

”X,Y,Z - Să ne cunoaștem!”

Curriculum la decizia școlii pentru elevi din clasele V-VIII



Autor: Prof. Bianca Ciulac

ISBN



***“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”***



”X,Y,Z - Să ne cunoaștem!”

Curriculum la decizia școlii pentru elevi din clasele V-VIII



I. Argument

Elevii din societatea postmodernă sunt mult mai influențați de mass-media și mediul virtual, decât de familie și de școală. Valorile furnizate de familie, respectiv de mediul educațional tind să ocupe un rol secundar. Societatea și modul în care evoluează aceasta îi influențează pe elevi, dar un rol deosebit de important îl are mediul școlar. Așadar, construirea unui climat școlar puternic pentru prevenirea violenței în școală și a bullying necesită angajamentul tuturor celor implicați în practicile școlare la un nivel care să consolideze relațiile dintre elevi și profesori, elevi și elevi și profesori și profesori, necesită dezvoltarea abilităților sociale și emoționale. Unele dintre aceste abilități pot fi deprinse în mod explicit cu un curriculum adecvat. Altele sunt "prinse" sau asimilate de elevi pe măsură ce observă modul în care alții se comportă și experimentează efectele unui etos școlar și al unui mediu care încurajează starea de bine.

Ideea opționalului "X,Y,Z- Să ne cunoaștem!" constituie o inițiativă pentru facilitarea promovării diverselor forme de educație complementare educației de bază prin valorizarea individului și a capacităților sale, a sporirii gradului de implicare, motivare și responsabilizare. Prin tematica propusă se urmărește îmbunătățirea calității vieții în organizația școlară prin promovarea stării de bine, prin construirea unei imagini pozitive despre sine, prin comunicare și relaționare interpersonală.

Aceast opțional își propune să evidențieze importanța învățării sociale și emoționale și moduri în care acesta poate fi promovată în mod eficient pentru a reduce bullyingul și alte forme de violență în școli. Este important să acordăm atenție nu doar mediului fizic, ci și celui social și emoțional pentru a promova toate tipurile de învățare și, în special, SEL. Rolul central pe care emoțiile îl au în orice experiență de învățare este deosebit de important. Se învață foarte mult într-un context social. Înainte ca elevii să poată începe să abordeze cererile cognitive ale oricărei sarcini, ei trebuie să poată aborda aspectele sociale și emoționale care le însoțesc.

Prin acest opțional se are în vedere diversificarea câmpului educațional al elevilor prin promovarea educației pentru valori (valori morale, sociale, culturale, etc), educației pentru calitate, educației pentru dezvoltare durabilă, educației pentru mass- media, educației pentru carieră, educației pentru cetățenie democratică.

Programa pentru acest opțional a fost concepută în concordanță cu particularitățile de vârstă ale elevilor și vizează dezvoltarea personală a elevilor de nivel gimnazial.

Conținuturi

1. Autocunoaștere și dezvoltare personală
2. Comunicare, relaționare interpersonală
3. Dezvoltarea emoțională și social- SEL
4. Bullying și SEL- înțelegerea fenomenului
5. Climatul școlar- forme de comportament
6. Valoride "ieri", valori de "mâine"

Valori și atitudini

1. Dezvoltarea independenței în acțiune și în gândire în ceea ce privește cunoașterea, comunicarea, relaționarea interpersonală
2. Manifestarea inițiativei în abordarea de sarcini variate
3. Formarea obișnuinței de a recurge la aplicarea unor reguli în cadrul unor situații de viață
4. Manifestarea disponibilității de a evalua/ autoevalua activități de dezvoltare personală
5. Manifestarea unui mod de gândire creativ în structurarea și rezolvarea de probleme
6. Dezvoltarea motivației pentru studiul dezvoltării emoționale și sociale ca domeniu relevant pentru formarea personalității individuale

PLANIFICARE ANUALĂ

Unitatea de învățare	Conținuturi	Nr. ore	Săptămâna
1. Autocunoaștere și dezvoltare personală	Cunoașterea de sine	1	S1
	Cine este cel de lângă mine	1	S2
	Eu și ceilalți- reguli și responsabilități	1	S3
	Stima de sine	1	S4
	Strategii de dezvoltare a stimei de sine	1	S5
	Suntem unici	1	S6
2. Comunicare, relaționare interpersonală	Ce înseamnă comunicarea?	1	S7
	Empatia- înțelegerea celuilalt	1	S8
	Comunicare sinceră, încredere reciprocă	1	S9
	”Prietenia- un lucru de mult dat uitării”	1	S10
	Relații interpersonale- o necesitate în evoluția individului	1	S11
	Relații interpersonale- angajament și consecvență	1	S12
3. Dezvoltarea emoțională și socială- SEL	Ce este IE (inteligenta emoțională)?	1	S13
	Cadrul emoțiilor	1	S14
	Aspectele sociale și emoționale ale învățării	1	S15
	Elementele unui program SEL- caracteristici	1	S16
	Elementele unui program SEL- aplicații	1	S17
	Importanța învățării SEL în școală	1	S18
4. Bullyingul și SEL	Bullyingul și alte forme de violență în școală	1	S19
	Reducerea violenței în școală- Spectatori	1	S20
	Reducerea violenței în școală- Soluționarea incidentelor cauzate de bullying	1	S21
	Program anti- bullying-	1	S22



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

	Implicarea familiei		
	Program anti- bullying- Etape	1	S23
5.Climatul școlar	Dimensiuni ale climatului școlar (climat social, climat relațional)	1	S24
	Calitatea climatului școlar	1	S25
	Promovarea siguranței fizice	1	S26
	Rezolvarea conflictelor	1	S27
	Climatul relațional- profesori- elevi	1	S28
	Climatul școlar și succesul școlar	1	S29
6. Valori ..de ”ieri”, valori...de ”mâine”	Valori personale- ce sunt	1	S30
	Modele de viață	1	S31
	Valori eterne- Adevărul, Binele, Frumosul	1	S32
	Cine sunt modele mele în viață?	1	S33
	Modele de ”ieri”, modele de ”mâine”	1	S34
	Alegerea unui model în viață	1	S35



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



Tema 1 - Cunoașterea de sine

Concepte cheie:

autocunoaștere, stimă de sine, imagine de sine, încredere în sine

Să reflectăm!



Puiul și vulturul

Era odată un fermier care creștea pui și care era foarte pasionat de alpinism.

Intr-o zi, în timp ce escalada fațada unei stânci foarte periculoase, el a ajuns pe un platou întins. Aici se afla un cuib mare și în cuib, trei ouă mari. Erau ouă de vultur. Fermierul nu a rezistat tentației și a pus în rucsacul său unul dintre ouă, după ce s-a asigurat că mama- vultur nu se afla prin apropiere. S-a întors la fermă și a pus oul de vultur în cuibarul găinilor. La împlinirea termenului, puiul de vultur a ieșit din ou. S-a uitat în jur și a văzut-o pe cloșcă. "Mama!", a piuit el. Puiul de vultur a crescut împreună cu frații și surorile lui, puii de găină. A învățat să facă toate lucrurile pe care le fac puii: să cotcodăcească, să cloncăne, să scurme în țărână după pietricele și viermișori.

Intr-o zi, după ce trecuse mult timp din viața sa, vulturul care se credea pui de găină, a privit, din întâmplare către cer. Foarte sus, înălțându-se maiestuos în înaltul cerului, zbura, dând din când în când, fără nici un efort, din aripile puternice și aurii, un vultur.

"Ce este acela?", l-a întrebat vulturul, plin de admirație, pe unul dintre vecinii lui din curtea fermei.

"Este magnific. Atât de multă putere și grație. Artă în mișcare."

"Acela este un vultur", a spus puiul de găină. Acela este Regele Păsărilor. Este o pasăre a cerului. Dar noi, noi suntem doar pui de găină, noi suntem păsări ale pământului.



Să ne informăm!



Asemenea unui vultur, și un om, chiar dacă a fost învățat să se considere altceva decât este, poate reînvăța cine este cu adevărat, poate lua decizii conforme cu natura sa, poate deveni un învingător.

James AGGREY, Povestea vulturului

Autocunoașterea- este procesul prin care o persoană își răspunde la întrebarea ”Cine sunt eu?”, conducând la formarea unei păreri despre propria persoană.

Stima de sine- reprezintă părerea pe care o ai despre tine. Se bazează pe atitudinea pe care o ai față de:

Punctele tale tari și slabe.

Activitatea pe care o faci.

Ce crezi că gândesc ceilalți despre tine.

Scopul tău în viață.

Locul tău în lume.

Potențialul tău pentru succes.

Modul în care relaționezi cu ceilalți.

Independența/autonomia ta sau abilitatea de a sta pe propriile picioare.

Imaginea de sine- Imaginea de sine sau "cum ne vedem", se referă la modul în care ne percepem propriile noastre caracteristici fizice, emotionale, de cunoaștere.

Încrederea în sine- Încrederea în sine este senzația interioară de putere pentru îndeplinirea propriilor dorințe. Această senzație ne permite să acționăm.

Să exersăm!

Exercițiu reflecție: Oglinda



- Cine sunt eu?
- Prin ce mă deosebesc de cei din jur?



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- Care sunt punctele mele tari și slabe?
- Care sunt posibilitățile mele?
- Cum aş putea să îmi dezvolt calitățile și să îmi depășesc slăbiciunile?

FIȘĂ DE AUTOAPRECIERE

CARACTERISTICI	PE CARE LE DEȚIN	AȘ DORI SĂ LE DEZVOLT
PRIETENOS		
AMBIȚIOS		
HARNIC		
CINSTIT		
EGOIST		
INDEPENDENT		
SENSIBIL		
DEZORDONAT		
VESEL		
DOMOL		
PLIN DE UMOR		
ECHILIBRAT		
PRICEPUT		
INTERIORIZAT		
DARNIC		
RAUTACIOS		
AGRESIV		
SIGUR PE SINE		



*“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”*





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- discută cu colegii despre caracteristicile existente la nivelul clasei/ grupului și despre cele care necesită dezvoltare.

EVALUARE:

- Precizează 3 caracteristici care crezi că te reprezintă:
.....
.....
.....
- Menționează cel puțin două aspecte care te fac să ai încredere în tine.
.....
.....



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



Tema 2-Cine este cel de lângă mine?

FIȘĂ ASCULTARE ACTIVĂ

Lucrați împreună cu colegul de bancă. Citiți următoarele enunțuri. Apreciați dacă sunt adevărate sau false și notați motivul pentru alegerea făcută. Schimbați fișele și observați dacă vă recunoașteți.

Enunț	Adevărat	Fals	De ce?
Este comunicativ.			
Este sensibil.			
Este ambițios.			
Este darnic.			
Este sigur de sine.			

AFIȘUL PUBLICITAR

Cum ar arăta un afiș publicitar despre colegul de bancă?!



Să ne informăm!

Trăsăturile sunt particularitățile, relativ stabile, ale unei persoane exprimate în predispoziția de a răspunde într-un anumit fel la diferiți stimuli.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Trăsăturile pot fi grupate astfel:

- Trăsături generale- ce țin de specie
- Trăsături tipice- ce țin de grup
- Trăsături individuale.

Bifează cum te simți acum!



***“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”***



Tema 3-Eu și ceilalți- reguli și responsabilități

Concepte cheie: grup social, regulă, responsabilitate

Să ne informăm!



Grup social- grupul este ceea ce indivizii realizează atunci când se alătură unul altuia în vederea urmăririi unor țeluri și interese comune. Membrii grupului își desfășoară activitatea într-un anumit mediu, interacționează, comunică și cooperează în vederea atingerii acelor țeluri comune care îi animă. Membrii grupului se influențează reciproc și își confruntă opiniile, punctele de vedere. Grupul social este alcătuit din cel puțin două persoane.

Regulă- reprezintă acea normă la care se raportează membrii din cadrul unui grup.

Responsabilitate- reprezintă acea obligație de a efectua o activitate, de a accepta și suporta consecințele.

Să exersăm!



Prezentați regulile clasei voastre!

Găsiți câte o imagine simbol pentru fiecare dintre acestea.

Tema 4-Stima de sine

Să reflectăm!



O poveste

"Un rege își puse la încercare un post important de la curtea regală. Numeroși oameni puternici și înțelepți se aflau în jurul lui.

"Înțelepților - spuse regele - am o problemă și vreau să vad care dintre voi este în stare să o rezolve."

Li conduse pe oameni la o ușă enormă, mai mare decât văzuseră vreodată. Regele le explică : "Aici vedeți cea mai mare și mai grea ușă din regatul meu. Care dintre voi poate să o deschidă ?"

Unii dintre curteni scuturară doar din cap. Alții, care se numărau printre cei înțelepți, se uitară la ușă mai de aproape, dar recunoscură că nu pot să o facă. Când înțelepții au spus asta, restul curții au conștientizat că această problemă este dificil de rezolvat. Un singur vizir s-a dus la ușă. O examină cu ochii și cu degetele, încercă mai multe posibilități de a o deschide și, în cele din urmă, o trase puternic. Ușa s-a deschis. A fost lăsată întredeschisă numai, nu închisă complet, și nimic altceva nu a fost necesar, decât bunăvoința de a realiza ceva și curajul de a acționa cu îndrăzneală.

Regele a spus: "Vei primi postul de la curte, pentru că tu nu te bizui doar pe ceea ce vezi sau auzi; tu îți pui propriile puteri în joc și ai curajul să riști o încercare".



(Nossrat Peseschkian. "Povești orientale ca instrument de psihoterapie")

Să exersăm!



CHESTIONAR - STIMA DE SINE

	Sunt total de acord	Nu sunt de acord	De acord	Foarte de acord
Simt că am multe calități bune				
Câteodată mă simt nefolositor				
Simt că sunt o persoană de valoare cel puțin la egalitate cu ceilalți				
Aș dori să am mai mult respect față de mine însumi				
Sunt capabil să fac lucruri la fel de bine ca și ceilalți oameni				
Câteodată mă gândesc că nu sunt bun (bună) de loc				
Am o atitudine pozitivă față de persoana mea				
Simt că nu am prea multe motive să fiu mândru/ mândră de mine				
În general sunt satisfăcut(ă) de mine însumi				
În general sunt înclinat(ă) să cred despre mine însumi că dau greș în ceea ce întreprind				

Tema 5-Strategii de dezvoltare a stimei de sine

Să exersăm!



Fereastra schimbării

Ceea ce vreau să schimb la mine pentru a-mi asigura reușita	Resursele (calitățile/ punctele tari) de care cred ceilalți că mă voi folosi pentru realizarea schimbărilor
Resursele (calitățile/ punctele tari) pe care le voi folosi pentru a realiza schimbările	Ce îmi propun ceilalți pentru realizarea schimbărilor

Tema 6-Suntem unici

Să reflectăm!



Alegoria broscuțelor

A fost odată un grup de broscuțe care voiau să se ia la întrecere. Țelul lor era să ajungă în vârful unui turn foarte înalt. Se adunaseră deja mulți spectatori, pentru a urmări cursa și a le încuraja pe broscuțe. Cursa urma să înceapă ...

Totuși... dintre spectatori nu credea nici unul că vreuna din broscuțe va reuși să ajunga în vârful turnului. Tot ce se auzea erau exclamații de genul: "Oh, ce obositor!!! Nu vor reuși niciodată să ajungă sus!" sau: "Nici nu au cum să reușească, turnul este mult prea înalt!"

Broscuțele începură să abandoneze ... Cu excepția uneia singure, care se cățara vioaie mai departe ... Spectatorii continuau să strige: "E mult prea obositor! Nu va putea nimeni să ajungă sus!"

Tot mai multe broscuțe se resemnau și abandonau ... Doar una singură se cățara consecvent mai departe ... Nu voia cu nici un chip să abandoneze!

În final, renunțaseră toate, cu excepția acelei broscuțe, care cu o imensă ambiție și rezistență a reușit să ajungă singură în vârful turnului! După aceea, toate celelalte broscuțe și toți spectatorii au vrut să afle cum a reușit broscuța să ajungă totuși în vârf, după ce toate celelalte se văzuseră nevoite să abandoneze cursa!

Unul din spectatori se duse la broscuță s-o întrebe cum de a reușit să facă un efort atât de mare și să ajungă în vârful turnului. Așa se află că ...

Broscuța învingătoare era SURDĂ!!!

Morala?

Nu asculta niciodată de oamenii care au prostul obicei de a fi întotdeauna negativi și pesimiști. ... fiindcă ei îți răpesc cele mai frumoase dorințe și speranțe pe care le porți în suflet! Gândește-te mereu la puterea cuvintelor, căci tot ceea ce auzi sau citești te influențează în ceea ce faci!

Fii MEREU OPTIMIST!

Și, mai ales, fii pur și simplu SURD când cineva îți spune că nu-ți poți realiza visurile! Gândește-te: Poți reuși în viață dacă vrei cu adevărat!

Să exersăm!



Ghici cine sunt!

Fiecare elev primește câte un bilețel, pe care își va face o scurtă caracterizare, de câteva rânduri, evitând enumerarea unor trăsături fizice.

Clasa este împărțită în două grupe. Biletele sunt separate în două cutii. Cei care trebuie să ghicească cui îi aparține fiecare bilet sunt cei din grupa cealaltă. (timp- 1 minut pentru consultare asupra alegerii).

Câștigă grupa care a ghicit cui aparțin cele mai multe caracterizări.



1. Autocunoaștere și dezvoltare personală

AM AFLAT !

Cine sunt eu?

Care sunt calitățile și defectele mele?

Care sunt reușitele mele? Dar eșecurile?

Ce mă face să mă simt mândru de mine?

Am încredere în forțele mele?

Imaginea de sine pozitivă este o forță interioară care ne permite să ne bucurăm de reușitele noastre, în ciuda tuturor obstacolelor.

Beneficiile imaginii de sine pozitive

- Stabilitate afectivă
- Relații deschise cu ceilalți
- Rezistență la critici și respingeri

Consecințele imaginii de sine negative

- Instabilitate afectivă
- Lipsa de curaj/ influențabil
- Dependență de părerile altora

Încrederea în sine – arată că ești capabil să acționezi într-o manieră adecvată la situațiile importante, neprevăzute, cu dificultăți în realizarea lor.

Beneficiile încrederii în sine

- Acțiuni cotidiene rapide
- Rezistență la eșecuri

Consecințele absenței încrederii în sine

- Ezitări
- Lipsa perseverenței
- Abandon în timpul activității

DIPLOMA MEA

1. Cea mai importantă activitate realizată a fost _____.
2. Cele mai importante persoane din viața mea sunt _____.
3. Cel mai important obiectiv al meu realizat este _____.

Tema 7-Ce înseamnă comunicarea?

Să ne informăm !



- Comunicarea este procesul de trimitere, receptare și interpretare a mesajelor prin care noi relationăm unii cu ceilalți și ne adaptăm la mediul înconjurător.
- Comunicarea este o umbrelă uriasă care acoperă și influențează tot ceea ce se întâmplă între ființele umane.
- Comunicarea este un proces prin care mesajele emitentului ajung, via canale de transmitere la un anumit receptor.
- Emitentul este în principal, un om sau un grup de oameni care transmite mesajul unui alt om sau grup de oameni.
- Receptorul este în principal un om sau un grup de oameni care primește mesajul de la un alt om sau grup de oameni.
- Mesajul conține informațiile care vor fi percepute de către receptor. Pentru a fi înțeles, mesajul este: codificat de emitent și transpus în semne, simboluri, respectiv limbaj de cod și decodificat de receptor fiind descifrat în funcție de posibilitățile de înțelegere, nevoi și așteptări.
- Emițător→Codare→ Canal→Decodare→Receptor
- Comunicarea umană folosește stimuli și semnale care aparțin următoarelor categorii de limbaj:

Limbajul verbal (7%): respectiv CUVINTELE

Limbajul paraverbal (38%): respectiv STIMULI ȘI SEMNALE transmise prin tonul, volumul și ritmul vocii

Limbajul nonverbal (55%): respectiv *stimuli și semnale* transmise prin: FIZIONOMIE, MIMICA, GESTICA, POSTURA

II Paralimbajul și limbajul nonverbal au rolul de a :

- *sustine mesajele verbale:* “E haios” – ras
- *accentuarea mesajelor verbale:* “Iesiti!” – bratul întins spre ieșire
- *Inlocuirea mesajelor verbale:* “Taci, te rog!”(nerostit) înlocuit de ducerea degetului arătător la buze
- *Contrazicerea mesajelor verbale:* “M-am supărat pe tine” – zâmbet larg, ras

Să exersăm!



Comunicarea este:

-
-
-
-
-

Completați următorul acrostih cu termeni specifici din comunicare:

C	
O	
M	
U	
N	
I	
C	
A	
R	
E	

Tema 8- Empatia- înțelegerea celuilalt

DECALOGUL COMUNICĂRII (A.Băban, D.Petrovai,2001):

1. Nu poți să nu comunici.
2. Comunicarea presupune cunoaștere și stimă de sine.
3. Comunicarea presupune cunoașterea nevoilor celuilalt.
4. Comunicarea presupune mesaje verbale și non-verbale.
5. Comunicarea presupune exprimarea emoțiilor.
6. Comunicarea presupune a oferi și a primi feed-back.
7. Comunicarea presupune conștientizarea stadiilor unei relații.
8. Comunicarea presupune ascultare activă.
9. Conflictele sunt naturale în comunicare.
10. Comunicarea presupune asumarea rezolvării conflictelor.



Să exersăm!

Empatia este abilitatea de a te pune în pielea celuilalt. Te ajută să înțelegi și să te conectezi la trăirile și la gândurile unei persoane ca și cum ar fi ale tale. Înseamnă să știi să comunici eficient, fără să judeci, rezonând emoțional cu cei din jur.

Tema 9-Comunicarea sinceră, încredere reciprocă

Cuvinte vrăjite, de Pierr Gamarra

Această poveste s-a petrecut într-o sală de clasă, seara târziu, după plecarea elevilor. Totul era lăsat în ordine în clasă: tabla era ștersă, băncile erau aliniate și curate, nu se vedea nici o urmă de creion sau de pix pe ele, ușile erau închise. Doar un creion mic era căzut într-un colț și încerca să se ascundă din calea măturii, să nu fie dat la gunoi...Din sertarul catedrei se auzi un glas subtil și parcă sugrumat:

— Salvati-mă! Salvati-mă! Mă înăbuș aici!

— Cine ești tu? se auzi glasul creionului. Unde ești?

— Uf! Sunt aici în sertar, deschideți-mi că nu mai pot să respir! Sunt caietul de limba română, al unui copil uituc. Doamna învățătoare m-a pus aici în sertarul catedrei, dar simt că mă sufoc, nu am aer.

— Ssst! Taci puțin, te rog! Tu nu auzi nimic?

— Ce să aud?

— Se aud zgomote din bibliotecă, zise creionul cu vocea scăzută. Ce-o fi acolo? Cărtile sunt cam gălăgioase în seara aceasta. De obicei după o zi grea de muncă ele sunt liniștite, se odihnesc.

— Da, ai dreptate! Te rog, scoate-mă de aici și să mergem să vedem ce se întâmplă! Cărtile se foiau de zor. Șopteau, își foșneau paginile, era ceva de nedescris în bibliotecă.

— Poate vor să plece de aici, șopti creionul.

— N-au cum. Ușile sunt încuiate. Oare ce se întâmplă?

— Nu mai înțeleg nimic.Imediat apărură niște omuleți albaștri, negri, roșii și verzi care coborau pe o scară de mătase, din gura cheii de la bibliotecă.

— Cine or fi? se întrebă curios caietul. Simt că i-am mai văzut, parcă i-aș cunoaște.

— Ce mulți au venit! strigă creionul.

— Ce nepriceputi suntem! Acum știu, sunt cuvintele!

— Care cuvinte?

— Cuvintele care sunt scrise cu cerneală, cu creioane colorate, cu cretă albă și colorată. Le știu foarte bine!

— Da, ai dreptate, spuse creionul. Am scris și eu multe, multe cuvinte. Oare unde se duc? Hai să le urmărim.

— Bine, hai să le urmărim!

— Se îndreaptă spre sala profesorilor! Ba nu, au ajuns în cabinetul directorului... Oare ce vor să facă? Vorbesc toate odată și nu înțeleg ce-și spun. Se catără pe birou!

— Poti să spui ce cuvinte sunt? Eu sunt prea mic, spuse creionul.

— Da, stai puțin. A uite... pe câteva le recunosc.

— Uite-l pe cuvântul PRĂJITURĂ, spuse caietul. Este rotofei și zâmbește mereu. Merge liniștit, cu pași mărunți și repezi. Văd și cuvântul SARE. Are umerii aplecați și e cam supărat.

— Vezi și cuvântul CIOCOLATĂ?



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

— Da, are părul cafeniu și cârliontat și o pălărie mare de alune. În acest timp cuvintele se suiseră pe birou și vorbeau toate fără a se înțelege între ele. Deodată unul sări pe telefon și începu să strige, silabisind cu o voce severă:

— Li-niș-te! Li-niș-te!

— E cuvântul PEDEAPSĂ, șopti caietul înfiorându-se. Auzind aceasta, creionul era gata să se ascundă după copertile caietului. Domnul PEDEAPSĂ era îmbrăcat în robă ca un judecător. Avea ochelari cu rame de sârmă și privea aspru pe deasupra lor. În mână ținea un carnetel în care nota ceva cu un pix. Avea glasul aspru și strident de-ti dădea fiori.

— Vă rog să tăceți! Ne poate auzi paznicul și va trebui să ne ascundem care pe unde vom putea și nu prea avem decât dosare și câteva cărți aici. Nu vom încăpea toate...

— E un om bun, strigă cuvântul BUNĂTATE. N-o să ne facă nici un rău.

— Asta s-o crezi tu! strigă cuvântul RĂUTATE. Era un cuvânt înalt, slab și urât, cu părul încâlcit și ro-șu și cu multe vânătăi și zgârâieturi pe frunte și pe obraji.

— Nu vă mai certati, se auzi o voce blândă și liniștită. Era cuvântul FRATE. Am venit aici să ne alegem împăratul, nu-i așa?

— Da, da, răspunseră mai multe cuvinte deodată. Când copiii ne vor scrie greșit sau ne vor stâlci, trebuie să fie cineva care să ne apere și care să-i cheme la judecată.

— Aveți dreptate, răspunse cuvântul RĂTĂ. E adevărat, unii copii ne stâlcesc rău de tot! Sunt indignat de câte ori copiii rostesc și scriu greșit numele meu... LATĂ, LATĂ, RĂTĂ, sau RĂTI, când suntem mai multe.

— Ce să vă mai spun eu? se plânse verbul A FI. Cât se mai chinuie să mă învete!

— Hai să ne grăbim să ne alegem împăratul, că vremea trece! spuse cuvântul CEAS.

— Nu te uita așa la mine că eu nu vreau să fiu, spuse cuvântul EMOTIVITATE. Nu pot, eu mă înroșesc ca o sfeclă roșie.

— Aș putea fi eu, strigă cu glas puternic cuvântul OTEL. Sunt mare și tare. Am niște pumni... Dorește cinevasă se măsoare cu mine?

— Îndrăznești să spui că nu sunt eu cel mai râvnit și cel mai iubit? întrebă mirat și deranjat cuvântul AUR.

— Știți care este cel mai iubit cuvânt? rosti cuvântul IUBIRE cu multă duioșie. Este cuvântul MAMĂ! E cel mai dulce și cel mai frumos cuvânt. Vreau să ne fie împărat!

— Nu, nu, nu vedeti că nu sunt bune de nimic cuvintele alese de voi? urlă cuvântul VIOLENTĂ. Eu vă propun cuvântul BĂTĂ, care lovește de te lasă lat, sau cuvântul PAR, care este atât de greu că rămâi fără suflare dacă nu faci ceea ce trebuie.

— Dragele mele cuvinte, zise cuvântul LUME cu voce impunătoare, cuvintele pe care ar trebui să le alegem sunt PRIETENIE și UNIRE. Primul are mâini puternice și sare în ajutor la nevoie, al doilea încearcă să-i facă pe oameni să nu se certe și să se înțeleagă. Cuvintele rămaseră pe gânduri. Începură apoi să vorbească între ele pe cine să aleagă. Se apropie cuvântul TRANDAFIR. Era frumos ca un înger și parfumul lui te îmbăta de la depărtare.

— Știu, am găsit, spuse el. E un cuvânt mult mai parfumat decât mine. Are în el parfumul tuturor florilor de pe pământ, iar dacă nu-l avem, dacă nu există, totul e pierdut.

— Vai, vai, spune mai repede. Este cuvântul la care măgândesc eu? spuse cuvântul LĂCOMIE. Este cuvântul...

— PACE! PACE! strigară mai multe voci.



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

— Da, cuvântul *PACE* va fi ÎMPĂRATUL nostru! răspunseră celelalte cuvinte. Cuvântul *PACE* înaintă. Era atât de frumos! Era ca un vis. Toate culorile curcubeului se topiseră în el. Era roșu ca soarele dimineata, când zorii se topesc, galben ca aurul spicelor, portocaliu ca rochițele fetelor vara, albastru ca apele mărilor, verde ca pajiștile și pădurile pământului și violet ca un cer la sfârșitul unei zile frumoase și senine de vară. O caldă lumină umplu cabinetul și școala. Ea iradia din acest cuvânt.

— Gata, acum trebuie să mergem la locurile noastre! spuse cuvântul *MUNCĂ*. Imediat se ivesc zorii. Peste câteva ore copiii vor sosi... Un zgomot ușor se auzi, iar cuvintele, speriate să nu fie surprinse, se rostogoliră de pe birou. Se strecurară pe coridor până la ușa bibliotecii și urcară cât ai număra: unu, doi, trei, pe scara de mătase pe care coborâseră.

Completați tabelul:

” Cuvintele vrăjite ”	Semnificație



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



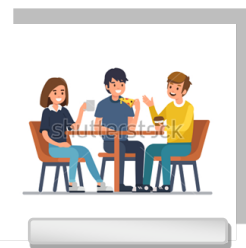
Tema 10-”Prietenia- un lucru de mult dat uitării”

Plecând de la ideea textului precizați de ce avem nevoie de prieteni și care sunt factorii/comportamentele ce determină o prietenie:

„Caut prieteni”, zice Micul Prinț, care nu știe ce înseamnă „a îmblânzi”. Atunci Vulpea îi spune: „E un lucru care prea mult e dat uitării. Înseamnă a-ți crea legături. Tu nu ești pentru mine decât un băiețuș, aiudoma cu alții, iar pentru tine eu nu sunt decât o vulpe, ca alte multe vulpi. Dar dacă mă îmblânzești, tu vei fi pentru mine fără seamăn pe lume, viața mi se va însenina. Atunci pasul tău mă va chema din vizuină ca o melodie... Va fi minunat când mă vei fi îmblânzit.....Numai timpul cheltuit cu un prieten face ca el să fie atât de prețios..” (“Micul prinț”- Antoine de Saint Exupery)

NEVOIA DE PRIETENI	FACTORI / COMPORTAMENTE CE DETERMINĂ O RELATIE DE PRIETENIE

PRIETENIA (cvintet)



- **Primul vers denumește subiectul**
 - **Al doilea vers- două adjective, caracteristicile subiectului**
 - **Al treilea vers- trei acțiuni**
- **Al patrulea vers- patru cuvinte care exprimă imaginea despre subiect**
- **Al cincilea vers- un cuvânt, însușire esențială a subiectului.**

Desenează simboluri pentru ceea ce înseamnă prietenia pentru tine:



Tema 11-Relații interpersonale-o necesitate în evoluția individului

Elevii vor fi grupați în echipe de 3-4. Citiți cu atenție citatele de pe biletele colorate.
La ce se referă fiecare citat în parte? Exprimați-vă liber opinia.
Identificați tipuri de relații interumane ce reies din citate.
Realizați propriul citat pe baza ideilor desprinse în cadrul grupului.

Echipa 1

”Cuvintele sunt vocea inimii”- Confucius – filozof

”Cuvintele frumoase costă foarte puțin. Și totuși, cât de multe obțin!”— Blaise Pascal

Echipa 2

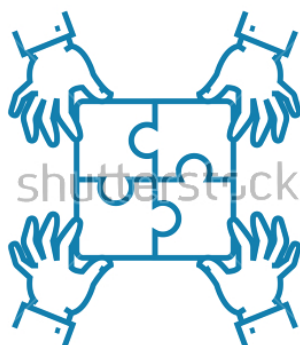
”Puțini sunt oamenii ce au învățat să prețuiască prietenia.” – Tudor Arghezi

Echipa 3

”Omul trebuie să aibă și prieteni, și dușmani. Prietenii îl învață ce trebuie să facă, iar dușmanii îl obligă să facă ce trebuie.” – Nicolae Iorga

Echipa 4

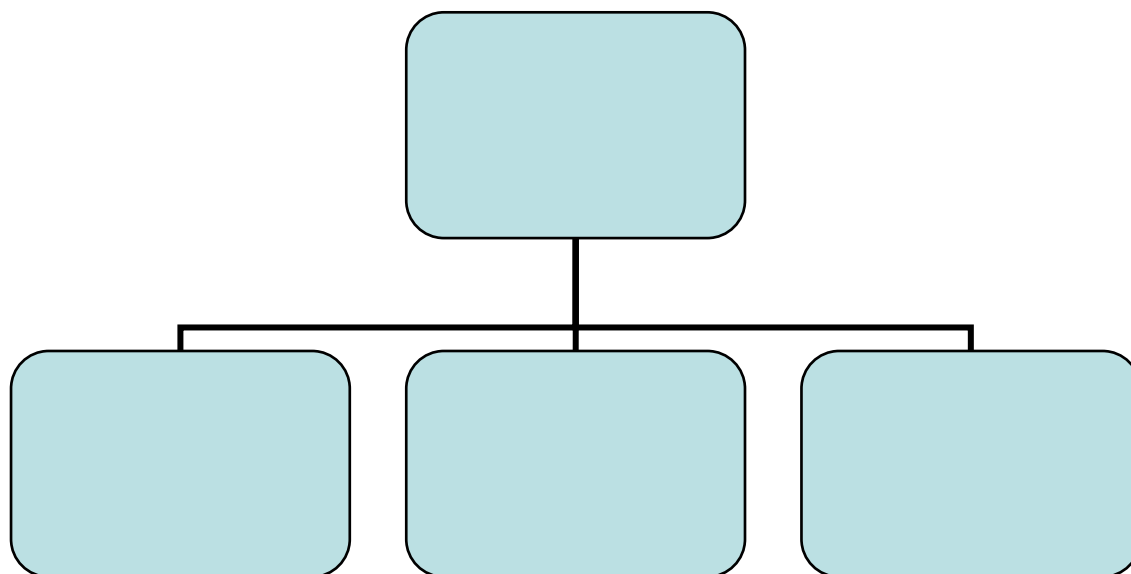
”Prietenii sunt ca pepenii: încerci o sută și oprești doi, trei.” (Confucius)



Tema 12- Relații interpersonale- angajament și consecvență



Roluri în cadrul echipei:



Tema 13- Ce este IE? (inteligența emoțională)

Să reflectăm!



Ne-am întrebat adeseori ce îi face pe unii oameni, cu un coeficient de inteligență mediu sau chiar scăzut, să reușească în carieră. Ce îi face pe alții, cu un IQ (inteligență academică) ridicat, să aibă eșecuri, să stagneze în carieră? Răspunsul la acest aparent paradox este modul în care fiecare dintre ei își folosește inteligența emoțională (EQ).

Chiar dacă o persoană are suficiente cunoștințe și idei inteligente, dacă nu își cunoaște și nu reușește să-și gestioneze emoțiile și sentimentele, poate întâmpina dificultăți în încercarea de a-și construi relațiile cu ceilalți sau o carieră profesională de succes. Persoanele cu un înalt grad de autocunoaștere își dau seama cum sentimentele lor îi afectează, atât pe ei, cât și pe cei din jur.

INTELIGENȚA EMOTIIONALĂ -este capacitatea personală de identificare și gestionare eficientă a propriilor emoții în raport cu scopurile personale (carieră, familie, educație etc). Finalitatea ei constă în atingerea scopurilor noastre, cu un minim de conflicte inter și intra-personale.

CLASIFICAREA EMOȚIILOR DUPĂ DANIEL GOLEMAN

Există 4 expresii faciale care pot fi recunoscute de orice persoană aparținând oricărei culturi de pe planetă: frica, mânia, tristețea și bucuria.

Psihologul Daniel Goleman (cunoscut în special pentru cercetările sale privind inteligența emoțională), face următoarea clasificare a emoțiilor:

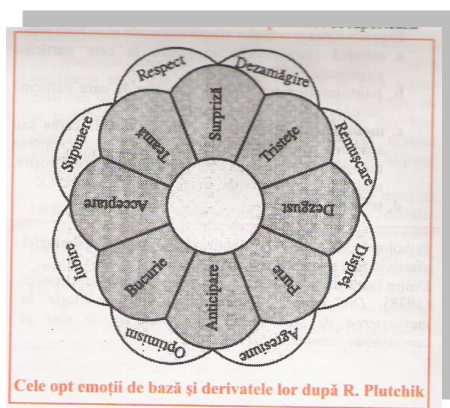
Mânia Tristețea Frica Bucuria Iubirea Surpriza Dezgustul Rușinea

Descrieți o situație din viața reală când v-ați aflat în una dintre situațiile următoare. Discuțați în grupuri mici, 3-4 elevi, reacțiile voastre:

Mânie	
Tristețe	
Frică	
Bucurie	
Iubire	
Surpriză	
Dezgust	
Rușine	

CERCUL EMOȚIILOR DUPĂ ROBERT PLUTCHIK

Psihologul american Robert Plutchik a creat în 1980 "cercul emoțiilor", care constă din 8 emoții fundamentale și 8 emoții complexe, formate din câte două emoții fundamentale. Emoțiile fundamentale pot fi observate pe primul cerc (bucurie, acceptare, teamă, surpriză, tristețe, dezgust, furie, anticipare), pe când emoțiile complexe sunt cele trecute pe al doilea cerc: optimism, iubire, supunere, respect, dezamăgire, remușcare, dispreț și agresivitate.



Tema 14- Cadranul emoțiilor

CELE PATRU ARII ALE INTELIGENȚEI EMOȚIONALE

IDENTIFICAREA EMOȚIILOR Abilitatea de a recunoaște propriile noastre sentimente și pe ale celor din jurul nostru.	FOLOSIREA EMOȚIILOR Abilitatea de a accesa o emoție împreună cu motivul acesteia (în gândire și decizii).
ÎNȚELEGEREA EMOȚIILOR Cunoaștere emoțională; abilitatea de a identifica și înțelege “lanțurile emoționale” – trecerea de la o emoție la alta.	MANAGEMENTUL EMOȚIILOR Abilitatea de autoreglare a emoțiilor și de a conduce emoțiile celorlalți.



UNIUNEA EUROPEANĂ

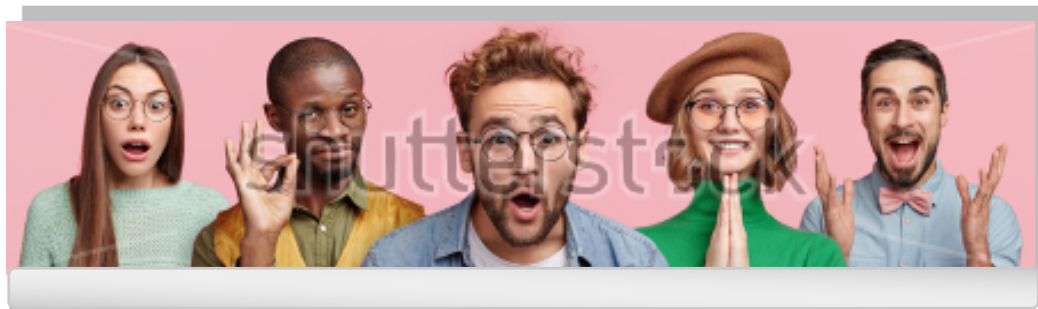


Instrumente Structurale
2014-2020

Să exersăm!



Identificați emoțiile exprimate în următoarele imagini:



--	--	--	--	--



--	--	--	--	--



--	--	--	--	--



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



Tema 15- Aspectele sociale și emoționale ale învățării

SEL- Social and Emotional Learning este un proces de obținere a valorilor, atitudinilor, competențelor, cunoștințelor sociale și emoționale și a aptitudinilor care sunt esențiale pentru reușita/ succesul în viață. Acestea includ motivație, abilități sociale și relaționale, comunicare eficientă, stimă de sine.

Aspectele sociale și emoționale ne permit să cunoaștem și să ne pese de noi și de alții. Gestionarea și exprimarea pozitivă a emoțiilor, alegerea unor decizii responsabile, stabilirea și atingerea țelurilor, învățatul, colaborarea, dedicarea ne fac să fim fericiți și împliniți.

Cinci aspecte sociale și emoționale ale învățării sunt:

- auto-conștientizarea
- gestionarea sentimentelor
- motivația
- empatia
- abilitățile sociale.

Abilitățile sociale și emoționale sunt esențiale pentru a fi un bun elev, prieten și cetățean.

Școlile pot ajuta la prevenirea și reducerea implicării elevilor în diferite comportamente negative sau anti-sociale (de exemplu violența, consumul de alcool/ droguri, absenteismul, și abandonul școlar) atunci când se angajează în procesul de predare continuă, integrată și de învățare întru dezvoltarea abilităților sociale și emoționale ale elevilor .

Acest lucru este cel mai bine început în grădiniță și apoi continuat pe tot parcursul școlarizării, prin promovarea angajamentului studentului în activități pozitive în afara sălii de clasă. Este important să se includă părinții și comunitatea în planificare, implementare și evaluare .(Referință: Weissberg & Cascarino, 2013).

Toți elevii au nevoie să își dezvolte abilitățile sociale și emoționale necesare pentru a forma relații și pentru a rămâne conectat la școală pe măsură ce progresează de la școala primară, la cea secundară, la liceu. Aceste abilități contribuie în mod semnificativ atât la performanțele lor sociale și academice, precum și la sănătatea lor mentală.

Să exersăm!



Ce înseamnă a fi un elev bun ? Dar un cetățean bun?

Tema 16- Elementele unui program SEL- caracteristici

Cercetările au arătat (Referințe, de exemplu: Izard 2001; Fleming et al 2005; Carneiro 2006; Wang et al 1997; Zins et al 2004; Durlak et al 2011) că promovarea sănătății și bunăstării emoționale a elevilor are un impact pozitiv asupra:

- reușitelor academice;
- participării efective a elevilor la ore, angajamentul și motivația;
- reducerea stresului, anxietății și depresiei;
- realizări în plan personal;

Să exersăm !



Rezultatele predării și învățării sociale și emoționale pot fi explorate în șase domenii:

Domeniu	Imagine	Valorizare
1. Conștientizarea și valorizarea propriei persoane		
2. Conștientizarea și valorizarea altora		



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

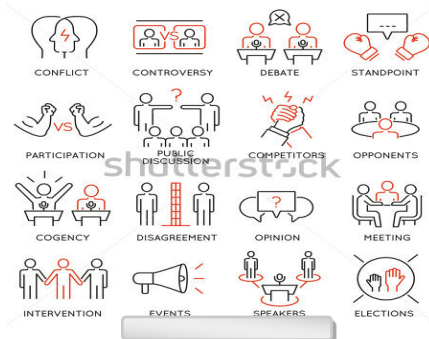
**3. Conștientizarea
și valorizarea
apartenței la
grupuri**



**4. Gestionarea
propriei persoane**



**5. Gestionarea
relațiilor**



**6. Gestionarea
apartenței la
grupuri**



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



Tema 17- Elementele unui program SEL- aplicații

Este important să acordăm atenție nu doar mediului fizic, ci și celui social și emoțional pentru a promova toate tipurile de învățare și, în special, SEL.

Mediul de învățare poate fi îmbunătățit:

Fizic	Social	Emoțional
Ex: Mediul să fie prietenos-expunerea lucrărilor elevilor pe pereți	Ex: Să existe locuri pentru elevi să stea și să discute	Ex: Expuneri și evenimente care sărbătorească reușitele elevilor

Tema 18- Importanța învățării SEL în școală

Valorizarea propriei persoane poate fi realizată de elevi prin:

- Se simt bine în propria piele și se acceptă pentru cine și ceea ce sunt ;
- Știu că este ok să prezinte emoții, dar nu este ok să se comporte în orice mod doresc;
- Știu că sentimentele, gândurile și comportamentele lor sunt interconectate ;
- Pot identifica , recunoaște și exprima o multitudine de sentimente în mod corespunzător;
- Pot recunoaște momentul când devin copleșiți de sentimente ;
- Știu când și cum învață cel mai eficient ;
- Pot identifica ce fac bine și ceea ce fac mai puțin bine ;
- Se simt pozitivi în ceea ce privește îndeplinirea cu succes a unor sarcini;
- Știu că au puterea de a face alegeri și de a schimba câteva lucruri pentru ei prin intermediul acțiunilor;

Să exersăm !



Completați următorul acrostih cu termeni specifici despre reusite, sentimente pozitive:

R	
E	
C	
U	
N	
O	
A	
Ș	
T	
E	
R	
E	

Tema 19- Bullyingul și alte forme de violență în școală

Să ne informăm!



Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de către colegi care îl strigă într-un anume fel (făcând referire la aspectul fizic sau probleme de ordin medical/ familial). Uneori aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau chiar, în unele cazuri, în atacuri fizice.

Bullying reprezintă o formă de abuz emoțional și fizic, care are trei caracteristici:

- Intenționat – agresorul are intenția să rănească pe cineva;
- Repetat – aceeași persoană este rănită mereu;
- Dezechilibrul de forțe – agresorul își alege victima care este percepută ca fiind vulnerabilă, slabă și nu se poate apăra singură.



Să exersăm!



1.Descrieți situațiile prezentate în imaginile de mai sus.

2.Ce ați face dacă ați fi în situația victimei?

Tema 20- Reducerea violenței în școală- Spectatori

”Ești erou în curtea școlii când reduci violența verbală!” (UNICEF)



**Scrieți proverbe despre combaterea violenței în școală!
Comentați-le în grupuri mici de 3-4 elevi:**

Tema 21- Reducerea violenței în școală- soluționarea incidentelor cauzate de bullying



Cum putem reduce bullyingul la școală?

- Joc de rol
- Dezbateri liberă
- Întâlniri cu psihologul școlar

Este necesar ca școala să rămână mediul sigur și prietenos unde copiii obțin cunoștințe și deprinderi esențiale și dezvoltă relații definitorii pentru viitorul lor.

Studiu de caz:

”M.M. este elev în clasa a-VII-a. În pauză merge la magazin să își cumpere un pachet de biscuiți. La întoarcere îl așteaptă un elev mai mare și îl amenință:

”-Dacă nu îmi dai ce ai cumpărat, o iei! ”

Situația se repetă de câteva ori. ”

Analizați cazul atât din punct de vedere al victimei, cât și al agresorului.

Cauze:

Modalități de a ameliora situația:

Tema 22- Program anti-bullying- Implicarea familiei



"Nicăieri nu poate fi omul mai fericit decât în mijlocul familiei sale" (Proverb românesc)

" Ce poate fi mai bun în această viață decât o familie unită" (Tudor Mușatescu)

Să exersăm!



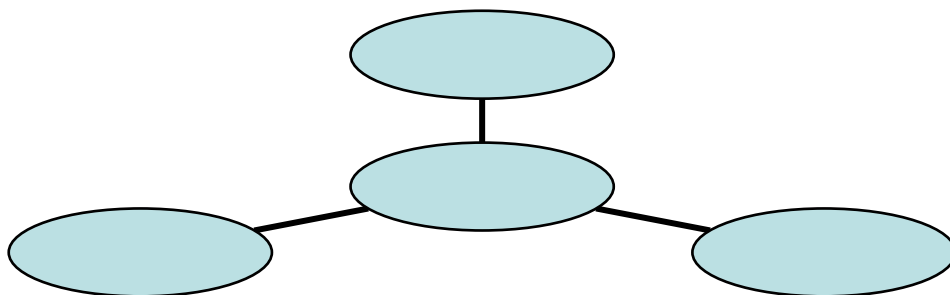
Discutați și comentați proverbele de mai sus împreună cu dirigințele clasei/ profesorul clasei.



UNIUNEA EUROPEANĂ



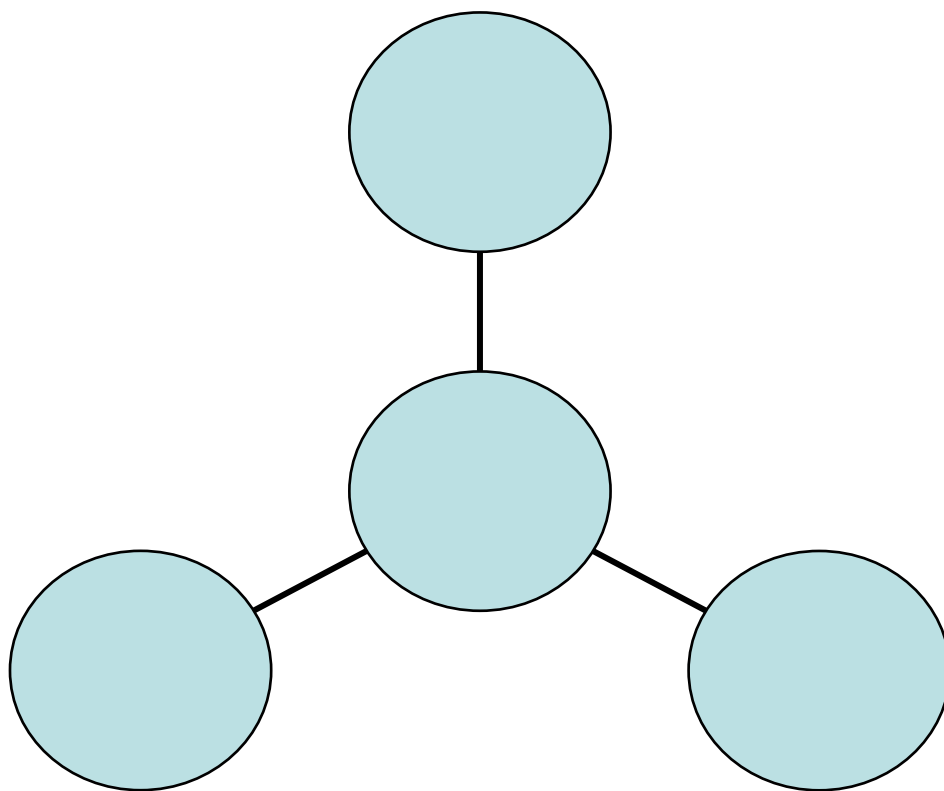
Instrumente Structurale
2014-2020



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



Tema 23- Program anti-bullying- Etape



Privește imaginile de mai jos. Descrie fiecare imagine. Scrie un cuvânt reprezentativ pentru acestea:



Tema 24- Climatul școlar



Cum reacționezi?

- a) Te afli în pauză. Ești martorul unei dispute aprige între doi colegi.

- b) Te afli pe terenul de sport. Mingea este dată în vârful unui copac. Doi colegi se cațără în copac pentru a recupera mingea.

- c) O persoană necunoscută a intrat în curtea școlii și îi cere socoteală unuia dintre colegii tăi.

Notează cu A (adevărat) și F (fals) în dreptul fiecărui enunț:

- ☐ Prezența la cursuri este obligatorie.
- ☐ Elevii au voie să se îmbrâncească pe holurile școlii.
- ☐ Elevii au voie să utilizeze telefonul mobil în timpul orelor de curs.
- ☐ Nu au voie să umble la instalațiile electrice.
- ☐ Elevii trebuie să semnaleze profesorului de serviciu/ unui cadru didactic dacă observă acte de indisciplină sau violență.



Denumeste tipurile de relații:

- _____
- _____
- _____
- _____

Tema 25- Calitatea climatului școlar



Completează enunțurile:

- În clasă mă simt cel mai bine atunci când:

- În pauză îmi place cel mai mult:

- În curtea școlii îmi place să:

Tema 26- Promovarea siguranței fizice



Statutul elevului. Clasa se împarte în grupuri de 4-5 elevi. Fiecare grup primește fișe pe care sunt trecute aspecte despre Drepturile și îndatoririle/ obligațiile ca elev. În plen se face centralizarea în următorul tabel:

Drepturi	Îndatoriri

Tema 27- Rezolvarea conflictelor



Conflictul poate fi definit ca stare ce se caracterizează prin manifestarea unor tensiuni acumulate în timp sau determinate de factori de moment, între două persoane sau două grupuri ce au fie aceleași interese, fie interese diferite, care nu au găsit modalități de înlăturare a acestor tensiuni. Termenul de conflict implică adesea stări de lucruri nedorite, dezacorduri, nepotriviri.

Etimologic, în limba latină, cuvântul conflict provine din *conflictus* cu sensul de șoc, lovire, ciocnire.

Cele mai frecvente surse ale conflictului sunt:

- percepții greșite ale unor situații datorate prejudecăților, diferențelor de intenții și de interese,
- competiție exagerată, agresivitate,
- discrepanțe în cultura organizațională (valori, norme, modele),
- criterii diferite de definire a performanței, ambiguitatea definirii ariilor de autoritate și responsabilitate, diferențe de mediu înconjurător.

Să exersăm !



Describe un conflict de la școală în care ai fost implicat, parcurgând etapele:

1. Părțile implicate (participanții la conflict)

2. Descrierea situației

3. Analiza conflictului

4. Rezolvarea acestuia



Modalități de soluționare a unui conflict:



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020



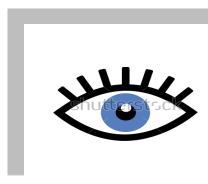
**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



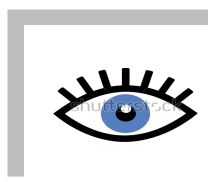
Tema 28- Climatul relațional- profesori- elevi



Describe o zi din viața de școlar în care să-ți mulțumești unui profesor/ învățător pentru ceea ce te-a învățat.



Profesorul ”ideal” văzut prin ochiul elevului:



Elevul ” ideal” văzut prin ochiul profesorului:

Tema 29- Climatul școlar și succesul școlar



Ce înseamnă a avea succes la școală?

Dar a fi un elev bun?



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020



**10 pași în amenajarea
clasei, astfel încât să ai
succes:**



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Tema 30- Valori personale



Care sunt valorile
prezentate în imaginea
alăturată:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**



Să ne informăm!



Kalokagathia- termen care desemnează armonizarea frumosului și a binelui în idealul perfecțiunii;

Kalokagathia-în antichitate reprezenta idealul războinicului (militarului), idealul cetățeanului liber, dezvoltat armonios ;

Kalokagathia- reprezintă ADEVĂRUL, BINELE ȘI FRUMOSUL;

Găsiți un final pentru următorul text:

Pietricelele

Cei trei nomazi se pregăteau să doarmă. Era foarte întuneric în mijlocul deșertului și se făcea frig. Iși legasera cămilele, luaseră ce aveau nevoie din bagaje, își ridicaseră corturile și își scosese saltelele de dormit. Erau aproape gata să adoarmă, când atenția le-a fost distrasă de o lumină strălucitoare care se vedea la orizont.

Cum priveau ei, lumina a devenit tot mai puternică. A devenit mai intensă, strălucea, galopând spre ei, până când a umplut cerul nopții. Și ei știau, fiecare în parte a simțit că erau în prezența unei ființe divine și așteptau cuvintele care știau că vor urma.

Și cuvintele au venit:

„Mergeți înainte în deșert. Adunați cât mai multe pietricele. Și ziua de mâine vă va găsi încântați, dezamăgiți și foarte, foarte curioși...”

Și asta a fost tot. Nu mai era nimic decât liniște.

Și lumina a dispărut de unde venise. Și nomazii erau foarte furioși.

„Ce fel de zeu este acesta? Să adunăm pietricele? Cine crede că suntem? Colectori de gunoaie? Eu aparțin unei rase mândre! Să mă înjosesc așa!?”

Altul a adăugat: „Un zeu adevărat ar fi procedat altfel. Un zeu adevărat ne-ar fi spus secretele lui. Ne-ar fi spus cum să eliminăm sărăcia și suferința, cum să prevenim încălzirea globală, cum să irigăm deșertul.”

„Un zeu adevărat”, a zis al treilea, „ne-ar fi dat cheia succesului, ne-ar fi dat numerele câștigătoare de la loterie, ne-ar fi arătat cum să devenim bogați și celebri.”

Dar poate că din cauza ca-si aminteau puritatea luminii, sau din cauza autorității cu care divinitatea le-a vorbit, nomazii s-au supus mormăind și plângându-se; au adunat câteva pietricele și le-au băgat în săculeții lor. Apoi s-au culcat.

În ziua următoare cei trei și-au strâns totul și au plecat spre următoarea oază. Au călătorit cu soarele deasupra lor, peste dune abrupte îaintând cu greu în desert. Au călătorit toată ziua, până când soarele a apus și i-au văzut reflecția în lacul de la oaza pe la care au trecut.

Apoi au trecut prin ritualul de fiecare zi. Au legat cămilele, și-au montat corturile și și-au întins saltelele. Apoi unul din nomazi a căutat ceva în bagaj. Cum umbla mâna lui a dat de ceva rotund, mic și tare. O pietricică. Și când a scos-o a descoperit cu uimire că.....



Tema 31- Valori eterne- Adevărul/ Binele/Frumosul

Să exersăm!



Plecând de la povestirea "Pietricelele" identificați care este mesajul textului.

Numiți o povestire care să ilustreze:

- a) ADEVĂRUL _____
- b) BINELE _____
- c) FRUMOSUL _____

Scrieți și comentați proverbe despre:

ADEVĂR

BINE

FRUMOS



Tema 32- Modele de viață

Scrie ce știi despre:



GHEORGHE HAGI



NADIA COMĂNECI



SIMONA HALEP

Tema 33- Cine sunt modelele mele ?



Alegerea unui model în viață este foarte importantă. Modelul pe care îl alegem ne poate influența viața în bine, ne poate motiva și stimula să fim cât mai buni, să evoluăm.

Trebuie să rămânem noi înșine!

Modelul pe care îl alegem trebuie să ne ajute să devenim noi cât mai buni, dar rămânând noi înșine, deci nu trebuie să copiem stilul lui de viață. Important este ca el să ne ajute să ne dezvoltăm personal și profesional, să ne ghideze.

De aceea este mai bine să alegem ca model o persoană pe care o cunoaștem, nu o vedetă aflată la mii de kilometri distanță.

Stabilirea obiectivelor!

Al doilea pas care trebuie făcut, după identificarea modelului, este o bună autoanaliză. Concret, trebuie să ne dăm seama care sunt părțile noastre negative, ce am vrea noi să schimbăm cu ajutorul modelului nostru. Apoi trebuie să ne gândim unde vrem să ajungem, care sunt obiectivele noastre. Această „listă” a obiectivelor ar trebuie să includă ambiții personale, dar și profesionale.

Încrederea în sine!

Când alegem un model în viață trebuie să avem însă încredere în propriile noastre forțe, să fim singuri că putem deveni mai buni cu ajutorul acestei persoane, să ne cunoaștem bine calitățile. Modelul nostru doar ne va motiva să dăm ce avem mai bun, dar noi trebuie să știm că avem aceste abilități de a ne dezvolta.

Mentorul nostru trebuie să ne facă să ne simțim bine, să fim optimiști și încrezători, să nu ne fie teamă să fim unici. Un model trebuie să ne încurajeze ca să fim cât mai buni!

Tema 34- Modele de "ieri", modele de "mâine"



Să exersăm!



Prezentați pe grupe modelul personalității individului, astfel:

Grupa 1- În antichitate

Grupa 2- În epoca feudală

Grupa 3- În Renaștere

Grupa 4- În epoca modernă

Tema 35- Alegerea unui model în viață



DISCURS DE OSCAR:

Fiecare elev are la dispoziție 5 minute să scrie pe o foaie de hârtie un discurs convingător pentru colegi, în urma unei reușite. În fața clasei, pe un covoraș roșu se vor face prezentările discursurilor. Elevii vor nota și vor vota cel mai bun discurs.

De exemplu:

„Vă mulțumesc că m-ați ales pe mine, semn că

apreciați la mine...”

„Sunt o persoană importantă pentru că...”

„Sunt mândru(ă) de mine, deoarece tocmai...”

„Povestea succesului meu este...”

În loc de concluzii ...

BORCANUL

Un renumit profesor de la o mare universitate se afla în fața unui grup de studenți noi. Puse pe catedra un borcan mare de sticlă, translucid și ușor verzui. Era tipul de borcan în care oamenii țin plante.

Profesorul s-a uitat la studenți dar nu a spus nimic. Apoi s-a aplecat în partea dreaptă. Lângă piciorul lui se afla o grămadă de pietre de mărimea unui pumn. El a luat o piatră și a introdus-o cu grijă prin gaura borcanului.

S-a întors către grup și le-a zis: „Spuneți-mi, borcanul este plin acum?”

Grupul a murmurat încuviințător: borcanul era acum plin.

Profesorul nu a zis nimic și s-a întors spre partea stângă. Lângă piciorul lui se afla o grămadă de pietricele. El a luat o mână de pietricele și le-a pus cu grijă în borcan. Mână cu mână, pe lângă pietre, până când nu au mai intrat nici o pietricică.

S-a întors către grup și a zis: „Spuneți-mi, borcanul este plin acum?”

Grupul a murmurat că era foarte posibil ca borcanul să fie plin acum, probabil.

Profesorul nu a zis nimic și s-a întors din nou spre partea dreaptă. Lângă piciorul lui se afla o grămadă de nisip uscat, aspru. A luat o mână de nisip pe care l-a băgat în borcan. Mână după mână, pe lângă pietre, pe lângă pietricele, până când nu a mai putut băga nici nisip.

S-a întors către grup și le-a zis: „Spuneți-mi, borcanul este plin acum?” S-a facut liniște.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Profesorul nu a zis nimic și s-a întors din nou către partea stângă. Lângă picior era un urciur cu apă. A luat urciurul în mână și a pus cu grijă apa în borcan. Pe lângă pietre, pe lângă pietricele, pe lângă nisip. Până când nu s-a mai putut turna apă.

S-a întors către grup și a zis: „Spuneți-mi, borcanul este plin acum?”

Era o liniște mai profundă decât prima dată. Era tipul de liniște în care cei prezenți verifică dacă au unghiile curate sau pantofii lustruiți. Sau ambele.

Profesorul s-a întors din nou spre partea dreaptă. Pe o bucată de hârtie avea o grămăjoară de sare uscată. A luat sare cu degetele și a dizolvat-o în apa de la suprafața borcanului. Puțin câte puțin, pe lângă nisip, pe lângă pietricele, pe lângă pietre, până când nu s-a mai putut dizolva sare în apă.

Din nou s-a întors către grup și a zis: „Spuneți-mi, borcanul este plin acum?”

Un student foarte curajos s-a ridicat și a zis: „Nu domnule profesor, nu este plin încă.”

Profesorul a zis: „Aaah! Ba acum ESTE plin.”

Apoi profesorul i-a invitat pe toți cei care erau prezenți să considere înțelesul poveștii lui. Ce a însemnat? Cum au interpretat-o ei? De ce le zisese profesorul povestea? Și după câteva minute profesorul a ascultat părerile lor.

Au fost atâtea interpretări cati studenți erau însala.

După ce profesorul a ascultat interpretarea fiecărui student, i-a felicitat, spunând că nu este surprins că au existat atât de multe interpretări. Fiecare din cei de acolo era un individ unic, care a trecut prin experiențe unice, deosebite față de cele prin care au trecut alții. Interpretările lor pur și simplu reflectau experiențele lor trăite și perspectiva unică și particulară prin care ei vedeau și înțelegeau lumea.

Și în acest sens nici o interpretare nu a fost mai bună sau mai rea decât o alta. Apoi s-a întrebat dacă grupul era curios să știe interpretarea lui.

Da, erau foarte curioși.

„Păi”, a zis el, „interpretarea mea este aceasta. Orice faci în viață, în orice context, ai grijă să pui pietrele mari mai întâi în borcan.”



“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Prezentul document a fost elaborat în cadrul proiectului *POCU/74/6/18/105197 “Școală pentru toți – educație pentru fiecare !”*, proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020, Axa prioritară 6, Prioritatea de investiții 10i, Obiective Specifice 6.2, 6.3, 6.4, 6.6.



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Data publicării:



**“Școală pentru toți –
educație pentru fiecare!”**

