my bluff/Sună a cacealmea

Identificarea problemelor	Elevii prezintă un deficit de atenție, manifestă o oarecare timiditate și rețineră în cadrul lucrului în echipă, întâmpină dificultăți în exprimarea opiniilor și elaborarea argumentelor în cadrul activităților frontale.
Prezentarea temei nr. 2	”Reinventarea orelor folosind jocurile” – cu scopul de a aduce un plus de dinamism lecțiilor, de a deveni mai atractive elevilor, de a stimula creativitatea și gândirea critică, astfel s-a aplicat jocul ”Call my bluff”
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: dezvoltarea spiritului de observație, dezvoltarea gândirii critice, stimularea creativității, încurajarea comunicării și a lucrului în echipă. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai încrezători în propriile forțe, devin mai implicați în bună desfășurare a orelor de istorie, lecțiile devin interactive. • Activități propuse: Call my bluff • Resurse implicate: -umane: 20 elevi -materiale: cartonașe, caietul, pixul.
Planificarea activității	La finalul lecției de recapitulare a unităților de învățare „O lume în schimbare” și ”Lumea în război” se poate realiza fixarea cunoștințelor cu ajutorul jocului – Call my bluff. Elevilor li se explică mai întâi modalitatea de lucru: sunt organizați în grupe de 3 elevi, fiecare grupă primește un cartonaș de la profesor. Cartonașele sunt înscrise cu câte o noțiune/proces/fenomen/eveniment istoric și explicația aferentă. Elevii apoi trebuie să găsească câte una sau două explicații imposibile. La final fiecare grupă solicită colegilor să găsească răspunsul corect a noțiunii istorice de pe cartonașul lor arătând care răspunsuri sunt imposibile.
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora la acest joc decide dacă este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul face aprecieri asupra celor mai originale răspunsuri oferite de elevi. Cele mai bune răspunsuri și argumente aduse de elevi pot fi notate cu note în catalog.
Evaluarea experienței	La finalul activității elevii oferă un feedback jocului, exprimându-și părerea față de joc, sentimentele avute.
Resurse suplimentare	-

Prof. Adriana Apetrăchioaie, Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași

Grup țintă: elevii clasei a V a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – Goosechase

Identificarea problemelor	Elevii au dificultăți de exprimarea liberă a părerilor și opiniilor, grupul clasei are nevoie de o coeziune mai bună.
Prezentarea temei nr. 14	”Goosechase” – se utilizează în scopul de a stimula creativitatea și imaginația elevilor, de a întări coeziunea grupului. Aplicația digitală poate fi utilizată în cadrul lecțiilor de recapitulare sau de formare a deprinderilor ce pot fi abordate din perspectivă transdisciplinară.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: stimularea creativității, dezvoltarea spiritului de observație, încurajarea comunicării și a lucrului în echipă. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai încrezători în propriile forțe, sunt mai implicați în bună desfășurare a orelor de istorie, se realizează o mai bună coeziune a grupului. • Activități propuse: Goosechase • Resurse implicate: -umane: 20 elevi -materiale: laptop, tabletă.
Planificarea activității	În cadrul lecțiilor de recapitulare finală de la clasa a V a, se poate organiza un joc de provocări prin intermediul aplicație digitale Goosechase care stimulează imaginația și creativitatea elevilor și facilitează lucrul în echipă. Elevilor li-se explică mai întâi modalitatea de lucru. Elevii sunt organizați în grupe, fiecare lider de grupă va avea o tabletă pe care va descărca aplicația Goosechase din Magazine Play, apoi vor introduce codul jocului de provocări creat de profesor. Fiecărei provocări i-se acordă un anumit punctaj în funcție de gradul de dificultate acesteia. Elevii vor avea la dispoziție o oră, timp în care vor realiza provocările date. Grupa care obține cel mai bun punctaj și obține cel mai bun timp este declarată câștigătoare
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent timp real activitatea elevilor cu ajutorul laptopului.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul anunță la finalul activității echipa câștigătoare. Se oferă aprecieri asupra rezultatelor încărcate în aplicație, va aprecia cele mai originale rezultate.
Evaluarea experienței	La finalul activității elevii oferă un feedback jocului, exprimându-și părerea față de aplicație, sentimentele avute. Elevii pot veni cu propriile idei pentru crearea unui nou joc de provocare.
Resurse suplimentare	-

*Prof. Adriana Apetrăchioaie,
Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VI-a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”Brain Gym”

Identificarea problemelor	Repetarea uneori a acțiunilor și poate nemotivarea elevilor de a fi mai atenți și implicați la ore; slaba colaborare uneori între elevi; lipsa de implicare și starea de apatie a acestora, dată fie de oboseală, fie de lipsa de interes.
Prezentarea temei nr. 2	”Reinventarea orelor folosind jocurile”- pentru a crea lecții mult mai atractive și dinamice, unde îi putem determina pe elevi să devină mult mai atenți și mai motivați, se pot introduce jocurile. Unul dintre acestea este ”Brain Gym”.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: crearea unei lecții atractive și dinamice și determinarea elevilor de a deveni mai atenți, mai implicați și mai motivați. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai atenți, mai interesați, mai motivați și mai cooperanți. • Activități propuse: ”Brain Gym” • Resurse implicate: -umane: 22 elevi -materiale: sala de clasă, Youtube, Laptop, TV
Planificarea activității	Profesorul le explică elevilor că le va pune un filmuleț, iar ei trebuie să imite ceea ce face persoana din filmuleț.
Monitorizarea progresului	Profesorul va vedea dacă elevii vor fi interesați să mai joace un astfel de joc, dacă devin mai atenți și colaborarea cu ai lor colegi este mult mai bună.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri pentru cei care s-au dovedit a fi foarte atenți și implicați.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii pot desena diferite emoji-uri pentru a-și arăta atitudinea față de utilizarea acestui joc la ore sau pot urmări fotografiile din timpul jocului care să le arate cât de atenți și implicați au fost.
Resurse suplimentare	-

Prof. Condratov Veronica
Școala Gimnazială Axinte Uricariul, Scânteia, Iași

Grup țintă: elevii clasei a VII-a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”Kahoot”

Identificarea problemelor	Lipsa interesului elevilor de a lucra în manieră tradițională, după o lecție de predare.
Prezentarea temei nr. 5	”Evaluarea sau realizarea feedbackului prin utilizarea unor aplicații”- se referă la utilizarea unor aplicații digitale pentru a putea obține o mai mare implicare a elevilor în activitate. Una dintre aceste aplicații este și KAHOOT ce oferă o modalitate atractivă de a evalua conținuturile lecțiilor.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: crearea unei lecții cât mai interesante, implicarea elevilor, utilizarea de materiale digitale astfel încât elevii să devină cât mai motivați și interesați de lecție. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai creativi, mai motivați și implicați. • Activități propuse: ” Evaluare utilizând Kahoot” • Resurse implicate: -umane: 22 elevi -materiale: laboratorul de informatică, calculatoare
Planificarea activității	Elevii vin în laboratorul de informatică, profesorul le spune să deschidă Kahoot, o aplicație folosită în evaluare.
Monitorizarea progresului	Elevii vor putea să-și folosească din ce în ce mai mult atenția și spiritul competitiv, vor avea mult mai mult curaj și vor fi mult mai motivați în a-și însuși noile cunoștințe.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri sau chiar note pentru cei care s-au clasat pe primele 3 locuri.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii își pot exprima atitudinea față de această activitate prin prezentarea unui emoji.
Resurse suplimentare	Pentru acest tip de evaluare se pot folosi și alte aplicații cum ar fi WORDWALL sau LEARNING APPS.

*Prof. Condratov Veronica
Școala Gimnazială Axinte Uricariul, Scânteia, Iași*

Grup țintă: elevii clasei a V-a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”WORDWALL”

Identificarea problemelor	Lipsa interesului elevilor de a lucra în manieră tradițională, după o lecție de predare.
Prezentarea temei nr. 5	”Evaluarea sau realizarea feedbackului prin utilizarea unor aplicații”- se referă la utilizarea unor aplicații digitale pentru a putea obține o mai mare implicare a elevilor în activitate. Una dintre aceste aplicații este și WORDWALL ce oferă o modalitate atractivă de a evalua conținuturile lecțiilor.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: crearea unei lecții cât mai interesante, implicarea elevilor, utilizarea de materiale digitale astfel încât elevii să devină cât mai motivați și interesați de lecție. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai creativi, mai motivați și implicați. • Activități propuse: ” Evaluare utilizând Wordwall” • Resurse implicate: -umane: 12 elevi -materiale: sala de clasa, laptop, TV
Planificarea activității	Profesorul le propune elevilor un alt tip de evaluare, utilizarea unei aplicații ce poate fi folosită în evaluarea și consolidarea cunoștințelor.
Monitorizarea progresului	Elevii vor putea să-și folosească din ce în ce mai mult atenția și spiritul competitiv, vor avea mult mai mult curaj și vor fi mult mai motivați în a-și însuși noile cunoștințe.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri sau chiar note pentru cei care s-au clasat pe primele locuri.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii își pot exprima atitudinea față de această activitate prin prezentarea unui emoji.
Resurse suplimentare	Pentru acest tip de evaluare se pot folosi si alte aplicații cum ar fi KAHOOT sau LEARNING APPS.

Prof. Condratov Veronica
Școala Gimnazială Axinte Uricariul, Scânteia, Iași

Grup țintă: elevii clasei a V-a B

FIȘA ACTIVITĂȚII – Canva

Identificarea problemelor	Elevii au dificultăți în utilizarea tehnologiei în procesul de învățare, precum și dificultăți în redactarea fraze corecte din IT.
Prezentarea temei nr. 5 Crearea de animații utilizând benzile desenate	”Canva” – are scopul de a aduce un plus de dinamism lecțiilor, le face mai atractive pentru elevi, pentru a stimula creativitatea și gândirea critică utilizând o serie de aplicații digitale prin care se creează benzi desenate, postere, flyere etc. Canva este un editor de fotografii + un editor video gratuit într-o singură aplicație de design grafic.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: stimularea creativității, utilizarea limbajului de specialitate, dezvoltarea spiritului de observație și a lucrului în echipă. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai încrezători în propriile forțe, sunt mai implicați în bună desfășurare a orelor, se facilitează creativitatea și originalitatea. • Activități propuse: Canva • Resurse implicate: -umane: 26 elevi -materiale: 26 de calculatoare, videoproiector.
Planificarea activității	Elevii vor avea la dispoziție fiecare câte un calculator din laboratorul de informatică, profesorul explică modalitatea de lucru. Fiecare elev își va deschide un cont pe aplicația Canva cu ajutorul profesorului. Profesorul le prezintă aplicația, apoi le dă drept sarcină de lucru crearea unui poster prin care se prezintă: Perifericele de intrare/ieșire ale unui Calculator..
Monitorizarea progresului	Elevii își folosesc creativitatea, imaginația. La nevoie profesorul intervine cu sfaturi, dacă elevii cer acest lucru.
Măsurarea rezultatelor	Proiectele vor fi evaluate în laborator de față cu toată clasa, fiind o evaluare transparentă, prezentând plusuri și minusuri la fiecare lucrare.
Evaluarea experienței	Cele mai bune lucrări sunt recompensate și în catalog.
Resurse suplimentare	Benzi desenate/postere/flyere se pot realiza și cu alte aplicații digitale, precum: PIXTON sau Adobe Express.

*Prof. GOREA-ZAMFIR CLAUDIU-CRISTIAN
Liceul Teoretic Miron Costin Iași, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a IX-a E

FIȘA ACTIVITĂȚII – ” VITA – video educațional”

Identificarea problemelor	Filme educaționale – cum le realizăm ?
Prezentarea temei nr. 12 Video educațional	”Video educațional”- pentru a crea prezentări mult mai dinamice, interactive se pot introduce filmulețe realizate individual, prin aplicația VITA.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: crearea unei lecții interactive, dinamice și dezvoltarea creativității prin prezentarea unor informații în format video. • Obiectivele elevilor: să devină mai implicați, mai curajoși și mai activi la discuții în cadrul grupurilor. • Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - Crearea unui filmuleț cu aplicația VITA • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: 27 elevi, repartizați în 9 grupe de câte 3 elevi -materiale: smartphone-uri,
Planificarea activității	Profesorul le propune elevilor o activitate constând în crearea unui filmuleț cu aplicația VITA, în care aceștia să prezinte la alegere o temă. Aplicația VITA se folosește pe telefoane cu Android sau IOS.
Monitorizarea progresului	Fiecare grupă, va preda filmul final alături de poze/dovezi ale etapelor de realizare a filmului. Filmul nu trebuie să depășească 2 minute și trebuie să conțină: efecte, texte, numele membrilor.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor note bune elevilor care au realizat cele mai originale filmulețe.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii pot desena diferite emojiuri pentru a-și arăta atitudinea față filmele vizionate.
Resurse suplimentare	

*Prof. GOREA-ZAMFIR CLAUDIU-CRISTIAN
Liceul Teoretic Miron Costin Iași, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a XI-a C

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”PADLET”

Identificarea problemelor	Cum aflăm părerile elevilor pe o anumită temă?
Prezentarea temei nr. 3 Amuzament cu noile tehnologii	Padlet – este un avizier virtual, unde mai multe persoane își pot spune părerea pe o anumită temă.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: crearea unei lecții cât mai interesante, implicarea elevilor, utilizarea de materiale digitale astfel încât elevii să devină cât mai motivați și interesați de lecție. • Obiectivele elevilor: elevii devin mai creativi, mai motivați și implicați. • Activități propuse: ”Prezentare rezolvări de probleme” • Resurse implicate: -umane: 30 elevi -materiale: laboratorul de informatică, videoproiector, TV
Planificarea activității	Profesorul le prezintă elevilor Padlet-ul creat personal, unde elevii își vor încărca și ei soluții ale problemelor. Titularul padletului poate vedea/corecta ceea ce au scris ceilalți ”la avizier”.
Monitorizarea progresului	Elevii își vor realiza câte un padlet personal cu rezolvări ale problemelor din capitolele Grafuri și Backtracking.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul anunță criteriile de evaluare, distribuția notelor în funcție de numărul de probleme corecte postate. Putem considera acest padlet personal ca un portofoliu online public.
Evaluarea experienței	Fiecare elev, va putea vizualiza padleturile colegilor. Se poate vedea la fiecare ziua și ora la care a fost adăugat un anumit element.
Resurse suplimentare	Probleme propuse se găsesc pe site-ul pbinfo.ro

*Prof. GOREA-ZAMFIR CLAUDIU-CRISTIAN
Liceul Teoretic Miron Costin Iași, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a 8-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – ” Tic, Tac, Toe”

Identificarea problemelor	Lipsa curajului de a comunica cât mai mult în limba engleză
Prezentarea temei nr. 2	”Reinventarea orelor folosind jocurile”- pentru a crea lecții mult mai dinamice, interactive se pot introduce jocurile. Unul dintre acestea este ”Tic, Tac, Toe”.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: crearea unei lecții interactive, dinamice și încurajarea elevilor de a vorbi mai mult în limba engleză ● Obiectivele elevilor: elevii devin mai implicați, mai curajoși și participă activ mai mult folosind limba engleză ● Activități propuse: ” Tic, Tac, Toe” ● Resurse implicate: -umane: 12 elevi -materiale: tabla, creta, cronometru
Planificarea activității	Pe tablă profesorul desenează un tabel cu 16 căsuțe. În fiecare căsuță elevii scriu câte un subiect preferat(mașini, istorie, activități de timp liber, tenis, personalități etc). Cei 12 elevi se împart în 4 echipe. Pe rând, fiecare echipă va alege câte un subiect și timp de 2 minute vor trebui să vorbească fluent despre el. Câștigă echipa cu cele mai multe subiecte discutate în cele 2 minute alocate pentru fiecare.
Monitorizarea progresului	Profesorul va fi atent dacă elevii vor fi interesați în continuare în folosirea unui astfel de joc la ore și dacă i-a încurajat să vorbească mai mult în limba engleză.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor note bune celor curajoși și care s-au dovedit a fi buni vorbitori de limba engleză.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii pot desena diferite emojiuri pentru a-și arăta atitudinea față de utilizarea acestui joc la ore.
Resurse suplimentare	-

*Prof. Străchinaru Elena Simona
Școala Gimnazială, Bălțați, județul Iași*

Grup țintă: elevii clasei a 3 a

FIȘA ACTIVITĂȚII – ” Zip, Zap, Boing ”

Identificarea problemelor	Repetarea uneori a acțiunilor și poate nemotivarea elevilor de a fi mai atenți și implicați la ore, slaba colaborare uneori între elevi.
Prezentarea temei nr. 2	”Reinventarea orelor folosind jocurile”- pentru a crea lecții mult mai atractive și dinamice, unde putem determina pe elevi să devină mult mai atenți și mai motivați se pot introduce jocurile. Unul dintre acestea este ”Zip, Zap, Boing”.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: crearea unei lecții atractive și dinamice și determinarea elevilor de a deveni mai atenți, mai implicați și mai motivați. ● Obiectivele elevilor: elevii devin mai atenți, mai interesați, mai motivați și mai colaborativi. ● Activități propuse: ”Zip, Zap, Boing” ● Resurse implicate: -umane: 22 elevi -materiale: sala de clasă
Planificarea activității	Profesorul explică fiecare acțiune la ce se referă. ”Zip” înseamnă să arate cu palmele spre colegul din stânga sau dreapta, ”Zap” se referă la a arăta cu palmele spre un coleg din față și ”Boing” înseamnă că cel ce primește semnul cu palmele va bara și cel ce trimite semnul va arăta repede spre altcineva. Elevii se așează în cerc și folosesc toate cele trei semne, în funcție de cum doresc.
Monitorizarea progresului	Profesorul va vedea dacă elevii vor fi interesați să mai joace un astfel de joc, dacă devin mai atenți și colaborarea cu ai lor colegi este mult mai bună.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri pentru cei care s-au dovedit a fi foarte atenți, implicați și colaborativi.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii pot desena diferite emojiuri pentru a-și arăta atitudinea față de utilizarea acestui joc la ore sau pot urmări fotografiile din timpul jocului care să le arate cât de atenți și implicați au fost.
Resurse suplimentare	-

*Prof. Străchinaru Elena Simona
Școala Gimnazială, Bălțați, județul Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VII a

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”Comic Strips with PIXTON”

Identificarea problemelor	Lipsa interesului elevilor de a crea texte în limba engleză și lipsa motivării acestora de a crea texte în această limbă.
Prezentarea temei nr. 5	”Crearea de animații utilizând benzile desenate”- se referă la utilizarea unor aplicații digitale pentru a putea crea benzi desenate. Una dintre aceste aplicații este și PIXTON ce oferă o multitudine de variante în a se alege decorul, personajele, îmbrăcămintea și mișcările personajelor, adăugarea de dialoguri etc pentru a crea benzi desenate cât mai atractive și a motiva elevii în a deveni cât mai creativi și interesați.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: crearea unei lecții cât mai interesante, atragerea elevilor către crearea de texte în limba engleză și nu numai, utilizarea de materiale digitale astfel încât elevii să devină cât mai motivați și interesați de lecție. ● Obiectivele elevilor: elevii devin mai creativi, mai motivați și implicați. ● Activități propuse: ” Comic Strips with PIXTON” ● Resurse implicate: -umane: 18 elevi -materiale: laboratorul de informatică, calculatoare
Planificarea activității	Elevii vin în laboratorul de informatică, profesorul le spune să folosească un cont creat pe PIXTON, le arată modele de benzi desenate și apoi cum să își creeze propria bandă desenată.
Monitorizarea progresului	Elevii vor putea să-și folosească din ce în ce mai mult imaginația și creativitatea, vor avea mult mai mult curaj și vor fi mult mai motivați în a-și crea propriile benzi desenate cu texte în limba engleză.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri sau chiar note pentru cei care au creat cele mai bune și mai interesante benzi desenate.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii își pot vota și evalua benzile desenate create sau pot să-și exprime atitudinea față de această activitate prin prezentarea unui emoji.
Resurse suplimentare	Pentru realizarea de benzi desenate se pot folosi și alte aplicații cum ar fi: CANVA sau ADOBE EXPRESS.

*Prof. Străchinaru Elena Simona
Școala Gimnazială, Bălțați, județul Iași*

Curs 2 - Leadership & Management, Coaching, teaching & mentoring/ Coaching, predare și mentorat

Obiectiv specific: dezvoltarea capacității de autocunoaștere și a atitudinii pozitive față de sine.

Furnizor de curs: Teacher Academy Barcelona

Perioada: 8-13 mai 2023


Locația: Spania


Teme abordate:

1. Autocunoaștere și dezvoltare personală.
2. Gestionarea emoțiilor
3. Identitate personală - *Cine sunt eu? -Învârte roata și răspunde la întrebare!*
4. Adoptarea atitudinilor pozitive față de sine și a unui stil de viață sănătos și echilibrat
5. Relaționarea armonioasă cu ceilalți în contexte școlare și extrașcolare

Grup țintă: elevii clasei a IV-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – Cunoașterea și autocunoașterea

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - încrederea în sine și în ceilalți; - neintegrarea în viața socială; - incapacitatea stăpânirii propriilor emoții; - autoevaluarea
Prezentarea temei nr 1	MAGIC HAND
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Identificarea intereselor/ preferințelor/ aspirațiilor privind dezvoltarea personală • Obiectivele elevilor: să recunoască preferințele, aspirațiile și propriile sentimente; • Activități propuse: Conturarea propriei mâini, identificarea nevoilor sale, visul său, de ce merge la școală, unde se simte cel mai bine și care e superputerea sa. • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: 12 elevi -materiale: coli de hârtie colorată, carioci, pixuri colorate, tablă, magneți.
Planificarea activității	<p>Autocunoaștere și dezvoltare personală- Mâna magică</p> <p>1) Copiii au avut de conturat propria mână</p>  <p>2) Apoi au avut de completat pe fiecare deget: Mic- am nevoie.... Inelar-visul tău este.... Mijlociu- de ce vin la școală? Arătător- Unde te simți tu cel mai bine? Mare- Superputerea ta...</p> <p>3) Fiecare copil a citit răspunsurile colegului din dreapta..</p>

	
Monitorizarea progresului	Elevii au ascultat interesele și nevoile colegilor, astfel încât să se cunoască mai bine, pentru a stabili o relație de armonie între ei, chiar de prietenie;
Măsurarea rezultatelor	Elevii au fost foarte curioși, interesați de tot ce au descoperit despre colegii lor, unele lucruri, chiar noi, pentru ei,
Evaluarea experienței	Elevii au fost încântați de exercițiile propuse, exprimându-și bucuria că se pot cunoaște mai bine, într-un mod foarte plăcut.
Resurse suplimentare	<ul style="list-style-type: none"> - împărtășirea experienței din timpul petrecut în Barcelona; - prezentarea unui PowerPoint.

*Prof. învă. primar Bordea Felicia,
 Școala Gimnazială „Vasile Alecsandri” Mircești*

Tema- MINDFULNESS- Respirație conștientă

Grup țintă: 20 cadrele didactice

FIȘA ACTIVITĂȚII

Identificarea problemelor	Reducerea stresului prin activarea stării de bine a corpului!
Prezentarea temei nr.2	<i>Într-un ambient cu muzică de relaxare, timp de șase minute, colegilor li se cere să adopte o poziție corectă, relaxantă, să închidă ochii și să inspire ușor aer pe nări, până când simt că diafragma se contractă complet, își țin apoi respirația numărând până la trei și expiră ușor aerul pe gură. Repetând acest exercițiu (sunt conștient că acum inspir, sunt conștient că acum expir), oprim gândurile nu mai rătăcim în trecut, nu ne mai facem planuri de viitor și suntem focalizați doar pe inspirație și expirație, conectând corpul cu mintea!</i>
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Crearea stării de bine în rândul colegilor • Obiectivele colegilor: Reducerea stresului • Activitate propusă- Respirația conștientă • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: 20 de cadre didactice -materiale: laptop, videoproiector
Monitorizarea progresului	Activități de debriefing, feedback
Măsurarea rezultatelor	Activitatea a presupus o concentrare asupra propriului corp și a minții! S-a observat că un procent de 80% dintre colegi au reușit acest lucru.
Evaluarea experienței	<i>Respirația conștientă a însemnat relaxare maximă, deconectarea de la realitate, eliberare de stress și o stare de bine!</i>

Prof. Hrițcu Olga, Școala Gimnazială Scobinți

Teme abordate:

Tema 1 AUTENTIC HAND

Tema 2 MINDFULNESS- Respirație conștientă

Grup țintă: cadre didactice

FIȘA ACTIVITĂȚII – Authentic hand

Identificarea problemelor	Nevoia de autocunoaștere/ intercunoaștere
Prezentarea temei	Authentic hand – fiecare coleg primește o foaie de hârtie, pe care este rugat sa-si deseneze conturul propriei mâini . Pe degetul mic își va puncta nevoile (my need) inelarul va conține visele (<i>dreams</i>), apoi pe următorul –sunt aici pentru că...(<i>I'm here because..</i>), urmează –locurile magice (<i>magic place</i>) și super puterea mea (<i>my super power</i>). După finalizare, fiecare coleg a citit ce conține mana autentica a colegului din dreapta sa.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Să-și identifice propria persoană • Obiectivele profesorilor: descoperă fiecare elementele de autocunoaștere. • Resurse implicate: -umane: colegii din cancelarie -materiale: foi A4, markere, tabla
Planificarea activității	În urma desfășurării activității ne descoperim pe noi și pe colegii noștri Într-un cadru plăcut prezint colegilor obiectivul urmărit de mine, le explic ce au de făcut și într-un timp de 10 min ei vor îndeplini sarcina. După expirarea timpului colegul din dreapta fiecăruia face prezentarea mâinii magice .
Monitorizarea progresului	Follow-up, feedback
Măsurarea rezultatelor	Din cele 20 de cadre didactice participante la activități 100% au fost cooperante, și-au identificat nevoile, valorile , super puterea de care dispune fiecare, de asemenea, toate au citit “mâna magică” a colegei/ colegului din dreapta sa!
Evaluarea experienței	<i>Pentru toți colegii a fost o experiență cu totul nouă, s-a observat la ei bucuria, relaxarea, empatia, ascultarea , atunci când colegul din dreapta sa îi interpreta mâna magică</i>

*Director - Prof. Hritcu Olga
Școala Gimnaziala Scobinți*

Teme abordate:

- **Magic Hand** - identificăm interesele / preferințele / aspirațiile privind dezvoltarea personală;
- **"I know / They see!"** - dăm exemple de caracteristici elementare personale; - exprimăm date de identificare a propriei persoane; - evaluăm punctele tari / slabe, interesele și abilitățile personale; - oferim feed-back.

Grup țintă: elevii clasei a 6-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – Să ne descoperim!

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - neîncrederea în sine și în ceilalți; - neintegrarea în viața socială; - incapacitatea stăpânirii propriilor emoții; - autoevaluarea.
Prezentarea temei nr. 1	<p>"Magic Hand" - elevii primesc o foaie de hârtie pe care sunt rugați să deseneze propria mână, fiecare în felul său, iar pe fiecare deget, să scrie un cuvânt / o propoziție care să reflecte "răspunsul" sincer spre care se îndreaptă mintea atunci când se gândesc la (de la degetul mic spre degetul mare): <i>"Nevoia mea", "Vis", "De ce vin la școală", "Loc magic" și "Super puterea mea"</i>. După ce completează, sunt rugați să schimbe foaia cu un coleg / o colegă și să îl / o prezinte, încercând să concluzioneze prezentarea printr-un cuvânt care să îl / o reprezinte.</p>
Prezentarea temei nr. 2	<p>"I know / They see!" - grupați câte patru, elevii primesc mai multe cartonașe care conțin însușiri (calități / defecte). Pe o foaie își scriu numele, apoi completează cu una, două, ..., câte însușiri consideră că li se potrivesc, încercând să fie cât mai sinceri cu ei înșiși. Apoi pliază foaia, cele alese de ei rămânând în interiorul acesteia. Își scriu din nou numele pe foaie și schimbă foile între ei, în sensul acelor de ceasornic, fiecare trebuid să adauge sub nume o însușire (fără să o repete) până fiecare foaie ajunge la "proprietar". Următorul pas, elevii primesc o foaie pe care o pliază în patru și o completează astfel: <i>"Open self - lucruri care se repetă", "Blind self - ce spun ceilalți despre mine, dar eu nu", "Hidden self - ce am scris eu dar n-au scris ceilalți", "Unknown self - ce a rămas nescris"</i>. După ce completează această fișă, elevii sunt rugați să se autoevalueze, să se vadă atât prin ochii lor cât și prin ochii celorlalți.</p>

<p>Redactarea proiectului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: dobândirea abilităților de cunoaștere și dezvoltare personală. • Obiectivele elevilor: empatizare, sinceritate, creșterea stimei de sine, conștientizarea și corectarea comportamentelor, autoevaluare, feedback. • Activități propuse: - Desenarea / completarea și interpretarea <i>Magic Hand</i>; - completarea fișei <i>I know / They see!</i> / concluzii. • Resurse implicate: -umane: elevii clasei a VI-a, dna prof. Diaconu Ioana - diriginta clasei; -materiale: fișe de lucru, cartonașe, prezentare ppt.
<p>Planificarea activității</p>	<p>1. Magic Hand: A) Elevii primesc o foaie pe care desenează propria mână, apoi o completează conform cerințelor.</p>  <p>B) După ce o completează, schimbă foaia cu a colegului / colegei, prezentându-l/o. Apoi încearcă să caracterizeze colegul / colega prezentat/ă printr-un cuvânt: <i>visător, realist, împrăștiat, perfecționist, etc.</i></p>   



2. I know / They see!

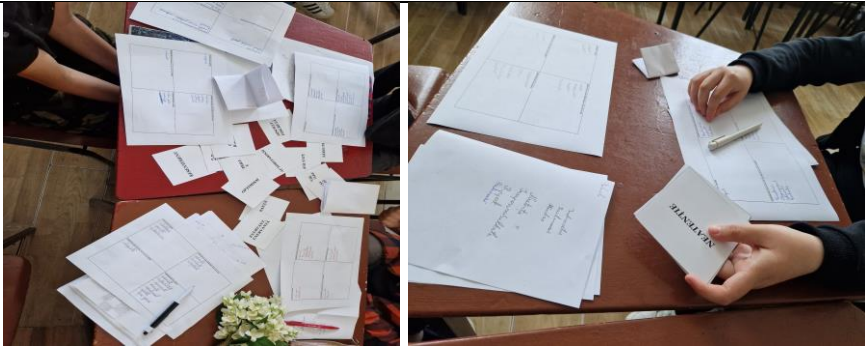
A) Elevii primesc mai multe cartonașe cu însușiri și o foaie pe care sunt rugați să treacă însușirile proprii identificate printre cartonașele primite.



B) Apoi, plînd foaia astfel încât caracteristicile identificate de ei să rămână ascunse, își scriu din nou numele și schimbă foaia sa cu a colegului / colegei.



C) Elevii primesc o foaie pe care sunt rugați să o completeze conform cerințelor:

	 <p>D) Fiecare elev, reflectând la propria fișă, la cele scrise despre el de către colegi, își exprimă punctul de vedere, autoevaluându-se.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Elevii au fost foarte atenți la părerile celorlalți despre ei și au înțeles că aceste exerciții au fost despre acceptare, conștientizare, empatizare, comunicare deschisă.</p> <p>Dacă la începutul activității, elevii nu puteau spune nimic despre propria persoană, pe parcursul acesteia au devenit mai deschiși, au reușit să răspundă la întrebări de genul: <i>"De ce merg la școală?"</i>, <i>"Care este visul meu în acest moment?"</i>, <i>"De ce mă vede colegul / colega mea așa?"</i>, <i>"Ce aș putea schimba / îmbunătăți la mine?"</i>.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Emotivitatea elevilor de la începutul activității și teama acestora de a răspunde la întrebări au fost înlocuite pe parcursul cursului cu bucurie, empatizare, relaxare, zâmbete, discuții libere și deschise.</p>
Evaluarea experienței	<p>Elevii au fost încântați de exercițiile propuse, exprimându-și dorința de a mai participa în viitorul apropiat la activități de genul, afirmând faptul că le este de folos să se vadă și prin ochii celorlalți, mulți dintre ei descoperind calități pe care nu știau că le posedă.</p>
Resurse suplimentare	<ul style="list-style-type: none"> - împărtășirea experienței din timpul cursului susținut în Barcelona; - prezentarea ppt-ului.

Prof. Ilașcu Nicoleta-Adina
Școala Profesională de Industrie Alimentară Țibana

Teme abordate:

- **Stima de sine** – Jocul a implicat și activități de discuție și reflecție în grup, unde elevii au putut împărtăși și aprofunda propriile experiențe și perspective.
- **Deschide urechea bine** – Fiecare elev a fost partener cu un coleg și, cu ochii închiși, a trebuit să asculte indicațiile precise ale partenerului pentru a desena un model specific.
- **Descoperă cine este în fața mea** – Elevii au fost legați la ochi și s-au așezat în cerc.

Grup țintă: elevii clasei I

FIȘA ACTIVITĂȚII – Să ne descoperim!

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - încrederea în sine și în ceilalți; - neintegrarea în viața socială; - incapacitatea stăpânirii propriilor emoții; - autoevaluarea.
Prezentarea temei nr. 1	Stima de sine – Acest joc a fost conceput pentru a încuraja elevii să reflecteze asupra valorii lor personale și să recunoască calitățile și realizările lor. Scopul final al jocului a fost de a spori încrederea în sine și de a dezvolta o perspectivă pozitivă asupra propriei valori.
Prezentarea temei nr. 2	Deschide urechea bine – Acest joc a necesitat comunicare clară, atenție la detalii și încredere reciprocă. După ce modelele au fost desenate, elevii au putut compara rezultatele și să reflecteze asupra modului în care ascultarea atentă și comunicarea clară pot influența succesul în echipă.
Prezentarea temei nr. 3	Descoperă cine este în fața mea – Elevii au fost legați la ochi și s-au așezat în cerc. Scopul jocului a fost ca fiecare elev să identifice prin atingere, ce coleg se află în fața sa, bazându-se doar pe informațiile tactile primite.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: dobândirea abilităților de cunoaștere, de dezvoltare personală, de ascultare, de observare, de atenție și de încredere reciprocă. • Obiectivele elevilor: empatizare, sinceritate, creșterea stimei de sine, conștientizarea și corectarea comportamentelor, consolidarea legăturii dintre colegi, recunoașterea realizărilor, pentru a dezvolta o perspectivă pozitivă asupra propriei valori. • Activități propuse: folosirea platformei <u>Wordwall</u>, scrierea calităților și defectelor pe baloane colorate, desenarea modelelor prezentate legați la ochi cu instruirea colegilor, descoperirea elevilor utilizându-și propriile simțuri, legați la ochi. • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei I, prof. învățământ primar; - materiale: fișe de lucru, creioane colorate, prezentare PowerPoint, mască de față.

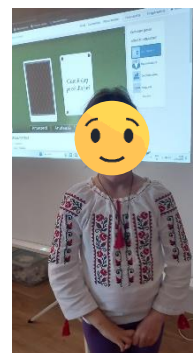
Planificarea activității

1. Stima de sine

A) Elevii vor da de roată, cu ajutorul aplicației Wordwall.




B) După aflarea răspunsurilor de pe roată, elevii vor fi trebuit să realizeze acțiunea specifică, cum ar fi să noteze pe baloane calități sau defecte.



2. Deschide urechea bine

A) Fiecare elev a fost partener cu un coleg și, cu ochii închiși, a trebuit să asculte indicațiile precise ale partenerului pentru a desena un model specific.



	<p>3. Descoperă cine este în fața mea</p> <p>A) Elevii au fost legați la ochi apoi au fost așezați în fața altui coleg. Utilizându-și simțurile și cunoștințele, cei legați la ochi au încercat să-și recunoască colegul sau colega.</p> 
Monitorizarea progresului	Elevii au ascultat părerile și ideile colegilor, despre ei, pentru ca, în viitor, aceștia să devină oameni cumsecade, mai fericiți și prietenoși.
Măsurarea rezultatelor	Elevii au fost confuzi la început, dar pe parcursul activităților, entuziasmul acestora a crescut din ce în ce mai mult.
Evaluarea experienței	Elevii au fost încântați de exercițiile propuse, exprimându-și gratitudinea față de aceste exerciții de reflecție a propriilor sentimente și emoții.
Resurse suplimentare	<ul style="list-style-type: none"> - împărtășirea experienței din timpul petrecut în Barcelona; - prezentarea unui PowerPoint.

*Prof. Învățămint Primar Nastasă Elena,
Școala Gimnazială Cârjoaia*

Tema abordată:

- ***"Let's find things about us!"***
- dăm exemple de caracteristici elementare personale;
- exprimăm date de identificare a propriei persoane;
- evaluăm punctele tari / slabe, interesele și abilitățile personale;
- oferim / primim feed-back.

Grup țintă: elevii clasei a 10-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – *"Let's find things about us!"*

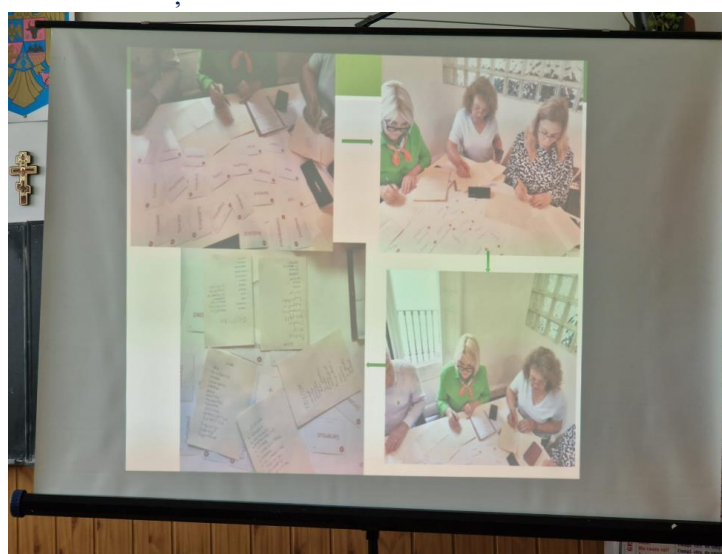
Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - neîncrederea în sine și în ceilalți; - dificultăți de integrare în viața socială; - incapacitatea stăpânirii propriilor emoții; - autoevaluarea.
Prezentarea temei	<p><i>"Let's find things about us!"</i></p> <p>- grupați în echipe de patru elevi, aceștia primesc mai multe cartonașe care conțin însușiri (calități / defecte). Pe o foaie își scriu numele, apoi completează cu una, două, ..., câte caracteristici din cele primite consideră că li se potrivesc, încercând să fie cât mai sinceri cu ei înșiși. Apoi pliază foaia, însușirile alese de ei rămânând în interiorul acesteia. Își scriu din nou numele pe foaie și schimbându-le între ei, adaugă sub nume o însușire (fără să o repete) până fiecare foaie ajunge la elevul de la care a plecat. Următorul pas, elevii primesc o altă foaie pe care o pliază în patru și o completează astfel: <i>"Open self - lucruri care se repetă"</i>, <i>"Blind self - ce spun ceilalți despre mine"</i>, <i>"Hidden self - ce am scris doar eu"</i>, <i>"Unknown self - ce a rămas nescris"</i>. După ce completează această fișă, elevii sunt rugați să se autoevalueze.</p>
Redactarea proiectului	<p>Scop: dobândirea abilităților de cunoaștere și dezvoltare personală.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - empatizare, - sinceritate, - creșterea stimei de sine, - conștientizarea și corectarea comportamentelor, - autoevaluare, - feedback. • Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - completarea fișei <i>"Let's find things about us!"</i> / concluzii. • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: elevii clasei a X-a; -materiale: fișe de lucru, cartonașe, prezentare ppt.

Planificarea activității

1. Prezentarea **PPT-ului** de promovare a cursului la care am participat în Barcelona:



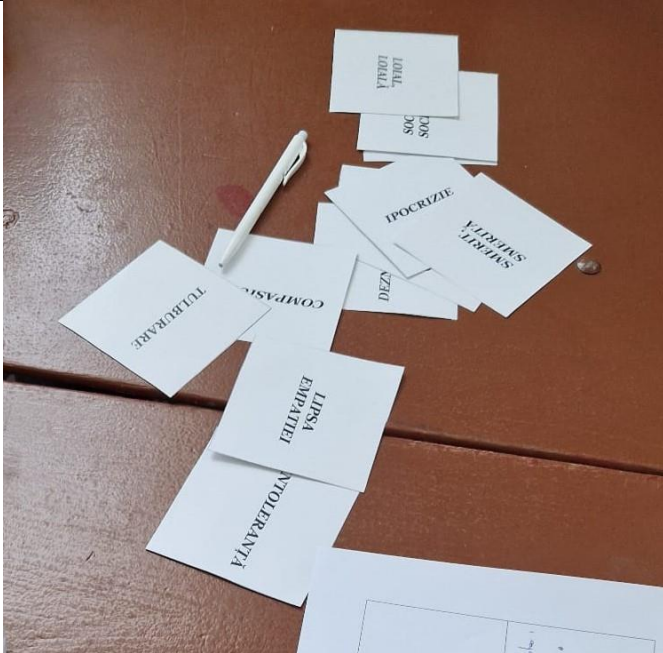
2. Prezentarea activității susținute alături de colegii participanți la curs, activitate pe care mi-am propus s-o desfășor:



3. **"Let's find things about us!"**

Pașii:

- Elevii primesc mai multe cartonașe cu însușiri și o foaie pe care sunt rugați să treacă însușirile proprii identificate printre cartonașele primite:

	 <p>- Apoi, ascunzând însușirile identificate în interiorul foii, își scriu din nou numele și schimbă foaia sa cu a colegului / colegei;</p> <p>- Elevii primesc o foaie împărțită în patru: Open self; Blind self, Hidden self, Unknown self;</p> <p>- Fiecare elev, ținând cont de părerile colegilor săi despre sine, își exprimă punctul de vedere, autoevaluându-se.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Elevii au participat activ la această activitate înțelegând că aceste exerciții au fost despre acceptare, conștientizare, empatizare, comunicare deschisă.</p> <p>Reacția elevilor la începutul activității a fost lipsită de neîncredere, brăzdată teamă și neliniște. Pe parcursul activității însă, frunțile acestora s-au descrețit, zâmbetele au luat locul încruntării, au devenit activi, deschiși, surprinși să descopere lucruri pe care nu le știau despre propria persoană.</p>
Măsurarea rezultatelor	Relaxare, elevi bucuroși.
Evaluarea experienței	<p>Elevii au fost cu adevărat încântați de activitatea desfășurată, acest lucru fiind exprimat prin bucuria și relaxarea cu care au participat la jocul "Let's find things about us!".</p>
Resurse suplimentare	<p>- împărtășirea experienței din timpul cursului susținut în Barcelona;</p> <p>- prezentarea ppt-ului.</p>

Insp. prof. Țircă Cristinel
Colegiul Național "Garabet Ibrăileanu", Iași

Curs 3 – Antreprenoriat - Empowered Teachers – Rediscover your motivation and energy

Obiectiv specific: Cursul are drept obiective reducerea stresului, formarea unei comunicări asertive, construirea unor limite sănătoase în mediul profesional și personal și redobândirea motivației în domeniul educativ, în contextul unei societăți în permanentă schimbare și având în vedere provocările neașteptate cu care se confruntă profesorii. Înțelegerea și reflectarea asupra propriilor nevoi, dar și perceperea aspectelor care nu se află în zona noastră de control sunt aspecte importante în redobândirea motivației profesionale.

Furnizor de curs, perioada, locația - Teacher Academy, 2-8 aprilie 2023, Florența, Italia

Teme abordate:

1. Ingredientele necesare pentru o educație de succes
2. Cultivarea punctelor forte ale caracterului
3. Motivația și modul de gândire specific
4. Stabilirea unor bariere/limite sănătoase în mediul profesional (healthy boundaries)
5. Inteligența emoțională
6. Activități de dezvoltare a atenției și concentrării. Wake-up brain activities
7. Comunicarea asertivă
8. Semnele burnout-ului și cum să ne ferim de ele
9. Practicarea meditației pentru eliberarea de stres
10. *Locus of control* – Ce se află în zona noastră de control și ce nu

Grup țintă: elevii clasei a VIII-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – Cultivarea punctelor forte ale caracterului

Identificarea problemelor	Elevii au dificultăți în comunicarea orală, prezintă un deficit de atenție în timpul orelor.
Prezentarea temei nr 2	Cultivarea punctelor forte ale caracterului
Redactarea proiectului	<p>”Reinventarea orelor folosind starea de bine” – cu scopul de a aduce un plus de dinamism lecțiilor, astfel încât să devină mai atractive elevilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Scop: dezvoltarea spiritului de observație, dezvoltarea gândirii critice, încurajarea comunicării orale. ● reducerea stresului în rândul elevilor ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să identifice factorii de stres - să propună soluții pentru gestionarea acestor factori - să numească situațiile și persoanele generatoare de stres ● elevii devin mai încrezători în propriile forțe, ies din monotonie, lecțiile devin interactive. ● Activități propuse: Cultivarea punctelor forte ale caracterului ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: 20 elevi - materiale: tabla, creta, videoproiectorul
Planificarea activității	Profesorul le propune elevilor o activitate outdoor, constând în crearea unui filmuleț, în care aceștia să observe trasaturi de caracter, organizat în cadrul unui joc. Filmulețele se prezintă în fața clasei, iar cele mai bune sunt premiate.
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora decide dacă jocul este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare a elevilor.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora decide dacă jocul este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare a elevilor.
Evaluarea experienței	Profesorul poate stimula elevii oferind acestora dreptul de a crea ei înșiși un nou joc utilizând alte noțiuni învățate
Resurse suplimentare	

Prof. Carmen Baci,
Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași

Grup țintă: elevii clasei a V a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – Energizare și cultivarea stării de bine în rândul profesorilor și al elevilor

Identificarea problemelor	Lipsa interesului elevilor de a lucra în manieră tradițională, după o lecție de predare.
Prezentarea temei nr. 5	Energizare și cultivarea stării de bine în rândul profesorilor și al elevilor”- se referă la utilizarea unor jocuri, dansuri pentru a putea obține o mai mare implicare a elevilor în activitate, ce oferă o modalitate atractivă a lecțiilor.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: crearea unei lecții cât mai interesante, implicarea elevilor, utilizarea jocuri/dans astfel încât elevii să devină cât mai motivați și interesați de lecție. ● Obiectivele elevilor: elevii devin mai creativi, mai motivați și implicați. ● Activități propuse: ” Energizare și cultivarea stării de bine în rândul profesorilor și al elevilor” ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: 22 elevi -materiale: sala de clasa, laptop, TV
Planificarea activității	Profesorul le propune elevilor un alt tip de evaluare, utilizarea unui joc ce poate fi folosit în evaluarea și consolidarea cunoștințelor.
Monitorizarea progresului	Elevii vor putea să-și folosească din ce în ce mai mult atenția și spiritul competitiv, vor avea mult mai mult curaj și vor fi mult mai motivați în a-și însuși noile cunoștințe.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri sau chiar note pentru cei care s-au clasat pe primele locuri.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii își pot exprima atitudinea față de această activitate prin prezentarea unui emoji.
Resurse suplimentare	-

*Prof. Carmen Baciu,
Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VII a A

FIȘA ACTIVITĂȚII – Activități de energizare și dezvoltare a concentrării și atenției

Identificarea problemelor	Elevii prezintă un deficit de atenție, manifestă o oarecare timiditate și reținere în situațiile în care trebuie să lucreze în echipă sau în exprimarea opiniilor/argumentelor în cadrul activităților frontale.
Prezentarea temei nr. 6	Activități de energizare și dezvoltare a concentrării și atenției”
Redactarea proiectului	Scop: <ul style="list-style-type: none"> ● crearea unei stări de relaxare și eliberare de stres ● dezvoltarea atenției și a concentrării ● dezvoltarea spiritului de observație, dezvoltarea gândirii critice, stimularea creativității, încurajarea comunicării și a lucrului în echipă. Obiectivele elevilor: elevii devin mai încrezători în propriile forțe, devin mai implicați în bună desfășurare a orelor de istorie, lecțiile devin interactive. Activități propuse: Activități de energizare și dezvoltare a concentrării și atenției <ul style="list-style-type: none"> ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: 20 elevi, (+200) - materiale: curtea școlii
Planificarea activității	Elevilor li-se explică mai întâi modalitatea de lucru. Sunt organizați în grupe de 5 elevi, fiecare grupă primește un grup de 30-50 elevi colaboratori. Elevii apoi trebuie să găsească câte una sau două explicații imposibile. La final fiecare grupă își exprimă starea de bine.
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora la acest joc decide dacă este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul face aprecieri asupra celor mai originale sau a celor cu grad ridicat de dificultate răspunsuri oferite de elevi. Cele mai bune răspunsuri și argumente aduse de elevi pot fi notate cu note în catalog.
Evaluarea experienței	La finalul activității își elevii oferă un feedback jocului, exprimându-și părerea față de joc, sentimentele avute.
Resurse suplimentare	-

*Prof. Carmen Baciu,
Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VI a A

1. FIȘA ACTIVITĂȚII – Stabilirea unor bariere/limite sănătoase în mediul profesional (healthy boundaries)

Identificarea problemelor	Elevii au dificultăți de exprimarea liberă a părerilor și opiniilor, grupul clasei are nevoie de o coeziune mai bună.
Prezentarea temei nr. 7	Stabilirea unor bariere/limite sănătoase în mediul profesional (healthy boundaries)
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: stimularea creativității, dezvoltarea spiritului de observație, încurajarea comunicării și a lucrului în echipă. ● Obiectivele elevilor: elevii devin mai implicați, mai curajoși și participă activ la discuții Activități propuse: Stabilirea unor bariere/limite sănătoase în mediul profesional (healthy boundaries) <ul style="list-style-type: none"> ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: 20 elevi -materiale: laptop, tabletă.
Planificarea activității	Profesorul explică elevilor că le va pune un filmuleț, iar ei trebuie să imite ceea ce face persoana din filmuleț.
Monitorizarea progresului	Profesorul va vedea dacă elevii vor fi interesați să mai joace un astfel de joc, dacă devin mai atenți și colaborarea cu ai lor colegi este mult mai bună.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul poate stimula elevii prin acordarea unor puncte, a unor plusuri pentru cei care s-au dovedit a fi foarte atenți, implicați și colaborativi.
Evaluarea experienței	La final de activitate elevii pot desena diferite emojiuri pentru a-și arăta atitudinea față de utilizarea acestui joc la ore sau pot urmări fotografiile din timpul jocului care să le arate cât de atenți și implicați au fost.
Resurse suplimentare	-

Prof. Carmen Baci,
Școala Gimnazială Crucea, Lungani, jud. Iași

Teme abordate:

1. Identificarea cauzelor stres-ului și gestionarea sa
2. Activități de energizare și eliberare de stres
3. Stabilirea unor bariere/limite sănătoase în mediul profesional
4. Puterea feedback-ului pozitiv
5. Balanța temporală – Timp școlar vs Timp destinat relaxării
6. Semnele burnout-ului și modalități de combatere

Grup țintă: elevii clasei a VII-a B

FIȘA ACTIVITĂȚII – 1. Identificarea cauzelor stres-ului și gestionarea sa

Identificarea problemelor	<p>-Dificultățile întâmpinate la unele obiecte în efectuarea temelor, de înțelegere a materiilor respective, la teste, (de exemplu Matematică, Biologie, Limba română, și nu numai), teama de unele obiecte / profesori le provoacă elevilor un stres real, manifestat printr-un comportament neadecvat în clasă, agresivitate / pasivitate, anxietate și, uneori depresie și înstrăinare -factori care conduc la îndepărtarea elevului de școală,.</p> <p>- Modalitățile de gestionare și diminuarea stresului</p>
Prezentarea temei nr 1	Factorii din școală și din afara ei care provoacă stresul în rândul unor elevi
Redactarea proiectului	<p>Scopul lecției: Reducerea stresului în rândul elevilor</p> <p>Obiectivele elevilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să descrie / identifice situațiile și persoanele generatoare de stress din timpul orelor - să propună soluții pentru gestionarea acestor factori, elevii devin mai încrezători în propriile forțe, ies din monotonie, lecțiile devin interactive. <p>Activități propuse: a. brainstorming, prin care elevilor li se cere să identifice, fără rețineri, cu sinceritate ce anume le provoacă stările neplăcute de neliniște, teamă, insecuritate, etc. (le generează stres)</p> <p>Răspunsurile elevilor vizează anumite discipline, anumiți profesori, dificultăți în efectuarea temelor, neînțelegerea unor noțiuni la anumite obiecte, teama de teste și lucrări de control, teama de reacția părinților în situația unor rezultate proaste, negestionarea corespunzătoare a timpului, probleme sociale sau familiale, starea de sănătatea, starea financiară etc.</p>

	<p>A doua parte a activității este reprezentată de completarea unei fișe – pe o coloană vor scrie toți factorii provocatori de stres și pe cealaltă coloană factori / persoane care îi relaxează, le provoacă stări de bine, care le oferă energie și îi motivează.</p> <p>Resurse implicate</p> <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a VII-a B, profesorul - materiale: flipp-chart, marker, culori, fișe de lucru, notițe adezive, videoproiector
Planificarea activității	<p>Profesorul notează în stânga tablei întrebarea – Ce ne stresează? Copiii sunt rugați să asocieze răspunsuri acestei întrebări, raportându-se la toate aspectele generatoare de stres, atât în mediul școlar, cât și social și familial. Toate răspunsurile oferite de elevi vor fi notate în jurul întrebării; similar în dreapta tablei toate elementele care le provoacă starea de bine, care îi relaxează, care îi motivează</p> <p>O următoare etapă a activității este reprezentată de completarea unei fișe de lucru, cu două coloane, asemănătoare cu tabla ca cerințe, pe care elevii o vor completa individual. Fișa de lucru ia forma unui desen, în care sunt ipostaziate figuri umane care oferă și figuri umane care iau. Pentru fiecare simbol, elevii vor numi precis situații și persoane care pot fi atribuite celor două roluri. Scopul activității este cel de conștientizare a acestor aspecte de care depinde calitatea vieții, dar și de reflecție asupra modalităților de eliminare a factorilor cauzatori de stres.</p>
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora decide dacă jocul este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare a elevilor.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate a acestora decide dacă jocul este un instrument util pentru a stimula spiritul de observație și comunicare a elevilor.
Evaluarea experienței	Profesorul poate stimula elevii oferind acestora dreptul de a crea ei înșiși un nou joc utilizând alte noțiuni învățate
Resurse suplimentare	

*Prof. Dieaconu Petrică,
Școala Profesională Țibana, jud. Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VI a

FIȘA ACTIVITĂȚII – 2. Activități de energizare și eliberare de stres

Identificarea problemelor	- Realizarea unor mișcări corporale pentru eliberarea de stres - Efectuarea unor jocuri pentru dezvoltarea atenției și concentrării
Prezentarea temei nr. 2	Activități de energizare și dezvoltare a concentrării și atenției” – cu scopul de a aduce un plus de dinamism lecțiilor, de a deveni mai atractive elevilor, de a stimula creativitatea și gândirea critică.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: <ul style="list-style-type: none"> - crearea unei stări de relaxare și eliberare de stres - dezvoltarea spiritului de observație, dezvoltarea gândirii critice, stimularea creativității, încurajarea comunicării și a lucrului în echipă. • Obiectivele elevilor: grație eliberării de stres, elevii devin mai încrezători și implicați în bună desfășurare a orelor, participând cu plăcere • Activități propuse: Activități de energizare și dezvoltare a concentrării și atenției • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: 28 elevi, - materiale: sală sport, smartphon/laptop, boxe
Planificarea activității	Elevilor li-se solicită să meargă pentru 12 minute în sala de sport, să aleagă de comun acord o melodie (la telefon / laptop), și să danseze, timp de 3 minute fiecare pe ritmul și în modul său specific. O a doua procedură constă în câteva mișcări coordonate efectuate simultan de către elevi. La final elevii sunt chestionați dacă s-a instalat o stare de bine, o ”resetare a stării de spirit”
Monitorizarea progresului	Profesorul va observa atent elevii, iar în funcție de gradul de receptivitate și de rezultate această manieră de „de-stresare” va deveni un instrument util în viitor.
Măsurarea rezultatelor	Profesorul impactul acestor proceduri chestionând inclusiv prin feedback-ul furnizat de către profesorii cu care urmează să aibă ore elevii ulterior secvenței de relaxare.
Evaluarea experienței	La finalul activității își elevii oferă un feed-back-ul asupra activităților jocului, eventual venind cu noi propuneri de îmbunătățire.
Resurse suplimentare	-

Prof. Dieaconu Petrică, Școala Profesională Țibana, jud. Iași

Teme abordate în cadrul formării:

- Tema 1 – Ce ne stresează? Cum gestionăm stresul? Energy givers and energy takers
- Tema 2 – Balanța temporală – Timp școlar vs Timp destinat relaxării
- Tema 3 – Activități de energizare și eliberare de stres
- Tema 4 – Observatorul meu secret
- Tema 5 – Puterea feedback-ului pozitiv

Grup țintă: cadrele didactice din Colegiul Economic Administrativ

FIȘA ACTIVITĂȚII – Modalități practice de gestionare a stresului - CONSILIERE COLECTIVĂ

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - să definească cu propriile cuvinte termenul de stres - să identifice surse de stres cu care se confruntă elevii și profesorii în diferite situații - să diferențieze stresul bun/ eustresul de stresul acut/cronic conform informațiilor date - să identifice modalități practice de gestionare a situațiilor de stres
Prezentarea temei	<p>Suport teoretic:</p> <p>A avea suficient timp pentru autoîngrijire și bunăstare este foarte important pentru profesori: la urma urmei, cu cât se simt mai relaxați și mai echilibrați, cu atât mai eficient își pot implica și elevii! Și totuși, găsirea acestui timp poate fi dificilă, deoarece profesorii trebuie să își împartă energia între planificarea lecțiilor, corectarea lucrărilor și toate orele grele de predare - ca să nu mai vorbim de cerința și mai grea a sedințelor școlare!</p>
Redactarea proiectului	<p>Proiectul este elaborat cu sprijinul consilierului educativ din unitatea școlară și presupune efectuarea a patru tipuri de activități în grupuri mici de 7-8 profesori. Activitățile se pot realiza în sala de consiliere în timpul pauzelor din orarul școlii (ferestre).</p>
Planificarea activității	<p>1. Joc de spargere a gheții:</p> <p>Se cere profesorilor să își imagineze că nu există cuvântul stres în vocabular. Pornind de la aceasta realitate prezumtivă, trebuie ca profesorii să se gândească la cuvinte sau expresii pe care ar putea să le utilizeze pentru a exprima acest concept. Se notează conceptele propuse într-un ciorchine pentru a defini stresul, identificându-se componentele stresului: surse de stres, reacții la stres și modalități de adaptare la stres.</p> <p>2. Exerciții specifice etapei de consiliere:</p> <p>Se poartă o discuție cu profesorii pornind de la definiția stresului și ce înseamnă stresul pentru ei. Aceștia vor bifa variantele pe care le consideră corecte dintre următoarele variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> reacția pe care organismul o are în fața unei solicitări

- reacția care ne ajută să realizăm obiectivele dorite
- stare de tensiune puternică, fiziologică sau psihologică
- cauză a îmbolnăvirii organismului, are efecte negative în timp
- stare care produce modificări comportamentale
- expresie a stilului de viață a unei persoane
- stare a organismului, cu simptome ușor de recunoscut
- stare care duce la epuizarea resurselor fizice și mentale, dacă se manifestă o durată prelungită
- poate să apară în viața oricui
- nu are efecte semnificative, deoarece durează puțin

În funcție de răspunsuri, coordonatorul activității identifică tipul de stres cu care se confruntă fiecare profesor în parte: se vor explica tipurile de stres (pozitiv și negativ): eustres, stres acut și stres cronic.

3. Exercițiul de identificare a tipurilor de stres:

Urmează un exercițiu de identificare a surselor stresului după metoda **Energy givers – energy takers**. Se poate utiliza imaginea de mai jos:



4. Exercițiul de feedback:

Constă într-o aplicație cu exemple de situații stresante, iar profesorii le vor asocia situațiile cu tipurile de stres precizate:

Ne angrenăm la un proiect care ne place.

O experiență traumatică din copilărie.

Ne simțim stresați din cauza unui termen limită la școală sau la locul de muncă.

Probleme financiare.

Un job stresant cu multă responsabilitate.

Când participăm la un concurs.

Ne simțim stresați din cauza unui conflict.....

5. Exerciții simple de realizat în pauză:

- Office yoga;
- Stretching;
- Trucuri simple care implică mișcarea în viața de zi cu zi.

<p>Monitorizarea progresului</p>	<p>Realizarea unor progrese pe termen lung se face și prin însușirea de către cei implicați a unor rutine care să îmbunătățească activitatea zilnică. Acestea se vor realiza prin:</p> <p>Reducerea stresului bazată pe conștientizare (MBSR)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abordarea gândurilor, sentimentelor și comportamentelor inconștiente pentru a diminua stresul; - Meditația mindfulness; <p>Consolidarea rezilienței emoționale</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recunoașterea, etichetarea și înțelegerea emoțiilor; - Practicarea recunoaștinței, a perspectivei și a viziunii complexe; - Încrederea în sine, autocompătămirea și motivația; <p>Alimentația pentru perioadele de stres</p> <ul style="list-style-type: none"> - Înțelegerea diferitelor nevoi nutriționale în perioadele de stres; - Regimuri alimentare ideale pentru diferite tipuri de corp; - Gustări și prânzuri sănătoase pentru zilele aglomerate de școală. <p>Odihna și somnul în combaterea stresului:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cum ne influențează somnul sănătatea, memoria și funcțiile cognitive; - Sfaturi pentru o mai bună calitate a somnului; - Rutine și obiceiuri zilnice pentru un somn mai bun; - Cum să vă ajutați elevii să doarmă mai bine.
<p>Măsurarea rezultatelor</p>	<p>Rezultatele se evidențiază prin observarea sistematică a comportamentului celor consiliați, dar și aprecierea atmosferei din cancelarie, cabinetele de lucru, din sala de clasă. Ne așteptăm ca în urma activității profesorii să aprecieze împlinirea personală care rezultă din adoptarea unei mentalități de creștere, să dezvolte conștientizarea și abilitatea de a lua măsurători regulate ale stărilor personale de bunăstare și de a monitoriza narațiunea internă, să recunoască faptul că emoțiile pot fi gestionate și susținute prin activarea unui set de comportamente reziliente să împărtășească experiențele de bunăstare și reziliență prin crearea de analogii și povestiri, să dezvolte compasiune și empatie față de ei înșiși și față de ceilalți.</p>
<p>Evaluarea experienței</p>	<p>Exercițiu de evaluare a ședinței de consiliere: Se va proiecta un quizz cu întrebări cheie din activitatea de consiliere: https://wordwall.net/resource/29783055/gestionarea-stresului</p>
<p>Resurse suplimentare</p>	<p>Urmează un video https://www.youtube.com/watch?v=Wh5HyJ1rxzk în care sunt precizate câteva modalități practice de a gestiona stresul, urmând o discuție pe baza acestora.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Considerați aceste modalități eficiente? - Pe care le aplicați în viața de zi-cu-zi? <p>Credeți că stresul poate fi influențat de gândirea pozitivă sau negativă a unei persoane?</p>

Profesor Ilie Eliza, Inspectoratul Școlar Județean Iași

Teme abordate:

Tema 1 – Activități de relaționare în cadrul grupului-fișa ”**Copacul încrederii**”

Tema 2 – Activități de meditație în cadrul grupului cu privire la stres și nonstres – fișa „**Ploaia de gânduri**”

Tema 3 – Valorificarea propriilor atuuiri în profesie și în relațiile interumane

Tema 4 – Activități de energizare și eliberare de stres

Grup țintă: elevii clasei a VIII-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – COPACUL ÎNCREDERII

Identificarea problemelor	Identificarea cauzelor care provoacă încrederea scăzută în sine. Găsirea unor soluții pentru a avea mai multă încredere în tine
Prezentarea temei nr 1	<p>Ce este încrederea în sine? Dar stima de sine? Cum gestionăm nivelul scăzut al stimei de sine?</p> <p>Încrederea în sine reprezintă încrederea pe care o persoană o are în calitățile, capacitățile și judecățile sale. Ea se schimbă în funcție de provocările prin care trecem și este normal ca în anumite circumstanțe să ne simțim încrezători, ca atunci când conducem mașina după ce am mai făcut asta de o mie de ori, și în altele mai puțin încrezători, câteva exemple fiind prima întâlnire cu o persoana care ne place sau prima dată când încercăm un sport nou.</p> <p>Încrederea în sine nu este același lucru cu stima de sine, întrucât cea de-a doua se bazează pe credința unei persoane în propria valoare. Aceasta definiție generală prezintă două componente: capacitatea de a influența și a face față evenimentelor din viața noastră, alături de respectul purtat față de propria persoană. Respectul de sine se traduce în credința că merităm fericire, iubire și succes de-a lungul vieții.</p> <p><i>„Tot ceea ce ți se întâmplă este o oglindire a ceea ce crezi despre tine. Nu putem atrage mai mult decât credem că valorăm.”(Iyanla Vanzant)</i></p>
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Dezvoltarea stimei de sine în rândul elevilor • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să evalueze punctele tari și slabe, interesele, abilitățile personale ; - să demonstreze respect de sine ;

	<ul style="list-style-type: none"> - să cunoască consecințele unei stime de sine scăzute/negative ; - să cunoască mijloace de îmbunătățire a stimei de sine. • Activități propuse: Dezvoltarea atitudinii pozitive față de sine și față de alții, prin: <ul style="list-style-type: none"> - completarea responsabilă a unei analize , cu referire la propria persoană, prin completarea unui șablon al palmei fiecărui elev, urmând să treacă pe fiecare deget al palmei date referitoare la propria persoană. - respectarea opiniilor/preferințelor altor persoane; - acceptarea ideii de schimbare/depășire a propriilor probleme; <p>În prima parte a activității, se cere fiecărui elev să nominalizeze, 2-3 prieteni/prietene/colegi cu care are cele mai apropiate relații și 2-3 colegi/colege cu care are cele mai defectuoase relații (lipsă de comunicare, conflicte etc.). Fiecare elev completează șablonul, făcând referire la propria persoană: puncte tari sau calități care te recomandă, atuuri</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resurse implicate <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a VIII-a, profesorul - materiale: tablă, marker, culori, fișe de lucru, notițe adezive, panou plută, hârtie flipchart, hârtie colorată.
Planificarea activității	<p>Profesorul pregătește o discuție în prealabil cu elevii, prin care le solicită să mediteze la noțiunea de încredere, despre cum putem demonstra că suntem persoane de încredere. Pentru a ști să recunoaștem persoanele de încredere trebuie să învățăm ce este încrederea, neîncrederea, încrederea în sine.</p> <p>Următoarea etapă a activității este reprezentată de completarea unei fișe de lucru, intitulată Copacul încrederii, unde elevii vor trebui să realizeze completarea responsabilă a unei analize, cu referire la propria persoană, prin trasarea unui șablon al propriei palme, urmând ca pe fiecare deget al palmei să treacă date referitoare la propria persoană.</p> <p>Fiecare elev completează șablonul făcând referire la propria persoană.</p> <p>Puncte tari sau calități care te recomandă, atuuri: Exemple de puncte tari: nu fumez, sunt vesel, știu să-mi fac prieteni, mă acomodez repede la situații noi, etc</p> <p>Rămâne la latitudinea fiecăruia să evalueze ca fiind</p>

	<p>fidel sau nu șablonul, șablon care va fi plasat într-un copac desenat pe o foaie de flipchart.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Dacă într-o primă fază elevii au fost reticenți cu privire la acest subiect, ulterior au identificat cauzele încrederii scăzute în sine: neglijarea, separarea prelungită de părinți; abuzul emoțional sau fizic, întâmpinarea unor prejudecăți, discriminarea sau stigmatizarea.</p> <p>Pe măsură ce profesorul a adresat întrebări, elevii au devenit implicați și deschiși, au meditat și răspuns ajungând la următoarele concluzii, în ce privește stima de sine:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dacă avem nevoie să ne simțim încrezători, poziția corpului trebuie să trimită acest mesaj creierului. Picioarele pe pământ, corpul relaxat, postura deschisă și un zâmbet sunt ideale în acest proces. - activitățile fizice au efect puternic asupra încrederii de sine. (sportul regulat, dansul, cățărările și alte tipuri de activități intense, etc) - obiectivele propuse trebuie să ne fie foarte clare - trebuie să solicităm de fiecare dată ajutor specializat - obiective clare precum: <ul style="list-style-type: none"> - <i>Îmbracă-te astfel încât să-ți placă de tine!</i> - <i>Fii bun cu tine însuși!</i> - <i>Acordă-ți permisiunea de a fi în proces, asumă-ți riscuri și fă greșeli!</i>
Măsurarea rezultatelor	<p>Elevii au creat un brainstorming și au completat o fișă de activitate bazată pe tema discutată.</p>
Evaluarea experienței	<p>Rezultatul a fost mai mult decât satisfăcător, elevii devenind conștienți că:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dezvoltarea încrederii în sine necesită timp, precum și menținerea acesteia. Cu toții avem momente care ne provoacă încrederea, dar atunci când înțelegem sursele unui nivel sănătos de încredere în sine, putem să lucrăm întotdeauna la cultivarea acesteia în propria persoană, cât și în cei din jur - cu răbdare, dedicare și auto-cunoaștere, se poate naviga cu succes în această lume complexă și plină de provocări.
Resurse suplimentare	internet

*Profesor Rusu Rodica,
Școala Gimnazială nr.1 Domnița*

FIȘA ACTIVITĂȚII – PLOAIA DE GÂNDURI

Identificarea problemelor	Realizarea unor mișcări corporale pentru eliberarea de stres Efectuarea unor jocuri pentru dezvoltarea atenției și concentrării
Prezentarea temei nr 2	Activități de meditație în cadrul grupului cu privire la stres și nonstres
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: <ul style="list-style-type: none"> - Adoptarea atitudinilor pozitive față de sine și a unui stil de viață sănătos și echilibrat; - Relaționarea armonioasă cu ceilalți în contexte școlare și extrașcolare ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să identifice cel mai important factor de stres din viața lor în prezent - să-și însușească noțiunile de autoreglare și autocontrol; - să identifice cel puțin 5 metode de gestionare a situațiilor stresante. ● Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - Elevii vor primi fâșii de carton pe care vor fi invitați să scrie care este cel mai stresant lucru din viața lor în prezent. - Se va discuta, medita, la acele lucruri stresante și se vor găsi soluții pentru îndepărtarea stresului. Aceiași elevi vor completa alte fâșii de carton pe care vor trece, de această dată, soluția găsită pentru ceea ce îi stresează. - În prealabil o foaie de flipchart este delimitată în două părți: pe o parte se vor desena nori cu picături de ploaie (Gândirea negativă te face să te simți trist în legătură cu lumea, cu tine însuși, cu viitorul. Contribuie la o stimă de sine scăzută, te face să simți că nu ești eficient și suficient în lume) iar pe cealaltă jumătate o umbrelă care va opri picăturile de ploaie (acceptarea lucrurilor așa cum sunt și a realității). - Apoi vor veni pe rând la tablă și vor lipi acele fâșii de carton pe foaie de flipchart în dreptul imaginii care ilustrează cel mai bine felul în care se simt atunci când sunt stresați, respectiv când au găsit soluția nonstres și există o umbrelă specifică procesul vindecării, care constă în conștientizarea, exteriorizarea emoțiilor și rememorarea unor amintiri plăcute, cu scopul creării unei bune dispoziții și transmiterea unei energii pozitive . ● Resurse implicate

	<ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a VIII-a, profesorul - materiale: laptop, videoproiector, post-ituri, foaie flipchart, creioane colorate, marker
Planificarea activității	<p>Elevilor li se explică mai întâi modalitatea de lucru.</p> <p>În prima etapă vom avea o discuție cu elevii cu privire la întâmpinarea dificultăților, la faptul că se pot simți fără apărare, ca atunci când îi prinde ploaia fără umbrela.</p> <p>Situațiile în care se simt astfel pot fi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - când iau o nota mică, - atunci când nu înțeleg o lecție sau - când se ceartă cu un prieten. <p>Apoi, vom discuta despre gândurile care îi vin minte în momentele respective. De obicei, gândim irațional și pesimist atunci când ne lovim de un obstacol: <i>“Nu știu să fac asta!”</i>, <i>“Nu o să reușesc niciodată!”</i> etc.</p> <p>Dacă reușim să reformulăm aceste gânduri, este posibil să ne descurcăm mai bine în momentele de “vreme rea”.</p> <p>Elevii vor nota gândurile pesimiste, care-i stresează apoi le vor reformula și vor scrie gândurile pozitive sau optimiste. Aceștia primesc materialele necesare în vederea realizării obiectivului propus.</p> <p>Aranjează apoi în coloana fâșiile de carton pe care au scris gândurile pesimiste și desenează sau lipește picăturile de ploaie decupate. Atunci când suntem pesimiști, triști, furioși, nu putem găsi soluții pentru probleme, de aceea suntem lipsiți de apărare în fața lor. Sub umbrela plasează fâșiile de carton cu gândurile pozitive. Le vom explica faptul că gândirea pozitivă sau optimismul rațional ne protejează de stres, dar ne și ajută să găsim soluții și să continuăm să fim perseverenți.</p>
Monitorizarea progresului	Copiii și-au exprimat entuziasmul încă de la început, iar noutatea acestor activități le-a captat atenția.
Măsurarea rezultatelor	Elevii au creat un brainstorming și au completat o fișă de activitate bazată pe tema discutată.
Evaluarea experienței	Au descoperit cum pot avea mai multă încredere în propriile puteri și că fericirea este un drept pe care-l câștigă atunci când știu căile pe care să le urmezi. În plus, au râs, s-au simțit relaxați și au înfruntat cele mai haioase provocări
Resurse suplimentare	Internet

*Profesor Rusu Rodica,
Școala Gimnazială nr.1 Domnița*

FIȘA ACTIVITĂȚII – Valorificarea propriilor atuuiri în profesie și în relațiile interumane

Identificarea problemelor	interrelaționarea și intercunoașterea elevilor diminuarea tensiunilor și crearea unui climat afectiv pozitiv
Prezentarea temei nr. 3	Valorificarea propriilor atuuiri în profesie și în relațiile interumane
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: <ul style="list-style-type: none"> - Dezvoltarea interrelaționării și intercunoașterii copiilor - Construirea unor relații armonioase - Crearea unui climat afectiv pozitiv - Dezvoltarea încrederii în convingerile pozitive - Dezvoltarea abilităților de comunicare • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - dezvoltarea competențelor sociale, - formarea unor atitudini și comportamente optime pentru inițierea, menținerea și dezvoltarea relațiilor cu cei din jur prin jocul de intercunoaștere ”Fii pozitiv!” - realizarea, într-un mod creativ, a unui panou cu citate celebre despre încrederea în forțele proprii și împărtășirea unor gânduri pozitive • Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - Se propune elevilor un joc online de intercunoaștere care va ajuta elevii : <ul style="list-style-type: none"> - Să descrie propria persoană; - Să exploreze concepția de sine; - Să valorifice calitățile personale și ale grupului; - Să recunoască propria valoare și a altora; - Să definească propria unicitate și unicitatea altor persoane; - Să recunoască schimbările care s-au produs cu ei în timp; - Să examineze cercul lor de prieteni și relații; - Să respecte diferențele dintre membrii grupului. - Acest joc va permite copiilor posibilități de explorare a caracteristicilor personale și de exersare a diferitelor modalități de exprimare a personalității, va permite compararea cu alți copii pentru a descoperi propria individualitate și unicitate. - Se propune elevilor să caute, având ca sursă internetul , citate celebre cu referire la încrederea în forțele proprii



	<p>pe care să le scrie apoi pe post-ituri colorate, realizând astfel , într-un mod creativ , un panou , pe care să-l denumească.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resurse implicate - umane: elevii clasei a VIII -a, profesorul - materiale: laptop, videoproiector, panou plută, postit-uri colorate, creioane colorate.
Planificarea activității	<p>Elevilor li se explică mai întâi modalitatea de lucru. Elevii vor veni pe rând pentru a învăța virtual roata cu întrebări, întrebări la care aceștia vor trebui să răspundă . Gândirea pozitivă nu înseamnă ignorarea lucrurilor rele din viața noastră, însă, implică extragerea unor lucruri și perspective pozitive din situațiile neplăcute cu care ne confruntăm. Înseamnă să ne vedem pe noi înșine și pe cei din jurul nostru, precum și abilitățile noastre, într-o lumină pozitivă. La final elevii vor întocmi panoul cu citate celebre despre încrederea în forțele proprii.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Elevii și-au îndeplinit atribuțiile menționate. Profesorul va vedea dacă elevii vor fi interesați să mai joace un astfel de joc, dacă devin mai atenți, colaborarea cu ai lor colegi devenind mult mai bună. Activitatea a fost încununată de succes.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Elevii au realizat activitățile menționate într-un mod creativ, exprimându-și entuziasmul și interesul. Profesorul face aprecieri asupra celor mai originale sau a celor cu grad ridicat de dificultate răspunsuri oferite de elevi.</p>
Evaluarea experienței	<ul style="list-style-type: none"> - îmbunătățirea competențelor sociale - dezvoltarea stimei de sine - dezvoltarea capacităților cognitive precum atenția, limbajul, gândirea, memoria, creativitatea, imaginația. <p>Au învățat să capete încredere în ei înșiși, să-și descopere vulnerabilitățile, să dea deoparte unele traume pe care le-au dus cu ei. Au învățat să muncească împreună, să colaboreze și au văzut că este mult mai ușor să faci echipă decât să lucrezi individual ori să te plângi tot timpul că este greu.</p>
Resurse suplimentare	Internet


*Profesor Rusu Rodica,
Școala Gimnazială nr.1 Domnița*

Teme abordate:

- Tema 1 – Ce ne stresează? Cum gestionăm stresul? Energy givers and energy takers
- Tema 2 – Balanța temporală – Timp școlar vs Timp destinat relaxării
- Tema 3 – Activități de energizare și eliberare de stres
- Tema 4 – Observatorul meu secret
- Tema 5 – Puterea feedback-ului pozitiv

Grup țintă: elevii clasei a V-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – Energy givers and energy takers

Identificarea problemelor	Identificarea factorilor care provoacă stres Găsirea unor soluții pentru gestionarea stresului și diminuarea acestor factori
Prezentarea temei nr 1	Ce ne stresează? Cum gestionăm stresul? Energy givers and energy takers
<p>Redactarea proiectului</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: reducerea stresului în rândul elevilor • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să identifice factorii de stres - să propună soluții pentru gestionarea acestor factori - să numească situațiile și persoanele generatoare de stres • Activități propuse: O primă activitate este reprezentată de un brainstorming, prin care elevilor li se cere să asocieze o serie de idei/ concepte noțiunii de stres. Astfel, aceștia meditează la factorii care le generează stres și devin conștienți de prezența acestora în viața lor. Printre răspunsurile oferite de elevi se numără – anumite materii, negestionarea corespunzătoare a timpului, efectuarea temelor, testele, probleme sociale sau familiale, instabilitatea la nivel global, iminența anumitor catastrofe, pandemia, starea de sănătatea, starea financiară etc. • A doua parte a activității este reprezentată de completarea unei fișe – <i>Energy givers and energy takers</i>, care le oferă posibilitatea copiilor de a medita și a numi precis persoane sau situații din viață care le-au provocat, de-a lungul timpului, stres, dar și precizarea acelor aspecte care le oferă energie și îi motivează. • Resurse implicate

FIȘA ACTIVITĂȚII – Energizare și eliberare de stres

Identificarea problemelor	Realizarea unor mișcări corporale pentru eliberarea de stres Efectuarea unor jocuri pentru dezvoltarea atenției și concentrării
Prezentarea temei nr 3	Activități de energizare și eliberare de stres
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: crearea unei stări de relaxare și eliberare de stres, dezvoltarea atenției și a concentrării • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să realizeze mișcări corporale pe un fundal muzical - să își dezvolte atenția și concentrarea - să memoreze mișcările corespunzătoare cifrelor enunțate de profesor • Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - efectuarea unor mișcări energice a brațelor și picioarelor, pe un fundal muzical corespunzător, Această activitate are drept scop eliberarea de stres, prin diminuarea cortizolului, corespunzător acestor stări. - joculeț menit a dezvolta concentrarea și atenția elevilor, activitate care poate fi realizată la începutul orelor de curs, pentru a-i dezmoți pe copii și a crea un mediu prielnic învățării. - joculeț care constă în asocierea unor mișcări corespunzătoare numerelor de la 1 la 10, obiectivul fiind același, mai precis dezvoltarea atenției. • Resurse implicate <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a V-a, profesorul - materiale: laptop, boxă.
Planificarea activității	<p>Profesorul pregătește în prealabil melodiile destinate efectuării joculețelor, melodii antrenante, care să contribuie la optimizarea stării de spirit a elevilor.</p> <p>În vederea realizării primei activități, profesorul le explică copiilor obiectivul urmărit, eliberarea de stres prin mișcări corporale. Acesta pornește muzica și le arată elevilor mișcările pe care trebuie să le efectueze, urmând ca aceștia să le repete.</p> <p>Joculețul ulterior debutează prin explicarea de către profesor a regulilor urmărite. Activitatea presupune</p>

	<p>raportarea la două roluri – copacul și pădurarii, adică cei care taie copacul. Elevul aflat în primul rol trebuie să dea mai departe unui alt elev rolul, imaginându-și ca aruncă cu brațele o minge invizibilă, fiind încurajat să efectueze un strigăt, menit a-l detensiona și a crea o bună dispoziție. Cel care ulterior preia acest rol, trebuie să ridice brațele și să le mențină în această poziție, iar copiii aflați în dreapta și în stânga sa să mimeze o lovitură a copacului. În urma loviturii, rolul copacului va fi transmis mai departe. Cu cât învață mai repede, cu atât mișcările devin mai rapide și mai antrenante, iar atenția și concentrarea elevilor vor fi din ce în ce mai solicitate. Dacă aceștia nu sunt suficient de atenți, vor fi eliminați din joc.</p> <p>Ultima activitate presupune propunerea unor mișcări/gesturi de către profesor, corespunzătoare fiecărui număr de la 1 la 10. Gesturile pot consta într-un salt, o bătaie din palme, din picior, învârtire, îmbrățișare cu colegul din dreapta sa. Elevii trebuie să memoreze pe rând aceste mișcări și să le execute la indicarea numărului corespunzător.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Activitatea s-a desfășurat pe parcursul a două săptămâni, de obicei în partea incipientă a unor lecții normale de predare, în vederea energizării elevilor și dezvoltării atenției acestora, creându-se un mediu propice de învățare. Pe măsură ce au reținut regulile jocurilor și au memorat mișcările, activitățile au devenit facile și și-au atins scopul stabilit.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Elevii au creat un brainstorming și au completat o fișă de activitate bazată pe tema discutată.</p>
Evaluarea experienței	<p>Elevii au redat mișcările demonstrate, au asimilat regulile și și-au dezvoltat atenția și concentrarea într-un mod ludic și distractiv.</p>
Resurse suplimentare	<p>Melodii de pe youtube.</p>

*Profesor Ticu Ana Maria,
Școala Gimnazială Poiana*

FIȘA ACTIVITĂȚII – Observatorul meu secret

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - interrelaționarea și intercunoașterea elevilor - diminuarea tensiunilor și crearea unui climat afectiv pozitiv
Prezentarea temei nr 4	Observatorul meu secret
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Dezvoltarea interrelaționării și intercunoașterii copiilor <ul style="list-style-type: none"> - Construirea unor relații armonioase - Crearea unui climat afectiv pozitiv - Dezvoltarea sensibilității copiilor și a spiritului de observație - Dezvoltarea abilităților de comunicare • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să urmărească timp de o săptămână un coleg, în timpul activităților școlare, dar și pe durata pauzelor - să observe comportamentul colegului și trăsăturile morale ale acestuia - să realizeze, într-un mod creativ, o descriere a acestuia și să- împărtășească gânduri pozitive • Activități propuse: <p>Activitatea propusă are un caracter de mister, prin faptul că identitatea observatorului rămâne secretă pe perioada activității, motiv pentru care este denumită <i>Observatorul meu secret</i>. Aceasta constă în atribuirea unui observator fiecărui elev, urmărirea acestuia pe o perioadă selectată de profesor, în acord cu elevii și realizarea unei descrieri pozitive, menite a crea o stare armonioasă, a încuraja elevii și a-i determina să vadă părțile bune ale celorlalți.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resurse implicate <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a V-a, profesorul - materiale: felicitări, culori.
Planificarea activității	<p>Profesorul le propune elevilor realizarea acestei activități, stabilind împreună cu aceștia perioada de observație. Acesta pregătește în prealabil bilețelele cu numele elevilor și îi oferă fiecăruia unul, având în vedere și tipul de relație între aceștia. Activitatea presupune cunoașterea colectivului de elevi de către profesor, pentru a împărți corespunzător bilețelele, în vederea unei mai bune</p>

	<p>relaționări și cunoașteri în cadrul clasei de elevi.</p> <p>Elevilor li se va explica faptul că trebuie să își observe colegul și să se concentreze pe aspectele pozitive pe care le vor descoperi la aceștia. La finalul perioadei stabilite, copiii vor prezenta descrierea realizată persoanei în cauză, care poate lua forma unei felicitări sau unei scurte compuneri, însoțită chiar și de un desen. Copiii sunt încurajați să-și folosească creativitatea.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Activitatea s-a desfășurat pe parcursul unei săptămâni, aceasta fiind perioada stabilită. Pe parcursul acestor zile, elevii au îndeplinit atribuțiile menționate, urmărindu-și cu atenție colegii. La final, copiii și-au împărtășit impresiile, au citit descrierile, s-au încurajat reciproc, s-au emoționat și și-a exprimat sentimentele, depășind barierele unei comunicări superficiale și a unor relații distanțate. Activitatea a fost încununată de succes.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Elevii au realizat descrierile menționate într-un mod creativ și și-au exprimat entuziasmul și interesul.</p>
Evaluarea experienței	<p>Copiii și-au dezvoltat spiritul de observație, atenția și concentrarea, au depășit barierele unei cunoașteri limitate, și-au dezvoltat inteligența emoțională și și-a exprimat sentimentele față de ceilalți din jurul lor.</p>
Resurse suplimentare	<p>Clipuri de pe youtube.</p>

Profesor Ticu Ana Maria,
Școala Gimnazială Poiana



Curs 4 - Reggio Emilia- The Educational Approach For Pre-School/ Abordarea educațională pentru învățământul preșcolar

Obiectiv specific: crearea unui mediu educațional conform abordării Reggio Emilia, sprijinirea învățării la copii în mediu natural, îndepărtarea barierelor existente în dezvoltarea copilului.

Furnizor de curs: Blue Core International Academy

Perioada: 24 – 28/04/2023

Locatia: Spinea - Venice/ Italia



Teme abordate:

1. Abordarea Reggio Emilia- concept, caracteristici;
2. Rolul mediului in filosofia Reggio Emilia;
3. Materiale folosite în activități;
4. Rolul profesorului în abordarea Reggio Emilia

Grup țintă: elevii clasei a IV a ai Școlii Gimnaziale Poiana

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”INCURSIUNE ÎN SPAȚIU”

Identificarea problemelor	- relațiile dintre corpuri, fenomene, procese; - relațiile dintre planete, Soare, Lună, stele, etc;
Prezentarea temei nr. 4	Rolul profesorului în abordarea Reggio Emilia
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: îmbogățirea cunoștințelor despre Sistemul Solar și formarea acestuia, investigarea spațiului urmând interesele elevilor, îmbogățirea vocabularului științific; ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> -să exploreze spațiul utilizând diverse suporturi vizuale: cărți, atlase, machete, filme etc; -să realizeze reprezentări plastice ale Sistemului solar utilizând diverse materiale; -să investigheze și să sintetizeze informații despre Soare, Lună, Pământ, stele; -să creeze cvintete pornind de la cuvintele cheie ale activității. ● Activități propuse: „Observ, mă întreb!”- explorarea Sistemului solar utilizând diverse suporturi, notarea unor întrebări, crearea de hărți mentale, activitate practică - „Cum se formează craterele pe lună”, modelaj - „Sistemul Solar, crearea de cvintete, activitate joc și mișcare - „Facem pași pe Lună și calculăm”, activitate practică – ”Creăm constelații / Nave spațiale” utilizând materiale reciclabile; ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a IV-a, cadrul didactic; - materiale: cărți, atlase, glob pământesc, macheta; Sistemul solar, plastilină, acuarele, făină, coli hartie, fișe de lucru.
Planificarea activității	<p>Am amenajat în prealabil câteva zone în clasa unde elevii erau invitați să exploreze Sistemul Solar, să noteze curiozități și să adreseze întrebări.</p> <p>-Pornind de la întrebările lor i-am ghidat, așa cum se obișnuiește în abordarea Reggio Emilia, să descopere răspunsurile. Am folosit machete, cărți, atlase și filmulețe de pe youtube.</p>

	<p>-Elevii au realizat, în echipe mici (3-4 elevi), hărți mentale pornind de la cuvintele Soare, Lună, Planete;</p> <p>- Activitate practică - „Cum au luat naștere craterile de pe Lună?”. Utilizând plastilina, au creat Luna apoi au folosit pietre pentru a realiza craterile. Apoi, elevii au utilizat făină amestecată cu acuarela de culoare albă pentru a crea Luna și au realizat craterile folosind capace de la sticle.</p> <p>- Activitate de mișcare: „Facem pași pe Lună și calculăm”. Elevii au aflat că pe Lună ar sări de 6 ori mai departe decât aici pe Pământ. Au sărit, au măsurat apoi au calculat echivalentul pașilor pe Lună.</p> <p>- În „Coțul scriitorilor”, elevii au creat cvintete pornind de la cuvintele cheie.</p> <p>- Activitate practică - modelaj „Sistemul Solar”, lucrare din materiale reciclabile „Nava spațială”.</p>
<p>Monitorizarea progresului</p>	<p>Activitatea s-a desfășurat pe parcursul a două săptămâni, în cadrul orelor de Științe ale naturii, ținând cont de interesul crescut al elevilor față de aceste conținuturi. Am pornit de la reflecțiile și curiozitățile acestora și am explorat subiectul utilizând mai multe surse de informare.</p>
<p>Măsurarea rezultatelor</p>	<p>Elevii au creat hărți mentale în care au sintetizat informațiile aflate, au creat cvintete pornind de la cuvintele cheie ale activității, au realizat lucrări plastice (desene, modelaj) ilustrând tema.</p>
<p>Evaluarea experienței</p>	<p>Activitatea s-a bucurat de interesul elevilor, aceștia au investigat în profunzime, au notat curiozități, au pus întrebări și au participat activ.</p>
<p>Resurse suplimentare</p> 	<p>Filmulete youtube - Sistemul nostrum solar, postere, prezentare PPT.</p>

*Prof. Acșinte Miluta,
Școala Gimnazială Poiana*

Teme abordate:

- Tema 1: Abordarea Reggio Emilia- concept, caracteristici;
- Tema 2: Rolul mediului în filosofia Reggio Emilia;
- Tema 3: Materiale folosite în activități;
- Tema 4: Rolul profesorului în abordarea Reggio Emilia.

Grup țintă: elevii clasei pregătitoare - Școala Gimnazială Crucea, com. Lungani

FIȘA ACTIVITĂȚII – „Introducere în jocul de RUGBY-TAG”

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - Ce este jocul de Rugby-Tag? - Care sunt sursele pe care le pot accesa cu ușurință să mă informez cu privire la jocul de Rugby-Tag? - De ce am nevoie pentru a juca acest joc? <p>Ce îl diferențiază față de celelalte jocuri sportive?</p>
Prezentarea temei nr. 4	Rolul profesorului în abordarea Reggio Emilia
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: Dezvoltarea abilității de a transpune la nivel practic a unor noțiuni teoretice specifice educației fizice și sportului. ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să precizeze surse pe care le pot accesa pentru a se informa; - să cunoască regulamentul jocului de Rugby-Tag; - să urmărească/ vizioneze filmulețe/imagini și să identifice elementele din jocul de Rugby-Tag - să coreleze elementele identificate cu regulamentul de desfășurare a jocului de Rugby-Tag; - să-și lege centura de Rugby-tag și tag-urile conform regulamentului de joc - să găsească diferențe între sporturile pe care le cunosc deja și jocul de Rugby-Tag; ● Activități propuse: „Întrebă și află”, „Vizionăm și ne informăm”, Regulamentul jocului de Rugby- tag, „Hai în echipă!”: ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: elevii clasei pregătitoare A, cadrul didactic; -materiale: Laptop, TV, cretă, mingi de rugby, centuri cu tag-uri;

<p>Planificarea activității</p>	<p>Am conectat laptopul la televizorul din clasă și am verificat conexiunea la internet, necesară ulterior în activitatea planificată. Am așezat pe catedră cutia cu parte din materialele necesare în jocul de Rugby-Tag (mingi, centuri cu tag-uri).</p> <p>Activitatea a debutat cu „Întrebă și află” având ca tematică jocul de Rugby-Tag. Le-am explicat ce presupune acest „joculeț”, mai exact, că fiecare dintre noi poate adresa întrebări și oricine poate răspunde, poate corecta sau confirma un anumit răspuns. Prima întrebare a fost lansată de către profesor „Ce este jocul de Rugby-Tag?”, după care elevii au dat răspunsuri și au adresat la rândul lor diverse întrebări, timp în care profesorul a fost cel care a ghidat, așa cum se obișnuiește în abordarea Reggio Emilia, fără a primi răspunsuri exacte, concrete, lăsându-i pe elevi să-și răspundă în măsura în care au știut, dar și să rămână întrebări deschise la care, pe parcursul activității, și-au putut răspunde parțial sau total.</p> <p>După această sesiune de întrebări și răspunsuri, profesorul a lansat o a doua întrebare „ Ce surse putem accesa pentru a ne informa în legătură cu jocul de Rugby-tag? La ce putem apela?”. Elevii au răspuns că cel mai la îndemână este să verificăm pe internet, fie de pe laptop sau de pe un telefon și acolo găsim mai multe informații. Doar câțiva elevi au răspuns că putem apela la profesorul de educație fizică, la cărți sau la alți oameni „pricepuți”.</p> <p>Astfel, am pus în aplicare și am accesat motorul de căutare de pe internet (Google) și am vizualizat câteva filmulețe, câteva imagini și am dat citire regulamentului de joc pentru a aduna cât mai multe detalii despre acest joc sportiv.</p> <p>Pe parcursul derulării filmulețelor, elevii au identificat echipamentul, suprafața de joc/terenul, componența echipei (mixtă, 5-7 jucători) în jocul de Rugby-Tag ș.a., după care profesorul a dat citire regulamentului care a fost însoțit și de imagini sugestive. Elevii au fost împărțiți în două grupe și au fost invitați să ia din cutie câte o minge de rugby și câte o centură și tag-uri, atâtea cât se pot așeza pe o centură. Aceștia au adus la băncile lor câte o minge, o centură și două tag-uri neezitând niciunul dintre ei cu privire la numărul de tag-uri.</p>
---------------------------------	--

	<p>În continuare, profesorul a lansat provocarea „Hai echipă!”. Acest joc a presupus lansarea de întrebări din partea profesorului către elevi, iar cei care răspundeau corect ieșeau în fața clasei, alături de profesor pentru a simula o echipă de joc. De asemenea, dacă unul dintre elevi răspundea parțial corect, acesta putea primi o altă întrebare ajutătoare sau putea apela la ajutorul unui alt coleg din clasă. Prin acest joc, elevii și-au răspuns și la întrebările rămase deschise anterior, dar și profesorul a putut verifica multitudinea informațiilor pe care aceștia le-au primit în cadrul activității sau pe care le știau deja.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Activitatea s-a desfășurat la ora de Educație fizică și sport și a depășit timpul alocat de 45-50 minute, ajungându-se la 90 de minute, progresul fiind urmărit pe parcursul unei luni de zile, perioadă în care elevii clasei au avut inițierea în jocul de Rugby-Tag la Clubul sportivilor, un proiect desfășurat în școală și din care aceștia fac parte.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>În cadrul activităților de la Clubul sportivilor, elevii au fost permanent întrebați pe parcursul activităților desfășurate (2 ore/zi/săptămână) despre materialele necesare, componența echipei de Rugby-Tag, parte din regulamentul de joc.</p> <p>Elevii si-au așezat singuri centurile și tag-urile corespunzător, s-au ajutat, corectându-se sau efectuând demonstrații suplimentare pentru colegi în vederea realizării corecte a paselor cu balonul de rugby, priza mâinilor pe minge înainte de aruncare, poziționarea în teren ș.a., identificând și verbalizând chiar și în timpul jocului greșeli de execuție, încălcarea regulamentului etc.</p>
Evaluarea experienței	<p>Activitatea s-a desfășurat conform așteptărilor tuturor. Deși jocul de Rugby-Tag nu era atât de cunoscut precum Fotbalul sau alt sport. Elevii au participat cu mare interes și au fost extrem de receptivi și „captivați” pe tot parcursul activității.</p>
Resurse suplimentare	<p>Filme youtube, reprezentări grafice pe tablă realizate cu creta, imagini, mingi de rugby și century cu tag-uri.</p>

*Prof. Bant Mihaela,
Școala Gimnazială Crucea*

Grup țintă: elevii de gimnaziu ai Colegiului Național Iași

FIȘA ACTIVITĂȚII – "Respect, colegialitate și cooperare"

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - Ce înseamnă respectul și colegialitatea? - Cât de importantă este munca în echipă pentru tine? <p>Ce lecții învățăm din mediul în care trăim?</p>
Prezentarea temei nr. 4	Rolul mediului în filosofia Reggio Emilia
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: Promovarea respectului, a colegialității și încurajarea copiilor de a se ajuta reciproc ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să înțeleagă semnificația respectului și a colegialității, a responsabilității și a calității de lider; - să conștientizeze rolul comportamentelor care presupun cooperare în stabilirea relațiilor dintr-un colectiv; - să-și îmbunătățească abilitățile interpersonale (mai ales cele sociale și emoționale) precum și competențele lingvistice; - să promoveze și să folosească feedback-ul apreciativ atunci când evaluează activitatea colegilor; să-și dezvolte empatia prin cooperare și printr-o bună înțelegere reciprocă. <p>Strategii:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Metode și procedee: activitatea outdoor, vizite la muzee, explicația, conversația, documentarea, problematizarea, jocul de rol, atelier de creație. ▪ Mijloace: fișa de prezentare, carioci, markere, pixuri, foi de carton. ▪ Forme de organizare a activității: frontal, individual, în echipe. <p>Metode de evaluare a activității: observația sistematică și feedback-ul elevilor oferit la finalul activității.</p>
Planificarea și desfășurarea activității	<p>Moment organizatoric- Pregătirea documentelor și a materialelor necesare desfășurării în condiții optime a activității.</p> <p>Captarea și orientarea atenției – Înainte de vizitarea cetății domnești de la Suceava li se cere elevilor să își imagineze că fac parte din oamenii de la curtea lui Ștefan cel Mare și să ne spună apoi ce roluri ar fi avut în acel timp.</p>

	<p>Anunțarea temei activității și a obiectivelor: elevii sunt anunțați că vor vizita cetatea și vor avea apoi (peste 2-3 ore) o activitate de tip atelier de creație. Vor primi informații despre diferitele funcții dregătorești de pe vremea lui Ștefan cel Mare, perioada medievală a Moldovei, apoi își vor alege un rol și pe parcursul vizitei vor face fotografii, se vor informa cu privire la funcția pe care și-au ales-o. Peste câteva ore își vor crea un blazon și o deviză, un motto pe care le vor prezenta în fața colegilor, înainte de a merge spre focul de tabără.</p> <p>Desfășurarea activității</p> <p>a. <i>Dregătorii la curtea lui Ștefan cel Mare</i> – elevii primesc fișa în care sunt prezentate schematic principalele funcții dregătorești în vremea lui Ștefan cel Mare și își aleg o rol pe care îl consideră potrivit. (Anexa 1)</p> <p>b. <i>Vizită la Cetatea de Scaun a Sucevei</i> – pe parcursul vizitei, elevii ascultă explicațiile ghidului, citesc informațiile oferite de muzeu și fotografiază aspecte semnificative pentru rolul pe care și l-au asumat.</p> <p>c. <i>Atelier de creație</i>- pe parcursul unei ore, lucrând în echipe, elevii se documentează asupra dregătoriei pe care o reprezintă, stabilesc elementele pe care le consideră semnificative, desenează un blazon al funcției lor, își aleg o deviză și pregătesc o prezentare de 3-5 minute a rezultatului muncii lor.</p> <p>- <i>Împreună suntem Oamenii Măriei Sale</i> – elevii prezintă rezultatele muncii în echipă, oferind explicații, evidențiind anumite simboluri pe care le-au ales, precum și modul în care au asociat imaginea cu textul.</p>
Monitorizarea progresului	Activitatea s-a desfășurat etapizat, pe parcursul a 48 de ore, în timpul unei excursii, constituindu-se într-o abordare interdisciplinară, valorificând informațiile oferite de mediul observat, aptitudinile elevilor și pasiunile acestora, fiind un punct de plecare pentru activități colaborative, adaptate nevoilor autentice ale elevilor, promovând înțelegerea, empatia, colegialitatea.
Măsurarea rezultatelor	Elevii au fost provocați să se documenteze și să creeze materiale de prezentare expuse în forme originale și diverse în secvența finală a demersului educativ. La finalul activității, fiecare elev menționează cel puțin 3

	<p>produse care l-au impresionat oferind argumente pentru alegerile făcute, referitoare la talentul artistic, capacitatea de a fi concis și cuprinzător, competențele discursive, capacitatea de a alege un motto elocvent etc.</p>
Evaluarea experienței	<p>Metode de evaluare a activității: observația sistematică și feedback-ul elevilor, interevaluarea, realizate la finalul activității.</p>
Resurse suplimentare	<p>Anexa Dregători de la curtea lui Ștefan cel Mare</p> <p>Vornicul – la origine era conducătorul Curții domnești, devenind apoi șeful justiției; avea și atribuție militară: comanda armata în lipsa domnului</p> <p>Logofătul – era șeful cancelariei domnești. Redacta hotărârile luate de domn și Sfatul său punând pecetea domnească peste aceste acte denumite hrisoave sau porunci domnești.</p> <p>Vistierul - numit în documente vistiernic administra finanțele țării.</p> <p>Spătarul – purta spada domnului în timpul ceremoniilor, acesta fiind simbolul puterii sale militare; comanda asupra cavaleriei.</p> <p>Pârcălab – mai marii pe ținuturi sau orașe de anumită însemnătate — un fel de prefecți, deținând, totodată, și funcțiile de căpitan și judecător al ținutului.</p> <p>Armașul – ducea la îndeplinire pedepsele (chiar capitale) date de domn.</p> <p>Portarul – se ocupă de hotărnicii și primirea solilor.</p> <p>Hatmanul – avea atribuții militare.</p> <p>Medelnicerul – turna apă domnului pentru a-și spăla mâinile la masă, punea sarea în mâncare.</p> <p>Paharnicul – cel ce dă vinul la masa domnească. Acest dregător avea grijă nu numai de servirea băuturilor, ci și de viile de la Cotnari.</p> <p>Pivnicerul - avea în grijă viile și pivnițele domnești.</p> <p>Stolnicul – se ocupa de masa voievodului și de servirea acesteia la ospetele domnești, de aprovizionarea cu alimente, inclusiv pește.</p> <p>Postelnicul – avea grijă de camera domnitorului. Cu vremea a primit și sarcina de a-i introduce la domn pe cei veniți în audiență, mai ales pe solii statelor străine.</p> <p>Clucerul – purta cheile de la magaziile domnești, unde se</p>



	<p>păstrau proviziile.</p> <p>Jitnicerul - era responsabil de magaziiile cu grâne.</p> <p>Pitarul – pregătea pâinea pentru domn, slujitori sau corpurile de oaste cu tain (rație) zilnică de pâine.</p> <p>Slugerul – era însărcinat cu aprovizionarea și distribuirea rațiilor de carne.</p> <p>Comisul – avea grijă de grajdurile, caii domnului ocupându-se și cu aprovizionarea cu fân.</p>
--	---

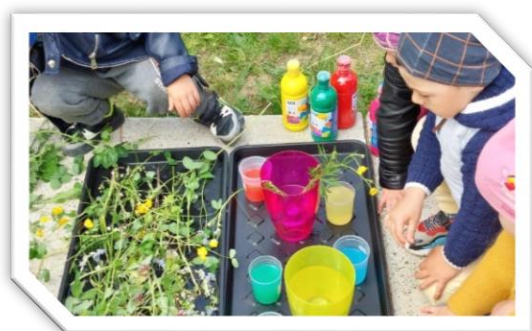
Prof. Antonina Bliorț
Colegiul Național Iași/Inspectoratul Școlar Județean Iași

Teme abordate:

- Tema 1: Abordarea Reggio Emilia- concept, caracteristici;
- Tema 2: Rolul mediului în filosofia Reggio Emilia;
- Tema 3: Materiale folosite în activități;
- Tema 4: Rolul profesorului în abordarea Reggio Emilia

Grup țintă: preșcolari, Școala Gimnazială Scobinți

FIȘA ACTIVITĂȚII – „MAGIA CULORILOR DE PRIMĂVARĂ”




Identificarea problemelor	Antrenarea atenției și a concentrării Menținerea stării de sănătate fizică și emoțională
Prezentarea temei nr.2	Rolul mediului în filosofia Reggio Emilia
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: Stimularea gândirii creatoare, a imaginației și inteligenței prin intermediul activităților propuse și cultivarea intereselor, a deprinderilor și încrederii în forțele proprii ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să formeze grupe cu plante de aceeași specie; - să recunoască unele specii de flori; - să recunoască culorile; - să aranjeze materialul(florile) corect încadrându-se în spațiul oferit; - să manifeste interes și entuziasm față de activitățile propuse; - să-și dezvolte simțul estetic; ● Activități propuse: „Culegem flori din curtea grădiniței!” „Colorăm apa” „Aranjăm florile în vasele cu apă colorată” ● Resurse implicate:

	<p>- umane: preșcolari</p> <p>- materiale: flori, culori lichide, apă, vase pentru apă, lingurițe din plastic, pensoane, tăvițe din plastic.</p>
Planificarea activității	<p>Amenajarea spațiului potrivit pentru desfășurarea activității ce va trezi interesul de explorare al preșcolarilor.</p> <p>Pornind de la observarea curții exterioare a grădiniței am trezit curiozitatea copiilor pentru florile înflorite în spațiul verde.</p> <p>Preșcolarii au venit cu ideea de a culege un buchet de flori de diferite culori și specii.</p> <p>Pentru a dezvolta interesul am pregătit culori lichide, diferite vase cu apă, tăvițe din plastic.</p> <p>Toată activitatea s-a desfășurat afară în curtea grădiniței.</p> <p>Pentru început am urmărit tabloul unei flori în diferite contexte, în cazul nostru aceeași floare în vase cu apă de culoare diferită.</p> <p>Apoi au aranjat în aceste vase flori, au numărat florile astfel încât să nu fie același număr de flori în fiecare vas. Au avut grijă să fie buchetele cât mai colorate și diversificate.</p>
Monitorizarea progresului	Activitatea s-a desfășurat pe parcursul unei zile, ținând cont de interesul copiilor
Măsurarea rezultatelor	Având în vedere că spațiul educațional este în natură, experiența de învățare este, nu numai pozitivă, dar și bogată în beneficii. Au pus întrebări, au participat activ și cu entuziasm. Preșcolarii au creat lucrări deosebite, și-au antrenat atenția și concentrarea, au înțeles frumusețea naturii ce ne înconjoară.
Evaluarea experienței	Împreună vom realiza evaluarea activității. Voi face aprecieri asupra modului în care au lucrat. Pentru felul în care au participat la activități vor primi un fluturaș drept recompensă.
Resurse suplimentare	Cărți cu diferite specii de plante, „Povestea florilor de Primăvară”

*Prof. Înv. Preșc. Bulgaru Agnesa,
Școala Gimnazială Scobinți*

Grup țintă: elevii clasei I

FIȘA ACTIVITĂȚII – LUMEA INSECTELOR


<p>Identificarea problemelor</p>	<p>Dezvoltarea interesului pentru lumea micilor viețuitoare – INSECTE.</p> <p>Cultivarea unor trăsături pozitive de voință și caracter.</p> <p>Manifestarea unor trăiri pozitive (satisfacție) ca urmare a îndeplinirii unor cerințe individuale și în echipă.</p>
<p>Redactarea proiectului</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Stimularea curiozității pentru investigarea mediului înconjurător, în vederea cunoașterii unor elemente componente ale acestuia - INSECTE. • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să descopere caracteristici ale vieții insectelor (mediul, modul de viață); - să recunoască unele specii de insecte; - să enumere părțile componente ale corpului insectelor (cap, torace, abdomen, aripi). - să utilizeze tehnici de lucru și materiale specifice activităților estetice; - să aprecieze frumosul în lucrările proprii și în arta în general; - să exprime verbal ceea ce au lucrat, folosind cuvinte și expresii specifice. • Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - "Din tainele insectelor" – observare; - Vizionare filmulete și PPT-uri; - "În lumea insectelor" – observare; - Vizită în curtea școlii și în pădurea limitrofă; - "Insecte"- pictură pe pietre; - Arte vizuale și abilități practice (elemente de limbaj plastic - pata de culoare, fuzionarea culorilor). • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei I, cadre didactice, părinți; - materiale: fișe de lucru, prezentare Powerpoint, videoproiector, coli, planșe, acuarele, pensule, pietre.
<p>Planificarea activității</p>	<p>Elevii au vizionat o prezentare Power Point și filmulețe despre lumea fascinantă a insectelor, care le-au satisfăcut curiozitatea despre aceste ființe mărunte care ne înconjoară și care le-au trezit interesul față de acestea. S-au purtat discuții despre ceea ce au vizionat, fiecare a expus ceea ce l-a fascinat.</p>


	<p>Am explorat mediul apropiat (curtea școlii, pădurea limitrofă) pentru a pătrunde în mediul de viață al insectelor și pentru a intra în contact cu acestea, observând detalii și explicând unele curiozități.</p> <p>Pe parcursul plimbării am adunat pietre pe care, mai apoi, le-am transformat în elemente de decor, pictându-le cu chipul insectelor îndrăgite și cu alte aspecte din mediul înconjurător.</p>
Monitorizarea progresului	Activitatea s-a desfășurat pe parcursul unei zile, ținând cont de interesul copiilor.
Măsurarea rezultatelor	Având în vedere că spațiul educațional este în natură, experiența de învățare a fost una pozitivă, dar și bogată în beneficii. Au pus întrebări, au participat activ și cu entuziasm. Școlarii au creat lucrări deosebite, au antrenat atenția și concentrarea, au înțeles frumusețea naturii care ne înconjoară.
Evaluarea experienței	Activitățile din cadrul proiectului tematic „LUMEA INSECTELOR” au avut asupra copiilor un impact deosebit de mare. Copiii au fost încântați, curioși, având o plăcere deosebită de a învăța lucruri noi.

*Prof. înv. primar Coneac Alina
Școala Gimnaziala Nr.1 Domnița*

Grup țintă: elevii clasei a III-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – Iubim plantele

Identificarea problemelor	<ul style="list-style-type: none"> - Manifestarea interesului față de activități prin participarea activă; - Aplicarea unor norme de comportament specifice ocrotirii și protejării naturii; - Dezvoltarea motivației pentru informarea și documentarea științifică; - Dezvoltarea curiozității, a respectului față de lumea plantelor; - Grijă față de mediul înconjurător; - Implicarea în rezolvarea unor probleme de interes grupal; - Aprecierea activității colegilor de clasă și de echipă; - Exersarea toleranței față de opiniile altora; - Cultivarea sensibilității artistice;
Prezentarea temei nr...	Tema 4 Rolul profesorului în abordarea Reggio Emilia
Redactarea proiectului 	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Scopul este acela de a îmbogăți vocabularul științific al elevilor, de a explora realități din mediul înconjurător, de a dezvolta capacități de exprimare prin formă și culoare, de a contura personalități și de a dobândi abilități de relaționare și comunicare cu ceilalți. • Obiectivele elevilor: Manifestarea curiozității față de explorarea de mesaje artistice simple, exprimate vizual. Identificarea unor caracteristici propriități ale materialelor întâlnite în mediul cunoscut. Exprimarea ideilor și trăirilor personale prin utilizarea liniei, punctului, culorii și formei. Realizarea de obiecte construcții folosind materiale ușor de prelucrat și tehnici accesibile. Explorarea de utilizări în contexte variate a obiectelor, lucrărilor realizate prin efort propriu. • Activități propuse: „Iubim plantele” Etapele de dezvoltare a unei plante – Completarea unei fișe prin care elevii au descoperit etapele unei plante - Dezvoltarea creativității - Puzzle-părțile unei plante – Plantarea și dezvoltarea unei plante-Observarea plantei • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: elevii clasei a III- a, cadre didactice, părinți.

	<ul style="list-style-type: none"> - materiale: fișe de lucru, prezentare Power Point, videoproiector, coli, planșe, ghiveci, borcane, acuarele, pensule, pietre.
<p>Planificarea activității</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming-selectarea plantelor prezente în textul audiat - Formularea răspunsurilor la întrebările date - Explozia stelară - Completarea cadranelor-sarcini de lucru pe baza textului - Completarea cu însușirile personajului principal - Ciorchinele calităților - Observarea dirijată a creșterii și dezvoltării plantei - prezentarea mini serei individuale - Ordonarea etapelor ce formează ciclul de viață a unei plante - Puzzle-părțile unei plante - Observarea, analiza rezultatelor experimentelor simple pentru rădăcină, tulpină, frunze - Organizarea datelor colectate-completarea prin desen a fișei de observație - Comunicarea rezultatelor și formularea concluziilor-completarea Hărții conceptuale pentru termenul „plantă” - Pictare, colorare, decupare, modelare, asamblare-tehnica amprentării
Monitorizarea progresului	<p>Activitatea s-a desfășurat pe parcursul mai multor săptămâni, elevii înțelegând procesul de dezvoltare al unei plante. Elevii au devenit mai atenți cu plantele, având grijă mai multă și mai sporită decât înaintea activității.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Prezentarea tehnicii de lucru utilizate de fiecare echipă, formularea rezultatelor unor experimente simple folosind câțiva termeni științifici, reprezentări prin desene.</p> <p>Se interacționează și se schimbă impresii personale, de grup .</p> <p>Periodic se vor verifica de către elevi etapele de dezvoltare a plantelor cărora ei le-au dat viața.</p>
Evaluarea experienței	<p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor.</p>
Resurse suplimentare	<p>Prezentări PPT, poster cu etapele de dezvoltare a unei plante, filmulețe, puzzle.</p>

*Prof. Cristea Luciana Marcela,
Școala Gimnazială Cârjoaia*

Grup țintă: Preșcolarii Școlii Gimnaziale "Vasile Alecsandri" Mircești

Fișa activității – MESERIA, BRĂȚARĂ DE AUR

Identificarea problemelor	Cât de important este modul în care este amenajat spațiul unde se "produce" învățarea? Cum influențează mediul înconjurător desfășurarea activităților?
Prezentarea temei nr. 2	Rolul mediului în filosofia Reggio Emilia
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: Dezvoltarea capacității de investigare a copilului preșcolar, a interesului pentru cunoaștere prin completarea cunoștințelor despre profesii și meserii. ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> -Să denumească pluralul unor cuvinte, respectiv singularul; -Să completeze propozițiile cu acele cuvinte potrivite pentru a avea valoare de adevăr; -Să răspundă corect la ghicitorile despre meserii; -Să aranjeze puzzle-ul în așa fel încât să obțină imaginea corespunzătoare; -Să picteze curat, ordonat respectând tema propusă. ● Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - Activitățile pe centre după preferințele copiilor -Joc de rol: Vreau să fiu ca..... -Povestea educatoarei ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: preșcolarii, educatoarea -materiale: <p>BIBLIOTECA Imagini diverse, planșe, pliante, cărți referitoare la temă, o mică expoziție cu elemente din tema propusă, caiete de antrenament grafic</p> <p>ARTĂ Pensule, acuarele, creioane colorate, coli de hârtie A4, panou adecvat pentru expunerea lucrărilor</p> <p>Planșete, plastilină</p> <p>CONSTRUCȚII Truse Lego, jocuri de construcții plane, cuburi de lemn, bețișoare</p> <p>ȘTIINȚĂ Reviste, planșe cu aspecte referitoare la temă, C.D., uneltele tâmplarului, ale croitorului, brutarului etc.</p>
Planificarea activității	Activitatea face parte din proiectul tematic „Meseria, brățară de aur” care s-a desfășurat pe parcursul a două săptămâni.

	<p>Am amenajat spațiul cu diverse obiecte, unelte, costume specifice temei. La centrele de interes toate materialele aveau legătură cu meserii, astfel încât atunci când copilul intră în sala de grupă să poată alege după preferințele proprii activitățile zilei.</p> <p>Educatorea are sarcina de a ghida copiii, astfel încât la finalul zilei să fie atinse toate obiectivele propuse.</p> <p>Prima parte a zilei am îndrumat copiii la centrele de interes Joc de rol, Artă, Construcții, pentru familiarizarea cu noțiunile de bază despre meserii.</p> <p>A doua parte a zilei s-a desfășurat în curtea grădiniței. Aici avem amenajat un colț de lectură. Am citit povestea „ Croitorașul cel viteaz” de Frații Grimm.</p> <p>Tot în curte, la nisip și apă avem diverse unelte ale diverselor meserii.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Planificarea, pe toată durata proiectului, a situațiilor concrete de învățare care să faciliteze interacțiunea copil-copil, copil - educatoare și interacțiunea grupului ca ansamblu;</p> <p>Ce face educatoarea?</p> <ul style="list-style-type: none"> - pregătește un mediu educațional adecvat care să faciliteze interacțiunea copiilor cu copiii și a copiilor cu adulții; - oferă sprijin tuturor copiilor pe toată durata proiectului; -interacționează cu fiecare copil în parte; - asigură posibilități de a alege pentru fiecare copil și îi antrenează să ducă la bun sfârșit alegerile făcute, - asigură sprijin fiecărui copil pentru dezvoltarea personală, respectând ritmul propriu de dezvoltare; - sprijină copiii pe toată durata zilei, cu respectarea regulilor grupului și în viața lor de zi cu zi; - observă copiii și activitățile întreprinse de aceștia, consemnând datelor observate.
Măsurarea rezultatelor	<p>Spațiul educațional stimulează învățarea eficientă.</p> <p>Copiii au posibilitatea de a învăța în ritm propriu.</p>
Evaluarea experienței	<p>Amenajarea eficientă a spațiului a venit în sprijinul educatoarei.</p> <p>Interesul copiilor a fost unul crescut.</p> <p>Învățarea este una de lungă durată, fără un efort consistent din partea copilului, deoarece el face ceea ce îi face plăcere</p>
Resurse suplimentare	<p>Costume de polițist, de bucătar, pompier....</p> <p>Manechine din plastic</p>

*Prof. Înv. preșcolar Hălănduț Leontina – Nadia,
Școala Gimnazială "Vasile Alecsandri" Mircești*

Grup țintă: preșcolarii grupei mari de la Grădinița cu Program Normal Scânteia

FIȘA ACTIVITĂȚII – ”Creativi și prietenoși”

Identificarea problemelor	-dezvoltarea capacității de lucru în echipă dar și individual și a creativității
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: Stimularea creativității și dezvoltarea cognitivă și cunoașterea lumii ● Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - să identifice în mediul apropiat obiecte de interes, cu care ei se pot juca sau pot servi manifestării creativității - să constate asemănările/ deosebiriile unor obiecte din mediul înconjurător - să demonstreze familiarizarea cu informații despre mărime, formă, greutate. - să efectueze operații de grupare, clasificare - să picteze pietrele găsite în curtea grădiniței ● Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> Spune cum este! Construiește forme geometrice! Fii creativ! ● Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: educatoare, 26 copii - materiale: pietre, acuarele, pensule
Planificarea activității	<p>Activitatea a pornit de la interesul pe care l-au arătat copiii pentru pietrele mari din iarbă (care serviseră pentru delimitarea zonei cu flori), care îi împiedicau să alerge în siguranță.</p> <p>Prima etapă a fost de adunare a pietrelor. Copiii au început să construiască dar și-au dat seama că au nevoie de mai multe pietre așa că s-au grupat.</p> <p>Văzând interesul lor pentru a folosi pietrele în construcții, i-am provocat să realizeze cu ajutorul acestora, forme geometrice, în urma extragerii unui bilețel pe care acestea erau desenate.</p> <p>Au observat de asemenea că unele sunt mai plate, altele mai fine, altele mai ascuțite iar în felul acesta am evidențiat și caracteristicile obiectelor folosite.</p> <p>La întrebarea ”Ce am mai putea face cu pietrele?” o fetiță a</p>

	<p>spus că le putem picta. Fiecare copil a pictat una sau mai multe pietre, unele cu o tematică descifrabilă, altele mai abstracte, dar care au dat posibilitatea fiecărui copil de a se relaxa, de a se simți bine în natură și de a-și manifesta creativitatea.</p>
Monitorizarea progresului	Activitatea s-a desfășurat în aer liber în concordanță cu interesele și dorințele copiilor.
Măsurarea rezultatelor	Copiii și-au manifestat interesul și curiozitatea și au fost sprijiniți pe tot parcursul activității să observe, să compare, să grupeze, clasifice și să creeze.
Evaluarea experienței	A fost o experiență plăcută mai ales pentru că s-a desfășurat în natură. dar și pentru că a fost ghidată de interesul preșcolarilor.
Resurse suplimentare	cartonașe cu forme geometrice laptop- muzică de relaxare

*Prof. învă. preșcolar: Mihăilă Mariana
Școala Gimnazială "Axinte Uricariul" Scânteia - GPN Scânteia*



Curs 5 - Preventing and Intervening in (Cyber) Bullying/ Prevenire și intervenție în cazul (ciber)bullying-ului

Obiectiv specific: reducerea cazurilor de bullying și cyberbullying în școală

Furnizor de curs: European Academy of Creativity S.L

Perioada: 03 – 08 aprilie 2023

Locația: Valencia - Spania

Teme abordate:

1. *Cine sunt eu?* – activitate de identificare și apreciere a propriilor abilități și talente, ca pas important în creșterea stimei de sine
2. *Nevoile și drepturile noastre* – dezbateri pe tema nevoilor pe care le are un copil pentru a crește frumos și armonios. Dreptul la protecție – un drept stipulat în *Convenția Drepturilor Copilului*
3. *Harta emoțiilor și sentimentelor* – discuție despre emoțiile de bază și semnele prin care acestea sunt recunoscute
4. *Despre siguranță. Mediul meu* – identificarea unor situații periculoase care pot apărea, ca punct de plecare pentru discuțiile ulterioare despre protecție
5. *Alegeri bune și alegeri rele* – dezbateri pe tema modului în care alegerile îți pot influența viața, sănătatea, siguranța
6. *Cum reacționezi în caz de pericol? Rețeaua mea de protecție* – elevii explorează situații diferite de bullying și dezvoltă strategii de rezolvare, prin care se pot proteja mai bine și îi pot proteja și pe ceilalți
7. *Cum să fim în siguranță în mediul on-line?* – campanie de explorare și informare a elevilor despre modalitățile de a se menține în siguranță în mediul on-line

Teme abordate:

- Ce este bullying-ul și cyberbullying-ul - definiții, tipuri, caracteristici, resurse de informare
- Metode de prevenire a bullying-ului în școală, managementul conflictului, jocul de rol
- Rolul profesorului, rolul școlii, rolul părinților
- Cyberbullying și media
- Activități bazate pe situații reale din școală și din viață

Grup țintă: elevii claselor gimnaziale

Proiect – Aleg să mă implic!

Identificarea problemelor	O analiză prealabilă la nivelul școlii arată că destule acțiuni de-ale elevilor sunt susceptibile de a fi încadrate în categoria bullying (chestionare, discuții cu diriginții, cu părinții). Se consideră necesară o intervenție susținută la nivelul școlii, prin activități specifice, în vederea reducerii numărului și gravității acestora.
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: prevenirea și combaterea bullyingului și a cyberbullyingului în mediul școlar, precum și în cel online • Obiectivele pentru elevi: <ul style="list-style-type: none"> - Să cunoască diferența dintre bullying și cyberbullying, bazându-se pe prezentarea profesorului și pe cazuistica pusă în dezbatere; - Să analizeze caracteristicile generale ale victimelor și ale agresorilor, pornind de la jocurile de rol propuse de profesor; - Să cunoască strategii de prevenție și combatere a bullyingului/cyberbullying în mediul școlar - Să realizeze un video intitulat <i>Be an upstander!</i> sau să compună un cântec antibullying, după modelele propuse • Activități propuse: activități de conștientizare cu elevii, ateliere de lucru cu părinții, concursuri de desene, cântece, filmări, zile dedicate (gestului frumos, șosetelor desperecheate) • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii claselor gimnaziale, cadrele didactice, părinții, invitați instituții (polițist, preot, psiholog, medic) - materiale: chestionare, materiale video, telefon, videoproiector, boxă, foi de flipchart, creioane, hârtie
Planificarea activității	<p>Octombrie - Prezentarea proiectului, dispunerea afișelor pe holuri, distribuirea pliantelor pe tema bullying-ului</p> <p>Noiembrie - Săptămâna conștientizării – videoclipuri YouTube legate de hărțuirea cibernetică, despre pericolele din social media, urmate de dezbateri asupra consecințelor imediate, dar și îndepărtate, prin întâlniri cu invitați</p>

	<p>(polițist, psiholog)</p> <p>Decembrie - Concurs de desen pe tema emoțiilor, pozitive și negative</p> <p>Ianuarie - Cântecele anti-bullying/Video Be an upstander! – elevii sunt provocați să creeze scenarii filmate sau versuri</p> <p>Februarie - Ateliere cu părinții</p> <p style="padding-left: 40px;">Sunt atent la copilul meu (semne evidente și semne subtile)</p> <p style="padding-left: 40px;">Strategiile anti bullying din școala copilului meu</p> <p style="padding-left: 40px;">Trusă de prim ajutor pentru a face față bullyingului (pentru părinți)</p> <p>Martie - Ziua gestului frumos față de ceilalți (studenți, profesori, oameni săraci, bătrâni, cei cu nevoi speciale)</p> <p>Aprilie - Ziua șosetelor desperecheate/ciudate – ziua afirmării unicității noastre</p>
Monitorizarea progresului	<p>Realizarea activităților pe parcursul desfășurării anului școlar</p> <p>Realizarea unui portofoliu foto/video</p> <p>Chestionare pe parcurs</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Observarea numărului de incidente care se încadrează la bullying, sperând într-o diminuare a gravității acestora, precum și a numărului</p> <p>Aplicarea de chestionare anonime de evaluare</p> <p>Numărul de elevi, profesori și părinți implicați în derularea proiectului</p> <p>Raportarea corectă a cazurilor existente de bullying sau cyberbullying</p>
Evaluarea experienței	<p>Mărturii de pe parcurs</p> <p>Numărul exact de cazuri (de bullying) raportate la nivelul școlii</p> <p>Raport al activităților desfășurate, la încheierea proiectului</p>
Resurse suplimentare	<ul style="list-style-type: none"> - Video The kids are united - Manual informare și intervenție - Bullying? Recunoaște și fă o schimbare - Fișă activitate Bagajul meu cu îngrijorări - www.cyberbullying.org - www.pacer.org/bullying - www.stopbullying.gov - www.unicef.org - http://www.safefamilies.org/ - Test de concentrare

Prof. Cojocariu Andreea
Școala gimnazială Poiana, Deleni

Grup țintă: elevi ai Școlii Profesionale de Industrie Alimentară Țibana, ciclurile gimnazial și învățământ profesional

FIȘA ACTIVITĂȚII *Cum să fim în siguranță în mediul on-line?*

<p>Identificarea problemelor</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Cum poate fi identificată o situație de cyberbullying? ● Ce trebuie să facă un elev implicat într-o situație de cyberbullying? ● Cum poate interveni școala în cazul identificării unor situații de cyberbullying?
<p>Redactarea proiectului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Scop: informarea elevilor despre modalitățile de a se menține în siguranță în mediul on-line ● Obiectivele elevilor: identificarea unor situații periculoase/ cu potențial risc pentru copii și tineri, în mediul on-line, (re) cunoașterea cazurilor de (cyber) bullying, dezvoltarea unor strategii de rezolvare a conflictelor în mediul on-line, „construirea” unei rețele de protecție alcătuite din persoane de încredere, care pot ajuta în cazul în care un elev devine victimă a fenomenului de cyberbullying ● Activități propuse: <ul style="list-style-type: none"> - completarea unui chestionar referitor la tehnologiile folosite; - dezbateri pe tema beneficiilor și a pericolelor pe care dezvoltarea tehnologiei le aduce în viața noastră (pe o coală de flipchart, elevii scriu, pe două coloane, beneficiile și pericolele identificate); - identificarea unor cazuri de bullying on-line (în cercul de prieteni/ colegi/ în presă); - postări apreciate vs. comentarii negative – elevii vorbesc despre ceea ce simt când sunt apreciați / criticați/ ignorați în mediul on-line; discuții pe tema reacțiilor pe care le provoacă postarea unei poze stânjenitoare; - conceperea unui set de reguli pentru siguranța în mediul on-line – elevii sunt împărțiți în grupe de câte 4 persoane și invitați să desfășoare mai multe activități; - fiecare grupă primește un caz, prezentat succint pe un


	<p>bilețel, în care diferiți elevi se expun unor situații și contexte în mediul on-line – participanții la activitate trebuie să aprecieze gradul de risc al situațiilor respective, utilizând structuri precum <i>foarte riscant</i>, <i>sigur</i> sau <i>deloc riscant</i>;</p> <ul style="list-style-type: none"> - să se gândească la ce sfaturi ar da fraților mai mici pentru a rămâne în siguranță când utilizează internetul și în afara lui (ex. apelarea la persoane-resursă pentru ajutor); - desenare, sub forma unei umbrele sau în alt mod sugestiv, a unei rețele de persoane-resursă, care pot oferi ajutor imediat în cazurile de (cyber) bullying <p>● Resurse implicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii claselor a a VI-a, a VIII-a - materiale: flipchart, coli de hârtie, foi cu chestionare, pixuri, laptop, videoproiector, boxă
Planificarea activității	Activitatea s-a desfășurat pe parcursul a două sesiuni a câte două ore fiecare: 15 mai 2023 – clasa a VI-a și 17 mai 2023 – clasa a VIII-a
Monitorizarea progresului	<ul style="list-style-type: none"> - aplicarea de chestionare la începutul și pe parcursul activității și a fișei de evaluare, la final; - realizarea unui portofoliu foto/ video;
Măsurarea rezultatelor	<ul style="list-style-type: none"> - se vor aplica chestionare anonime pentru elevi, în vederea identificării cazurilor de (cyber) bullying; - se vor realiza dezbateri și studii de caz, pe baza informațiilor colectate de la elevi; - se va monitoriza numărul cazurilor de (cyber) bullying înregistrate în școală; - se va desfășura, de două ori pe an, campania <i>Școala Antibullying</i>, la care vor participa elevi, părinți, cadre didactice și reprezentanți ai autorităților competente în domeniu
Evaluarea experienței	<ul style="list-style-type: none"> - elevii au completat câte o fișă de evaluare a activității, sub forma unui jurnal de impresii; - feed-back-ul oferit de elevii participanți a fost unul pozitiv; - punctele forte ale activității au fost: <ul style="list-style-type: none"> ▪ din perspectiva cadrului didactic coordonator: dezvoltarea capacității elevilor de a identifica și comunica ceea ce simt/ au simțit în diferite situații/

	<p>contexte</p> <ul style="list-style-type: none">din perspectiva elevilor participanți la activitate: conștientizarea faptului că părerea elevilor contează, că este ascultată, iar elevul nu este singur în nicio situație neplăcută cu care se poate confrunta în realitate sau în mediul on-line
Resurse suplimentare	<p>Manual informare și intervenție - <u>Bullying? Recunoaște și fă o schimbare</u> <u>https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying</u> <u>https://cyberbullying.org/</u> <u>https://socialmediavictims.org/cyberbullying/effects/</u> <u>https://childmind.org/article/help-kids-deal-cyberbullying/</u></p>

Prof. Diaconu Ioana,
Școala Profesională de Industrie Alimentară Țibana

Grup țintă: elevii clasei a III-a ai Școlii Gimnaziale Nr 1 Domnița

FIȘA ACTIVITĂȚII – Îngerașul păzitor

<p>Identificarea problemelor</p>	<p>Diferența dintre bullying și tachinare Ce este cyberbullying-ul? Cum știu că sunt o victimă și cum să procedez în astfel de situație</p>
<p>Redactarea proiectului</p>	<p>Scop: dezvoltarea abilităților de comunicare ale elevilor, încurajarea elevilor de a face față conflictelor Obiectivele elevilor: sa facă diferența între tachinare și bullying, să acționeze corect în diferite situații de bullying și cyberbullying Activități propuse: completarea unui chestionar, vizionarea unor filmulețe pe YouTube, citirea unor cărți pe tema bullying-ului, asumarea rolului de îngeraș păzitor, scrierea unor post-IT-uri cu gânduri pozitive, participarea la dansul prieteniei, completarea unui test pe platforma kahoot. Resurse implicate: - umane: elevi clasa a III-a, elevi ai claselor preg, I, a II-a, a IV-a - materiale: foi cu chestionare, pixuri, laptop, videoproiector, cărți cu bullying, pictura cu îngerașul păzitor, buzunărașe, post-it-uri, boxa</p>
<p>Planificarea activității</p> 	<p>Elevii de la clasa a III-a au primit un chestionar cu întrebări despre tachinarea din partea colegilor. În urma interpretării rezultatelor, 2 elevi sufereau de acest fenomen, bullying. S-au vizionat 2 filmulețe, pe youtube ((192) Bully A Plant: <u>Say No To Bullying - YouTube</u>, (192) <u>Be an Upstander - YouTube</u>) pentru a le explica ce reprezintă bullying-ul. S-au prezentat 4 cărți educative <i>Insulte nu sunt deloc amuzante(bullying verbal)</i>, <i>Îmbrâncitul nu e deloc amuzant(bullying fizic)</i>, <i>Glumele nu sunt mereu amuzante(bullying ascuns)</i>, <i>Tachinarea nu e mereu amuzantă(bullying emoțional)</i>, s-au citit povestioarele pentru a înțelege mai bine cum să procedăm în astfel de situații. Fiecare copil joacă rolul de înger păzitor pentru un alt elev din clasă.</p>

	<p>În sala de clasă, pe perete, avem pictat un înger păzitor. Dedesubt sunt 17 buzunărașe cusute pe un panou, reprezentând numele fiecărui elev din clasă.</p> <p>La începutul săptămânii, fiecare elev primește un bilet cu numele altui coleg scris pe el. Jucătorul devine îngerășul păzitor al celui scris pe bilet. (este secret numele de pe acesta). Trebuie să îi scrie pe post-it-uri gânduri pozitive și să i le lase în buzunărelul de pe perete, unde e scris numele celui pe care îl are în pază.(fără să fie văzut de cineva).</p> <p>La sfârșitul săptămânii, fiecare elev citește post-it-urile primite și ne spune, dacă și-a dat seama, cine a fost îngerășul său. Elevii au încheiat activitatea cu dansul prieteniei, desfășurat pe holul școlii, cu toți elevii de la ciclul primar.</p>
Monitorizarea progresului	<p>Activitatea s-a desfășurat pe parcursul unei săptămâni, elevii înțelegând fenomenul de bullying, cyberbullying, cum să procedeze, cum să intervină, la cine să apeleze.</p> <p>În urma activității derulate elevii au devenit mai empatici, mai înțelegători, au înțeles ce mult raneste o gluma, o insulta sau, mai ales, îmbrâncelile repetate</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Se vor citi post-IT-urile primite de la îngerășul păzitor, observându-se o îmbunătățire a comportamentului elevilor și o diminuare a numărului de cazuri existente la clasă</p>
Evaluarea experienței	<p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor</p>
Resurse suplimentare	<ul style="list-style-type: none"> -cărți pe tema bullying-ului -buzunărașele cusute cu numele elevilor -pictura cu îngerășul păzitor -chestionarele

*Prof. înv. Primar Geantău Maria Cătălina,
Școala Gimnazială Nr 1 Domnița*

Grup țintă: elevii clasei a VII-a B, Școala Gimnazială "Vasile Alecsandri" -Mircești, jud. Iași

FIȘA ACTIVITĂȚII – Bullying-ul distruge sufletul unui copil

Identificarea problemelor	Clarificarea termenilor de bullying și cyberbullying; Integrarea unui sistem eficient de informare și intervenție; Încurajarea comunicării deschise între elevi-profesori;
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Înțelegerea corectă a termenilor de bullying de către elevii de nivelul gimnazial • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - Dezvoltarea abilităților de comunicare ale elevilor; - Educarea nivelului de intercunoaștere și a empatiei dintre elevi; - Implementarea unor metode în rândul elevilor de acțiune în cazul situațiilor de bullying și cyberbullying; - Dezvoltarea conștientizării prin exemplificarea și ameliorarea cazurilor de bullying și cyberbullying în școală. • Activități propuse: discuții și dezbateri pe baza fenomenului de bullying și cyberbullying, jocuri de rol, vizionare de materiale de informare antibullying, marșul solidarității; • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasei a VII-a B; - materiale: laptop, videoproiector, coli de flip-chart, postere, planșe, tablă inteligentă, banner.
Planificarea activității	<p>Activitățile dedicate conștientizării fenomenului de Bullying au început printr-o discuție despre situațiile concrete de agresiune în care au fost implicați elevii. Elevii au dat diverse exemple despre situații de agresiune din propriile întâmplări, iar alți elevi de agresiuni văzute. Elevii au urmărit materiale despre bullying și cyberbullying, după care a avut loc o serie de discuții ce au avut ca scop clarificarea celor doi termeni. Aceștia au înțeles caracteristicile bullyingului, unde are loc bullyingul, cum se simte cel agresat (victima), ce obțin cei care fac bullying, respectiv modul în care ar trebui să reacționeze o persoană care este martoră la un astfel de fenomen.</p> <p>- Jocuri de rol: S-au realizat jocuri de rol pentru a-i ajuta pe elevi să perceapă ipostaza în care se află o persoană</p>

	<p>implicată într-un caz de bullying. Elevii au fost stimulați să identifice soluții(non-violente) pentru rezolvarea conflictelor.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elevii au mărșăluit în coloană, supravegheați de cadrele didactice, și au scandat contra violenței și abuzurilor repetate asupra copiilor și tinerilor. Traseul urmat de copii a fost următorul: școală, primărie, Casa Memorială "Vasile Alecsandri", Centru de persoane vârstnice Mircești- cele două biserici din localitate. - Activități creative: S-au organizat activități de desen și pictură în care elevii au creat un perete pe care au scris/desinat diverse mesaje anti bullying ce promovează pacea.
Monitorizarea progresului	<p>La finalizarea activităților, fiecare elev a primit câte un tricou de culoare albă și fiecare elev l-a personalizat cu mesaje și desene anti-bullying.</p> <p>Elevii au conștientizat cât de necesar este să atragem atenția comunității și instituțiilor locale, asupra abuzurilor din familie, școală, dar și de la nivelul grupului de joacă/ de relaționare.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>În fiecare vineri am planificat o oră cu toți elevii școlii, unde se vor prezenta eventualele conflicte apărute în rândul elevilor și se vor adopta măsuri necesare rezolvării lor.</p>
Evaluarea experienței	<p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor, aceștia și-au exprimat aprecierea față de activitățile desfășurate implicându-se în mod constant pe toată durata desfășurării acestora.</p>

*Profesor Giosan Eduard-Mihăiță,
Școala Gimnazială Vasile Alecsandri-Mircești*


Teme abordate:


- Ce este bullying-ul și cyberbullying-ul - definiții, tipuri, caracteristici
- Metode de prevenire a bullying-ului în școală
- Cyberbullying și media
- Activități bazate pe situații reale din școală

Grup țintă: elevii claselor I-VIII ai Școlii Gimnaziale Cârjoaia

FIȘA ACTIVITĂȚII

Stop Bullying/Cyberbullying! Ne implicăm cu toții, de la mic la mare!

<p>Identificarea problemelor</p>	<p>Cum identific o situație de Bullying/Cyberbullying? Ce trebuie să fac dacă sunt implicat într-o astfel de acțiune? La cine trebuie să apelez?</p>
<p>Redactarea proiectului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Informarea corectă a elevilor din învățământul primar, gimnazial, a părinților acestora și a cadrelor didactice cu privire la fenomenul de Bullying • Obiectivele elevilor: empatizare, să distingă între tachinare și bullying, să acționeze în diferite situații de bullying, cyberbullying • Activități propuse: Stop Bullying – Copacul prieteniei, Be a Buddy, not a bully! – Joc de rol, Școala Antibullying, Dansul prieteniei. • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii claselor I-VIII, cadrele diactice, părinții. - materiale: foi cu chestionare, pixuri, laptop, videoproiector, boxa.
<p>Planificarea activității</p> 	<p>Elevii claselor primare au vizionat filmulețe pe tema violenței în mediul școlar, au primit un chestionar cu întrebări despre tachinarea din partea colegilor. În sala de clasă, s-au desfășurat ateliere unde, copiii au colaborat, au desenat, au decupat și au realizat <i>Copacul prieteniei</i>.</p> <p>Elevii claselor gimnaziale au realizat studii de caz, au analizat și dezbătut această temă, identificând problemele cu care ne confruntăm, dar și metode eficiente de combatere a acestora.</p> <p>Pentru a crește nivelul de conștientizare asupra gravității acestui fenomen, am realizat jocuri de rol, unde fiecare, pe</p>

	<p>rând, au jucat rolurile agresorilor, ale victimelor, ale suporterilor activi/pasivi, ale martorilor și ale apărătorilor. Elevii au încheiat activitatea cu <i>dansul prieteniei</i>, desfășurat afară, pe terenul de sport.</p> <p>De asemenea, pentru ca acest fenomen să fie combătut în școala noastră, am hotărât ca, anual, să organizăm ședințe cu părinții, unde să putem dezbate acest subiect, să încurajăm părinții să colaboreze cu cadrele didactice și să îi implicăm în toate acțiunile care susțin acest demers.</p> <p>Prima ședință a avut loc în luna mai a acestui an și a avut ca scop înștiințarea părinților cu privire la acest demers și încurajarea de a e implica și de a colabora cu diriginții pentru a identifica cazurile de bullying existente în acest moment în școală.</p>
<p>Monitorizarea progresului</p>	<p>Activitatea s-a desfășurat pe parcursul unei săptămâni, elevii înțelegând fenomenul de bullying, cyberbullying, cum să procedeze, cum să intervină, la cine să apeleze.</p> <p>Elevii au devenit mai empatici, mai înțelegători, au înțeles ce mult rănește o glumă, o insultă sau, mai ales, îmbrâncelile repetate.</p>
<p>Măsurarea rezultatelor</p>	<p>Se vor realiza periodic studii de caz și chestionare pentru copii, care vor fi anonime, astfel încât să îi încurajăm să mărturisească orice situație de bullying.</p> <p>Se va derula dansul prieteniei, cu toți elevii din ciclul primar și gimnazial, ca o întărire a relațiilor dintre aceștia.</p> <p>Se va desfășura, de 4 ori pe an, Școala Antibullying, la care vor participa părinții copiilor și cadrele didactice.</p>
<p>Evaluarea experienței</p>	<p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor.</p>
<p>Resurse suplimentare</p>	<ul style="list-style-type: none"> -prezentări multimedia -poster cu copacul prieteniei -filme -chestionare

*Prof. Florentina Grumăzescu,
Școala Gimnazială Cârjoaia*

Teme abordate:

1. Ce este bullying-ul și cyberbullying-ul - definiții, tipuri, caracteristici
2. Metode de prevenire a bullying-ului în școală
3. Cyberbullying și media
4. Activități bazate pe situații reale din școală

Grup țintă: elevii clasei a VII-a, Școala Gimnazială Scobinți- structura Bădeni, jud, Iași

FIȘA ACTIVITĂȚII – *Bullyingul rănește! Oprește-te!*

Identificarea problemelor	<p>Clarificarea conceptelor de bullying și cyberbullying. Discriminarea corectă între o simplă ceartă între elevi și o situație de bullying.</p> <p>Cum știu că sunt o victimă și cum să procedez în astfel de situație ?</p>
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: informarea corectă și clară a elevilor din învățământul gimnazial cu privire la fenomenul de bullying. • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - Dezvoltarea abilităților de comunicare ale elevilor, - Consolidarea relațiilor de intercunoaștere și empatizare dintre elevi. - Stabilirea de comportamente/ afirmații pozitive acceptate de elevi. - Încurajarea elevilor de a înfrunța situații de bullying și cyberbullying • Activități propuse: intercunoaștere – jocul sincerității ”Două minciuni și un adevăr ”, activitate de team building ”Marshmallow Challenge”, Joc de rol, Hârtia mototolită-Joc educativ cu inimioare, Vizionare de filmulețe-campanii antibullying Ikea • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: elevii clasei a VII-a, -materiale: coli de hârtie roșie / inimi conturate, coli de flip-chart, foarfece, pixuri, laptop, TV, post-it-uri,
Planificarea activității	<p>Elevii au fost informați că vor participa la o serie de activități dedicate conștientizării fenomenului de Bullying și au primit recomandarea să se gândească la o situație de acest fel trăită personal sau auzită, pe care să o prezinte celorlalți colegi. Astfel, la începutul activităților, elevii au</p>

	<p>prezentat fiecare câte o situație, cele mai multe fiind reale. La <i>Jocul sincerității</i> fiecare trebuia să noteze pe un post-it două minciuni și un adevăr despre propria persoană pe care să le citească în fața colegilor care au avut sarcina de a să recunoaște care este adevărul și care sunt minciunile. După acest joc, au urmat o serie de clarificări a conceptelor - <i>Ce este bullying-ul? Dar cyberbullying-ul? Care sunt caracteristicile bullying-ului? Unde se întâmplă bullying? Cum se simte cel agresat (victima)? Care sunt metodele? Ce obțin cei care fac bullying?</i></p> <p>Pentru a conștientiza cum se simte victima, elevii au avut de decupat o inimioară pe care au scris numele lor. Colegii au avut sarcina de a adresa fiecărui elev, mai întâi cuvinte jignitoare care au reprezentat o cută pe inimioara, iar apoi cuvinte frumoase cu ajutorul cărora cutele au fost netezite. Urmele rămase au fost asociate cu rănille afective, cu suferința victimei.</p> <p>Pentru a întări relațiile dintre elevi, aceștia au avut ca sarcină, pe grupe de 3 sau 4, să construiască din paste și bucățele de beza un turn printr-o metodă aleasă de ei. La sfârșit, echipa cu cel mai înalt turn a fost declarată câștigătoare.</p> <p>În ultima parte a activității elevii au urmărit filmulețul <i>Bully a plant!</i> prin care este evidențiat rolul masiv al gândurilor pozitive în opoziție cu vorbele/ gândurile negative</p>
Monitorizarea progresului	<p>La sfârșitul activităților elevii au primit un post-it pe care au notat două cuvinte –cheie (emoții, trăiri, idei) care i-a impresionat cel mai mult. Elevii au devenit mai empatici, mai înțelegători, au înțeles ce mult rănește o glumă, o insultă sau, mai ales, îmbrâncelile repetate, poreclele etc.</p>
Măsurarea rezultatelor	<p>Elevii vor primi un chestionar cu privire la fenomenul supus discuției.</p>
Evaluarea experienței	<p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor, mai ales în activitatea de team building.</p>
Resurse suplimentare	<p>Filmulețe prezentate în Valencia -poster cu inimioarele mototolite -chestionare</p>

Prof. Huciog Mariana Camelia, Școala Gimnazială Scobinți

Teme abordate:

1. La ce se referă bullying-ul și cyberbullying-ul;
2. Metode de prevenire a bullying-ului în școală noastră;
3. Activități artistice și creative în care se organizează ateliere de desen, pictură ce promovează mesaje anti-bullying;
4. Jocuri de rol pentru a-i determina pe elevi să înțeleagă perspectiva persoanelor implicate într-un caz de bullying;
5. Povești și lecturi: Se aleg povești și cărți care abordează teme precum respectul, toleranța și acceptarea diferențelor;

Grup țintă: elevii clasei a II-a C, Școala Gimnazială Crucea, jud. Iași

FIȘA ACTIVITĂȚII – Bullying-ul în viața unui inocent

Identificarea problemelor	Clarificarea termenilor de bullying și cyberbullying; Implementarea unui sistem eficient de raportare și intervenție; Încurajarea comunicării deschise; Promovarea respectului și incluziunii la nivelul clasei (și nu numai).
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Abordarea adecvată a particularităților bullying-ului a elevilor de ciclul primar • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - Dezvoltarea și stimularea capacităților de comunicare ale elevilor - Încurajarea nivelului de empatie dintre elevi - Formarea unei culturi școlare pozitive prin adoptarea unor comportamente demne pentru o societate mai bună - Creșterea conștientizării prin exemplificarea și ameliorarea cazurilor de bullying și cyberbullying în școală(și nu numai). • Activități propuse: sesiuni de discuții și dezbateri pe baza fenomenului de bullying și cyberbullying, jocuri de rol, povești și lecturi („Îmbrâncitul nu este deloc amuzant”, ”Glumele nu sunt mereu amuzante”), vizionare de materiale video cu tema anti-bullying; • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: elevii clasei a II-a C; -materiale: laptop, videoproiector, coli de flip-chart, tablă inteligentă, creioane colorate, cărți (“Îmbrâncitul nu este

	deloc amuzant”, „Glumele nu sunt mereu amuzante”), planșe sugestive, stickere.
Planificarea activității	<p>Activitățile propuse la clasa a II-a C pe tema abordării conceptului de (Cyber)Bullying au fost structurate în următoarele diviziuni:</p> <p>-Dezbateri și concluzii: S-au organizat discuții în clasă despre bullying, explicând ce este și cum poate afecta o persoană. În acest capitol, elevii au fost încurajați să împărtășească experiențele personale sau să prezinte situații în care au fost martori de bullying.</p> <p>-Jocuri de rol: S-au realizat jocuri de rol pentru a-i ajuta pe elevi să perceapă ipostaza în care se află o persoană implicată într-un caz de bullying. Elevii au fost stimulați să identifice soluții(non-violente) pentru rezolvarea conflictelor.</p> <p>-Lecturi și povești: S-au ales două titluri de cărți ce ilustrează teme specifice: ”Îmbrâncitul nu este deloc amuzant”, ”Glumele nu sunt mereu amuzante”. După citirea lor, s-au identificat personajele implicate după care s-au analizat mesajele și lecțiile pe care le conțin și cum pot fi aplicate în viața de zi cu zi.</p> <p>-Activități creative: S-au organizat ateliere de desen în care elevii clasei a II-a au creat imagini ce promovează mesaje anti-bullying. Acestea au fost afișate în școală pentru a încuraja o atmosferă de respect și prietenie.</p>
Monitorizarea progresului	La finalizarea activităților propuse, elevii au primit stickere cu logo-ul anti-bullying și numele lor. Feed-back-ul elevilor a fost unul pozitiv și încurajator, asta evidențiind că scopul tuturor activităților desfășurate a fost atins.
Măsurarea rezultatelor	La intervalele dedicate programului de dirigenție se vor prezenta eventualele neînțelegeri apărute la nivelul clasei și se vor adopta măsurile necesare rezolvării lor.
Evaluarea experienței	Elevii și-au exprimat aprecierea față de activitățile propuse implicându-se în mod constant pe toată durata desfășurării acestora.

*Înv. Iacob Constantin-Cosmin,
Școala Gimnazială Crucea*

Teme abordate:

1. Ce este bullying-ul și cyberbullying-ul? Definiții, tipuri, caracteristici
2. Metode de prevenire a bullying-ului în școală
3. Cyberbullying și media
4. Activități bazate pe situații reale din școală

Grup țintă: elevii clasei a V-a, Școala Gimnazială Junior, Iași

Fișa activității pentru prevenirea bullying-ului asupra elevilor

Identificarea problemelor	Care este diferența dintre bullying și tachinare? Ce este cyberbullying-ul? Cum știi că sunt o victimă și cum procedez în astfel de situații?
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Implicarea activă a elevilor în activități de dezvoltare a atitudinilor pozitive pentru un stil de viață sănătos, dezvoltarea abilităților de comunicare ale elevilor, într-un mediu prietenos (în natură). • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - Să înțeleagă și să explice noțiunile de bullying. - Să identifice forme ale fenomenului bullying. - Să descopere și să analizeze cauze ale fenomenului. - Să înțeleagă rolul comunicării în rezolvarea conflictelor. • Activități propuse: completarea unui chestionar, vizionarea unor filmulețe de pe youtube, cărți cu bullying, post-it-uri cu gânduri pozitive, test pe platforma kahoot. Activitățile se vor desfășura, în cea mai mare parte în Parcul Copou, în proximitatea școlii. • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> - umane: elevii clasa a V-a; - materiale: foi cu chestionare, pixuri, laptop, videoproiector, cărți cu bullying, materiale video despre bullying, post-it-uri, aparate de fotografiat etc.
Planificarea activității	Mișcarea în natură și aer curat aduce copiilor nu doar stare de bine și relaxare ci și dezvoltare intelectuală, emoțională, socială și fizică. Petrecerea timpului în natură poate ajuta tinerii să-și dezvolte încrederea în sine, să reducă

	<p>fenomenele de tip bulliying și să se concentreze mai bine pe sarcinile primite.</p> <p>Sunt planificate activități recreative, în proximitatea unității școlare, pe durata cărora au loc jocuri de rol, dezbateri, discuții despre dezvoltarea unui comportament social corespunzător (în cadrul relațiilor stabilite cu colegii și cu cadrele didactice) prin familiarizarea acestora cu diverse reguli de conduită pozitivă și civilizată, în raport cu propria persoană și cu ceilalți;</p> <ul style="list-style-type: none"> - crearea unei stări de sensibilizare a copiilor pentru o societate bazată pe comportamente anti-bullying, în contextul școlar și cel familial. <p>Elevii vor stabili relații de prietenie, de bună colegialitate și vor schimba atitudinile agresive cu cele de compasiune, de înțelegere, de toleranță, de afecțiune.</p>
<p>Monitorizarea progresului</p>	<ul style="list-style-type: none"> - analiza comportamentului copiilor în momentul inițial; - analiza opiniilor copiilor; - analiza rolurilor interpretate; - analiza atitudinilor copiilor; - analiza comportamentului copiilor pe durata activităților.
<p>Măsurarea rezultatelor</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - cantitative: realizarea unei expoziții cu produsele finale obținute de copii pe parcursul activităților; - calitative: gestionarea și combaterea unui eventual comportament agresiv al copiilor, prin crearea unor relații afective, de toleranță, de prietenie, de respect și de colaborare la nivelul grupului din care fac parte.
<p>Evaluarea experienței</p>	<p>Noțiunile teoretice au fost evaluate printr-un test, pe platforma Kahoot.</p> <p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor.</p>
<p>Resurse suplimentare</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - cărți/broșuri despre bullying - materiale video pe tema bulliying-ului - test cu teme de bullying, cyberbullying, pe platforma Kahoot



ACTIVITĂȚI ANTI-BULLIYNG ÎN AER LIBER

Scenarii propuse: Este sau nu este bullying?

Fișa de lucru I

Citește atent următoarele situații potențiale:

1. Auzi întâmplător cum prietena ta vorbește urât despre tine.
2. Andrei și Raluca au fost într-o relație. Noua prietenă a lui Andrei postează informații jignitoare despre Raluca, încurajându-i și pe alți colegi să participe.
3. Un coleg îi pune piedică altui coleg, râde și pleacă amuzat.
4. Un coleg tachinează și râde de un alt coleg de clasă aproape în fiecare pauză.
5. Un coleg te tachinează pentru că îți place să citești în pauze. Tu râzi și îl tachinezi pentru că lui îi place să se îmbrace colorat.
6. Te cerți cu o prietenă din cauză că a spus un secret despre tine.
7. Un grup de băieți au pus o poreclă unui coleg de clasă, au lansat zvonuri despre el și îi încurajează pe colegii de clasă să nu-i mai vorbească.
8. Un coleg îți spune ceva jignitor pentru că tu ai luat note mai bune.
9. Două fete îi spun dirigintei că alte două fete de la o clasă paralelă au lansat niște zvonuri despre ele. Fetele acuzate susțin că celelalte au fost inițiatoarele.

Răspunsuri

- A. - conflict
- B. - (cyber)bullying
- C. - moment de răutate
- D. - bullying
- E. - tachinare
- F. - conflict
- G. - bullying
- H. - moment de răutate
- I. - avem nevoie de mai multe informații. Poate fi bullying sau conflict.

Asociați fiecărui număr, litera corespunzătoare!

Fișa de lucru II - VALORILE MELE

A. Ierarhizați următoarele valori în ordinea descrescătoare a importanței lor pentru tine:

	Valori	Ordinea importanței pentru tine
1	Adevăr	
2	Bani	
3	Dragoste	
4	Dezvoltare personală	
5	Dreptate	



6	Familie	
7	Prietenie	
8	Note mari	
9	Libertate	
10	Fericire	
11	Recunoașterea meritelor	
12	Religie (credință)	
13	Sănătate	
14	Timp liber	
15	Toleranță	

B. Argumentați sistemul de valori realizat.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

C. Analizați primele cinci valori situate în vârful ierarhiei. Renunțați la două dintre acestea.

1.
2.

D. Argumentați alegerea făcută.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

*Prof. dr. Mihaela Lesenciuc
Școala Junior, ISJ Iași*

Grup țintă: elevii clasei a VII-a

FIȘA ACTIVITĂȚII – Bullyingul distruge sufletele pentru totdeauna

Identificarea problemelor	<p>Clarificarea termenilor de bullying și cyberbullying</p> <p>Diferențierea între o simplă ceartă între elevi și o situație de bullying</p> <p>Identificare victimelor și modul de acționare într-o astfel de situație</p>
Redactarea proiectului	<ul style="list-style-type: none"> • Scop: Însușirea corectă a termenilor de bullying în rândul elevilor de ciclul gimnazial • Obiectivele elevilor: <ul style="list-style-type: none"> - Dezvoltarea abilităților de comunicare ale elevilor - Dezvoltare nivelului de intercunoaștere și a empatiei dintre elevi. - Crearea de comportamente pozitive acceptate de elevi. - Crearea unor metode de acțiune în rândul elevilor de a reacționa în cazul situațiilor de bullying și cyberbullying • Activități propuse: de informare și de prevenire a fenomenului de bullying și cyberbullying, intercunoaștere – „Copacul prieteniei”, ”Dansul prieteniei”, ”Ziua șosetelor diferite”. viziunare de materiale de informare antibullying • Resurse implicate: <ul style="list-style-type: none"> -umane: elevii clasei a VII-a, -materiale: coli de hârtie colorate, coli de flip-chart, laptop, culori, post-it-uri.
Planificarea activității	<p>Activitățile dedicate conștientizării fenomenului de Bullying au debutat printr-o discuție despre situațiile concrete de agresiune în care au fost implicați. Unii au dat exemple de situații de agresiune singulare, iar alții de agresiuni cu caracter repetat. Ei au urmărit câteva materiale despre bullying și cyberbullying, după care a avut loc o serie de discuții ce au avut ca scop clarificarea celor doi termeni. Aceștia au înțeles caracteristicile bullyingului, unde are loc bullyingul, cum se simte cel agresat (victima), ce obțin cei care fac bullying, respectiv modul în care ar trebui să reacționeze o persoană care este martoră la un astfel de fenomen.</p>

 	<p>Pentru a se cunoaște mai bine unii pe ceilalți, pe o coală de flipchart, s-a desenat un copac al „prieteniei” pe care s-au notat trăsăturile predominante, pozitive ale copiilor articipanți la activitate. La sfârșitul activității, elevii au fost încurajați să identifice trăsătura notată de colegi. Aceștia au observat astfel modul în care sunt percepuți de colegi, chiar și în cazul celor mai puțin populari.</p> <p>În continuare, pentru a întări relațiile dintre elevi, aceștia au fost încurajați să danseze, unele mișcări realizându-se doar prin colaborarea lor.</p> <p>Într-o altă zi, elevii au fost îndemnați să vină la școală, purtând șosete diferite. A fost inițiată o discuție, pornind de la aceste șosete care, deși sunt diferite, sunt purtate de aceeași persoană. Ei au conștientizat faptul că fiecare este diferit și că ar trebui să fie mai toleranți unii cu ceilalți.</p>
<p>Monitorizarea progresului</p>	<p>La sfârșitul activităților, elevii au primit un post-it pe care au notat două cuvinte –cheie (emoții, trăiri, idei) care i-a impresionat cel mai mult. Elevii au devenit mai empatici, mai înțelegători, au înțeles ce mult rănește o glumă, o insultă sau, mai ales, îmbrâncelile repetate, poreclele etc.</p>
<p>Măsurarea rezultatelor</p>	<p>Elevii vor fi observați. Se va confecționa o „ cutie cu sesizări”, în care elevii vor arăta situațiile conflictuale la care iau parte sau sunt martori. Acestea urmează să fie discutate periodic.</p>
<p>Evaluarea experienței</p>	<p>Elevii au fost foarte încântați de activitățile propuse și s-au implicat activ în desfășurarea lor, mai ales în activitatea de team building.</p>

*Prof. Țurcanu Ana-Maria,
Școala Gimnazială "Axinte Uricariul" Scânteia*



Conținutul prezentului material reprezintă responsabilitatea exclusivă a autorilor, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care va fi folosit conținutul informațional