



Educație Viață pentru Armonioasă

(revista școlară pentru educație sănătoasă)

Nr. 2, Anul II

ISSN 3008-3702

ISSN-L 3008-3702



GALAȚI

2024



Coordonatori:

Măzăroaie Violeta

Epure Florentina Cristina

Tudose Carmen

Ilustrații (copertă și secțiuni) : Boca Zamfir Sara Ioana – elevă clasa a VIII-a C
la Școala Gimnazială „Dan Barbilian” Galați

Coordonatorii revistei nu își asumă nicio răspundere pentru nerespectarea reglementărilor înscrise în legislația privind drepturile de autor. În caz de plagiat – parțial sau integral – întreaga răspundere, atât juridică (penală, contravențională, civilă), cât și deontologică, revine în exclusivitate autorului.





CUPRINS:

ARTICOLE ȘI STUDII

IMPLEMENTAREA EDUCATIEI ECOLOGICE LA CLASELE PRIMARE, Bacalu Alina	4
ACTIVITĂȚILE ÎN AER LIBER – SĂNĂTATE FIZICĂ ȘI MENTALĂ, Banciu Valentina.....	6
STAREA DE BINE PRIN ARTA TRANZIENTĂ, Cristea Simona-Olguța	10
SĂPTĂMÂNA VERDE-VERDE28, Cristofan Diana	14
PĂRINȚII ȘI IMPLICAREA LOR ÎN ACTIVITĂȚILE DIN GRĂDINIȚĂ, Miron Ionica, Dinu Carmen	17
BUNĂSTAREA PREȘCOLARULUI – PREOCUPAREA EDUCATOAREI, Drugan Vasilica	20
METODE DE CERCETARE ȘI INSTRUMENTE DE INVESTIGAȚIE FOLOSITE PENTRU IDENTIFICAREA VALORILOR FIECĂRUI COPIL, Enuță Camelia	26
PROMOVAREA STĂRII DE BINE PRIN PROIECTUL TRANSFRONTALIER, Epure Florentina-Cristina	30
STAREA DE BINE ÎN GRĂDINIȚA DE COPII, Gîlcă Gabriela.....	32
FRUMUSEȚEA EXISTENȚEI UMANE, Morozan Violeta-Gina	34
PROIECT EDUCAȚIONAL „ CU PĂRINȚII LA GRĂDINIȚĂ” , Neculai Paula.....	39
ROLUL ALIMENTAȚIEI SĂNĂTOASE ÎN VIAȚA ADOLESCENȚILOR, Penu Mihaela	41
EDUCAȚIE PENTRU O VIAȚĂ ARMONIOASĂ PRIN SPORT - ATLETISM! , Pîrlog Nicoleta	44
EDUCAȚIE PENTRU VIAȚĂ ARMONIOASĂ, Popescu Mirela	46
BENEFICIILE ACTIVITĂȚII FIZICE ÎN ȘCOLI, Stanciu Luminița	48
ȘCOALA VĂZUTĂ CA O JOACĂ, Sucitu Margareta.....	52
STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS PENTRU PREȘCOLARI, Suci Alina Petronela	54
„MUNCA DE ASTĂZI- SUCCESUL DE MÂINE” , Teliceanu Mihaela.....	57
DESPRE IMPORTANȚA EDUCAȚIEI ECOLOGICE, ÎN ȘCOALĂ ȘI ÎN AFARA EI, Zaharia Zoica	60

FIȘE DE ACTIVITATE

PRIETENI CU NATURA, Adamiu Violeta Gabriela.....	66
FIȘĂ DE ACTIVITATE EXTRACURRICULARĂ, Cimpoeru Romina.....	68
PROIECT DE ACTIVITATE EXTRACURRICULARĂ, Magda Iustina, Orian Elena.....	70
PLANIFICAREA ACTIVITĂȚILOR ”ȘCOALA ALTFEL”, Raduca Magdalena, Popescu Maria, Giurca Violeta Amelia	73
FIȘĂ DE ACTIVITATE „SĂPTĂMÂNA VERDE”, Tănase Ileana	75
FIȘĂ DE ACTIVITATE „SĂPTĂMÂNA VERDE” , Tudose Carmen	77





IMPLEMENTAREA EDUCATIEI ECOLOGICE LA CLASELE PRIMARE

p.i.p Bacalu Alina

Școala Gimnazială Dan Barbilian Galați

Educația ecologică devine din ce în ce mai importantă în contextul provocărilor de mediu cu care se confruntă planeta noastră. La clasele primare, copiii sunt într-o perioadă esențială de dezvoltare, în care se formează valorile și obiceiurile care îi vor însoți întreaga viață. Integrând educația ecologică în curriculumul școlar, îi ajutăm pe cei mici să înțeleagă importanța protejării mediului înconjurător și să devină cetățeni responsabili. Educația ecologică la clasele primare urmărește mai multe obiective, printre care: **conștientizarea problemelor de mediu** (elevii învață despre poluare, schimbările climatice și biodiversitate, dezvoltându-și o înțelegere a impactului activităților umane asupra naturii), **dezvoltarea competențelor practice** (prin activități hands-on, precum grădinăritul sau reciclarea, copiii își dezvoltă abilități practice și învață cum pot contribui activ la protejarea mediului), **promovarea comportamentului sustenabil** (educația ecologică îi învață pe elevi să adopte stiluri de viață mai sustenabile, cum ar fi reducerea consumului de plastic, economisirea apei și utilizarea transportului public), **formarea atitudinilor pozitive** (prin experiențe pozitive în natură, copiii își dezvoltă o relație afectivă cu mediul, ceea ce îi motivează să îl protejeze).

Educația ecologică este necesară și se impune implementarea acesteia în procesul instructiv-educativ. Integrarea temelor ecologice în diverse discipline (științe, arte, educație fizică) poate face subiectul mai atractiv. De exemplu, elevii pot studia ecosistemele în cadrul orei de științe și pot crea lucrări artistice inspirate de natură la ora de arte. Organizarea de activități precum excursii în natură, vizite la ferme ecologice sau proiecte de plantare de copaci îi ajută pe elevi să aplice cunoștințele dobândite în clase. Implicarea elevilor în proiecte comunitare de ecologizare sau de educație ecologică îi învață despre responsabilitatea socială și impactul pozitiv pe care îl pot avea asupra comunității. Resursele digitale, aplicațiile educaționale și platformele online pot fi folosite pentru a învăța elevii despre problemele de mediu într-un mod interactiv și captivant.

Implementarea educației ecologice în școli poate întâmpina provocări, cum ar fi lipsa de resurse sau de formare a profesorilor. Este esențial ca instituțiile de învățământ să colaboreze





cu organizații de mediu și experți pentru a dezvolta materiale didactice adecvate și pentru a oferi cursuri de formare pentru cadrele didactice

Educația ecologică la clasele primare nu este doar un lux, ci o necesitate. Prin formarea unor generații conștiente și responsabile, ne asigurăm că viitorul planetei este unul sustenabil. Investind în educația ecologică a celor mici, construim o lume mai bună, în care armonia cu natura devine o valoare fundamentală.





ACTIVITĂȚILE ÎN AER LIBER – SĂNĂTATE FIZICĂ ȘI MENTALĂ

Prof. Banciu Valentina

Școala Gimnazială „Dan Barbilian” Galați

Activitățile în aer liber reprezintă un element crucial în dezvoltarea armonioasă a copiilor de vârstă școlară mică. Acestea nu doar oferă o pauză binemeritată de la mediul închis al sălilor de clasă, ci și aduc numeroase beneficii cognitive, emoționale și sociale, contribuind la formarea unei personalități echilibrate și sănătoase. Printre beneficiile acestor activități pentru corp și minte, putem enumera:

➤ **Promovarea sănătății fizice**

Activitățile în aer liber, cum ar fi alergarea, săritul, mersul pe bicicletă sau practicarea unui sport, contribuie la menținerea unei stări de sănătate fizică adecvate. Prin intermediul acestor activități, copiii își dezvoltă sistemul cardiovascular, forța musculară și coordonarea motorie.

➤ **Explorarea mediului înconjurător**

Fiind în aer liber, copiii au oportunitatea de a explora natura și de a învăța despre diverse aspecte ale acesteia, cum ar fi plantele, animalele și fenomenele naturale. Această experiență îi ajută să își dezvolte curiozitatea și să își îmbogățească cunoștințele.

➤ **Stimularea creativității**

În aer liber, copiii sunt încurajați să se joace și să se exprime liber. Acest lucru îi ajută să își dezvolte imaginația și creativitatea, să găsească soluții la probleme și să își îmbunătățească abilitățile sociale prin jocurile de rol și colaborarea în echipă.

➤ **Reducerea stresului și a anxietății**

Interacțiunea cu natura și expunerea la lumină naturală au efecte pozitive asupra stării de spirit a copiilor, contribuind la reducerea stresului și anxietății. Activitățile în aer liber oferă o pauză relaxantă de la rigurile școlii și stimulează sentimentul de bunăstare emoțională.

➤ **Îmbunătățirea abilităților sociale**

Jocurile în aer liber implică adesea interacțiunea cu alți copii, ceea ce îi ajută pe aceștia să își dezvolte abilitățile sociale, să învețe să împartă, să colaboreze și să rezolve conflictele într-un mod constructiv. Aceste experiențe sunt esențiale pentru formarea relațiilor sănătoase și a empatiei





Educația în aer liber, cunoscută și sub denumirea de educație outdoor sau în natură, este o metodă educațională care își propune să ofere experiențe de învățare în afara spațiilor tradiționale de predare. Prin implicarea directă a mediului natural, această formă de educație oferă oportunități unice de dezvoltare a copiilor din punct de vedere fizic, mental, emoțional și social. În activitățile de tip outdoor elevul învață (totul) în mod practic, activ, prin experiențe personale la care mai apoi reflectă pentru a extrage învățăturile. Acest mod de învățare, caracteristic educației outdoor, se numește **Experiențial** – *“Înveți cu creierul, mâinile și inima!”*. Educația în aer liber reprezintă o abordare inovatoare și eficientă în dezvoltarea copiilor, oferindu-le experiențe valoroase și benefice din punct de vedere holistic. Prin promovarea interacțiunii cu natura și încurajarea explorării active, această formă de educație contribuie la formarea individului într-un mod echilibrat și integrat în mediul său înconjurător.

Generațiile de copii din prezent petrec un timp semnificativ mai scăzut în natură și în aer liber decât cei de dinaintea lor. De aceea, activitățile outdoor sunt benefice pentru că presupun libertatea și mișcarea, copilului solicitându-i-se întreg organismul. „Săptămâna Verde” și „Școala Altfel” reprezintă modalități prin care putem implementa elemente de învățare axate mai mult pe practică decât pe teorie, ceea ce este un lucru foarte benefic. O astfel de activitate a fost vizita la Muzeul Satului din Șivița, județul Galați. Este un cadru natural, un muzeu viu care deapănă amintiri despre strămoșii noștri, o lecție minunată de cunoaștere a trecutului neamului nostru, a satului de odinioară. Acest muzeu ne arată înfățișarea unui sat de prin anii 1960.

Ca orice activitate, aceasta a avut un scop și niște obiective clare.

Scopul activității:

- Cultivarea sentimentelor de dragoste pentru cultura locală și pentru meșteșugurile românești;
- Formarea unui comportament corect față de mediul înconjurător;
- Formarea unor deprinderi de comportare corectă, civilizată, de integrare în structura unui grup turistic, de cooperare și respect.

Obiective:

- Vizitarea Gospodăriei Tradiționale „Vatra cu Dor”-comuna Șivița
- Stimularea interesului elevilor pentru cunoașterea culturii locale, a meșteșugurilor românești;
- Creșterea coeziunii climatului creat de elevi și consolidarea spiritului de echipă, a relațiilor de prietenie, stabilirea unui climat de încredere favorabil colaborării;
- Crearea unor reguli de comportament responsabil și împărțirea echitabilă a sarcinilor între membrii grupului;





-Inițierea și desfășurarea unor activități cu caracter recreativ, relaxant.

La începutul activității am fost întâmpinați de domnul Paul Buță, actor și artist popular,



cel care a înființat acest loc. El ne-a condus în fiecare camera a muzeului. Totul aici este rustic, viața la țară este peste tot unde privești. Muzeul include o ogradă spațioasă, o casă cu două odăi, din chirpici, înălțată și refăcută după modelul tradițional, acoperită cu stuf și un cerdac frumos în față. Încăperile casei sunt împodobite cu multe obiecte vechi donate de săteni.

Paul Buță le-a povestit copiilor cum trăiau strămoșii

noștri și le-a oferit informații despre obiectele din muzeu. Aici au văzut și pipăit copiii, pentru prima dată, multe obiecte vechi: război de țesut, fus, ștergar, ie, bârneată, ulcele, peretare vechi. Toate obiectele muzeului au fost atinse și chiar au fost învățați cum să le folosească. Vocabularul copiilor s-a îmbogățit cu această ocazie cu câteva arhaisme.

Am admirat și expoziția impresionantă de măști confecționate din lucruri la îndemână din gospodărie: nuci, boabe de fasole, coarne de animale, lână de oaie, papură. Am învățat astfel să reciclăm, să recuperăm, să refolosim și să reducem consumul, aceste activități având în același timp și un rol important în dezvoltarea imaginației, creativității și inițiativei.

După vizitarea muzeului, copiii și-au încercat dexteritatea în confecționarea măștilor populare, modelarea lutului la roata olarului, folosirea războiului de țesut, experimentând astfel meșteșuguri populare vechi.





La finalul vizitei copiii au servit masa pe iarba din curtea casei, s-au jucat în curtea mare liberi, plini de voieșie, intrând în relație unii cu ceilalți și bucurându-se de natură. Domnul Paul i-a învățat și o horă moldovenească.

Impactul activității asupra elevilor:

- participarea activă și cu entuziasm a elevilor la organizarea și desfășurarea activităților;
- învățarea comportamentului în societate; prin comportamentul lor civilizat, promovează imaginea școlii;
- completarea cunoștințelor de cultură generală;
- descoperirea unor aptitudini noi;
- dezvoltarea personală a fiecărui copil;
- interrelaționarea;
- promovarea sănătății și a stării de bine a individului;
- descoperirea unor aptitudini noi;

A fost o frumoasă aventură de o zi, cu beneficii de lungă durată. Această activitate a fost un bun prilej de a ne îmbogăți cunoștințele și a ne modela simțirea, fiindcă ea va rămâne o vie lecție de învățătură, dar și un veritabil mijloc de relaxare pentru elevi.





STAREA DE BINE PRIN ARTA TRANZIENTĂ

Prof. înv. primar Cristea Simona-Olguța
Școala Gimnazială ”Dan Barbilian”, Galați

Arta tranzientă este o artă non-permanentă, cunoscută și sub numele de ”no glue art” (fără lipic) sau ”loose parts play” (joaca cu piese libere). Este un concept folosit în cadrul pedagogiilor de inspirație Reggio Emilia sau care promovează conectarea copiilor cu natura.

Principiul de bază al artei tranziente presupune plasarea diferitelor elemente și resurse ”open ended” (cu final deschis) pe o suprafață, fără a utiliza lipici. Suprafața poate fi o planșă de lucru, o masă sau o pânză sau se poate lucra direct pe pământ. Aceste resurse pot fi reutilizate, refolosite și recombinate într-o multitudine de feluri, ceea ce le va face extrem de atractive pentru copii.

Resursele cu final deschis le permit copiilor să exploreze, să experimenteze cu modele și forme, cu texturi pe care ei le aranjează și le manipulează în fel și chip.

Arta tranzientă reprezintă un tip de creație cu final deschis. Nu contează rezultatul final, ci mai degrabă procesul prin care copilul ajunge să creeze ceva. ”Focusul este pe proces, nu pe produs” (Ruth Churchill Dower).

Cum am organizat activități de artă tranzientă la clasa pregătitoare?

M-am gândit în avans la ”invitații de joacă”, am pregătit materialele cu sprijinul părinților și am amenajat spațiul de lucru.

Arta tranzientă se referă la un proces de lucru creativ, cu caracter non-permanent și la un produs final care nu rămâne fixat într-o poziție anume. Este un tip de artă ecologică și sustenabilă.

O primă activitate a fost realizarea mascotei clasei, adică a soarelui din frunze și petale de flori de toamnă, având mărimi și culori diferite. Copiii au făcut echipe și au realizat combinații de frunze și petale, raze mai mici sau mai mari, descoperind un altfel de soare de toamnă cuceritor. Produsele finale au adus aprecieri tuturor.





A doua activitate outdoor de artă tranzientă a fost realizarea de ”sculpturi” tranziente din gheață – forme de gheață, ornamente de gheață, globuri de gheață - un meșteșug de iarnă superb pentru copii, o nouă și minunată provocare în a crea lucrări de artă.

Cum am procedat?

Cu ajutorul părinților, copiii au pus apă în recipiente diverse: tăvi din silicon, forme pentru cuptor, înghețată, animăluțe, colorant non-toxic și au adăugat elemente naturale cât mai variate și colorate: bucăți din fructe, frunze, pietricele, precum și o sfoară cu nod în mijlocul compoziției.

Recipientele au fost lăsate la congelator peste noapte sau afară în aer liber, dacă temperaturile au fost scăzute, iar a doua zi acestea au fost aduse la școală.

Globulețele magice au împodobit bradul din curtea școlii, celebrând astfel împreună aceasta desfășurare de culori, creativitate și magie. Astfel, am promovat conectarea copiilor cu natura și activitățile în aer liber în anotimpul bucuriei.

Arta tranzientă cu gheață a stimulat creativitatea copiilor și a adus culoare și magie bradului din curtea școlii. Arta tranzientă are capacitatea de a acționa la un nivel profund cu mintea, sufletul și spiritul copiilor.





Beneficii educaționale:

Arta tranzientă le poate stimula enorm creativitatea copiilor și îi poate conecta cu natura;

Generează și susține starea de bine, le oferă copiilor sentimentul de satisfacție și senzația de a fi în control, stăpâni pe procesul lor;

Sunt multe tipuri de activități și procese implicate:

- ✚ Sortarea și gruparea materialelor;
- ✚ Dezvoltarea motricității;
- ✚ Combinarea creativă a culorilor;
- ✚ Crearea unui șablon sau a unei geometrii a elementelor;
- ✚ Aranjarea sau rearanjarea elementelor;
- ✚ Munca de concept, identificarea unei idei, dezvoltarea capacității de a planifica și de a gândi, elaborare ulterioară;
- ✚ Explorarea senzorială a texturilor materialelor;
- ✚ Exersarea gândirii matematice;
- ✚ Exersarea limbajului și a capacității de autoexprimare;
- ✚ Inventarea de povești;
- ✚ Dezvoltarea atenției și a capacității de concentrare;
- ✚ Dezvoltarea capacității de a rezolva probleme;
- ✚ Capacitatea de (auto)exprimare a copiilor;
- ✚ Valențe terapeutice.

Arta tranzientă este o artă în mișcare, cu caracter non-permanent. Copiii realizează repede că au libertate de a manevra elementele puse la dispoziție așa cum doresc și simt ei, că le pot muta, recombina, explora, pot dezvolta încontinuu o idee.

Arta tranzientă este despre proces, despre explorarea, despre imersiunea copiilor în propria experiență. Aceasta le permite copiilor să dețină controlul asupra creației, jocului și procesului de învățare.

Cred cu tărie că arta tranzientă străbate tiparele de artă prezentă în grădinițe și școli, conducând marii artiști către libertatea de exprimare, deschiderea minții, originalitatea lucrărilor și unicitatea modului de lucru.

Voi alege acest tip de ateliere pentru a susține ideea de joacă fără consum, fără a ne aglomera cu alte fișe, pentru flexibilitatea pe care le-o dă copiilor în manifestarea creativității și pentru că nu e musai să ducem ceva acasă ca să putem aprecia arta.





”Nu există rezultat greșit sau corect”. Dacă le inducem copiilor acest principiu, îi ajutăm să își clădească încrederea în sine, să se exprime liber și să devină co-autori ai procesului de învățare care se petrece atunci când explorăm arta tranzientă.





SĂPTĂMÂNA VERDE-VERDE28

Prof. înv. primar Cristofan Diana

Școala Gimnazială Nr.28

„Săptămâna verde” este un program național, în acord cu prevederile raportului „Educația privind schimbările climatice și mediul în școli sustenabile”, elaborat de către grupul de lucru de la nivelul Administrației Prezidențiale, ale Strategiei naționale privind educația pentru mediu și schimbări climatice 2023 - 2030 și ale Strategiei naționale pentru dezvoltarea durabilă a României 2030. Unitățile și instituțiile de învățământ beneficiază de sprijinul **Ministerului Mediului, Apelor și Pădurilor** în colaborare cu **Ministerul Educației**, prin punerea la dispoziție a instrumentelor educaționale utile în organizarea și implementarea programului „Săptămâna verde”. Programul are o durată de cinci zile consecutive lucrătoare.

Potrivit Metodologiei, „în cadrul Programului «Săptămâna verde» se realizează activități educaționale care contribuie la prevenirea schimbărilor climatice și la protejarea mediului”. „Programul contribuie la dezvoltarea competențelor antepreșcolarilor/ preșcolarilor/ elevilor de investigare inter- și transdisciplinară a realității înconjurătoare și formarea unor comportamente responsabile față de mediul înconjurător, prin dezvoltarea capacității acestora de a: înțelege și utiliza noțiuni elementare referitoare la mediu și la schimbările climatice pentru a conștientiza faptul că schimbările climatice sunt o problemă emergentă a omenirii, precum și a înțelege măsurile de combatere a acestora • înțelege legislația de mediu și rolul autorităților, instituțiilor, companiilor, organizațiilor nonguvernamentale și altor actori în combaterea schimbărilor climatice și protejarea mediului • înțelege schimbările climatice în context global, sistemic și în conexiune cu alte domenii/ probleme/ teme precum: exploatarea iresponsabilă a resurselor naturale, poluarea, risipa alimentară, managementul deșeurilor, consumul și producția sustenabile, biodiversitatea, pădurile și viața terestră, apele și viața acvatică, catastrofele naturale, energia verde, justiția socială • explora/ investiga mediul înconjurător și a relaționa pozitiv cu mediul natural • lua decizii și de a acționa zi de zi ținând seama de impactul asupra planetei, adoptând un comportament de protejare și îmbunătățire a calității mediului, inclusiv de utilizare responsabilă a resurselor naturale • se adapta la fenomene meteo extreme și a răspunde la potențiale dezastre naturale • iniția și desfășura acțiuni civice individuale și/ sau în echipă, de combatere a schimbărilor climatice și protecția mediului • participa, în viitor, la elaborarea de politici publice și la dezvoltarea de noi tehnologii care să contribuie la combaterea schimbărilor climatice și protecția mediului”.





Anul acesta, la Școala Gimnazială Nr. 28, Galați, s-a propus desfășurarea Proiectului „VERDE 28”, ce își propune apropierea elevilor de tot ceea ce înseamnă problemele de mediu și obiectivele dezvoltării durabile, precum și învățarea colaborativă, toate activitățile desfășurându-se în pereche. Clasa pe care o coordonez, IA, a făcut pereche cu clasa a III-a D. La început de săptămână am stabilit perechile și așa am lucrat timp de cinci zile.

Activitatea 1-„Împreună pentru un Pământ mai verde”

- ✓ Descriere: prezentarea obiectivelor dezvoltării durabile;
- ✓ discuții pe baza filmulețului **“Cum poți contribui la obiectivele globale în viața cotidiană ?”**
- ✓ prezentarea unui material PPT despre Planeta Pământ-importanța protejării resurselor ;
- ✓ Se poartă discuții despre cele 17 obiective durabile, apoi se notează idei despre implementarea fiecărui obiectiv.
- ✓ participare la jocul “Parașuta ideilor” pentru fixarea cunoștințelor acumulate despre obiectivele dezvoltării globale și despre Planeta Pământ.
- ✓ realizarea unui afiș foarte mare ce cuprinde obiectivele globale, cum putem proteja planeta, gânduri despre Planeta Pământ.

Activitatea 2 - „Pași spre viitor-de la biodiversitate la sustenabilitate”

Descriere: Activitatea s-a desfășurat la Agenția pentru Protecția Mediului Galați. Copiilor le-au fost prezentate situații concrete, din țara noastră, în care natura a avut de suferit din cauza omului sau în care omul, prin implicare, a reușit să salveze animale aflate la nevoie: „Emilia”, „Fenomen bizar în Buzău”, „Cea mai bătrână barză din România”, „Urs la Galați”, „Bursucul norocos”.

Li s-a prezentat și ce pot ei să facă pentru a proteja planeta: Reciclează; Învăță cât mai mult despre mediul înconjurător; Redu consumul de energie și de apă; Nu abandona deșeuri în natură; Nu culege plante din natură; Fii voluntar!

Activitatea 3 - „Descoperind minunile apei, conștientizăm și acționăm pentru durabilitatea resurselor naturale”

Descriere: Activitatea s-a desfășurat în parteneriat cu ABA Prut-Bârlad. Un inginer le-a prezentat copiilor importanța apei, circuitul apei în natură, la ce folosim noi apa, curiozități despre apă și despre cantitatea care este necesară pentru ca un măr să facă mere, pentru a produce o bucată de friptură. Elevii au identificat cum este folosită apa în gospodărie și cât de important este să reciclăm.

Activitatea 4 - „Învăță, acționează și protejează într-o Școală Verde”





Descriere: Discutând în perechi și apoi frontal, elevii au identificat ce putem face la școală pentru a proteja natura și cum putem avea o „atitudine verde”-cum poate o școală să fie prietenoasă cu natura. În urma discuțiilor, am ieșit în curtea școlii și pe o folie prinsă între doi copaci am pictat imaginea unei școli verzi, căci nu poți avea ceea ce nu poți vizualiza.

Activitatea 5 – „Promovabilitatea mobilității durabile prin voie bună”

Descriere: Prin desfășurarea acestei activități am vrut să transmitem ideea că grija față de planetă începe cu grija față de tine -„Minte sănătoasă într-un corp sănătos”. O minte sănătoasă ne ajută să acționăm conform obiectivelor durabile, să avem grijă de viitorul planetei, să arătăm că ne pasă.

Copiii au participat la un flashmob organizat în parteneriat cu sala Max Fit.

În concluzie, Săptămâna Verde de anul acesta a fost un succes. Ideea de a lucra în perechi a avut un aport și în creșterea stimei de sine a elevilor, a capacității lor de a colabora, a împărtăși idei, a accepta părerea celuilalt. Săptămâna Verde este un pas important înspre o societate educată, societate care în prezent are mari curențe în ceea ce privește atitudinea față de mediu. Constuind în prezent, sperăm ca în viitor să avem beneficii pentru această planetă minunată, casa tuturor: oameni, plante, animale.

Bibliografie:

<https://www.edu.ro/psv>

<https://ecoteca.ro/metodologia-de-organizare-a-programului-saptamana-verde-aprobata-prin-om-6755-2023.html>

<https://ziarulfacia.ro/ministerul-educatiei-unda-verde-pentru-saptamana-verde/>





PĂRINȚII ȘI IMPLICAREA LOR ÎN ACTIVITĂȚILE DIN GRĂDINIȚĂ

Prof. Miron Ionica

Prof. Dinu Carmen

Școala Gimnazială Specială “Constantin Pufan” Galați

Moto: “Toti oamenii au fost la început copii, dar puțini își mai amintesc”

Antoine de Saint-Exupery

Prima zi din viață, prima zi în grădiniță, prima zi la școală sunt evenimente pe care părinții și, în unele cazuri copii, le țin minte. Ele sunt de multe ori înregistrate în “documente oficiale de suflet” – fotografiile.

Primul contact mai lung cu mediul social este acela din grădiniță, cu colegii și cu educatoarea. Este locul unde își va petrece mai mult de jumătate de zi, alături de alți copii și de o persoană adultă. În primii ani de viață formarea copilului se realizează mai ales sub influența părinților. Ei sunt primii agenți de modelare ai copilului. Mai târziu, crește rolul celor apropiați ca vârstă: colegii de grupă de la grădiniță, colegii de clasă, copiii din vecinătatea locuinței, prietenii. Deoarece, în orice împrejurare cei din jur supun copilul unui adevărat examen privind comportamentul, de la cele mai mici vârste, asupra copilului acționează două tipuri de influențe: unele neintenționate, spontane și altele intenționate, reprezentând educația propriu-zisă.

Vârsta preșcolară este, fără îndoială, temelia educativă a întregii vieți. Datorită vârstei mici, educația preșcolară capătă caracter specific. Această perioadă, ca îngrijire și educație, formează temelia întregii vieți de mai târziu. Asigurarea unui parteneriat real între aceștia, implicarea tuturor în realizarea unei unități de cerințe va duce implicit la o educație corectă a copiilor, la evitarea erorilor în educație și la soluționarea problemelor care apar.

Debutul în grădiniță este temător, apare sentimentul abandonului alături de persoanele pe care le cunoaște mai mult sau mai puțin. În acest moment este începutul parteneriatului dintre grădiniță și familie. Parteneriatul grădiniței cu familia implică informarea teoretică a părinților în problemele de psihopedagogie preșcolară. Educatoarea poate avea discuții personale sau colective cu aceștia, dezbătând diverse teme: “Cum ne jucăm cu copiii noștri?”, “Cum putem contribui la dezvoltarea limbajului copiilor?”, “Care sunt problemele copilului singur la părinți?”. Se pot ține lectorate cu părinții și ședinte pe diferite teme în cadrul cărora sunt invitați specialiști (medici, logopezi, psihologi).





Grădinița trebuie să organizeze cu familia un parteneriat educațional, prin care va mijloci comunicarea și colaborarea cu aceștia, inclusiv prin vizite și activități împreună.

Este necesară încurajarea participării „taților” la astfel de activități, deoarece sunt familii unde aceasta este considerată „treaba femeilor”. Se poate proiecta o întâlnire numai „pentru tați” și o alta numai „pentru mame”. În timpul acestor întâlniri se pot prezenta activități desfășurate la grădiniță pentru ca părinții să le continue acasă. Părinții pot fi învățați cum să se implice în jocuri diferite cu copiii lor, dar și cum să le citească o poveste. La sfârșitul activității părinții pot completa diverse chestionare. Întâlnirile se pot concretiza în fișe de observație, pe care educatoarea le poate completa, pentru fiecare copil.

Părinții sunt principalii colaboratori și parteneri ai grădiniței în ceea ce privește educația moral-civică a copiilor preșcolari. Experiența pedagogică demonstrează că reușita integrării sociale depinde, în mare măsură, de calitatea formării grupului de copii, a relațiilor dintre ei și a modului în care se supune grupului (respectă colegii de grupă, să nu strice jucăriile, lucrările colective pe care le realizează). Participarea părinților la unele activități ale grădiniței (șezători, vizite, excursii, activități comune, lecții deschise, expoziții ale copiilor) și chiar implicarea acestora în organizarea, desfășurarea lor le vor permite o mai bună cunoaștere a particularităților propriilor copii, a dificultăților pe care aceștia le întâmpină în activități. Implicarea părinților în activitățile școlare ale copiilor pot merge și până la implicarea lor în activitățile extrașcolare de organizare a unor serbări cu teme folclorice, dar și prezentarea unor obiceiuri specifice anumitor zone geografice din România.

Dialogul dintre familie și educatoare este benefic, fie că se desfășoară cu fiecare familie separat, fie că se desfășoară în cadrul ședințelor cu părinții, el contribuie la desfășurarea în bune condiții a procesului instructiv-educativ.

Parteneriatul grădiniță- familie, acțiunile comune desfășurate, continuarea muncii educatoarei de către părinți, implicarea acestora în acțiunile organizate în grădiniță, transformarea unor deprinderi în obișnuințe, de toată această colaborare beneficiar este copilul care, treptat, prin modul de comportare, va scoate în evidență rezultatele acestui parteneriat. Activitatea cu părinții, ca parteneri, pentru a asigura dezvoltarea copilului în programul educativ din grădiniță, poate deveni un start bun pentru a crea părinților respectul de sine, încredere în competențele lor, făcându-i mai buni. Parteneriatul grădiniță-familie se referă la construirea unor relații pozitive între familie și grădiniță, la o unificare a sistemului de valori care poate avea un efect benefic asupra copiilor atunci când aceștia văd educatoarea sfătuindu-se cu părinții.





Prin toate activitățile realizate în grădiniță urmărim să-i facem pe copii să deosebească binele de rău, să știe ce se cuvine și ce nu se cuvine să facă, să fie toleranți atât cu ei cât și cu cei din jur.

BIBLIOGRAFIE:

- Eduard Dancila si Ioan Dancila – *“Noi si copilul nostru ne pregatim pentru scoala”*, Editura Edid ,2003
- Anton Moisin – *“ Arta educarii copiilor si adolescentilor in familie si scoala”*, Editura Didactica si Pedagogica,Bucuresti, 2001





BUNĂSTAREA PREȘCOLARULUI – PREOCUPAREA EDUCATOAREI

Prof. Drugan Vasilica

Grădinița cu P.P. Nr. 30, Galați

Starea de bine – așa cum este definită în „Educație cu stare de bine” – reprezintă un construct complex, multidimensional care se referă la calitatea vieții școlare, deci ține de „calitatea vieții” pe care o are copilul în perioada școlarității. Omul are cea mai lungă perioadă a copilăriei, perioadă divizată în multe alte substadii, cu dimensiuni ale dezvoltării deosebit de complexe. Este nevoie de o îndelungată aplecare asupra studierii lor, mai ales pentru identificarea metodelor care să favorizeze dezvoltarea plină a copiilor.

Astăzi s-a ajuns la o situație destul de neplăcută, aceea în care copilul este somat de părinte să obțină numai note bune, să fie cel mai bun, să știe de toate pentru că „Așa trebuie ca să reușească în viață!”. Toți tindem spre acest ideal „să reușim în viață”, dar o vom face în proprie manieră, nu așa cum își imaginează părintele pentru copil sau alți apropiați, care dau numeroase sfaturi, cu bună intenție. Aceste sfaturi sunt date în funcție de experiențele, de cunoștințele și de aptitudinile lor, în funcție de personalitate ca întreg. Nu se potrivește întotdeauna!

Atunci când copilul este constrâns să facă ceva, el va crea o barieră între sine și cel care îl constrânge. Este o reacție firească, de apărare, de opoziție, care nu duce nicidecum într-o direcție favorabilă lui.

Fiecare nivel în dezvoltarea ontogenetică a copilului presupune un alt tip de relaționare. Mai întâi arealul copilului este foarte restrâns, apoi se lărgeste brusc iar factorii stresanți pentru copil sunt din ce în ce mai mulți și mai diversificați. Mergând la grădiniță, își lărgeste mediul social, intră în relație cu alți copii care au un comportament, atitudine și limbaj diferite, ceea ce îl pune în dificultate pe noul intrat în acest areal. Noul areal este, de fapt, mediul școlar în care puilul de om își va petrece destul de mulți ani.

J. A. Comenius spunea: „Pentru fiecare om, viața este o școală, de la leagăn până la mormânt”. Se mai afirmă că volumul de cunoștințe acumulate de omul se dublează o dată la 10 ani, iar de la descoperire/ cunoaștere până la aplicarea noilor informații trece și mai puțin timp. Așadar, cred că școala/ organizația care se ocupă cu modelarea controlată a personalității copilului, viitorul adult, trebuie să își actualizeze componentele, astfel încât să aibă o influență adecvată asupra educabilului.





Cu referință la titlul lucrării, „Bunăstarea preșcolarului – preocuparea educatoarei”, trebuie spus că este important felul în care sunt trimise și receptate semnalele dintre copil și educatoare încă de la primul contact. Plecând din sânul familiei, din zona lui de confort, el intră în grădiniță cu numeroase anxietăți pe care educatoarea ar trebui să le înlăture pentru a-i putea recrea mediul confortabil. Cum? Educatoarea ar trebui să dispună de suficiente cunoștințe din domeniul psihopedagogic pentru a le utiliza pe cele potrivite copilului, deci trebuie să aibă expertiză.

Dar cum află ce i se potrivește? Simplu! Discută cu părintele, administrează chestionare pentru cunoașterea copilului și a familiei. Și iată cum se lărgește componenta umană, principala componentă în procesul de educație al copilului. La grădiniță, relația dintre copil și educatoare se bazează pe încredere, empatie, pe dragoste. Pentru aceasta copilul trebuie cunoscut, sprijinit în dezvoltarea sa, pe un fond saturat de dragoste.

Multe din comportamentele copiilor imită, mai mult sau mai puțin fidel, comportamentele adulților din imediata lor apropiere. Din propria experiență pot afirma că mulți dintre copii își corectează comportamentul antisocial. Henning Kohler afirma că el „face cunoștință cu valorile sociale pozitive prin faptul că adultul le aplică în prezența lui” (pag.33). Puterea exemplului este din nou adusă în prim-plan.

Comportamentele nedorite perturbă „liniștea”, armonia din grupă, mai ales o grupă cu 20 de copii, cu atât mai mult la o grupă combinată cu trei niveluri de vârstă. Starea de bine este dată și de sănătatea grupului, de coeziunea lui iar aici nu se poate vorbi de așa ceva deoarece fiecare vârstă are un alt interes, o altă putere de concentrare a atenției ș.a.m.d. Atunci când un copil este agitat, violent, care încearcă să atragă sub orice formă atenția asupra lui, disturbă întregul grup iar ceilalți copii ies din starea lor de bine, devin și ei agitați, unii devin temători și au reacții foarte diferite.

Din nou, intervine profesionalismul educatoarei în a găsi sursa agitației copilului (poate fi starea de sănătate precară, conflictele familiale ori multe alte cauze). Pentru aceasta comunică sincer, asertiv cu părintele, caută, găsește și aplică un remediu potrivit. Mai ales la grupa mică, legătura strânsă cu părintele ar trebui să ducă la crearea unei treceri line a copilului din mediul familial, în care totul s-a învățat instinctiv, informal, la un mediu formal, în care dezvoltarea holistă a copilului să se desfășoare în conformitate cu obiectivele prestabilite în cadrul curriculumului școlar.

Este destul de greu, pentru că în mediul familial, copilul se simte în siguranță, pe când, la intrarea în grădiniță aceasta dispare în mintea copilului. Mediul familial este cunoscut, este plin de căldură, de apropieri tandre, de nevoi și cerințe satisfăcute, pe când, noul mediu este





străin, sunt mai multe reguli de respectat, este vorba de distanțare impusă uneori de către colegi, de respingeri, cerințele nu sunt satisfăcute imediat... Chiar dacă educatoarea și îngrijitoarea sunt alături de ei, nu pot să le satisfacă cerințele instant așa cum era acasă. Ei trebuie învățați să gestioneze situațiile și asta cere timp, exercițiu și multă îngăduință.

Și atunci, cum ar trebui să fie sala de grupă, curtea, grădinița ca acest novice să se simtă bine, să vină cu plăcere aici, să caute compania educatoarei și a colegilor, să alerge la jucării, să caute compania colegilor, să inițieze jocuri și alte activități plăcute?

Iată că am ajuns la un alt punct important al temei propuse, acela al spațiului educațional pus la dispoziția copiilor, locul unde se acționează dirijat asupra personalităților lor. În cei douăzeci și șase de ani de experiență am încercat permanent să pun în aplicare recomandările din scrisorile metodice anuale primite la început de an școlar de la un nivel superior.

În cea mai mare parte a intervalului, am beneficiat de un spațiu generos atât în interior cât și în exterior. La interior, am căutat să delimitez diferite zone de interes care au fost permanent dotate cu materiale, spun eu, adecvate. Chiar dacă nu au fost înnoite an de an, au fost atractive, la îndemâna copiilor, curate, conforme. Copiii, fiind de vârste diferite au învățat să le utilizeze unii de la alții – ceea ce a fost un atu – dar a existat și un ritm mai accelerat de uzură. Ca educatoare, a fost destul de greu să am permanent în atenție dotarea cu materiale distributive, să caut mereu noi surse de dotare. Din fericire totdeauna există oameni cu suflet mare, cărora le pasă de nevoile celorlalți.

Totuși, în ultimii ani, implicarea părinților în amenajarea spațiului educațional a devenit o rutină. Și... eu nu cred că această implicare a venit doar în urma solicitărilor ci din interesul sincer al părinților față de tot ceea ce înseamnă educația propriilor copii.

Consider că cel mai greu lucru este să reușești să ai o viziune clară, completă asupra a ceea ce vrei să faci. Cadrul curricular este trasat dar ține de implicarea educatoarei în organizarea spațiului (bineînțeles a conducerii școlii), în dotarea cu materiale. Cel mai important lucru este identificarea materialelor care stimulează copilul pe toate palierele.

Materialele puse la dispoziția copilului trebuie să atragă, să stimuleze creativitatea, să genereze dorința de a împărtăși cu ceilalți, de a se juca împreună. Ar trebui să fie suficiente astfel încât să nu genereze dispute nesfârșite; totuși nu trebuie să rămână neutilizate, uitate pentru că sunt din abundență. Din propria experiență, la grupele combinate, materialele, jucăriile puse la dispoziția copiilor își găsesc totdeauna un utilizator pentru că interesele copiilor sunt mult mai diverse decât la grupele omogene. Însă la activitățile comune/obligatorii, este mult mai greu să planifici și să desfășori o activitate cu toate nivelurile sub acest aspect. Interesul copiilor pentru studiu este diferit, capacitatea de concentrare este mult





diminuată la cei mici și atunci, același material, devine neinteresant pentru unii în timp ce altora le trezește imaginația.

Cu toate acestea, o bună organizare a spațiului dă satisfacție atunci când copiii nu se plictisesc niciodată, când niciun colț nu rămâne gol, când răsună permanent: „Doamna educatoare, te rog să mă ajuți!”, „Adriana, cum fac aici?”, „Doamna educatoare, mi-am murdărit rochița și mami o să mă certe!”, „Am să te spun doamnei că mi-ai luat jucăria!”, „Doamnaaa...m-am lovit!”. Pentru mine înseamnă că prichindeii mei se simt în siguranță, știu că pot greși, știu că sunt ajutați la nevoie, știu că pot apela oricând la mine, știu că găsesc alinare la orice durere, în orice moment. Dar acestea sunt trebuințe primare. Atunci când aceste trebuințe le sunt satisfăcute, confortul psihic se instalează. Sub aspect socio -emoțional copilul atinge un nivel de dezvoltare care să îi permită să îndrăznească, să aibă încredere în ceilalți, să colaboreze, să găsească soluții neconflictuale, să-și dezvolte autocontrolul emoțional, să-și înțeleagă emoțiile și pe ale celorlalți.

Odată ce încrederea în sine crește, aceasta este cultivată prin activitățile de învățare dirijată. Un rol important îl are limbajul. Comunicarea prin limbaj oral, atât în componenta de ascultare și înțelegere, cât și în cea de vorbire, presupune mult exercițiu. Metodele și procedeele utilizate ar trebui să determine copilul să-și formeze un limbaj suficient de dezvoltat, cu un vocabular suficient de bogat și activizat încât să poată să se exprime clar, coerent, corect și expresiv. Henning Kohler ne sfătuiește să „învățați mici povestioare, pline de sens și de învățăminte care să trezească înțelegerea nu prin intermediul intelectului ci trecând prin prisma fanteziei. Căci puterea fanteziei ne încălzește până în vârful degetelor...”(pag.31)

Lectura, povestirile, citirea de imagini, conversațiile pe care le pot desfășura la grupă, multitudinea de cărți ilustrate de care dispun vin în întâmpinarea nevoii copiilor de a avea modele. Pentru ei nu este important dacă este basm sau legendă, poveste sau povestire, realitate sau fantezie. Acum copilul pune egal între formele de prezentare. Pentru el pisicuța vorbește ca o prințesă, trenulețul aționează ca un băiețel. Animismul gândirii sale îl ajută să interiorizeze, de fapt „ideea”. Mai târziu materializarea „ideii” va depinde de contextele care se vor ivi pe parcursul întregii sale vieți.

Este important, totuși, ca educatoarea să capete un feedback supra felului în care a fost receptată informația pentru a clarifica aspectele percepute eronat sau care, dintr-un motiv sau altul, nu sunt totdeauna în concordanță cu preceptele morale acceptate, la un moment dat, în evoluția societății care se schimbă extrem de repede. Odată ce copilul a înțeles mesajul, el poate transpune în joc ceea ce a înțeles, apoi să lărgască sfera de exprimare punând în scenă basmul, povestirea. Eu încurajez copiii „să pună pe hârtie”, să vizualizeze imaginile create în minte, să





modeleze din plastilină personajele din basme... practic să exerseze propriul tip de inteligență, ducând astfel copilul în zona lui de confort. Totodată, simțindu-se confortabil, el aglutinează, trece de la reproducere, la creare, își dezvoltă imaginația creatoare, fantezia. Atunci când „opera” sa este apreciată de educatoare și de colegi, când sunt evidențiate aspectele pozitive, frumoase, când sunt apreciate de colegi, copilul atinge un nivel al stimei de sine mai înalt. El va găsi motivația necesară să încerce și să reușească și în alte domenii, neagreate până atunci.

Nu toți copiii pot ajunge la performanți ridicate, nu toți au interes deosebit pentru lectură și/sau pentru studiu dar, dacă educatoarea, ca fin observator, descoperă o zonă de interes, un câmp propice al copilului, ea poate interveni aici, prin activitățile de dezvoltare personală. Copilul poate urca pas cu pas treptele scării ce duce spre un alt nivel, necesar și suficient, pentru trecerea la ciclul primar – un alt ciclu de învățământ.

În ultimii ani s-a pus accent pe activitățile outdoor care aduc într-adevăr un plus pentru copii. Studiarea plantelor, a insectelor, a păsărilor, etc. în mediul lor ar fi ideale dar acest tip de activități sunt destul de greu de organizat. Ba, mai mult, am observat că unii copii nu le agreează, se simt incomod. Copiii vin de acasă cu recomandarea să nu se murdărească, să nu-și zgârie pantofii, să nu-și deranjeze părul și așa mai departe, ceea ce este o reală problemă. Cred că este nevoie de o școală a părinților, mai întâi în acest sens, pentru a nu le mai insufla copiilor lor tot felul de temeri. Copiii nu sunt lăsați acasă să experimenteze lucruri destul de banale, iar la grădiniță, educatoarea întâmpină dificultăți în a-i determina pe copii să o facă.

Și totuși, copiii sunt atât de fericiți când „doamna” îi lasă să se stropească, să construiască ascunzișuri pentru șopârle din pietre și lemne, când aduc apă, udă florile și se udă și pe sine, când le rearanjează codițele după ce au alergat cu părul despletit sau îl aranjează ca al uneia dintre colege, când desenează cu cretă peste tot pe trotuar..., când se dau în leagăne muuuuult..., când sunt fericiți împreună și se supără când vine mami sau tati după ei...

Da, toate acestea denotă bunăstarea preșcolarilor! Acea stare de bine care îi fac să mormăie în barbă când sună un clopoțel – convenția noastră – pentru că mai avem și câte o poezioară de învățat, sau un joc-exercițiu planificat de dimineață. Atunci lasă jucăriile, lasă jocul dezlănțuit pentru că au încredere că îl vor relua de unde l-au lăsat după activitatea propusă de educatoare. Ei fac asta pentru că așa „vom fi mai deștepți, vom ști mai multe, vom fi mai puternici, vom crește mari...!”.

Oare este suficient pentru bunăstarea copilului? Cred că nu! Este nevoie și de bunăstarea educatoarei pentru ca toate acestea să poată fi aplicate „ca la carte”. Dar despre asta se discută mai puțin, este un alt subiect. Și totuși, afirm cu tărie un singur lucru: dragostea,





dăruirea, vocația pentru meseria de educatoare sunt suficiente pentru a crea o stare de bine preșcolarilor în orice sală de grupă.

Bibliografie

1. AKUON, AUDREY; PAILLEAU, ISABELLE, Învăță altfel cu pedagogia pozitivă, Editura DPH, București, 2013;
2. GOLEMAN, DANIEL, Inteligența socială, Editura Curtea veche, București, 2007;
3. KOHLER, HENNING, Despre copii anxioși, triști și neliniștiți, Editura Univers Enciclopedic Junior, București, 2013;





METODE DE CERCETARE ȘI INSTRUMENTE DE INVESTIGAȚIE FOLOSITE PENTRU IDENTIFICAREA VALORILOR FIECĂRUI COPIL

**Prof. Enuță Camelia,
Grădinița Lizuca, jud. Galați**

„Omul nu poate urca sau coborâ decât prin sine însuși”

H.Lovinescu

Desigur, pregătirea copilului pentru școală este una din sarcinile grădiniței. Orientările moderne au arătat că una dintre sarcinile actuale ale învățământului preșcolar este dezvoltarea personalității copilului în raport cu nevoile specifice vârstei, cu posibilitățile și dotările sale.

Studierea individualității copiilor, cunoașterea “materialului” cu care lucrăm, pe care îl formăm, nu este doar o cerință teoretică, ea decurge dintr-o realitate științifică, și anume din caracterul de originalitate, de unicat al ființei umane. Nu există doi indivizi identici. Influențele educative tind să reducă decalajul dintre nivelele de dotare și de pregătire ale copiilor, să-i apropie ca mod de comportament și de experiență cognitivă și socială, să-i aducă la un “numitor comun”.

Pentru a obține rezultatele dorite trebuie să știm cum să acționăm, ce procedee să folosim în raport cu fiecare copil în parte. Individualizarea ca principiu educativ implică cunoașterea structurii personalității celui ce urmează să fie educat. Educația și activitatea de studiere și cunoaștere a copilului constituie un proces unitar.

"Noi putem să-l educăm mai bine pe copil dacă-l cunoaștem și-l cunoaștem mai bine educându-l"

E firesc ca în condițiile activității preșcolare munca de cunoaștere a copilului să se îndeplinească la tot pasul cu munca de educare a acestuia. Pe primul plan se află munca de educare, cunoașterea psiho-pedagogică fiind o sarcină subordonată deși nu poate fi eficientă decât dacă se realizează în procesul educației.

Mediul familial este o condiție a activității școlare. Activitatea de colaborare cu familia a avut la bază cunoașterea condițiilor de viață ale copiilor în familie. Vizitele efectuate la domiciliul copiilor mi-au dat prilejul să stabilesc un dialog fructuos între grădiniță și familie, dialog care mi-a permis să cunosc copiii din toate punctele de vedere, dar și să realizez unitatea de măsură și cerințele educative dintr-o grădiniță și familie.





Consultațiile săptămânale (incluse în planificarea activităților instructiv-educative) mi-au facilitat discuții interesante cu părinții despre fiecare copil în parte. Am analizat cauzele diferitelor manifestări și am stabilit măsuri educative comune. Viața psihică a copilului este extrem de bogată, complexă ceea ce face ca studierea și cunoașterea lui să fie un proces amplu și de mare importanță care obligă la folosirea de procedee și metode multiple.

Pentru verificarea ipotezei am folosit atât metode de culegere a datelor cât și metode de prelucrare a acestora, după cum urmează: observația, convorbirea, anamneza, metoda testelor, experimentul, fișa psihopedagogică, analiza produselor activității.

Metoda observației- Încă din primele zile ale sosirii copiilor în grădiniță le-am urmărit toate reacțiile, conduita manifestărilor psihice sau cognitive. Această metodă a avut drept scop surprinderea unor elemente ale comunicării atât în activitățile liber alese în care copilul se manifestă spontan (unde este mai puțin dirijat de educatoare), cât și în cadrul activităților comune (desfășurate cu întreaga grupă de copii sub îndrumarea directă a educatoarei), în cadrul jocurilor, pentru a sesiza factorii hotărâtori și a distinge esențialul de accidental.

Metoda observației m-a ajutat la acumularea unui material faptic bogat, ea nu s-a redus la simpla privire a unui fenomen, la strângerea de răspunsuri, de impresii, a presupus urmărirea atentă și sistematică a unor fapte, necesare formulării unor aprecieri, prin raportare la obiectivele propuse. Observarea vorbirii copiilor m-a dus la cunoașterea unor trăsături esențiale ale personalității acestora, a volumului de cunoștințe, a cantității și a calității acestora. Folosită în toate etapele cercetării și însoțită de celelalte metode, mi-a oferit date suplimentare în legătură cu diverse aspecte ale domeniului investigat.

Rezultatele au fost permanent consemnate și folosite mai ales în analiza de caz.

Model de consemnare a datelor:

- Data efectuării observației
- Indicatorii observaționali și constatări înregistrate
- Presupuneri,

Metoda convorbirii – are la bază contactul viu și permanent cu preșcolarul în diverse situații.

Din dialogul cu copiii am obținut informații privind vocabularul, înțelegerea și utilizarea corectă a semnificației cuvintelor, exprimarea din punct de vedere fonetic, lexical, sintactic, fluiditatea și coerența vorbirii, expresivitatea exprimării. Tot prin această metodă am constatat gradul de emotivitate și sociabilitate al fiecărui copil, factori importanți al adaptării școlare. Întrebările clare, accesibile, expresive, completate cu procedee artistice (mimică,





gestică, intonație) i-au dat copilului certitudinea că este ascultat și i-au sporit dorința de comunicare.

Din dialogul cu părinții mi-am înregistrat informațiile privind atmosfera familială, mediul cultural din care provine copilul, relațiile copilului cu părinții, evenimentele mai deosebite trăite de el. Astfel am putut obține sprijin din partea părinților în corectarea deficiențelor de vorbire, și am putut iniția o colaborare între grădinița și familie în derularea programului de pregătire pentru școală a copilului.

Așadar prin convorbiri am obținut date referitoare la nivelul dezvoltării intelectuale a copilului, la trăsăturile temperamentale, la interesele și la convingerile acestuia.

Rezultatele au fost permanent consemnate în caietul de observații.

Anamneza- prin această metodă am avut în vedere culegerea de informații despre, dezvoltarea copilului, evoluția acestuia de la naștere, starea de sănătate, condițiile materiale și socio-culturale ale familiei, despre influența pe care toate acestea le au asupra copilului.

Rezultatele obținute m-au ajutat la cunoașterea și tratarea diferențiată a copiilor, au contribuit la completarea fișei psihopedagogice.

Testul și proba psihologică- această metodă am folosit-o atât în faza pre-experimentală, cât și în faza experimentală, rezultatele acesteia oferindu-mi posibilitatea de a obține informații obiective asupra dezvoltării psihice și a pregătirii copilului pentru școală, din punct de vedere fizic, psihic și afectiv, etc.

Fișa psihopedagogică – este un instrument de bază pentru studierea și caracterizarea individualității copilului, oferind posibilitatea de a consemna, de a înregistra datele observate, având în același timp valoare practică. Fișa psihopedagogică este superioară unei caracterizări libere a copilului prin elementul de sistematizare a informației.

Experimentul - a constat în măsurarea efectului produs ca urmare a introducerii unui sau mai multor factori experimentali. Experimentul se desfășoară folosind mai multe tehnici: tehnica grupului, pe care se produce experimentarea, tehnica grupelor paralele (experimentală și de control), având aproximativ același nivel de cunoștințe, același număr de subiecți și fiind egale din punct de vedere al vârstei.

Pentru buna desfășurare a activităților a fost necesară cunoașterea nivelului de dezvoltare intelectuală al copiilor și acest lucru l-am realizat prin testările inițiale, administrate la început de an școlar. Rezultatele obținute mi-au permis să cunosc volumul de cunoștințe și nivelul dezvoltării intelectuale al fiecăruia, fapt ce a constituit un punct de plecare pentru activitatea de cercetare.





La fiecare sfârșit de semestru am aplicat testări sumative care au reflectat gradul de însușire al cunoștințelor după o perioadă lungă de instruire, modul cum a evoluat gândirea copiilor, cum reușesc să-și însușească cunoștințele dobândite, să opereze cu ele, să-și formeze un limbaj adecvat și să-l utilizeze când este nevoie.

Evaluarea – este o etapă importantă în fixarea și consolidarea cunoștințelor copiilor. Metodele și tehnicile de evaluare cele mai folosite sunt testele, concepute ca probe practice pentru a verifica în ce măsură au fost atinse obiectivele activității instructiv-educative, ce asigură un grad mare de obiectivitate, precum și posibilitatea de a realiza într-un timp cât mai scurt verificarea unui volum mare de cunoștințe, priceperi și deprinderi însușite de preșcolari într-o etapă de instruire.

BIBLIOGRAFIE

1. C. Cocoș – “Pedagogie” - Editura “Polirom” - Iași, 2000
2. D. Muster, M. Moldoveanu – „Gradul I în învățământ”, E.D.P. București 1998
3. Ezechil Liliana, Mihaela P. Lazarescu - "Laborator preșcolar" - ED. "V & Integral", București 2001





PROMOVAREA STĂRII DE BINE PRIN PROIECTUL TRANSFRONTALIER

Prof. înv. primar Epure Florentina-Cristina
ȘCOALA GIMNAZIALĂ „DAN BARBILIAN”, GALAȚI

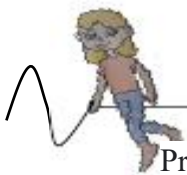
Motto: „ Tu vei fi, pentru mine, fără seamăn în lume.
Eu voi fi, pentru tine, fără seamăn în lume...”
(Antoine de Saint Exupery)

Prietenia este una dintre valorile cele mai importante ale oricărei persoane când este copil și o calitate ce dă valoare vieții adultului care o posedă. Prietenii din grupul de joacă, al clasei sau din alte grupuri contribuie la dezvoltarea armonioasă a copilului prin relațiile pe care le dezvoltă împreună, pe baza unor interese sau caracteristici comune pe care ei și le descoperă reciproc și treptat.

Relațiile care se stabilesc între elevii de ciclul primar în timpul orelor de curs, al activităților educative și în pauze pot conduce la încheierea unor prietenii adevărate, atunci când gestionarea acestora se realizează cu mult tact pedagogic, ceea ce contribuie la starea de bine a elevilor. În perioada vârstelor de 9 – 11 ani, elevii descoperă mai ușor colegii cu care împărtășesc pasiuni și interese comune și își fac prieteni atât în clasa lor, cât și într-un grup mai larg. În anul școlar 2023-2024, elevii clasei a III-a A au participat la proiectul transfrontalier „Culorile copilăriei” tocmai pentru a cunoaște copii de aceeași vârstă cu ei din altă țară și de a lega prietenii, chiar și virtuale. Activitățile acestui proiect au fost întâmpinate cu bucurie de către elevi pentru că au avut ocazia de a-și întâlni colegii din Republica Moldova, de a vorbi cu ei, de a afla lucruri de interes despre școala lor, materiile studiate, sărbătorile poporului lor, cântece și poezii. De asemenea, elevii și-au prezentat țara și orașul lor, portul național și drapelul, școala în care învață și ce fac la școală.

Scopul proiectului a fost inițierea și dezvoltarea unui parteneriat interinstituțional transfrontalier în vederea schimbului de bune practici în domeniul educațional, în ciclul primar, cu accent pe promovarea stării de bine în rândul elevilor și al cadrelor didactice. Obiectivele proiectului au avut în vedere cunoașterea partenerilor, a zonei geografice, istorice, culturale și a mediului educațional specific fiecărui partener din proiect, realizarea unor activități comune prin organizarea a două întâlniri virtuale cu participarea elevilor, aprofundarea unor teme de interes comune, precum prietenia și copilăria. Pe lângă competențele specifice disciplinelor educație civică, limba și literatura română și arte vizuale și abilități practice dezvoltate prin implementarea acestui proiect, elevii și-au format și competențe transversale precum flexibilitatea gândirii, coordonarea cu ceilalți, creativitatea, inteligența emoțională.





Prima întâlnire online a fost cea de cunoaștere a partenerilor și una cu foarte mare impact asupra stării de bine a elevilor. În cadrul acestei întâlniri, elevii s-au prezentat pe sine, școala, clasa, învățătorul, au adresat întrebări de intercunoaștere și au răspuns la întrebările adresate lor, au cântat un cântec al copilăriei și și-au descris școala prin distribuirea unor materiale digitale (filmulețe de prezentare online în Canva și pe canalul Youtube). Activitatea principală a proiectului a fost aprofundarea temei comune, cea a prieteniei. Elevii au ilustrat prin desene și lapbook-uri povestea *Micul prinț*, de Antoine de Saint-Exupery. Au realizat expoziții cu lucrările realizate la nivelul claselor și le-au împărtășit cu colegii lor din proiect pe o aplicație digitală, o expoziție virtuală în Canva. Au fost premiate cele mai frumoase lucrări și toți elevii au primit diplome de participare. Întâlnirea finală cu partenerii s-a realizat virtual și a constat în realizarea unor jocuri online în comun și premiarea participanților la proiect.

Un rol important în crearea stării de bine prin intermediul proiectului transfrontalier l-au avut materialele folosite pentru crearea unei atmosfere prielnice. Elevii au purtat ii tradiționale, au avut steaguri realizate de ei și afișul proiectului pe fundal, iar decorul clasei a constat în expoziția de lucrări ale elevilor. Toate aceste elemente creează atmosfera favorabilă învățării și exersării stării de bine. Un alt element la fel de important a fost faptul că elevii au cunoscut obiectivele dinainte, astfel că s-au implicat activ în realizarea activităților cu o motivație crescută. Aceste aspecte pe care am pus accent în cadrul proiectului educativ prezentat cu scopul creării stării de bine, anume atmosfera stimulativă redată de materialele și mijloacele didactice folosite și prezentarea obiectivelor pe înțelesul elevilor, determină o implicare mai activă a acestora în învățare inclusiv în cadrul orelor de curs, precum și starea de bine.

Rezultatele calitative obținute în urma derulării acestui proiect se înscriu în direcția promovării stării de bine la elevi prin competențe îmbunătățite privind comunicarea despre sine, depășirea obstacolelor emoționale, stimă de sine crescută, exersarea deprinderilor artistice și a creativității. Elevii au fost foarte bucuroși să cunoască și să lucreze cu colegi din altă țară, în special din Republica Moldova, iar tema proiectului li s-a părut ușoară și plăcută.

Experiența proiectului transfrontalier a însemnat un schimb de bune practici din care am învățat să valorificăm ceea ce știm și să împărtășim cu dărnicie din cunoștințele noastre. Ideea de proiect în sine presupune o implicare mai mare din partea elevilor întrucât efortul depus este mascat de o poveste, povestea proiectului. Astfel, învățarea se face mai ușor și rezultatele, amintirile și prietenii de peste hotare rămân vii în mințile și inimile elevilor, iar elevii experimentează în acest fel starea de bine.





STAREA DE BINE ÎN GRĂDINIȚA DE COPII

Prof. Gîlcă Gabriela

Grădinița cu P.P. Nr. 30, Galați

Într-o lume în continuă schimbare, asigurarea stării de bine în grădiniță devine din ce în ce mai importantă. Copiii petrec mult timp la grădiniță sau în mediul online, iar acesta trebuie să fie un spațiu care să promoveze sănătatea lor emoțională și socială, alături de dezvoltarea academică. "Starea de bine" este o noțiune complexă, variind în funcție de vârstă, context socio-economic și cultural.

Preșcolarii își asociază starea de bine cu fericirea și se simt în largul lor într-un mediu școlar în care sunt apreciați, se simt în siguranță și primesc sprijin din partea colegilor și a cadrelor didactice. Pe de altă parte, lipsa stării de bine poate duce la probleme emoționale și comportamentale.

Cadrele didactice joacă un rol esențial în promovarea stării de bine a copiilor. Crearea unei atmosfere pozitive în clasă, relaționarea empatică cu copiii și oferirea unui sprijin emoțional sunt aspecte cheie ale muncii lor. De asemenea, exemplele de relaționare pozitivă dintre copii și educatoare, precum cele menționate în text, arată influența pe care o poate avea o conexiune autentică între educator și copil.

Stresul și lipsa de interes pentru învățare pot fi factori care afectează starea de bine a preșcolarilor, iar școala trebuie să fie un mediu în care aceștia să fie încurajați și sprijiniți să-și atingă potențialul maxim. Prin promovarea unor valori sănătoase și a relațiilor interpersonale pozitive, grădinițele pot contribui semnificativ la dezvoltarea elevilor nu doar din punct de vedere academic, ci și din perspectivă socială și emoțională.

În concluzie, asigurarea stării de bine în grădinițe este esențială pentru succesul copiilor și pentru construirea unei societăți sănătoase și echilibrate. Este responsabilitatea noastră să creăm medii de învățare în care fiecare copil să se simtă valorizat, susținut și încurajat să-și exploreze și să-și valorifice potențialul într-un mod sănătos și constructiv.

Unul dintre aspectele fundamentale în promovarea stării de bine în grădinițe este asigurarea unui suport emoțional adecvat pentru copii. Cadrele didactice ar trebui să fie disponibile pentru a asculta și a oferi îndrumare în momentele dificile, fie că este vorba despre probleme personale sau academice. De asemenea, implementarea unor programe de consiliere și suport psihologic poate fi benefică pentru copii.





Relațiile interpersonale sănătoase între copii și între copii și cadrele didactice sunt cruciale pentru starea de bine în grădiniță. Prin promovarea colaborării, a empatiei și a respectului reciproc, grădinițele pot crea un mediu în care copii se simt acceptați și apreciați, ceea ce contribuie la creșterea încrederii în sine și a stimei de sine.

Învățarea abilităților de gestionare a stresului și de rezolvare a problemelor este esențială pentru dezvoltarea rezilienței la copii. Prin integrarea unor programe și activități care stimulează rezolvarea de probleme și dezvoltarea abilităților de adaptare, grădinițele pot ajuta copiii să facă față mai eficient provocărilor și dificultăților vieții.

Parteneriatul între grădiniță și familie este crucial în promovarea stării de bine a copiilor. Comunicarea deschisă și colaborarea între cadrele didactice și părinți pot contribui la identificarea și rezolvarea promptă a problemelor care pot afecta starea de bine a preșcolarilor.

Grădinițele ar trebui să ofere un mediu fizic sigur și sănătos, precum și o atmosferă socială pozitivă. Aceasta poate include programe de promovare a unui stil de viață sănătos, facilitarea accesului la resurse și servicii de sănătate, precum și implementarea unor politici și regulamente care să combată bullying-ul și discriminarea.

Copiii trebuie încurajați să-și asume responsabilitatea pentru propria lor învățare și dezvoltare contribuind astfel la creșterea sentimentului de autonomie. Prin oferirea de oportunități de luare a deciziilor și de participare activă în procesul de învățare, elevii se pot simți mai implicați și motivați în parcursul lor educațional.

În final, promovarea stării de bine în grădiniță nu este doar o responsabilitate a cadrelor didactice, ci implică eforturi colaborative între toți actorii implicați în procesul educațional. Prin crearea unui mediu sigur, susținător și stimulat, școlile pot contribui la dezvoltarea armonioasă și echilibrată a copiilor, pregătindu-i pentru succes în viață.

Bibliografie:

1. IONESCU, MIHAELA (Coordonator), Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani, Editura Vanemond, București, 2010.
2. NEDELCU, ANCA; ULRICH HIGUM, CĂTĂLINA; CIOLAN, LUCIAN; ȚIBU, FLORIN- COORDONATORI, Educația cu stare de bine. După o rețetă româno-daneză, GhidRodawell, București, 2018;





FRUMUSEȚEA EXISTENȚEI UMANE

Profesor psihopedagog-consilier școlar Moroza Violeta-Gina

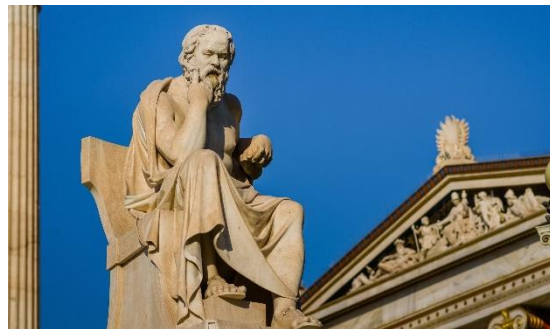
**CJRAE Galați, Școala Gimnazială „Dan Barbilian”, Școala
Gimnazială nr. 22**

1. Introducere

Într-o lume în continuă schimbare, cu provocări și necunoscute la tot pasul, deseori căutăm răspunsuri și îndrumări din înțelepciunea trecutului, motiv pentru care ne-am oprit la două dintre personalitățile care au marcat gândirea antică, dar ale căror cugetări sunt valabile și astăzi – Socrate și Marcus Aurelius. Prin ideile și sfaturile date urmașilor, acești mari gânditori contribuie la crearea, și în zilele de astăzi, a unui stil de viață echilibrat, absolut necesar pentru a ne păstra identitatea și a reuși pe plan personal și profesional.

2. Din înțelepciunea lui Socrate

Socrate, una dintre cele mai influente figuri ale filosofiei occidentale, a trăit în Atena antică, unde a revoluționat gândirea prin metodele sale de dialog și introspecție. El este cunoscut pentru metoda sa dialectică de a căuta adevărul prin întrebări și răspunsuri, precum și pentru virtutea sa morală și intelectuală. Fără a lăsa scrieri proprii, învățăturile sale au fost transmise de discipoli precum Platon și Xenofon. Filozofia lui Socrate, axată pe cunoașterea de sine și căutarea adevărului, continuă să inspire și să provoace generații de oameni.



Extragem, mai jos, unele dintre cele mai celebre citate ale lui Socrate care ne oferă o perspectivă asupra vieții:

- „*Cunoaște-te pe tine însuși*” este, probabil, cel mai faimos îndemn socratic. Înțelegerea propriilor valori, motivații și slăbiciuni este primul pas către înțelepciune.
- „*Nimeni nu este dușmanul tău, nimeni nu este prietenul tău, dar fiecare persoană poate fi profesorul tău*”. În loc să-i împarți pe toți în două categorii - dușmani și prieteni, odată cu vârsta înțelegi că toți sunt necesari în viața ta pentru ceva anume. Cineva ne susține, cineva ne trădează, cineva ne înșală, iar cineva devine pe neașteptate salvatorul nostru. Abia după ceva timp putem înțelege de ce avem nevoie de anumiți oameni în viața noastră.





• Acceptă propria ignoranță. „*Știu că nu știu nimic*” reflectă atitudinea socratică de modestie și de deschidere față de cunoaștere; suntem îndemnați să înțelegem că există multe lucruri pe care nu le știm și că singura cale de a progresa este să recunoaștem propria noastră ignoranță și să căutăm să o depășim. Să înțelegem că nu deținem cunoașterea absolută, dar să fim mereu în căutarea ei.

• Caută virtutea și înțelepciunea „*Virtutea nu poate fi predată, ci trebuie dobândită prin auto-reflecție și disciplină*”. Căutarea unei vieți virtuose este mai importantă decât acumularea de bunuri materiale.

• „*Cea mai înaltă formă de înțelepciune este bunătatea*”. Acest citat exprimă ideea că adevărata înțelepciune nu constă doar în cunoaștere, ci și în aplicarea ei în mod etic și altruist.

• „*Sănătatea nu este totul, dar fără sănătate totul este nimic*”. La urma urmei, dacă avem sănătate, putem să ne asigurăm tot ce avem nevoie, să facem ceea ce ne place, să ne bucurăm de viață și să facem planuri pentru viitor. Dar sănătatea nu este totul. De exemplu, dragostea și prietenia reciprocă sunt foarte importante în viață; fără ele, viața poate părea goală și fără scop. Armonia spirituală, auto-dezvoltarea și succesul sunt de asemenea importante. Cu toate acestea, în ciuda importanței acestor aspecte ale vieții, fără sănătate ele par nesemnificative. Numai datorită sănătății ne putem bucura de toate celelalte delicii ale vieții și ne putem alege propria cale de dezvoltare și îmbunătățire.

• Educația continuă - „*Educația este aprinderea unei flăcări, nu umplerea unui vas*”. Învățarea nu se termină niciodată, este un proces continuu de iluminare și dezvoltare.

• Trăiește simplu și cu moderație - „*Cel care nu se mulțumește cu puțin, nu va fi mulțumit cu nimic*”. Simplitatea și moderația sunt cheile unei vieți echilibrate și fericite.

• Fii responsabil de acțiunile tale - „*Un om este ceea ce face în mod repetat*”. Socrate sublinia importanța responsabilității personale și a acțiunilor noastre ca reflectare a caracterului nostru.

• „*Fericirea nu constă în a avea mai multe lucruri, ci în a te bucura mai mult de ceea ce ai*”. Acest citat ilustrează viziunea lui Socrate asupra fericirii, care nu depinde de bogăție sau plăceri exterioare, ci de starea interioară a minții și a inimii. Socrate era adeptul unui stil de viață simplu și sobru, care îi permitea să se concentreze pe lucrurile esențiale.

Învățăturile lui Socrate sunt fundamentale pentru orice căutător al adevărului și al înțelepciunii. Ele ne îndeamnă să trăim o viață examinată, să ne cunoaștem pe noi înșine și să căutăm virtutea și înțelepciunea în fiecare zi. Metoda sa de dialog și auto-reflecție ne inspiră să ne întrebăm și să cercetăm, să nu ne mulțumim niciodată cu ignoranța și să continuăm să învățăm și să ne dezvoltăm.





3. Sfaturi de viață de la Marcus Aurelius

Unul dintre cele mai luminoase repere ale gândirii umane este, fără îndoială, Marcus Aurelius. Împărat roman, filosof stoic și autor al faimoasei opere „Meditații”, Marcus Aurelius ne-a lăsat o moștenire de neprețuit în forma unor reflecții profunde despre viață, conducere și virtute.



Sfaturile lui Marcus Aurelius sunt ecouri ale unei înțelepciuni atemporale, care răsună cu aceeași putere și relevanță și în zilele noastre. Ele ne încurajează să trăim cu integritate, să ne acceptăm destinul și să cultivăm o minte și un suflet echilibrate. În tumultul vieții moderne, să ne reamintim de aceste îndrumări poate fi un far călăuzitor către o viață trăită cu adevărat în armonie și înțelegere:

- Acceptă ceea ce nu poți schimba - *„Totul se întâmplă cu un motiv, chiar dacă nu îl înțelegi imediat”*. Marcus ne învață acceptarea și să găsim pacea în a înfrunta cu demnitate inevitabilul.

- *„Înțelege că oamenii există pentru a se ajuta unii pe alții”* - Marcus credea că, deși vor exista întotdeauna oameni egoiști și care își vor dori să-i distrugă pe ceilalți, omeniirea trebuie să trăiască în armonie. *„Am venit în lume unul de dragul celuilalt”*, scria împăratul roman.

- Fii prezent *„Concentrează-te pe ceea ce faci în momentul prezent”* - Fiecare clipă este unică și prețioasă, iar viața se trăiește cu adevărat doar în prezent.

- *„Fii conștient de umilința celorlalți”*. Amintește-ți că fiecare dintre urmașii tăi, fiecare dintre superiorii tăi și fiecare dintre vrăjmașii tăi este o ființă umană care mănâncă, doarme și face toate celelalte lucruri firești. Pare evident, dar este ușor să minimizezi sau să maximizezi importanța altora în momentul în care iei o decizie cu privire la aceștia. Amintește-ți că fiecare persoană are demnitate și mândrie.

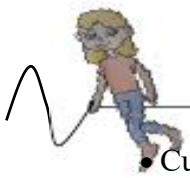
- Controlează-ți emoțiile - *„Nu lucrurile ne deranjează, ci opinia noastră despre ele”*. Reacțiile noastre sunt singurele pe care le putem controla cu adevărat.

- Caută să fii drept - *„Fii drept și sincer, nu doar în fapte, ci și în gânduri”*. Integritatea este piatra de temelie a unei vieți virtuoză.

- Fii mulțumit cu ceea ce ai - *„Fericirea vieții tale depinde de calitatea gândurilor tale”*. Recunoștința pentru ceea ce avem ne ajută să găsim bucurie și pace interioară.

- Nu te lăsa pradă mândriei - *„Amintește-ți că toată lumea greșește și nimeni nu este perfect”*. Modestia și compasiunea față de alții sunt esențiale pentru relații armonioase.





• Cultivă-ți mintea - „Sufletul devine vopsit cu culoarea gândurilor sale”. Îmbogățirea minții prin lectură și reflecție este un drum către înțelepciune.

• Evită să judeci repede acțiunile celorlalți. Uneori, ceea ce percepi ca greșeli la ceilalți pot fi, de fapt, gesturi mai înțelepte decât îți poți imagina. „Trebuie să știi o mulțime de lucruri înainte să le poți judeca acțiunile altora cu o înțelegere reală”, scria Marcus.

• „Păstrează-ți cumpătul”. Deși este firesc să reacționezi la o jignire prin pierderea cumpătului, nu este în niciun fel constructiv. Pentru a-ți putea stăpâni emoțiile, Marcus spune că trebuie să îți amintești că viața e scurtă. Este alegerea fiecăruia dacă își petrece timpul și energia lamentându-se în privința lucrurilor care s-au întâmplat sau rămâne calm și abordează problemele cu înțelepciune.

• „Recunoaște că ceilalți te pot răni doar dacă le permiți”. Gândește-te la un moment în care cineva te-a insultat. Ai ales să lași acele cuvinte să vă rănească, deși ai fi putut să compătimești persoana respectivă pentru că este ignorantă și nepoliticoasă. Doar lucrurile rușinoase pe care le faci ar trebui să te rănească, pentru că deții controlul asupra propriului sistem de valori.

• Trăiește simplu - „Să nu mai vorbim despre ce înseamnă un om bun, ci să fim un astfel de om”. A trăi cu simplitate și a ne concentra pe esențial ne aduce claritate și pace.

• Bunătatea sinceră este invincibilă, considera Marcus, și mai puternică decât orice fărădelege. „Ce poate face chiar și cea mai rea persoană dacă tu continui să-l tratezi cu bunătate și grijă, corectându-l cu bucurie chiar în momentul în care încearcă să-ți facă rău”, scria Marcus.

• Acceptă efemeritatea vieții - „Nu lăsa să-ți scape din minte că tot ce vezi se va schimba și nu va mai fi”. Acceptarea trecătoarei naturi a vieții ne ajută să prețuim mai mult fiecare moment.

Aceste texte ne oferă o perspectivă unică asupra modului în care filosoful și-a însușit învățăturile stoicilor în viața sa de zi cu zi. Lucrările sale acoperă subiecte precum virtutea, umanitatea, răbdarea și acceptarea destinului. De-a lungul timpului, Marcus Aurelius a devenit un model pentru mulți filosofi și gânditori. Filosofia sa stoică și învățăturile sale despre viață, acceptare și virtute au avut un impact durabil asupra multor generații ulterioare. El a reprezentat un exemplu de conducere înțeleaptă și etică, oferind un model pentru cum să trăim o viață plină de înțelepciune și echilibru.

4. Concluzii

Prin adoptarea acestor sfaturi, putem să ne îmbunătățim nu doar propriile vieți, ci și societatea în care trăim. Socrate ne amintește că adevărata înțelepciune vine din cunoașterea





de sine și din angajamentul constant de a trăi conform principiilor de justiție și virtute. În tumultul și complexitatea vieții moderne, reflecțiile sale rămân o busolă valoroasă, ghidându-ne spre o existență plină de semnificație și echilibru.

Reflectând asupra învățăturilor sale, putem descoperi nu doar răspunsuri la întrebările noastre, ci și inspirația necesară pentru a deveni cea mai bună versiune a noastră. Marcus Aurelius ne invită, prin cuvintele sale, să ne privim viața cu mai multă claritate și să ne trăim zilele cu o mai mare apreciere pentru prezent și pentru simpla, dar profunda, frumusețe a existenței.

5. Bibliografie:

<https://www.altfel.net/2023/10/intelepciunea-lui-socrate-citate.html>

<https://succesdublu.ro/citate-marcus-aurelius/>

<https://adevarul.ro/stil-de-viata/cele-10-reguli-ale-lui-marcus-aurelius-pentru-a-fi-1740769.html>

<https://1923.ro/2024/05/marii-intelepti-ai-lumii-10-sfaturi-de-viata-de-la-socrate/>

<https://1923.ro/2024/05/marii-intelepti-ai-lumii-10-sfaturi-de-viata-de-la-marcus-aurelius/>





PROIECT EDUCAȚIONAL „CU PĂRINȚII LA GRĂDINIȚĂ”

Prof. înv. preșc. Neculai Paula

Grădinița cu P.P.Nr.30 Galați

”Un copil este ca o sămânță de floare...Cât de frumos va crește , cât de frumos va rodi, depinde de grădinarul care o va îngriji, de ce pământ și de câtă lumină și apă are , de cât e de ferită de frig, de furtună și de soare prea tare. E atât de plăpândă..... ” Irina Petrea

Știm cu toții că familia reprezintă cel mai important factor și cel primordial în educarea unui copil și că educația începe din familie, de aceea legătura dintre grădiniță și mediul familial va trebui să se întrepătrundă.

Educația în familie are ca scop formarea unui om cu o dezvoltare multilaterală și armonioasă. Părinții sunt datori să crească copilul , să se îngrijească de sănătatea, educația , învățătura și pregătirea profesională a acestuia.

De la venirea în grădiniță, educatoarea întreprinde activități de cunoaștere a copiilor și familiilor acestora, ține permanent legătura cu familia .

În ultima perioadă se pune foarte mare accent pe participarea părinților la activități demonstrative pentru a permite acestora evaluarea propriilor copii în mediul educațional.

În cadrul grădiniței noastre se desfășoară activități educaționale în care sunt implicați părinții, ca prim profesor și expert asupra copilului său. Acest program îi consideră pe părinți ca parteneri în educația copiilor .

Se organizează în mod regulat întâlniri sau conferințe cu părinții acestea fiind organizate lunar.

Prima activitate cu părinții din anul școlar am organizat-o în primele două săptămâni de școală, fiind copiii la grupa mică am creat ”Săptămîna părinților”, organizând activități zilnice împreună cu aceștia pentru a ajuta copilul să se acomodeze mai ușor cu mediul educațional.

S-au desfășurat activități muzicale, activități practice, activități sportive, numeroase jocuri toate cu scopul de a familiariza copilul cu ceea ce înseamnă grădinița, cine suntem noi educatoarele și care este rolul nostru în grădiniță.

Aceast program s-a implementat deja pentru al doilea an și am constatat că ”ruperea” de familie a copilului și acomodarea cu grădinița s-a făcut mult mai ușor și mai repede.





O altă activitate s-a desfășurat în cadrul Proiectului educațional ” Iubește, dăruiește, copilăria lucruri bune înfăptuiește” - la sfârșitul lunii noiembrie. În cadrul acestei activități părinții au fost provocați să aducă de acasă preparate făcute de ei din fructe și legume de toamnă și așa am sărbătorit faptul că toamna a fost bogată anul acesta, iar pentru a-i ura bun venit iernii am organizat ateliere de creație unde părinții împreună cu copiii au făcut coronițe de pus la ușă și au decorat borcane cu decorațiuni specifice anotimpului iarnă (fulgi, oameni de zăpadă, brazi, zăpadă, clopoței, fundițe etc.).

Acest carnaval se desfășoară la noi în unitate al treilea an consecutiv dorind să continuăm să îl organizăm și în ceilalți ani care urmează. În fiecare an carnavalul a avut diferite activități spre exemplu în primul an am organizat 3 ateliere : de pictură, unde copiii au pictat împreună cu părinții ”Bogațiile Toamnei”; de lucru manual , unde au făcut arici din cartof și scobitori și cel de bucatărie unde s-au făcut plăcinte cu dovleac și mere, iar la final s-a cântat și s-a dansat. A fost o atmosferă plăcută și relaxantă.

Concluziile în urma derulării proiectului sunt următoarele:

- proiectul educativ este o foarte bună modalitate de colaborare a grădiniței cu familia, deoarece se creează o echipă formată din educatoare și părinți care au un țel comun: comunicare și colaborare pentru binele copilului;
- proiectul educativ a permis părinților să-și cunoască mai bine copiii, să lucreze împreună la realizarea sarcinilor.

Implicarea directă și indirectă a părinților ne permite să avem o colaborare frumoasă și fructuoasă pentru binele preșcolarilor, pentru integrarea și relaționarea în bune condiții a acestora.





ROLUL ALIMENTAȚIEI SĂNĂTOASE ÎN VIAȚA ADOLESCENȚILOR

Prof. Penu Mihaela,

Școala Gimnazială ”Dan Barbilian” Galați

Adolescența este o perioadă de tranziție între copilărie și maturitate. În această perioadă, individul trece prin profunde transformări.

Dieta adolescenților are un rol important în ceea ce privește starea de sănătate și se observă în creșterea și dezvoltarea armonioasă a organismului conform vârstei, păstrându-le și sporindu-le capacitatea de efort fizic și intelectual. Ea trebuie să fie echilibrată, ținând cont de toate principiile alimentare și adaptată nevoilor calorice ale organismului adolescentului.

În cursul anului școlar, alimentația trebuie să fie asemănătoare celei a sportivilor, pentru că munca intelectuală necesită consum mare, dar nici activitatea fizică nu trebuie lăsată la o parte.

Alimentele care ar trebui să se regăsească la fiecare masă principală sunt:

- fructele și legumele importante datorită conținutul în fibre, vitamina C, acid folic, potasiu, iar acestea ar trebui să ocupe jumătate din farfurie.

- cerealele integrale (făina de grâu integrală, fulgi de ovăz, orez brun, cereale de tip musli fără zahăr adăugat, pâine integrală, graham, cu secară, paste integrale) care acoperă un sfert din farfurie. Sunt produse bogate în fibre, fier și multe din vitaminele complexului B (tiamina, niacina, acid folic).

- proteinele: peste 60 % vor fi de origine animală, adică carne slabă (pui, curcan fără piele), pește, ouă, lactate și brânzeturi, restul de origine vegetală leguminoase, semințe și fructe oleaginoase, care asigură un aport important de fier și zinc și acoperă tot un sfert din farfurie.

Scopul alimentației este triplu: de a oferi rația de întreținere, rația necesară efortului de muncă intelectuală și fizică, precum și rația pentru creștere și refacere. Studiile nutriționiștilor au demonstrat că un regim bazat pe alimente diversificate crește nivelul de energie, starea generală de sănătate, încetinește ritmul de dezvoltare a anumitor afecțiuni, crește puterea de concentrare și randamentul, îmbunătățește memoria și produce în ansamblu o calitate mai bună a vieții. Treptat, prin mici schimbări, alimentația sănătoasă poate deveni un stil normal de viață.

Câteva reguli importante în ceea ce privește alimentația pentru sănătate:

- **Să se consume pâine din cereale integrale**
- **Să se mănânce ouă la micul dejun**





- Să se mestece bine și încet alimentele pentru îmbunătățirea digestiei
- Să consume în cantități moderate grăsimi nesaturate (sănătoase) precum: nuci, semințe, avocado sau pește
- Să mănânce fructe pentru că oferă o sursă naturală de energie și fortifică sistemul imunitar în lupta cu răceala, gripa sau afecțiuni cronice
- Să crească **aportul de proteine**, care conferă organismului un nivel ridicat de sațietate: lactatele, ouăle, carnea slabă, fasolea boabe, nucile sau untul de arahide
- Să nu sară peste **micul dejun**, care este considerat ca fiind masa principală a zilei
- Să se hidrateze; apa are rolul de a detoxifica organismul, de a menține temperatura internă constantă, de a favoriza elasticitatea pielii și un aspect luminos al tenului.
- **Să consume gustări sănătoase între mese** : un fruct, câteva nuci, semințe, un iaurt cu cereale integrale, fructe deshidratate fără zahăr, care vor crește nivelul de energie și îi vor împiedica să facă excese alimentare la următoarele mese
- **Să îmbogățească alimentația cu pește, deoarece** reprezintă o sursă importantă de proteine, vitamine și minerale
- **Să consume mai puțin zahăr** și să fie atenți la etichete, când cumpără dulciuri din comerț.

Toate informațiile prezentate au fost expuse în Săptămâna Verde, la activitatea ”Verde la alimentația sănătoasă”, unde am avut ca invitat un părinte, pe doamna Botezatu Oana. Elevii au vizionat și un PPT cu titlul ”Alimentația adolescentului”, realizat de invitata noastră.

Elevii au avut de realizat un text despre alimentația sănătoasă sau de alcătuit un meniu sănătos.

Concluziile activității au fost următoarele:

- Modul în care se alimentează părinții influențează în mod definitive alimentația copiilor.
- Felul în care mănâncă, alimentele preferate precum și cele refuzate sunt influențate de anturaj, încă de la vârstele cele mai mici și continuă și în perioada adolescenței
- La vârsta adolescenței anturajul influențează cel mai mult obiceiurile alimentare, adolescenții mâncând mai frecvent în afara familiei cu ocazia unor manifestări sociale. Este perioada marilor schimbări ale aspectului corpului, când apare insatisfacția modificărilor corporale
- Televiziunea este cea care influențează cel mai mult alimentația. Cele mai frecvente apariții sunt cele legate de cereale cu adaos de zahăr, fast food, snacksuri, bomboane, alimente





bogate în zahăr, grăsimi și sare. Marea majoritate a tinerilor nu fac distincția între aceste spoturi publicitare și programele comune, ba chiar acordăm mai multă atenție acestora.

BIBLIOGRAFIE:

- www.SfatulMedicului.ro
- www.vegis.ro
- www.nutritionlink.ro
- www.academia.edu
- Ghid pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli
- Ghidul alimentar al Canadei 2019
- The Healthy Eating Plate/ Ghid pentru o alimentație sănătoasă și echilibrată





EDUCAȚIE PENTRU O VIAȚĂ ARMONIOASĂ PRIN SPORT - ATLETISM!

Prof. Pîrlog Nicoleta,

Școala Gimnazială „Sfântul Nicolae”, loc. Vânători, jud. Galați

Oamenilor le-a plăcut dintotdeauna să se întrecă unii pe alții. În vremurile preistorice, un vânător care alerga repede era un membru valoros al tribului. Grecii antici organizau probe atletice în timpul ceremoniilor religioase. La primele Jocuri Olimpice, atleții de pe tot cuprinsul țării se reuniau pe stadion în Valea Olimpia pentru a-și testa viteza, forța și îndemânarea. Aceste jocuri aveau loc o dată la patru ani și mult timp doar bărbații au putut privi sau participa la aceste curse.

Apoi a urmat, **Campionatul European de Cros** care este un eveniment sportiv organizat anual în luna decembrie de [Asociația Europeană de Atletism](#). La prima ediție din 1994 a competiției s-au desfășurat doar curse de seniori. La cea de-a treia ediție, în 1996, au fost introduse probele de juniori (sub 20 de ani), iar în 2006 au fost adăugate cursele de tineret (sub 23 de ani). La fiecare cursă se acordă medalii individuale și pe echipe.

Atletismul este unul din cele mai populare sporturi din lume.

Datorită influențelor pe care le are asupra creșterii și dezvoltării fizice armonioase a copiilor, cât și rolul determinant în înzestrarea acestora cu deprinderi și priceperi motrice, atletismul, încă din cele mai vechi timpuri, s-a constituit ca o componentă a tinerei generații, fiind prezent în conceptele de educație.

Inițierea copiilor în tehnica unor probe sportive din atletism reprezintă un obiectiv cuprins în programele de educație fizică la toate ciclurile de învățământ. Formarea capacității lor de a practica unele probe sportive, în condiții de regulament adaptat, reprezintă achiziții valoroase cu care pot opera copiii în activitatea școlară și extrașcolară, atât pentru menținerea și creșterea capacității fizice, cât și pentru compensare și recreere. Activitatea desfășurată pe linia acestui obiectiv poate scoate în evidență copiii cu aptitudini deosebite pentru practicarea unor ramuri sportive.

Sportul este un fenomen planetar, aflat într-o permanentă extindere, cuprinzând în sfera lui de activitate toate categoriile de vârstă și socio-profesionale.





Crosul este o probă athletică care include parcurgerea prin alergare a unor trasee variabile cu lungime. Crosurile se realizează pe diferite categorii de vârstă, pe sexe, individual și pe echipe.

În fiecare an, fie în Școala Altfel, fie în Săptămâna verde, în școala noastră au loc două competiții de atletism și anume, Crosul Toamnei și Crosul Primăverii, în parteneriat cu Direcția Județeană de Sport, Galați.



Bibliografie:

1. Dr. Maxwell L. Howell, Dr. Murray Phillips, Sporturi și jocuri, Editura „Litera International”, București, 2008, pag. 6.
2. St. Dragomir, A. Barta, EDUCAȚIE FIZICĂ - Manual pentru clasa a IX-a, școli normale, Editura Didactică și Pedagogică, R.A., București, 1995, pag. 7, 133,134,141
3. https://ro.wikipedia.org/wiki/Campionatul_European_de_Cros





EDUCAȚIE PENTRU VIAȚĂ ARMONIOASĂ

Prof. înv. preșcolar Popescu Mirela

Grădinița „Lizuca”, Galați

Când un copil este sănătos, lumea noastră e plină de culoare, bucurie și speranță. Nimic nu este mai important decât să îți vezi copilul sănătos. O spun atât în calitate de profesor educator cât și în calitate de părinte. Un copil sănătos este un copil fericit.

Educația pentru sănătate la preșcolari, reprezintă o verigă a educației pentru societate. De la vârste fragede trebuie imprimare deprinderi elementare de igienă pentru a pătrunde mai adânc în modul de viață cotidian.

Educația pentru sănătate în grădiniță se realizează prin jocuri, povești, dramatizări, vizite, întâlniri cu cadre medicale, activități practice de pregătire a unei gustări sănătoase, iar ca formă de evaluare se organizează expoziții tematice, concursuri.

Aceste activități vor stimula copiii dezvoltându-le și acea motivație interioară de care au nevoie. Având în vedere conținutul activității de educație pentru sănătate, am selecționat cu atenție temele, trecând la întocmirea planificării acestora încercând să le îmbin în mod cât mai judicios. Prin exemplificări cu situații din viața reală, din povestiri și basme, prin cântece, poezii, le-am oferit exemple de comportament corect, pentru a-i sensibiliza, pentru a aplica și ei în viață comportamentele pozitive.

Copiii care învață de mici să consume zilnic micul dejun sănătos, să mănânce fructe și legume, să facă mișcare, să își prețuiască starea de sănătate, vor practica aceste deprinderi și în viața de adult și își vor educa, la rândul lor, copiii pe baza acestor principii. În acest fel, investiția în educația pentru sănătate a copiilor are efecte peste generații, contribuind la dezvoltarea durabilă a națiunii.

Exemple din activități : în fiecare zi servim fructe la gustare iar la pranz am învățat să mâncăm toate legumele din ciorbă sau supă. Jocuri senzoriale precum „Ghici ce ai gustat?”, „Știu să aleg un aliment sănătos!”, „Piramida alimentelor!”. Pentru că știm că ele sunt bune am plantat și noi semințe de legume, am realizat activități practice de pregătire a salatelor de legume și fructe.





Plantare de semințe.



Salată de legume timpurii



Joc „Ghici ce ai gustat?”



„Știu să aleg un aliment sănătos!”





BENEFICIILE ACTIVITĂȚII FIZICE ÎN ȘCOLI

Prof. ed. fizică Stanciu Luminița

Școala Gimnazială „Dan Barbilian” Galați

În prezent, activitățile ce presupun efort fizic, chiar și moderat, sunt înlocuite de jocuri pe telefon sau tabletă și de ore petrecute pe canapea, în casă. Aceste lucruri, în special la o vârstă fragedă, formează obiceiuri greu de schimbat și de controlat, care se transformă într-un stil de viață sedentar, ce atrage după sine numeroase probleme de sănătate.

Așadar, orice acțiune construită în jurul sportului, fie aceasta cât de redusă, îi provoacă pe cei mici să fie activi, de aceea, este binevenită și trebuie încurajată de părinți și profesori. Orele de educație fizică și sport din școală sunt deosebit de importante, mai ales că se desfășoară într-un cadru sigur, alături de alți copii cu interese asemănătoare. În plus, acestea sunt coordonate de persoane cu expertiză în domeniu, care pot recunoaște și antrena potențialul oricărui copil, ținând cont de abilitățile și de preferințele sale.

Aproape în fiecare clasă școlară, există cel puțin un copil impulsiv. Acești copii impulsivi au frecvent probleme, afișându-și regretul sincer pentru acțiunile lor în mod repetat.

Un nou studiu sugerează că o soluție simplă pentru copiii impulsivi este activitatea fizică. Cercetătorii au identificat că creierul uman controlează controlul inhibitor care reglează comportamentul impulsiv. Cercetarea a constatat, de asemenea, o legătură între funcțiile neurocognitive asociate cu comportamentul alimentar și exercițiile fizice. Cu alte cuvinte, activitatea fizică în școală are o influență pozitivă asupra alimentației și a acțiunilor impulsive.

Având în vedere aceste constatări, activitatea fizică are două avantaje de care școlile ar trebui să fie interesate: **intervenție în obezitatea infantilă** precum și **efect calmant asupra copiilor impulsivi**.

Activitatea fizică este precum medicina: ar trebui să ne gândim la exerciții ca la un medicament. Știm că exercițiile ajută funcții executive, cum ar fi secvențierea, memoria și prioritizarea, care contribuie la abilitățile necesare pentru succesul în școală și în viață. Pur și simplu, activitatea fizică în școală amorsează creierul pentru învățare.

O altă vorbă familiară printre elevi este „*De ce să fac sport? Știu deja că nu pot face acest lucru.*” Atitudinea defetistă sau incapacitatea de a împinge eșecurile anterioare din trecut este răspândită la mult prea mulți elevi.





Activitatea fizică în școală este un remediu pentru aceste situații. Activitatea fizică produce endorfine (substanțele chimice din creier), care reglează starea de spirit, plăcerea și durerea. O stare de spirit ridicată poate contribui la o atitudine de genul „pot face asta”, atitudine care continuă pe măsură ce elevii abordează noile sarcini ca provocări, nu ca obstacole.

Activitatea fizică are beneficii academice, de asemenea. Cercetătorii au analizat rezultatele sportive ale elevilor și le-au comparat cu rezultatele elevilor la matematică și literatură. Ei au descoperit că elevii cu o activitate fizică intensă și constantă, au rezultate de două ori mai bune la testele academice decât cei care nu practică sportul.

Simpla joacă a copiilor are un efect pozitiv asupra sănătății copiilor în general. Academia Americană de Pediatrie a publicat un raport clinic în 2006, pe tema jocului.

Raportul oferă orientări cu privire la modul în care pediatrii pledează pentru faptul că jocul este o parte a dezvoltării optime pentru copiii mici. Raportul subliniază faptul că modul nostru de viață grăbit, cu accentul pe domeniul academic și modificările în structura familiei, au dus la o reducere a centrării copilului pe joc și recreere. Raportul ne amintește că „jocul” are un rol esențial în dezvoltarea fizică, socială, academică și emoțională a copiilor mici.

Potrivit Agenției Naționale a Educației Fizice și Sport care urmărește sportul la vârstă școlară și educația fizică, ne amintește că „Oportunitățile de desfășurare a activității fizice în școală, includ timpul petrecut în sala de educație fizică, mișcarea, încălzirea, mersul pe jos sau cu bicicletă la școală, sporturi de recreere.” Programele școlare de educație fizică oferă astăzi elevilor posibilitatea de a fi nu numai activi fizic, dar și posibilitatea de a învăța abilități și comportamente care să conducă la menținerea activității fizice pentru o viață întreagă.

Elevii petrec mai mult de jumătate din zi la școală. Educația fizică ar trebui să-i învețe cum să integreze activitatea fizică în ziua lor atât acum, cât și mai târziu, de-a lungul vieții.

Recreerea și educația fizică sunt uneori confundate. Atunci când unele școli au început să elimine recreerea, părinții au spus că elevii nu au nevoie de recreere, deoarece aceștia au primit orele de educație fizică; cu toate acestea, mulți părinți au fost contra acestei decizii.

Eliminarea timpului de recreere se confruntă cu opoziții din partea părinților și, nesurprinzător, din partea copiilor. Se pare că atât educația fizică cât și recreerea sunt privite ca experiențe esențiale pentru o educație bună.

Pauzele de recreere, spre deosebire de educația fizică, reprezintă una dintre puținele experiențe nestructurate de școlarizare. Ea oferă copiilor posibilitatea de a „juca”, utiliza vocile lor exterioare, alerga, etc





Unii copii acumulează suficient curaj pentru a aborda un prieten nou, pentru a riposta către un rival sau a irita un inamic într-un joc. Observați că fiecare este o experiență activă din punct de vedere fizic. Cercetările indică faptul că copiii sunt mai activi în recreere decât afară sau chiar la orele de educație fizică. În plus față de pauza mentală, recreerea pare a fi cel mai eficient mod de a menține copiii activi.

Beneficiile activității fizice pentru sănătatea copiilor

Îmbunătățirea performanțelor școlare - mișcarea fizică îmbunătățește procesele cognitive și are un rol pozitiv în ceea ce privește atenția și memoria. Motivul? În timpul exercițiilor, circulația sanguină este accelerată, oxigenând toate țesuturile mai eficient, inclusiv creierul. De asemenea, efortul fizic consumă energia specifică celor mici, ceea ce le permite să fie mai atenți la restul activităților școlare.

Disciplinarea- sportul îi învață pe copii să fie disciplinați și să respecte anumite reguli, ceea ce aduce beneficii în comportamentul social.

Dezvoltarea motivației, a spiritului de echipă și a fair play-ului- toate acestea duc la o rezistență psihică ridicată, la eliminarea fricii de eșec și la o gândire orientată către progres. Sentimentul de apartenență la un grup, ideea de a avea un obiectiv comun cu acesta și de a se cunoaște mai bine pe sine, contribuie la creșterea stimei de sine.

Rezistența organismului la viruși și la bacterii-activitatea fizică întărește sistemul imunitar

Așadar, toți părinții ar trebui să își încurajeze copiii să participe în mod activ la orele de sport și să evite scutirea acestora din motive nefondate, ce nu au legătură cu sănătatea micuților. Gestionarea mai bună a stărilor de oboseală și anxietate - sportul îmbunătățește calitatea somnului, astfel, copilul se odihnește mai bine și are o stare de spirit bună. De asemenea, în urma practicării exercițiilor specifice orei de educație fizică, producția de endorfine (“hormonul fericirii”) din organism este stimulată, reducând senzația de anxietate cu care cel mic se poate confrunta.

Diminuarea durerilor de spate activitatea fizică întărește mușchii spatelui și reduce riscul de apariție a durerilor în această zonă, cauzate fie de ghiozdanele prea grele, fie de prea multe ore

Descoperirea propriului corp – realizând diferite mișcări la ora de educație fizică, cei mici învață să își miște corect membrele, să le coordoneze cu simțurile (exemplu: văzul), să înțeleagă cum evoluează corpul lor în spațiu, să își găsească echilibrul și să își identifice punctele de sprijin.





BIBLIOGRAFIE:

<https://sfaturi.decatlon.ro/ora-de-educatie-fizica-si-sport-prilej-de-distractie-si-miscare-pentru-cei-mici>

Lupu Bangă, Nicolae Cojocaru + alții – Metodica predării educației fizice în ciclul primar, editura “Gheorghe Alexandru”, Craiova, 2008





ȘCOALA VĂZUTĂ CA O JOACĂ

Prof. înv. primar Sucitu Margareta
Școala Gimnazială “Octavian Goga” Satu Mare

În zilele noastre, unitatea de învățământ este pregătită să facă față unor cerințe tot mai complexe din partea societății contemporane și își revendică locul său în viața copiilor pe care îi educă, dar și, în centrul comunității pe care aceasta o influențează constant.

Zi de zi, copiii sunt expuși la o sumedenie de mesaje care provin din surse pe care părinții, dar și noi, cadrele didactice nu le putem controla întotdeauna. Jocul, deși a evoluat odată cu copiii și cu lumea în care ei trăiesc, rămâne principala lor activitate și cel mai eficient instrument de învățare. Jocul îi deschide copilului o lume aflată la granița dintre basm și realitate, o lume pe care el o construiește după propria lui imaginație. Prin joc, mai mult decât prin orice altă activitate, copilul descoperă bucuria cunoașterii, relaționează cu ceilalți, învață să respecte reguli, să lucreze în echipă, să comunice și să își exteriorizeze trăirile. Odata cu intrarea în școală viața copilului se schimbă, acum el descoperind lumea cu ajutorul materiilor pe care le studiază. Jocul se transformă într-un instrument de învățare pe care dascălii trebuie să-l folosească în funcție de vârsta copilului, de pasiunile lui și de domeniul pe care îl studiază. Literele pot deveni un puzzle interesant sau chiar personaje care se întrec în a forma cuvinte. Cifrele reprezintă elemente din mediul familiar al copilului, în spatele lor stând jucăriile preferate, florile și păsările din grădina bunicii, prietenii de joacă sau banii din pușculiță. Curios și dornic să descopere lucruri noi, el caută jocul în tot ceea ce face. Jocul cu păpuși și hăinuțe, cu accesorii de bucătărie, cu animale de pluș, piese Lego, decupaje din hârtie și material, ca și acela cu figurine, care reprezintă oameni sau materiale de construcții îl ajută să-și dezvolte creativitatea. Lăsându-le copiilor libertatea de a-și alege jucăriile și de a le folosi cum vor, ei reconstruiesc, demontează și inventează jocuri în funcție de imaginația lor.

Puzzle-urile sunt foarte importante, pentru că îi ajută să își dezvolte operațiile gândirii. Numărul pieselor de puzzle trebuie să crească progresiv și să mărească nivelul de dificultate. Copiii își dezvoltă logica, inteligența și gândirea prin jocuri de cuvinte, de memorie, de numărare și socotire sau prin jocuri strategice, de tip șah, table, țintar. Jocurile sportive îi ajută să se dezvolte sănătos, dar și să învețe că trebuie să respecte reguli dacă vor să fie acceptați într-un grup. De-a v-ați ascunselea, Țară, țară, vrem ostași!, săritul corzii sunt foarte utile pentru copil. Spre deosebire de jocurile distractive, cele educaționale transformă învățatul într-o joacă. De fapt, acestea reinventează ideea de școală în ochii copilului, aducând în prim plan





interactivitatea. Jocurile geometrice, cu operații matematice, jocurile de măsurat, de observat, de examinare și clasificare, jocurile cu animale și plante (pe care trebuie să le îngrijească), toate transpun informațiile teoretice în situații reale. Jocurile în aer liber (din pauză) îi fac pe copii să se împrietenească unii cu alții, să se certe și apoi să se împace, să gestioneze conflictele, să asculte de un lider, să respecte regulile și să-l dea afară pe cel care nu le respectă. Tehnologiile moderne de comunicare ne acaparează și trebuie să ne adaptăm. În mod sigur, vom ști cum. Copiii învață să folosească calculatorul înainte de a scrie, noi însă trebuie să avem grijă ca jocurile să nu depășească puterea lui de înțelegere, dar mai ales să îi explicăm micuțului „computerist” că în viață nu există butoanele Save și Delete. Că în toate domeniile vieții este necesar un ECHILIBRU. Dacă este folosit adecvat, calculatorul poate fi un excelent instrument în educația copilului din clasa pregătitoare. În plus, îl va ajuta să-și îmbunătățească capacitatea de a avea reflexe rapide. Grafica, animația, sunetele și efectele speciale compun o lume fascinantă pentru ei, iar aceștia devin eroii principali în povestea al cărei sfârșit îl construiesc pas cu pas. În momentul în care lecțiile de matematică sunt o poveste în care se înfruntă binele și răul, iar copilul, prin istețimea lui, poate salva omenirea, învățatul nu e decât o joacă. Jocurile îi pregătesc pe copii pentru maturitate, îi învață regulile lumii reale, îi ajută să studieze mediul înconjurător, să dăruiască prietenie.

Însă mai presus de orice, frumusețea jocului constă în fuziunea care se creează între trecut și viitor, copiii visând la viitor, vrând să crească mai repede, să devină independenți, în timp ce noi adulții, care veghem la joaca lor, ne amintim de copilărie.





STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS PENTRU PREȘCOLARI

**Prof Suci Alina Petronela,
Grădinița Nr. 1, Copăceni**

Un stil de viață sănătos pentru preșcolari este esențial pentru dezvoltarea armonioasă și sănătoasă a copiilor. Aceasta include o alimentație echilibrată, activitate fizică regulată, somn suficient și dezvoltarea abilităților sociale și emoționale. Prin implementarea unor practici sănătoase în viața de zi cu zi, putem contribui la bunăstarea generală a copiilor și la formarea unor obiceiuri benefice pe termen lung.

Alimentația Sănătoasă

1. Dieta Echilibrată

○ Asigurarea unei diete echilibrate este crucială pentru creșterea și dezvoltarea preșcolarilor. Dieta ar trebui să includă o varietate de alimente din toate grupele alimentare: fructe, legume, proteine (carne slabă, pește, ouă, leguminoase), cereale integrale și produse lactate.

○ Fructele și legumele sunt bogate în vitamine, minerale și fibre, esențiale pentru sistemul imunitar și digestiv. Este recomandat să includem în alimentația zilnică cel puțin 5 porții de fructe și legume diverse.

2. Porții Adecvate

○ Este important să oferim copiilor porții adecvate vârstei și nevoilor lor energetice. Supraalimentarea poate duce la obezitate infantilă, în timp ce porțiile prea mici pot cauza deficiențe nutriționale.

3. Gustări Sănătoase

○ Gustările sănătoase joacă un rol esențial în menținerea energiei și a concentrației copiilor pe parcursul zilei. Gustările recomandate includ fructele proaspete, legumele tăiate, iaurtul natural și nucile.

4. Hidratare

○ Consumul adecvat de apă este vital pentru menținerea funcțiilor corpului și prevenirea deshidratării. Preșcolarii ar trebui să bea suficientă apă pe parcursul zilei, evitând băuturile zaharate și sucurile în exces.

Activitatea Fizică

1. Mișcare Zilnică





○ Activitatea fizică regulată este esențială pentru dezvoltarea sănătoasă a preșcolarilor. Aceștia ar trebui să aibă cel puțin 60 de minute de activitate fizică moderată până la viguroasă în fiecare zi. Exemple de activități includ alergatul, săritul, dansul și jocurile în aer liber.

○ Jocurile active contribuie la dezvoltarea abilităților motorii, a coordonării și a echilibrului, precum și la întărirea musculaturii și a oaselor.

2. Varietate de Activități

○ Este important să oferim copiilor o varietate de activități pentru a dezvolta abilități motorii diferite și pentru a menține interesul și entuziasmul acestora pentru mișcare. Activitățile sportive, jocurile de echipă și exercițiile de coordonare sunt toate benefice.

Somn Adecvat

1. Rutina de Somn

○ Stabilirea unei rutine de somn constante este esențială pentru un somn de calitate. Preșcolarii ar trebui să aibă ore de culcare și trezire regulate, care să asigure un somn suficient și odihnitor.

2. Durata Somnului

○ Preșcolarii au nevoie de aproximativ 10-13 ore de somn pe noapte, inclusiv somnul de după-amiază, dacă este necesar. Un somn adecvat contribuie la regenerarea organismului și la funcționarea optimă a acestuia.

3. Mediul de Somn

○ Crearea unui mediu de somn liniștit, întunecat și confortabil este important pentru un somn de calitate. Este recomandat să evităm expunerea copiilor la ecrane (televizor, tabletă, telefon) cu cel puțin o oră înainte de culcare.

Dezvoltarea Socială și Emoțională

1. Interacțiuni Sociale

○ Încurajarea interacțiunilor sociale este esențială pentru dezvoltarea abilităților sociale ale preșcolarilor. Participarea la activități de grup, jocurile cu alți copii și frecventarea grădiniței ajută la dezvoltarea abilităților de comunicare, cooperare și rezolvare a conflictelor.

2. Gestionarea Emoțiilor

○ Învățarea gestionării emoțiilor este crucială pentru dezvoltarea sănătoasă a preșcolarilor. Părinții și educatorii trebuie să îi ajute pe copii să își exprime emoțiile într-un mod sănătos și să folosească metode de disciplină pozitivă.

3. Timp de Calitate cu Familia





○ Petrecerea timpului de calitate împreună cu familia contribuie la dezvoltarea unei relații strânse și la crearea unui mediu de susținere emoțională. Activitățile comune, cum ar fi cititul, jocurile de societate și plimbările, pot întări legăturile familiale și oferi copilului un sentiment de siguranță și iubire.

Alte Aspecte Importante

1. Igiena Personală

○ Învățarea și menținerea igienei personale sunt esențiale pentru sănătatea preșcolarilor. Copiii trebuie să fie învățați să se spele pe mâini înainte de mese și după folosirea toaletei, să se spele pe dinți de două ori pe zi și să facă baie regulat.

2. Evitarea Expunerii la Ecrane

○ Limitarea timpului petrecut în fața ecranelor este importantă pentru sănătatea fizică și mentală a copiilor. Preșcolarii nu ar trebui să petreacă mai mult de 1-2 ore pe zi în fața ecranelor, iar acest timp ar trebui să fie folosit pentru conținut educativ și interactiv.

3. Siguranța

○ Asigurarea unui mediu sigur pentru preșcolari este esențială pentru prevenirea accidentelor și a rănilor. Părinții și educatorii trebuie să fie vigilenți și să ia măsuri pentru a elimina riscurile din mediul înconjurător.

Un stil de viață sănătos pentru preșcolari nu doar contribuie la dezvoltarea fizică și mentală armonioasă a acestora, dar și la formarea unor obiceiuri benefice pe termen lung. Prin asigurarea unei alimentații echilibrate, a unui nivel adecvat de activitate fizică, a unui somn de calitate și a unei dezvoltări sociale și emoționale sănătoase, putem crea fundamentul pentru o viață sănătoasă și fericită pentru copiii noștri. Implementarea acestor practici în viața de zi cu zi este esențială pentru bunăstarea generală și succesul pe termen lung al preșcolarilor.

Bibliografie:

1. Alejandro Algarra, O viață sănătoasă! Ed. Paralela 45, Pitești, 2019
2. Cioflica Smaranda Maria, Dora Daniela, Mănânc sănătos să cresc mare și frunos, Ed. Tehno
3. Art, Petroșani, 2020
4. Crăciun Mihaela Carmen, Vreau să fiu sănătos! Ed. Viață și Sănătate, București, 2010
5. Teodora Goran, Fii inteligent! Mănâncă sănătos! Ed. Viață și Sănătate, București, 2017
6. Spira Michael, Minighid de sănătate, Ed. DPH, București, 2020





„MUNCA DE ASTĂZI- SUCCESUL DE MÂINE”

Prof. Teliceanu Mihaela

Școala Gimnazială Nr. 28, Galați

Indubitabil, pandemia COVID-19 și-a pus amprenta asupra dezvoltării armonioase ale copiilor. În conformitate cu ultimele date disponibile de UNICEF, la nivel global 1 din 7 copii au avut de suferit pierderi în procesul lor de instruire. Izolarea pe timpul pandemiei i-a pus pe copii în situații total neobișnuite: carantinarea, lipsa grupului de prieteni, petrecerea timpului în aer liber, școala online, reîntoarcerea la școală pe grupe, respectarea unui set nou de reguli privind distanțarea socială, purtarea măștii, interacțiunea de la distanță cu colegii. Toate acestea i-au afectat pe copii, au dus la dezechilibrul bazei emoționale, influențând performanța școlară.

Am fost conștientă de efectele adverse ale pandemiei și cum influențează ele succesul școlar și am conceput programul „*Munca de astăzi- succesul de mâine*” în care programele formale și nonformale sunt interdependente.

În cadrul acestui program, mi-am propus să determin elevii să îndrăgească școala, să vadă activitățile și învățatul cu alți ochi, să se relaxeze, să aibă încredere mai multă în cadrul didactic, să se dezvolte intelectual, să se descopere pe sine și să-și exprime frustrările, gândurile, bucuriile fără nicio ezitare.

În altă ordine de idei, acest program își propune să creeze o relație de prietenie între învățător și elev, să îi apropie mai mult, să învețe să-și gestioneze emoțiile. Motivația este o sursă de activitate și o consider motorul personalității, iar acest proces psihic, are un rol deosebit de important în activitatea de învățare a celui mic și, implicit, în formarea personalității acestuia.

Activitățile pe care le voi realiza, pe de-o parte au rolul de a energiza și facilita procesul învățării prin intensitatea efortului de concentrare a atenției acestora, iar pe de altă parte au rol de relaxare, prin crearea stării de pregătire a învățării.

Obiectivele programului sunt următoarele:

- Stabilirea unor reguli la nivelul întregii clase, împreună cu toți elevii. Regulile sunt comunicate clar, concret, încă de la începutul cercetării, ducând la o responsabilizare a celor mici. Astfel, cadrul didactic îi va încuraja pe cei mici, să adopte atitudini de apreciat, prevenind totodată comportamentele necorespunzătoare.





- Personalizarea activităților prin desenare, precum și realizarea unei schițe și a unui program pentru distingerea importante activității respective. Imaginea clasei și a elevilor reprezintă de fapt întărirea imaginii de sine.

- Cunoașterea tuturor elevilor clasei, a aptitudinilor, a personalității individuale, precum și a comportamentului acestora în situațiile limită, pasiunile, familiile din care provin, frustrările, dorințele, neajunsurile.

- Exercițiu de focusare și de atenție, prin intonația vocii, gesturi, mimică, contactul vizual. Elevii, prin acest exercițiu, în timp, se vor putea concentra și deconecta în situații critice, în activități instructiv-educative, organizându-se numeroase sarcini de lucru într-un mod productiv. Profesorul trebuie să fie foarte bine pregătit pentru că trebuie să gândească la nivelul procesului instructiv educativ, care să fructifice și să scoată în evidență aptitudinile elevilor săi, potențializând disponibilitatea naturală a elevilor.

- Motivația elevilor prin așteptările în urma acestei cercetări. Atunci când elevii nu își doresc să dezamăgească profesorul preferat, încearcă să se ridice la nivelul așteptărilor lui. Dacă profesorul are așteptări pe care le exprimă și solicită, atunci cu siguranță acest lucru va fi obținut.

- Stabilirea unui mediu plăcut de lucru, atmosferă plăcută, pozitivă, iar profesorul va trebui astfel să empatizeze cu fiecare elev în parte, câștigându-le respectul și încrederea.

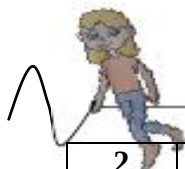
- Rezolvarea situațiilor urgente, problematice. Odată câștigată încrederea în profesor, elevul se va implica activ în diverse activități, permițând profesorului să se apropie mai mult fizic și psihic, în special față de cei care au un comportament deviant, putând pe această cale să facă posibilă oprirea acestui comportament negativ.

- Recompensarea elevului, întărirea pozitivă față de caracterul său, față de atitudinea demnă de luat în calcul, motivându-l pe viitor să acționeze prin creșterea stimei de sine. Elevii mai dificili, care creează probleme, sunt mereu în centrul atenției, motivându-l tot mai mult să aibă un astfel de comportament negativ, iar profesorul trebuie să acorde acestora tratament special. Beneficierea de atenție este o întărire cu rezultate pozitive, având semnificative educative, de care nu toți profesorii profita. Lauda este cea mai eficientă metoda de recompensare, fiind și cea mai practică.

PROGRAMUL ACTIVITĂȚILOR

Nr. crt.	Activitatea formală	Activitatea nonformală	Termen	Responsabil
1	Unitatea „Lumea din jurul nostru”	Pot și eu să ajut, deși sunt mic Colțul viu al clasei	Noiembrie 2022	28 elevi din clasa I D învățătoarea clasei părinții





2	Unitatea „Vine iarna”	1 Decembrie-sărbătoarea românilor Magia Craciunului Atelierul lui Moș Crăciun	Decembrie 2022	28 elevi din clasa I D învățătoarea clasei părinții
3	Unitatea „Micul Univers”	Călătorie în univers Trecutul din prezent O carte de la copii pentru copii	Ianuarie 2023	28 elevi din clasa I D învățătoarea clasei părinții muzeograf Iuliana Cantoneanu, bibliotecarul școlii
4	Unitatea „Poveștile, daruri ale Planetei Albastre”	Stop violență!-violența naște violență Personaje îndrăgite	Februarie 2023	28 elevi din clasa I D învățătoarea clasei părinții șef de poliție Pană Cristina
5	Unitatea „Cu Primăvara ne jucăm”	Uite cine citește! De ziua ta, mamico!	Martie 2023	28 elevi din clasa I D învățătoarea clasei părinții
6	Unitatea „Povești adevărate”	Un copil, o floare Călător pe meleaguri îndepărtate	Aprilie 2023	28 elevi din clasa I D învățătoarea clasei părinții it-ist Daniela Mocanu bunică

Este important de menționat faptul că formarea atitudinii față de învățare, nu depinde doar de aceste activități, precum și de climatul din centrul familiei din care aceștia provin. Toate acestea constituie astfel, platforma condițiilor interne ale personalității elevului, care în mod direct îi permit acestuia să-și depășească propriile limite.

Programul de stimulare „*Munca de astăzi- succesul de mâine*” s-a desfășurat pe parcursul anului școlar 2022-2023 și a constat în aplicarea la clasă a programelor formale și nonformale cât mai ample și variate.





DESPRE IMPORTANȚA EDUCAȚIEI ECOLOGICE, ÎN ȘCOALĂ ȘI ÎN AFARA EI

**Profesor Zaharia Zoica,
Școala Gimnazială „Dan Barbilian” Galați**

*„Doar după ce ultimul copac a fost doborât,
Doar după ce ultimul râu a fost otrăvit,
Doar după ce ultimul pește a fost prins,
Doar atunci veți realiza că banii nu pot fi mâncați.” (Profeția indienilor Cree)*

*“Totul a ieșit bun din mâinile naturii pentru a degenera în mâinile omului”
(J.J.Rousseau)*

În timpurile actuale, când societatea umană își pune amprenta asupra mediului înconjurător, într-o manieră tot mai vizibilă, deseori brutală, educarea ecologică a societății constituie o necesitate de primă importanță pentru sănătatea naturii și a viitorului omenirii.

Zilnic, văd în jurul meu o multitudine de fapte care mă duc la concluzia că educația ecologică este tot mai imperioasă, de la cei mai mici până la cei mai mari, atât la propriu cât și la figurat.

De la elevul care, după ce profesorul i-a expus timp de cinci minute importanța inestimabilă a albinelor pentru om, se ridică din bancă și cu hotărâre strivește sub călcâi o biată albină rătăcită în sala de curs, la adulții care defrișează copacii din grădinița blocului, pentru a li se vedea termopanele balconului construit chiar pe spațiul, până nu demult, comun al respectivei grădinițe, de la cei care umplu munții cu pet-uri și ambalaje de chips-uri, la cei care explică sfârșirea căprioarelor de la grădina zoologică de către haitele de maidanezi, nu prin proasta administrare a acestora, ci prin scăderea numărului de vizitatori, care hrăneau câinii!

Redau, în cele ce urmează, câteva aspecte relevante asupra gradului de educație ecologică în rândul adulților, aspecte trăite de mine, constatate pe viu, unele, chiar în orașul în care locuiesc, iar altele în zone mai îndepărtate.

1. Masacrul iresponsabil asupra copacilor, cu ipocrizie și cinism numit „toaletarea” acestora. În fiecare primăvară, dar nu doar în acest anotimp!, indivizi care urăsc natura sau, în





cel mai bun caz, sunt doar total ruți de aceasta și nu au nici cea mai vagă idee despre cum se îngrijește un copac și despre nevoile acestuia, sunt trimiși de primării, înarmați cu drujbe, să distrugă cât mai mult din puținii arbori care mai există prin orașele țării. Astfel, cad pradă elanului lor nefericit copaci falnici, fără nici un semn de boală, care-și pierd atât de mult din coroană, încât aceștia devin un fel de ... palmieri locali. Până la urmă, în doi-trei ani, sau chiar



mai devreme, arborii mutilați în felul acesta, se usucă. Poate, de fapt, asta se și vrea? Dar, să nu ne facem griji!

Aceiași edili, responsabili și grijulii pun în locul lor, copaci în ghivece. Ah, că aceștia nu se prea pot numi copaci, la dimensiunile minuscule pe care le au, ca să nu mai vorbim de importanța lor ecologică (oxigen, umiditate, fixarea prafului, gazdă pentru păsări, etc.), cui îi pasă?



Fig.3 Tei „toaletați” în chiar spațiul Grădinii Botanice Galați!

2. În lupta pe viață și pe moarte (chiar așa!) ce se dă între administratorii zonelor verzi și acestea, ar fi de amintit și felul în care primii înțeleg amenajarea celor din urmă: spațiile verzi ceva mai extinse, până nu de mult, cu bănci, fântâni arteziene, copaci mai numeroși, etc. sunt





betonate, pur și simplu, sau acoperite cu pietriș, spațiul lăsat copacilor pentru alimentarea cu apă din ploi fiind, uneori eliminat total. Cum ar putea rezista acei copaci, într-o zonă și așa foarte secetoasă, sufocați de beton, pârjoliți de căldura reflectată de acesta? Cei care se ocupă de acest aspect nu pot angaja un specialist în domeniu (inginer horticol, peisagist, biolog, etc.)? Probabil, există alte interese.

3. Extinderea betoanelor. Ar putea să pară un paradox având în vedere faptul că, după 1990, majoritatea orașelor și-au diminuat populația. Și totuși, de construit, se construiește, apărând blocuri-turn, vile, case și căsuțe... Doar parcări, pentru fluviul de mașini care circulă non-stop pe străzi, nu apar. Nu! În locul lor, se preferă extinderea asfaltului și a betonului, evident în dauna spațiului verde, tot mai agresat, de la an la an.

Exemplul străzii mele: acum vreo zece ani, de-a lungul ei se aliniau falnic, de o parte și de alta, două șiruri de plop superbi, iar la poalele lor, de-a lungul trotuarelor, benzi cu gard viu sau cu trandafiri. Odată cu înmulțirea posesorilor de autoturisme, s-a trecut la lărgirea carosabilului. În prima fază, acum vreo 7-8 ani, s-au îngustat trotuarele, prin amenajarea de locuri de parcare, desigur, insuficiente, așa că mașinile staționau, în continuare pe trotuare, obligând pietonii să facă slalom printre acestea și cele din stradă. (Așa le trebuie! De ce n-au învățat să zboare?). Dar, cu această ocazie unul din șirul de plop a fost sacrificat, celălalt a mai supraviețuit, ici-colo. Nu mult timp, pentru că acum doi ani, a fost demarată, cu multă mândrie locală, etapa a doua: a dispărut acum tot ce era verde, de-a lungul străzii, copaci, tufișuri, flori. În locul lor, trotuare și piste pentru bicicliști.

Acum, cei care așteaptă în stații caută disperați un colț de umbră, adăpostindu-se prin gangurile dintre blocuri sau chiar în umbra firavă din spatele stâlpilor de electricitate! (Ehei! Unde-s teii și plopii de altădată?). Aceștia sunt însă norocoși, pentru că cei care așteaptă tramvaiul stau fix în mijlocul străzii, în marea de asfalt încins, sub razele soarelui tot mai fierbinti, dătătoare de leșin și insolații.

4. Dar, dacă edilii urbei noastre au un simț estetic cam ciudat, care exclude vegetația și natura, din fericire, sunt, încă oameni gospodari, iubitori de frumos și chiar adepți ai reciclării. Și așa, au apărut, pe lângă unele blocuri, un soi de grădini, popularizate chiar în jurnalul local, grădini în care putem admira ciozvărte de copaci decapitați, vopsite frumooooo, în culori vii, pe care odihnește o glastră cu un fir de floare anemică sau din plastic, cu pitici și lebede, cauciucuri de mașină vopsite și ele, la fel de viu, etc. Unii semeni de-ai noștri sunt de-a dreptul inseparabili de natură, așa încât au transformat aceste spații în locuri de luat masa la umbra vreunui copac care rezistă încă, cu stoicism, de întins rufele la uscat, de stat la taclale cu amicii până spre ziuă, înfruntând zăduful nopților de vară, lăsând în urmă un covor de coji de semințe, chiștoace de





țigări, doze de energizante și sticle de bere, etc. Veți spune că sunt o cusurgioaică iremediabilă, dar așa sunt eu: prefer copacii verzi în locul buturugilor vopsite.

5. Problema plasticului ne este cunoscută multora. Da, știm (știm?) că se distruge, în mod natural, foarte lent, în circa 1000 de ani, știm că a ajuns, sub formă de microparticule pe fundul celor mai adânci gropi abisale, în organismul animalelor acvatice, știm că s-au găsit zeci de kilograme de plastic în stomacul animalelor marine moarte din cauza deșeurilor înghițite, privirea ne este, nu-i așa? lezată de copacii împodobiți cu pungi de plastic, încălțăminte sau diverse articole vestimentare și de pet-urile aruncate oriunde, numai la coșul de gunoi, nu, dar... Într-una din zile, la un aprozar, când am scos o pungă pe care o aveam de acasă, vânzătoarea nu a fost de acord să-i scad profitul într-un asemenea hal, așa că mi-a impus punga ei, care pungă, cum altfel? nici măcar nu era biodegradabilă.

6. Cât despre urși ce să mai spun? Toată lumea este de acord că s-au înmulțit peste măsură, că nu este zi în care să nu atace oamenii și gospodăriile lor, deși, aș spune că de când guvernul țării a decis „extragerea” lor, asemenea unor măsele cariate, parcă n-am mai văzut în presă știri pe acest subiect. Probabil, speriați de măsurile luate de mai-marii țării, s-au mai cumințit și ei, urșii.

Nefiind vânați un timp (în mod legal, adică) este de presupus că s-au înmulțit. Dar, oare omul nu este deloc responsabil în această problemă? Pădurile defrișate sălbatic, munții rași, cheliți în unele zone, vilele construite în mijlocul pădurilor, efectiv!, turiștii iresponsabili (nesanționați de nimeni, de altfel) care-i hrănesc din palmă și, așa cum am văzut într-o imagine, le dau să bea Coca-Cola din sticlă!, țăranii care nu-și apără gospodăria prin instalarea de fire electrice sau care depozitează gunoiul menajer în preajma caselor, etc. Toate acestea nu au favorizat oare coborârea urșilor în localități?

7. Grădinile zoologice sunt o idee depășită, în opinia mea. Poate, în trecut exista o justificare din punct de vedere educațional pentru existența lor. Astăzi însă, când avem atâtea mijloace de informare, este pur și simplu un sadism să chinui bieteile animale, să le forțezi să trăiască în doi metri pătrați de beton, între gratii, singure, fără a putea alerga, cățara în copaci, înota, tăvăli prin iarba plină de rouă sau prin zăpada pufoasă, etc.

Din păcate, am văzut destule mini-grădini zoologice chiar pe la pensiuni, mănăstiri, benzinării, etc. M-a întristat teribil spectacolul deprimant al unui urs , regele faunei carpatine, ținut la o benzinărie, într-un spațiu minuscul, betonat, fără o mână de paie pe jos, cu blana roasă și murdară, care nu putea să facă altceva decât să se învârtă trist, la infinit, în jurul gratiilor. Sau cel al unor păsări mici, care, acoperite de o plasă ce le ținea captive, își frângeau zborul





după numai câțiva metri. Și o luau mereu de la capăt, în speranța că poate, vor putea zbura cu adevărat, cândva.

Nu știu dacă este legal să deții în proprietate personală animale sălbatice, dar dacă da, atunci este o dovadă de cruzime, de lipsă de educație și de respect față de natură și elementele ei.

Omul nu este stăpân peste natură, așa cum crede el în aroganța lui prostească, ci este doar o altă specie dintre multele care fac parte din mediul înconjurător și ar trebui să priceapă că afectând, deteriorând sau distrugând o parte din acesta, va avea și el de suferit, mai devreme sau mai târziu.

Valul de incendii fără precedent care a cuprins țările mediteraneene în ultimele veri, temperaturile record înregistrate în Groenlanda (peste 20 de grade în nordul acesteia), Arctica și Antarctica (18,5 grade Celsius), ploaia semnalată pentru prima dată la cea mai înaltă stație meteorologică din Groenlanda, (Summit Station, la peste 3200 metri înălțime, acolo unde media lunii august este de – 16 grade, dar nu și anul acesta), seceta fără istoric din Brazilia, care a dus la livrarea apei potabile cu fârâita, într-un megapolis uriaș, de 20 de milioane de locuitori, incendiile teribile declanșate de guvernul brazilian în Amazonia în 2019, topirea accelerată a ghețarilor, dezghețul permafrostului din Siberia, cu accelerarea efectului de seră, ca urmare a metanului eliberat în aer, gaz care are un efect de patru ori mai mare decât al dioxidului de carbon, deșertificarea unor areale întinse, inclusiv din Europa și România, fenomenele climatice extreme, vezi furtunile și tornadele care au început să se manifeste și pe la noi, inundațiile care se produc cu regularitate, în fiecare an, după 1990, toate acestea și multe alte fenomene, ne arată că natura suferă teribil din cauza activității umane, echilibrul ei fiind extrem de fragil și că suntem la un punct de cotitură în ceea ce privește viața așa cum o știm, până acum.

Sunt fenomene care ar trebui să ne pună pe gânduri și să ne determine să ne schimbăm modul de viață, acordând o mai mare atenție mediului înconjurător. Totuși, nu am auzit de niciun plan de acțiune la nivel național, oamenii continuă să consume, să risipească și să polueze la fel de mult, dau o fugă cu jeep-ul până la supermarket-ul din colțul străzii, preferă roșiile din Italia și usturoiul din China în dauna produselor românești, etc.

Este nevoie de o educație ecologică atât în rândul celor mici dar, aș zice, mai ales al adulților, inclusiv al celor care au funcții de conducere în domeniu. Să nu uităm că un ministru (al mediului, sâc!) a dat legea prin care se permite uciderea urșilor, iar altul, cea a cormoranilor, ambele fiind specii ocrotite, până la acel moment. Spune asta ceva?





Da, schimbarea mentalității și a atitudinii precare a oamenilor este foarte greu de realizat, dar respectarea legilor naturii este singurul mod în care viața ar putea continua pe această planetă. Iar acest lucru s-ar putea realiza nu doar prin educarea tinerei generații (deși, nici aici nu se face îndeostul) ci, și prin măsuri de ordin juridic și administrativ, care să cuprindă toți membrii societății și toate aspectele vieții noastre. Până nu va fi prea târziu!





PRIETENI CU NATURA

Prof. Înv.Preșc. Adamiu Violeta Gabriela,

Grădinița cu P.P nr. 30 Galați

Fișa de activitate

Titlul activității: „**PRIETENI CU NATURA**”

Data desfășurării: 24.04.2024

Durata activității: 1 zi

Grupul țintă: 23 preșcolari de la Grupa Mica „A”

Obiective:

- să identifice situații, cazuri, forme de manifestare a poluării mediului înconjurător;
- să înțeleagă ce presupune reciclarea prin lipirea de jetoane (sticlă, pet-uri, hârtie, doze) corespunzătoare pubelelor (verde, galben, albastru);
- să confecționeze afișe cu mesaje ecologice pentru protejarea mediului;
- să demonstreze că au înțeles ce înseamnă colectarea selectivă a deșeurilor.

Resursele:

🧑 **Umane:** educatoarele, 23 preșcolari;

🧑 **Materiale:** Computer, fișe de lucru, creioane colorate, saci menajeri, mănuși, pubele.



Descrierea activității:

Prin educarea copiilor în ceea ce privește reciclarea, îi inspirăm să se gândească mai mult la modul în care acțiunile lor produc schimbări asupra mediului înconjurător iar, pe măsură ce cresc, vor vedea o normalitate în a arunca gunoiul la coșuri speciale, pentru reciclare.





ȘCOALA GIMNAZIALĂ „DAN BARBILIAN” GALAȚI

După ce preșcolarii au vizionat filmulețul educativ „SĂ PROTEJĂM NATURA”, am purtat cu aceștia scurte discuții despre importanța protejării mediului înconjurător cât și despre ce pot face ei pentru a preveni poluarea naturii. Copiii au colorat afișe cu mesaje ecologice, menite să îndemne oamenii să protejeze mediul înconjurător prin colectarea selectivă a deșeurilor.

În curtea grădiniței, cât și în jurul acesteia, preșcolarii au avut ca sarcină să adune în saci menajeri diferite deșeuri aruncate, la întâmplare, pe jos. Fiecare obiect găsit a fost depozitat mai apoi corect în pubela corespunzătoare acestuia.

Chiar dacă totul a fost prezentat sub formă de joacă, copiii vor avea o viziune mai clară asupra a ceea ce înseamnă colectarea selectivă și importanța acesteia.





FIȘĂ DE ACTIVITATE EXTRACURRICULARĂ „DE LA BOBUL DE GRÂU, LA PÂINEA CALDĂ”

Prof. Cimpoeru Romina
Grădinița cu P.P. Nr. 30, Galați

a. Titlul activității: „DE LA BOBUL DE GRÂU, LA PÂINEA CALDĂ”

b. Coordonatorul/Coordonatorii activității: prof. Adamiu Gabriela și prof. Cimoeru Romina

c. Data desfășurării: 26.04.2024

d. Durata activității: 1 zi

e. Grupul țintă: 23 preșcolari de la Grupa Mica „A”

f. Parteneri implicați: Fabrica de pâine și produse de panificație ROXION PANY

g. Obiectivele (2, max. 3):

- să exploreze pe baza observațiilor directe transformările bobului de grâu în etape succesive până la obținerea pâinii;
- să descopere elementele componente ale pâinii: făină, drojdie, apă, sare;
- să efectueze experimente simple: prepararea aluatului, modelarea, coacerea pâinii.

h. Resursele:

🧑‍🎓 **Umane:** educatoarele, 23 preșcolari, parinti, brutari

💻 **Materiale:** computer, faina, drojdie, produse de panificatie



i. Descrierea activității:





ȘCOALA GIMNAZIALĂ „DAN BARBILIAN” GALAȚI

Preșcolarii grupei au ascultat povestea „Petrică și pâinea”, poveste din care au înțeles care este drumul pe care îl parcurge pâinea de la bobul de grâu de pe câmp, până ajunge la noi pe masă. Pentru a observa și mai bine cele învățate, am mers împreună cu preșcolarii la fabrica de pâine Roxion Pany. Prin amabilitatea personalului de aici, copiii au putut observa cum se face pâinea, care sunt ingredientele folosite pentru pregătirea ei, cât și etapele de lucru. Copiii s-au bucurat că au putut și ei să se joace cu aluatul, să-l frământă și să modeleze din el pâini sau colăcei. Momentul cel mai așteptat a fost acela când pâinea a fost gata, a fost scoasă din cuptor și servită micilor pofticioși.





PROIECT DE ACTIVITATE EXTRACURRICULARĂ „In livada BioFruits”

Prof. Magda Iustina, prof. Orian Elena

Gradinita PP nr 32 Timisoara

în cadrul programului național „Săptămâna Verde” - 23-27 octombrie 2023 - **GRUPA MARE “C”**

DENUMIREA ACTIVITĂȚII: Activitate extracurriculară cu caracter științific

DATA ȘI DURATA : 24.10.2023 - 1 zi

TEMA: Vizită la Livada Bio Fruits Comloșu Mic

TRASEUL: str .Calea Martirilor –Bulevardul Liviu Rebreanu -Str Calea Sagului – Comloșul Mic și retur..

DISTANȚA: aprox. 120 km

TIPUL ACTIVITĂȚII: Activitate cu caracter științific

SCOPUL ȘI OBIECTIVELE :

Stimularea curiozității privind explicarea și înțelegerea lumii înconjurătoare.

OBIECTIVE SPECIFICE:

- Să recunoască pomii fructiferi și fructele acestora ;
- Să-și aprofundeze cunoștințele referitoare la meseria de pomicultor / agricultor ;
- Să descopere muncile realizate în livadă ;
- Să participe și să se implice activ și conștient la acțiune;
- Să-și dezvolte abilități de recunoaștere, acceptare și respect al profesiilor ;

COORDONATORI:

- CADRELE DIDACTICE DE LA GRUPA MARE „C”

PROF. ORIAN ELENA

PROF. MAGDA IUSTINA LARISA

GRUPUL ȚINTĂ: 24 preșcolari de la GRUPA MARE”C”, educatoarele de la grupă , personal auxiliar și asistent medical;

RESURSE:

- UMANE: preșcolari, educatoare, personal auxiliar, asistent medical, șofer autocar;
- DE TIMP: 1 zi;
- MATERIALE: autocar





- FINANCIARE: donație din partea părinților;

I. PROGRAMUL ACTIVITĂȚII

La data de 24.10.2023 și ora fixată 08.00, copiii se adună în grupa lor. Se face prezența, se verifică costumația, se prelucrează normele de securitate personală și se deplasează la autocar la orele 08.30. Deplasarea se realizează pe ruta Timișoara , Calea Martirilor - Bld. Liviu Rebreanu – Calea Șagului – Livada BioFruits Comloșu Mic – și retur .

Programarea vizitei este fixată pentru orele 09.30 la Livada BioFruits Comloșu Mic .

Se anunță scopul, obiectivele și locul unde se va desfășura activitatea:

Nr. crt.	ITINERAR OBIECTIVE	PRINCIPALUL CONTINUT DE IDEI DIN EXPLICAȚIILE PROFESORULUI ȘI GHIZILOR
1	Traseul Grădinița PP 32 Timișoara- Livada BioFruits Comloșu Mic	-pornire de la Grădiniță; Când se va ajunge la destinație copiii Livada BioFruits Comloșu Mic . Vor asculta explicațiile însoțitorului desemnat din partea livezii referitoare la întreaga activitate ce se desfășoară în incinta acestuia, precum și activitatea pe fiecare sector ,de activitate : îngrijire, săpat, tăiat, recoltat etc. La terminarea turului copiii vor putea culege singuri fructele dorite. Grădinița ca prim contact educativ instituțional al copilului are menirea de a forma deprinderi și a educa preșcolarul în vederea formării comportamentului social, afectiv și empatic.

REZULTATUL PROIECTULUI ȘI IMPACTUL SCONTAT

- *general:*

Conștientizarea de către toți copiii a importanței alegerii în viață a unei profesii , cât și importanța îngrijirii naturii .

- *specific:*

Copiii învață să accepte că nu poți să trăiești sănătos decât într-un mediu sănătos având alimente sănătoase , dar nici fără să muncești, fiecare meserie este prețioasă și trebuie să-ți aducă satisfacții.

II. EVALUAREA ACTIVITĂȚII EXTRACURRICULARE

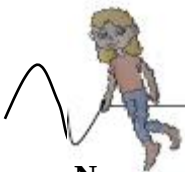
- ✓ reprezintă o oportunitate de a pune preșcolarul într-o situație de a veni în contact cu elemente specifice activităților desfășurate într-o livadă;
- ✓ formează la copii un sentiment de respect și apreciere pentru muncă;
- ✓ participarea conștientă a copiilor la întreaga activitatea desfășurată în diferite departamente de lucru;
- ✓ comunitatea școlară va deveni mai unită prin faptul că realizarea acestui proiect presupune colaborarea tuturor membrilor ei;
- ✓ grădinița devine mai flexibilă, copiii putând fi capabili să deruleze activități în parteneriat, implicând și alți factori sociali;





- ✓ conștientizarea preșcolarilor, părinților și cadrelor didactice privind efectele benefice a modalității de a oferi un bun exemplu copiilor;
- ✓ proiectul oferă grupului țintă șansa de a cunoaște elemente concrete din viața socială în ceea ce privește diferite meserii și profesii.





Nr...../.....

AVIZAT DIRECTOR,
Prof. SPILCA CRISTINA SIMONA

Școala Gimnazială Novaci
Structura Grădinița cu p.n. Novaci

PLANIFICAREA ACTIVITĂȚILOR ”ȘCOALA ALTFEL”
(22 – 26 APRILIE 2024)

Propunători:

*Prof.inv.presc.:Popescu Maria

*Prof.inv.presc.: Raduca Magdalena

*Prof.inv.presc.: Giurca Violeta Amelia

Nr. crt.	Tema activității/ zilei/	Tipul de activitate	Competențe urmărite	Ziua și data	Inter- valul orar/ durata	Resurse umane	Parteneri/Loc ație	Evaluare
1.	“Micii sportivi” -concursuri sportive	Activități de educație pentru sănătate și stil de viață Activitate cultural artistica	-Sa se dezvolte armonios -Sa-si dezvolte abilitati sportive,de coordonar -Sa parcurga un traseu stabilit;	22.04. 2024	8.00- 12.00 4 h	-toate cadrele didactice din inv.prescolar	Săli de clasă si curtea gradinitei	Recompense si diplome
2.	”Sa pasim in lumea magiei” - vizionare spectacol de magie		-Sa se transforme intr-un bun spectator,insuflandu-i dragoste pentru scena,respectul pentru actori/magician,dragoste pentru frumos	23.04. 2024	8.00- 12.00 4h	-toate cadrele didactice din inv.prescolar si prescolari	Sala de clasa	Fotografii
3.	”Copiii iubesc planeta Pamant!”	Activități de ecologizare si	-Formarea unei atitudini ecologice responsabile prin	24.05. 2024	08.00- 12.00	-toate cadrele didactice înv.		Fotografii si diplome



	- concurs judetean -parada costumelor eco -plantare de flori in curtea gradinitei	protectia mediului	exersarea unor deprinderi de ingrijire si ocrotire a mediului,aplicand cunostintele insusite -Sa constientizeze importanta unei planete curate si sanatoase -Sa confectioneze impreuna cu parintii o tinuta realizata cu materiale ecologice		4 h	preșcolar, preșcolari, părinți	Sală de grupă,holul/curtea gradinitei	
4.	“Sa cunoastem frumusetile tarii noastre“ -excursie Novaci –Craiova si retur	Activitate socio-culturala	-Initierea si desfasurarea de activitati cu caracter recreativ,relaxant -Stimularea interesului prescolarilor pentru cunoasterea de locuri noi si pentru studiul naturii	25.04. 2024	08.00-20.00 12 h	-toate cadrele didactice înv.preșcolar preșcolari, părinți	Muzeul de Arta Craiova, Parcul Romanescu, Gradina Botanica Craiova	Fotografii
5.	”In asteptarea sfintelor sarbatori pascale” -incondeiere oua -vizita la Biserica „Sfantul Ioan Botezatorul”Novaci	Activități religioase si practice gospodaresti	- Cultivarea spiritului civic și a respectului pentru valorile umane, locale și naționale -Dezvoltarea competențelor de comunicare și a abilităților socio-emoționale	26.04. 2024.	08.00-12.00 4 h	-toate cadrele didactice înv.preșcolar, preșcolari,	Săli de clasă Biserica	Expoziție lucrări finale Fotografii



FIȘĂ DE ACTIVITATE „SĂPTĂMÂNA VERDE”

Prof. Tănase Ileana

Liceul Tehnologic Nr.1, Mărăcineni, Argeș

1. Titlul activității: **MĂNÂNC SĂNĂTOS!**

2. Data/ora desfășurării: 24 aprilie 2024

3. Durata activității: 3 ore

4. Grupul țintă: elevii clasei I A

5. Coordonatorul activității: prof. învă. primar Tănase Ileana

6. Parteneri implicați: părinții

7. Obiective operaționale:

O₁: identificarea alimentelor sănătoase (fructe, legume etc.) de către beneficiarii proiectului

O₂: realizarea unui meniu săptămânal echilibrat

O₃: prepararea unei salate de fructe

O₄: dezvoltarea unui comportament responsabil la cumpărături pentru reducerea risipei alimentare

8. Resurse:

umane: 20 de elevi din clasa I

materiale: folie de protecție, mănuși de unică folosință, tacâmuri și vase de unică folosință din lemn/ carton, fructe și legume

9. Descrierea activității:

a. Meniul săptămânal echilibrat – 1 oră

În cadrul activității elevii au aflat informații despre:

- informațiile utile furnizate de etichetele de pe ambalajele alimentelor cu privire la perioada în care pot fi consumate;

- elaborarea unui meniu săptămânal echilibrat.

b. Atelier de lucru: prepararea unei salate de fructe – 1 oră.

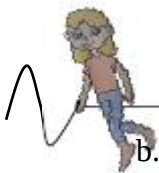
c. Organizarea campaniei de sensibilizare comunitară, „Consumă responsabil!” – 1 oră

Prezentarea rezultatelor și produselor obținute în cadrul atelierelor de lucru.

10. Rezultate obținute:

a. Cooperarea între elevi pe parcursul activității





- b. Responsabilizarea copiilor privind un comportament adecvat la cumpărături pentru reducere a risipei alimentare

11. Modalități de evaluare a activității:

- observarea sistematică a comportamentului elevilor pe parcursul activității
- jocul de ghicire al fructelor și legumelor după pipăit și miros
- chestionare orale
 - Cum vă simțiți după această activitate?
 - Ce ați învățat astăzi?

Răspunsurile oferite de elevi au devenit sugestii pentru următoarele activități de acest gen.

Pentru acasă s-a propus vizionarea videoclipului „Depozitarea corectă a alimentelor” :

<https://www.infocons.ro/ro/i-sfaturi-utile-depozitarea-corecta-a-alimentelor-MjEzNzUtOTU.html>

„Călătoria Bananei -Test interactiv : <http://vartotojai.lt/sincerelyfood/test/banana>”

12. Rezultate înregistrate:

- Implicarea tuturor elevilor și a părinților în acțiuni de reducere a risipei alimentare
- Responsabilizarea elevilor pentru un mod de viață sănătos

13. Sugestii, recomandări:

- programarea unei activități la care să participe și un nutriționist





**FIȘĂ DE ACTIVITATE EXTRACURRICULARĂ DIN CADRUL
PROGRAMULUI NAȚIONAL „SĂPTĂMÂNA VERDE”**

Prof. înv. Primar Tudose Carmen

Școala Gimnazială „Dan Barbilian” Galați

DENUMIREA ACTIVITĂȚII: „Protejăm mediul, protejăm natura!”

TIPUL ACTIVITĂȚII: Acțiune de ecologizare- „Din dragoste pentru natură”

SCOPUL: Dezvoltarea capacității de cunoaștere, înțelegere și responsabilitate în relaționarea cu mediul înconjurător, precum și conștientizarea raportului direct dintre mediu și sănătatea individului și cultivarea atitudinilor responsabile implicate în protejarea mediului.

OBIECTIVE PROPUSE:

- ~Să conștientizeze importanța mediului înconjurător;
- ~Să-și însușească ce presupune reciclarea prin lipirea de jetoane (sticlă, pet-uri, hârtie, doze) corespunzătoare pubelelor (verde, galben, albastru);
- ~Să cunoască efectele nocive ale poluării.

LOCUL DESFĂȘURĂRII: locul de joacă din apropierea școlii.

GRUPUL ȚINTĂ:

- ~Elevii clasei a II-a B și C, Școala Gimnazială “Dan Barbilian” Galați

PARTENERI IMPLICAȚI:

- ~Părinții și bunicii elevilor

RESURSELE:

- ~Umane: elevii, cadrele didactice, părinții, bunicii;
- ~Procedurale: conversația, explicația, demonstrația, exercițiul.





DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

În prima parte a zilei copiii au fost familiarizați cu conținutul activității ce va fi desfășurată pe parcursul zilei, prin prezentarea unor P.P.T.-uri și planșe ilustrative care reprezintă importanța curățeniei mediului înconjurător. După parcurgerea primei etape a zilei, elevii au ieșit organizați împreună cu cadrele didactice în parcul de lângă școală. Părinții/bunicii au văruit pomii, au pregătit pubelele pentru reciclat, lipind jetoanele potrivite. Copiii au adunat sticle, pet-uri, hârtii, doze etc găsite în parc și le-au reciclat în pubelele corespunzătoare.

REZULTATE AȘTEPTATE:

- ~Formarea unui comportament eco-civic față de natură;
- ~Implicarea tuturor copiilor și a părinților acestora în activitatea derulată;

MODALITĂȚI DE EVALUARE A ACTIVITĂȚII:

- ~Fotografii
- ~Evaluare orală

REZULTATE ÎNREGISTRATE:

- ~Trăirea unor stări afective pozitive în relațiile cu sine și cei din jur;
- ~Identificarea unor reguli și norme de comportament față de mediu;
- ~Înfrumusețarea și amenajarea parcului de joacă;

SUGESTII, RECOMANDĂRI:

- ~Organizarea sistematică și periodică a unor astfel de activități care sunt benefice pentru dezvoltarea armonioasă la nivel fizic și psihic;
- ~Stimularea părinților în vederea unei implicări active și directe în activitățile școlii.



ȘCOALA GIMNAZIALĂ „DAN BARBILIAN” GALAȚI



ISSN 3008-3702

ISSN-L 3008-3702