



MINISTERUL
EDUCAȚIEI, CULTURII
ȘI CERCETĂRII

DEZVOLTARE PERSONALĂ

GHIDUL ÎNVĂȚĂTORULUI



Realizat în baza curriculumului disciplinar, aprobat de Consiliul Național pentru Curriculum (Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1124 din 20 iulie 2018). Aprobat prin Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 914 din 16 iulie 2021.

Această publicație a fost elaborată în cadrul proiectului elvețian „JOBS: Orientarea Profesională – Instruire în afaceri și școli”, centrat pe asocierea dintre piața muncii și școală. JOBS este un program transversal dedicat elevilor din învățământul secundar. Ei își evaluează și dezvoltă propriile competențe și abilități de viață și fac cunoștință cu lumea reală a muncii.

Părți din acest manual nou au fost inspirate din materialele didactice ale proiectelor internaționale implementate de departamentul IPE al Universității Pedagogice Zurich (JOBS, FACE, CORE, Living Democracy). Acestea pot fi găsite pe site-ul universității, la secțiunea ipe-textbooks.phzh.ch.

Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova în colaborare cu Departamentul pentru Proiecte Internaționale în Educație al Universității Pedagogice din Zurich au coordonat producerea, designul și editarea acestor materiale didactice. (Acorduri de cooperare semnate în iunie 2019). Publicația a fost finanțată de către Fondul de caritate al Cantonului Zurich, Elveția.



MINISTERUL
EDUCAȚIEI, CULTURII
ȘI CERCETĂRII

**PH
ZH** ZÜRICH UNIVERSITY
OF TEACHER
EDUCATION



**Kanton Zürich
Gemeinnütziger Fonds**

Autor

Wiltrud Weidinger

Consultanți naționali

- Iosif Moldovanu, consultant, Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului (CIDDC)
- Valentina Olaru, doctor în științe pedagogice, grad didactic superior, IPLT „Lucian Blaga”, mun. Chișinău
- Tatiana Turchină, Șef Departament Formare Continuă, Universitatea de Stat din Moldova

Traducere

Tania Miha

Redactare

Mary Sava

Marin Dolință

Design grafic

Nadine Hugj

Machetare limba română

Cătălin Furtună

Publicat în 2021

Universitatea Pedagogică din Zurich (Zurich University of Teacher Education); Proiecte Internaționale în Educație International Projects in Education (IPE)

phzh.ch/ipe
ipe-textbooks.phzh.ch



Toate drepturile rezervate. Nicio parte a acestei publicații nu poate fi tradusă, reprodușă sau transmisă sub nicio formă sau prin orice mijloace, electronice, mecanice, fotocopiere, înregistrare sau orice sistem de stocare sau extragere a informațiilor, fără permisiunea prealabilă, în scris, de la Fondul de caritate al Cantonului Zurich – Departamentul de Finanțe, care este unicul proprietar al publicației. Aceasta se aplică la nivel mondial.

DEZVOLTARE PERSONALĂ

GHIDUL ÎNVĂȚĂTORULUI CLASA 1

Introducere: Aspecte pedagogice	2
Ce deprinderi de viață țin de dezvoltarea personală?	2
Competențele de dezvoltare personală ca parte integrantă a studiilor și a vieții	2
Cum sunt organizate competențele?	4
Cum urmează să predau modulele?	5
Care este rolul meu, al profesorului?	5
Cum este structurat ghidul?	6
Ce materiale adăugătoare aș putea utiliza?	6
Unde se înregistrează munca elevilor?	6
Cum are loc evaluarea elevilor?	7
Cum îmi evaluez modul de predare?	7
Care este rolul părinților în predarea disciplinei?	7
Bibliografie	8
Ghidul învățătorului pentru disciplina dezvoltare personală, clasa 1	9
Modulul 1 – Arta cunoașterii de sine și a celuilalt	15
Modulul 2 – Asigurarea calității vieții	25
Modulul 3 – Modul sănătos de viață	35
Modulul 4 – Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial	45
Modulul 5 – Securitatea personală	55

INTRODUCERE: ASPECTE PEDAGOGICE

„Ghidul învățătorului” pentru disciplina „Dezvoltare personală” în clasa 1 este destinat cadrelor didactice care le formează elevilor competențe transversale și deprinderi de viață. Ghidul se concentrează pe modalitățile de formare a competențelor transversale necesare pentru o dezvoltare fizică și psihică sănătoasă și pe susținerea dezvoltării identității personale a fiecărui elev. Printre aceste competențe și deprinderi de viață se numără și acelea de care copiii și adolescenții vor avea nevoie în diverse situații în context școlar și în viața cotidiană, pe care le vor întâmpina atât în viața privată cât și în cea profesională.

Ce deprinderi de viață țin de dezvoltarea personală?

Printre competențele și deprinderile de viață ce țin de diverse aspecte ale personalității se numără:

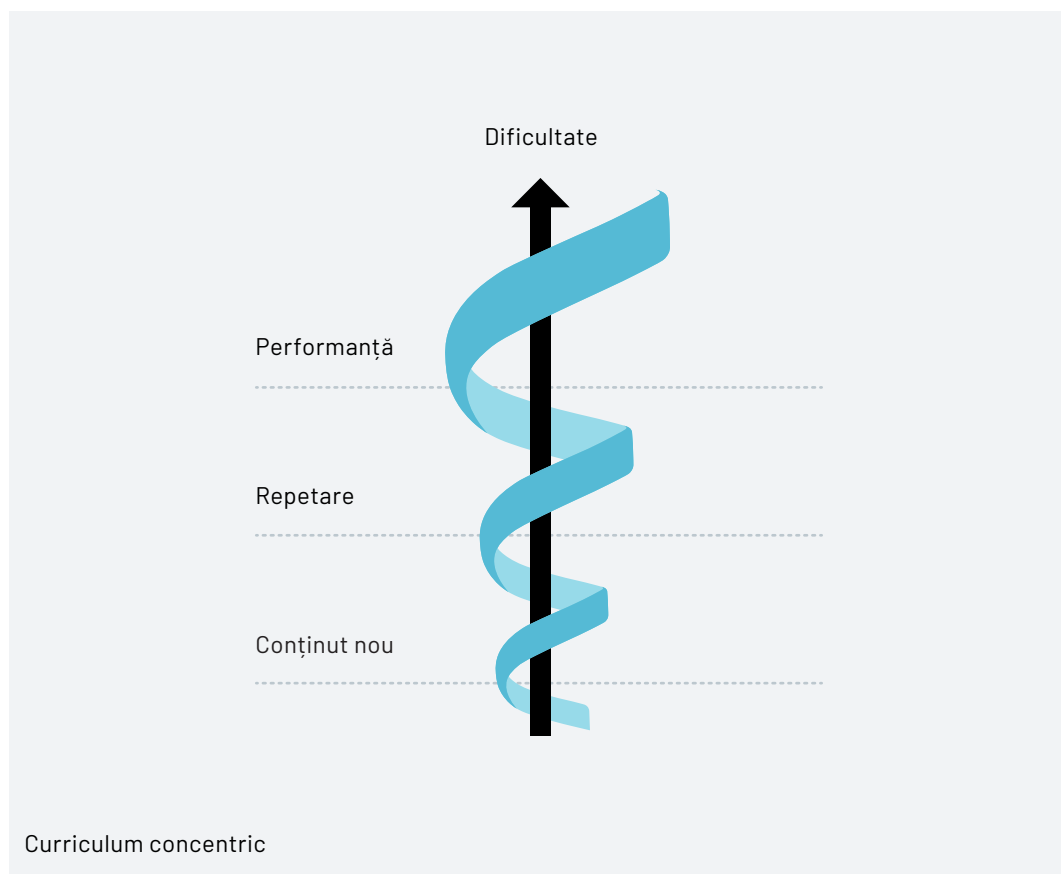
- **Competențele cognitive** – de exemplu, competențele de soluționare a problemelor, de gândire creativă, de gândire critică, precum și cele metacognitive;
- **Competențele sociale** – de exemplu, competențele de comunicare, de colaborare, de construire a relațiilor, empatia;
- **Competențele legate de conștiința de sine** – de exemplu, responsabilitatea, competența de luare a deciziilor, deprinderile de autoreflexie;
- **Competențele de reglare a emoțiilor** – de exemplu, abilitatea de a-și controla emoțiile, de combatere a stresului, competențele de soluționare a conflictelor.

Competențele vizate de acest program de dezvoltare personală sunt definite de Organizația Mondială a Sănătății ca setul de competențe necesare pentru succes pe parcursul vieții (2001). Ținem să remarcăm că toate deprinderile de viață se suprapun, într-o măsură mai mare sau mai mică, și pot fi susținute printr-o abordare holistică. Astfel, competențele cognitive nu pot fi formate fără a se acorda atenție competențelor sociale și celor legate de conștiința de sine, competențele de reglare a emoțiilor nu se pot forma fără a lua în considerare competențele sociale ș.a.m.d.

Competențele de dezvoltare personală ca parte integrantă a studiilor și a vieții

Educația pentru dezvoltare personală și deprinderi de viață este integrată în toate disciplinele școlare, fiind întotdeauna legată de conținuturile de învățare relevante pentru individ la stadiul său curent de dezvoltare. Conținuturile și sarcinile din acest program sunt orientate spre vârste și clase diferite. Pe parcursul înaintării prin curriculum, ce acoperă perioada de școlarizare obligatorie, procesul de formare a deprinderilor de viață devine tot mai complex, deși în fiecare an se studiază teme asemănătoare și se lucrează la aceleași competențe. Acest proces progresează de la o vârstă timpurie,

demarând la momentul intrării copilului în sistemul de educație (fie la grădiniță, fie în școala primară) și încheindu-se la finele educației obligatorii. De-a lungul vieții școlare a elevilor, competențele de dezvoltare personală se formează în baza unui curriculum concentric, repetându-se în fiecare an școlar, însă de fiecare dată la un nivel mai complex.



Curriculumul concentric pentru „Dezvoltare personală” poate fi descris ca o abordare ce prezintă anumite concepte-cheie la niveluri de complexitate care sporesc pe măsura avansării prin etapele de școlarizare. Edificat în baza concepției pedagogului și psihologului Jerome Bruner, conform căruia „orice subiect poate fi predat în mod eficient, într-o formă intelectual corectă, oricărui copil, la orice etapă de dezvoltare” (Bruner 1960), curriculumul concentric reprezintă fundamentul pedagogic al acestui program. Copiilor li se prezintă, la o vârstă timpurie, anumite secvențe de informație, subiecte și sarcini; acestea le sunt prezentate iar și iar, pentru consolidare și pentru a sta la baza altor competențe și unități de conținut. Pe lângă faptul că, folosind metoda învățării adaptate, copilul va atinge performanța privind diferite deprinderi de viață, se cere remarcat și un alt aspect – sensul și însemnătatea a ceea ce se predă devin, la rândul lor, o componentă a programului. Curriculumul concentric conține idei, principii și valori care capătă importanță atât pentru elevi, pe măsura maturizării acestora, cât și pentru societate ca un tot întreg. Astfel, programul adoptă abordarea și paradigma învățării pe parcursul întregii vieți.

Cum sunt organizate competențele?

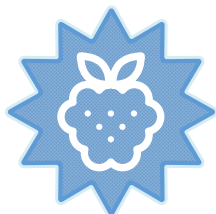
Competențele vizate prin studiul disciplinei „Dezvoltare personală” sunt formate în cadrul a cinci module, care cuprind cinci concepte-cheie. Acestea sunt:

**Modulul 1**

„Arta cunoașterii de sine și a celuilalt”, care pune accent pe cunoașterea și acceptarea de sine; explorarea și autoevaluarea resurselor personale; familia ca valoare: responsabilități, roluri de gen, stereotipuri; comunicarea asertivă, nonconflictuală și nonviolentă; autoeducare și voluntariat etc.

**Modulul 2**

„Asigurarea calității vieții”, cu accent pe integritate, gestionarea eficientă a resurselor, responsabilitate pentru o dezvoltare durabilă, o bună gospodărire etc.

**Modulul 3**

„Modul sănătos de viață”, care îi ghidează pe elevi în aspecte ce țin de sănătatea fizică, emoțională, alimentația sănătoasă, contracararea viciilor: droguri, alcool, fumat, influențe de diferit gen etc.

**Modulul 4**

„Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial”, care pune accent pe înțelegerea profesiilor din perspectiva pieței muncii, planificarea carierei și luarea deciziilor de carieră, dezvoltarea spiritului antreprenorial ca opțiune de carieră etc.

**Modulul 5**

„Securitatea personală”, care oferă elevilor contextul de formare a unui comportament orientat către asigurarea securității proprii și a celorlalți.

Bazându-se pe curriculumul concentric, fiecare ghid din această serie se structurează după aceleași module și noțiuni-cheie. Sarcinile sunt dispersate pe parcursul unui an școlar, câte patru pentru fiecare modul. Prin urmare, fiecare ghid conține 20 de sarcini. Însă temele și sarcinile destinate elevilor se suprapun deseori: de exemplu, o sarcină legată de modul de viață sănătos va atinge și subiecte precum asigurarea calității vieții și arta cunoașterii de sine; o sarcină – destinată copiilor mai mari – centrată pe oportunitățile profesionale va implica și cunoașterea de sine și asigurarea calității vieții ș.a.m.d. Prin urmare, deși sarcinile sunt organizate în cinci module, ele nu se pot percepe ca fiind absolut izolate una de alta.

Abordarea modulară insistă pe o viziune asupra activității didactice caracterizată prin integrarea cunoștințelor, deprinderilor și atitudinilor specifice dezvoltării de competențe. Această abordare integratoare este reflectată în fiecare modul, valorificându-se și cele învățate la alte discipline școlare sau din mediul social și familial al elevului. În acest mod, disciplina „Dezvoltare personală” se concentrează pe formarea de competențe cu un accent aparte pe valori, atitudini și înclinații.

Cum urmează să predau modulele?

Modulele și sarcinile sunt prezentate în ordine cronologică. Recomandăm să respectați această ordine, pentru că astfel deprinderile de viață se vor dezvolta la elevi treptat, în baza unor noțiuni-cheie și printr-un proces planificat și organizat. Printre metodele de predare-învățare utilizate se numără învățarea pe bază de sarcini și învățarea prin colaborare. Ambele se edifică pe o viziune cognitiv-constructivistă a învățării, care presupune că educabilul acumulează cunoștințe, realizând o anumită sarcină individual, făcând apoi schimb de idei cu un coleg sau în cadrul unei echipe, împărtășind rezultatele cu întreaga clasă. Procedul „gândește – lucrează în perechi – împărtășește” se regăsește în mai multe sarcini, contribuind la dezvoltarea deprinderilor sociale și de colaborare. La fel, reflecția individuală și colectivă asupra procesului de învățare, un element important al dezvoltării personale, face parte din mai multe sarcini.

Care este rolul meu, al profesorului?

În cadrul acestui program, rolul profesorului este să inițieze și să ghideze procesele de învățare, să-i antreneze și să-i însoțească pe elevi în experiența de învățare și să-i ajute să depășească dificultățile. Profesorul trebuie să-și dea seama de faptul că, în consecință, rolul său va fi mai curând unul de formator și moderator decât de transmitător de cunoștințe. Această schimbare ține și de evaluarea procesului de învățare și a finalităților de studiu. Elevilor li se cere să-și elaboreze propriile strategii de soluționare a problemelor: să analizeze independent o problemă și să evalueze critic mai multe moduri de a o rezolva. Așadar, rezultatele învățării fiecărui elev trebuie examinate individual, acestea nu pot fi apreciate printr-o evaluare sumativă ordinară. Evaluarea se va organiza în mod formativ, adică profesorul va observa și evalua continuu procesul de învățare al fiecărui elev, nu doar rezultatele. În acest context, oferirea unui feedback individual și personal devine un element important al rolului profesorului.

Cum este structurat ghidul?

Toate „Ghidurile profesorului” pentru disciplina „Dezvoltare personală” au o structură similară. În paginile ce urmează veți găsi o descriere mai detaliată a modulelor și a deprinderilor de viață specifice fiecărei clase vizate. Ghidul conține 20 de sarcini, distribuite în cinci module. Sarcinile sunt prezentate în același mod: în stânga paginii sunt indicate obiectivele, competențele vizate, formele de activitate, etapele și timpul necesar, materialele și modul de organizare a clasei. Unele sarcini se constituie dintr-o activitate dublă de predare și învățare: o recomandare de temă pentru acasă și analiza acesteia în lecția următoare (follow-up). Apoi, se prezintă descrierea detaliată a lecției. În secțiunea din dreapta, se enumeră toate instrucțiunile pe care le primesc elevii, cu exemple (schițe) de posibile prezentări sau fișe de lucru.

Ce materiale adăugătoare aș putea utiliza?

Materialele necesare pentru fiecare lecție sunt enumerate în dreptul sarcinilor. Prin material înțelegem atât hârtie, pixuri, creioane colorate, cât și telefoane mobile sau computere. Pentru unele sarcini ar putea fi nevoie ca profesorul să descarce de pe Internet materiale adăugătoare, în funcție de cunoștințele și experiența sa anterioară. Dacă este cazul, acest lucru este recomandat. Vă rugăm să rețineți că această serie de ghiduri dedicate disciplinei „Dezvoltare personală” nu este decât una din numeroasele resurse ce pot fi utilizate: bineînțeles, profesorii se pot inspira și din alte materiale disponibile, care țin de dezvoltarea personală.

Unde se înregistrează munca elevilor?

Există mai multe moduri în care elevii își pot înregistra munca efectuată. Deoarece nu există un caiet special al elevului, profesorii sunt cei care pot decide forma de înregistrare a lucrărilor.

De exemplu:

- Elevii lucrează pe fișe individuale distribuite de profesor. Toate lucrările se colectează într-o mapă. Dacă doresc, elevii își pot confecționa mapele în prima lecție, la începutul anului școlar. În mapă se pot adăuga și materiale suplimentare (fotografii etc.).
- Elevii lucrează în caiete, unde scriu/desenează toate schițele, notele, eseurile etc. Caietele servesc, în fond, drept jurnale personale. Un punct forte al acestora este că paginile sunt cusute și, deci, se exclude riscul pierderii materialelor. Elevii își pot înfrumuseța caietele după dorință.
- În funcție de situația socioeconomică a părinților, profesorii le pot propune să achiziționeze singuri caietele pentru elevi. Această propunere se poate discuta la una din ședințele cu părinții.

Cum are loc evaluarea elevilor?

Evaluarea formativă se desfășoară pe parcursul predării-învățării fiecărui modul. Evaluarea sumativă se efectuează la finele fiecărui modul, cu ajutorul instrumentului de evaluare propus, pornind de la autoevaluarea elevilor în baza descriptorilor de competențe formate/dezvoltate pe parcursul studierii modulului. Elevul își identifică propriul potențial de dezvoltare și își formulează scopuri pentru viitor. După aceasta, profesorul îi oferă fiecărui elev feedback individual sub forma unei critici constructive, concentrându-se mai degrabă pe dezvoltarea competențelor și pe punctele forte, decât pe deficiențe. Fișele de evaluare urmează să devină o parte importantă a portofoliului elevului.

Cum îmi evaluez modul de predare?

Orice formă de predare necesită ca profesorul să-și evalueze în mod regulat munca și să reflecteze asupra ei. Autoevaluarea se poate face în baza unor întrebări-cheie, care derivă din obiectivele propuse, competențele de format, finalitățile de studiu, activitatea elevilor etc. Reflecția se poate face în pereche cu un coleg, de la egal la egal, în urma asistării reciproce la lecțiile de dezvoltare personală. Sugerăm ca, înainte de a invita colegul să asiste la lecție, să determinați câteva aspecte care vă interesează și să i le comunicați. Astfel puteți spera să primiți observații și sugestii concrete în urma acestei experiențe. Feedbackul trebuie să fie oferit colegial, sub forma unor critici constructive.

Care este rolul părinților în predarea disciplinei?

Orele de dezvoltare personală au loc în școală. Cu toate acestea, elevii vor primi și teme pentru acasă, care presupun colectarea de informații de la părinți sau rude (de exemplu, despre biografiile lor, despre reguli, despre trecut etc.). Recomandăm ca disciplina „Dezvoltare personală” să le fie prezentată părinților, în cadrul unei ședințe, la începutul anului școlar. Părinții și familia au un rol important în dezvoltarea copiilor, în definirea identității lor, a normelor morale, a valorilor și a perspectivelor de viitor. Profesorii ar trebui să informeze părinții despre specificul programului de dezvoltare personală, să le ofere o privire de ansamblu asupra modulelor și a felului în care vor lucra elevii la ore (individual, în perechi, în grupuri etc.). Părinții pot fi încurajați să participe activ la procesul de învățare al copiilor lor, asociindu-se cu școala într-un mod pozitiv. „Dezvoltare personală” este o disciplină în care integrarea lumii exterioare și a comunității școlii joacă un rol important. În cadrul unor sarcini, elevii vor aduna informații, comunicând cu oamenii și descoperind fenomene care fac parte din viața comunității lor. Prin urmare, disciplina „Dezvoltare personală” este legată de clasă, dar devine și o parte a dezvoltării întregii școli și necesită implicarea tuturor factorilor interesați din comunitate.

Bibliografie

- Bruner, J (1960) The Process of Education (Procesul Educațional), Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- World Health Organisation (Organizația Mondială a Sănătății) (2001): Partners in life Skills Education (Parteneri pentru Învățarea Abilităților de Viață). Concluzii de la Întâlnirea United Nation Interagency. Geneva: Organizația Mondială a Sănătății.

GHIDUL ÎNVĂȚĂTORULUI PENTRU DISCIPLINA DEZVOLTARE PERSONALĂ CLASA 1

Ghidul pentru clasa 1 conține 20 de sarcini de lucru, împărțite în mod egal între cele cinci module. Modulele se concentrează pe următoarele scopuri și competențe:

Modulul 1:

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt

Competență specifică: aprecierea propriei identități și a identității celorlalți în contexte educaționale / familiale / comunitare, demonstrând încredere în sine și o atitudine pozitivă. Aceasta include:

- recunoașterea emoțiilor proprii și ale celorlalți exprimate prin gesturi, mimică și cuvinte;
- descrierea unicității proprii și a celorlalți în contextul statutului de elev;
- demonstrarea unui comportament corespunzător regulilor clasei și ale școlii.

Subiectele tratate în manualul clasei 1 se referă îndeaproape la identitatea personală a elevului, subliniind punctele sale forte (Sarcinile 1, 2), diferențele și unicitatea (Sarcina 3), precum și caracterul și personalitatea (Sarcina 4).

Modulul 2:

Asigurarea calității vieții

Competență specifică: utilizarea rațională a resurselor personale, sociale și ale mediului, demonstrând integritate și responsabilitate. Aceasta include:

- recunoașterea comportamentelor corecte privind salutul, ținuta, ordinea, interrelaționarea;
- distingerea beneficiilor statutului de elev și ale activității de învățare, în baza unor criterii oferite;
- adaptarea comportamentului la situații reale din viață.

Subiectele tratate în acest modul se referă la relațiile cu prietenii și la soluționarea conflictelor (Sarcinile 5, 6), la diferite forme de salut (Sarcina 7) și la reflectarea asupra politeții și a comportamentului adecvat în diferite contexte (Sarcina 8).

Modulul 3:**Modul sănătos de viață**

Competență specifică: adoptarea modului de viață sănătos în contexte variate, demonstrând interes și implicare în activități de menținere a sănătății proprii și a celor din jur. Aceasta include:

- descrierea regulilor de igienă personală și alimentație corectă în condiții cotidiene;
- programarea regimului zilei, în baza recomandărilor;
- aprecierea rolului activităților fizice și al odihnei în menținerea sănătății.

Temele abordate în clasa 1 se referă la importanța propriului corp (funcțiile din perspectiva utilizării, simțurile) (Sarcinile 9 și 10), importanța activităților ludice împreună cu ceilalți (Sarcina 11) și importanța respectării principalelor reguli de igienă (Sarcina 12).

Modulul 4:**Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial**

Competență specifică: proiectarea carierei din perspectiva potențialului individual și a intereselor profesionale, manifestând atitudine pozitivă față de dezvoltarea personală și învățare ca muncă de bază a elevului. Aceasta include:

- descrierea diverselor activități preferate de elevi;
- clasificarea dorințelor și necesităților din perspectiva utilizării eficiente a resurselor;
- aprecierea muncii și a utilității ei, în baza exemplurilor din familie și comunitate.

Temele abordate în clasa 1 includ identificarea propriilor interese (Sarcina 13), experimentarea propriilor abilități într-o manifestare artistică (Sarcina 14), reflectarea asupra activităților casnice (sarcina 15), găsirea motivelor pentru care oamenii lucrează, precum și reflectarea asupra diferențelor dintre nevoi și dorințe (Sarcina 16).

Modulul 5:**Securitatea personală**

Competență specifică: adaptarea comportamentului privind securitatea personală și a celor din jur în situații cotidiene, demonstrând atenție și atitudine responsabilă față de sine și cei din jur. Aceasta include:

- relatarea, prin cuvinte proprii, despre regulile de securitate în situații potențial periculoase;
- alegerea traseului sigur spre școală și a locului de joacă, în baza recomandărilor;
- evaluarea riscului comunicării cu persoane necunoscute pentru securitatea personală.

Temele abordate în acest manual includ evaluarea tipurilor de alimente și activități sănătoase și nesănătoase (Sarcina 17), calea sigură către școală (Sarcina 18), siguranța personală în școală și acasă (Sarcina 19), precum și problema siguranței în comunicarea cu persoane străine (Sarcina 20).

MODULUL 1

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt	_____	15
Sarcina 1	Acesta sunt eu _____	16
Sarcina 2	Iubesc animalele _____	18
Sarcina 3	Eu sunt eu – tu ești tu _____	20
Sarcina 4	Ce mă face să râd _____	22

MODULUL 2

Asigurarea calității vieții	_____	25
Sarcina 5	Hai să facem pace! _____	26
Sarcina 6	Prietenii sunt importanți _____	28
Sarcina 7	Cum se salută oamenii din alte țări _____	30
Sarcina 8	Situații diferite – comportament diferit _____	32

MODULUL 3

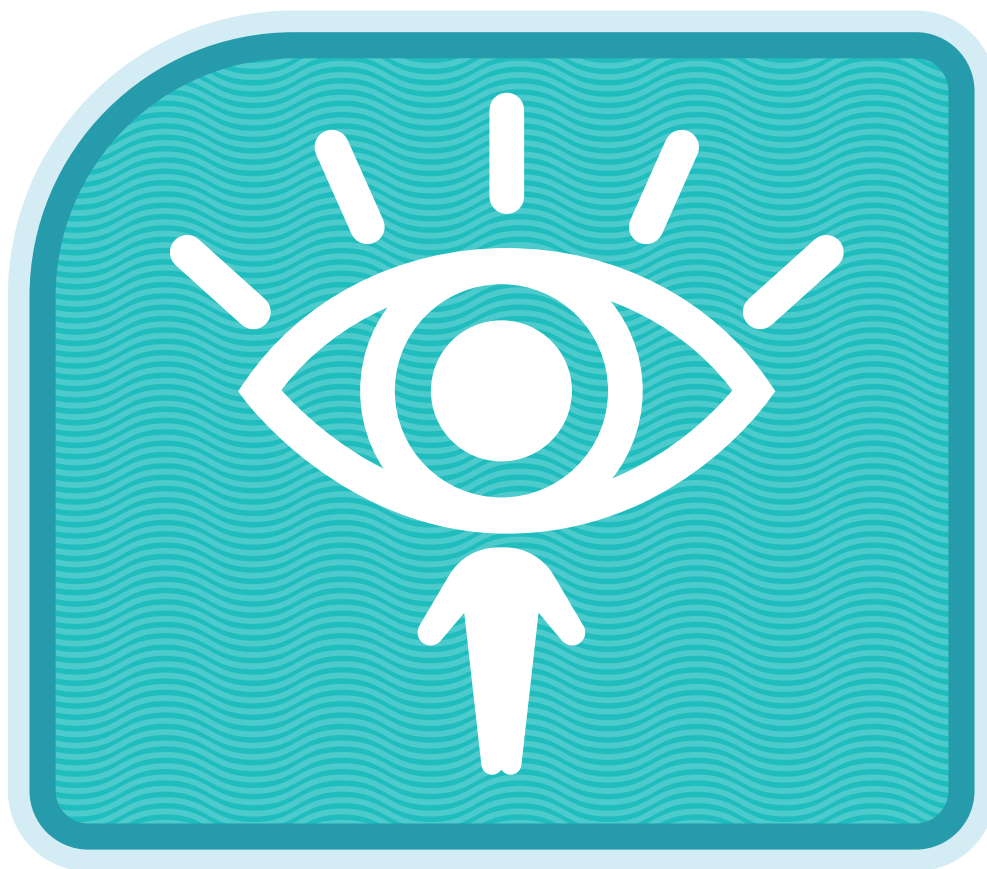
Modul sănătos de viață	_____	35
Sarcina 9	Îi spun „mulțumesc” corpului meu _____	36
Sarcina 10	Simțurile _____	38
Sarcina 11	Ne place să facem mișcare _____	40
Sarcina 12	Îmi păstrez corpul curat _____	42

MODULUL 4

Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial	_____	45
Sarcina 13	Interesele mele și profesia visată _____	46
Sarcina 14	Pot să fac muzică în diferite feluri _____	48
Sarcina 15	Sunt de ajutor în casă _____	50
Sarcina 16	De ce muncesc oamenii? _____	52

MODULUL 5

Securitatea personală	_____	55
Sarcina 17	Sănătos și nesănătos _____	56
Sarcina 18	Drumul meu sigur către școală _____	58
Sarcina 19	În siguranță la școală și acasă _____	60
Sarcina 20	Aveți grijă în relațiile cu persoane străine _____	62



MODULUL 1

ARTA CUNOAȘTERII DE SINE ȘI A CELUIALT

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt pune accent pe cunoașterea și acceptarea de sine; explorarea și autoevaluarea resurselor personale; familia ca valoare: responsabilități, roluri de gen, stereotipuri; comunicarea asertivă, nonconflictuală și nonviolentă; autoeducare și voluntariat etc.



SARCINA 1

ACESTA SUNT EU

Scop

Elevii își cunosc colegii de clasă. Se formează primele relații.



Timp necesar

① 45 minute

② 45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Scaune așezate în cerc pentru discuția în plen; Două marionete / păpuși sau animale de pluș; Șablon pentru figuri.



Modulul 1

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt

DESCRIEREA LECȚIEI

Partea ①

1. Elevii stau așezați în cerc. Profesorul le prezintă cele două personaje (marionete/păpuși/animale de pluș). Un personaj este băiat și celălalt fată. Profesorul le-a pus nume (de exemplu, Cătălin și Anca) și le vorbește puțin copiilor despre hobby-urile și punctele forte ale acestora.
2. Profesorul arată șablonul pentru desenat figuri.
3. Elevii trasează conturul unei figuri cu șablonul, îi desenează fața, hainele și o colorează. Apoi, se plimbă prin cameră și își arată unii altora ce au desenat.
4. Elevii revin în cerc. Ei își prezintă desenele spunând: „Acesta sunt eu. Numele meu este ... Am ... (păr castaniu, ochi albaștri etc.)”. Apoi toți copiii repetă: „Aceasta este ... Ea/el are ... Bravo, (nume)!” Toți copiii bat din palme, fiecare copil primind aplauze.
5. Ca temă pentru acasă, copiii vor aduce la școală pentru lecția următoare jucăriile preferate, pe care le aveau când erau foarte mici.

Partea ②

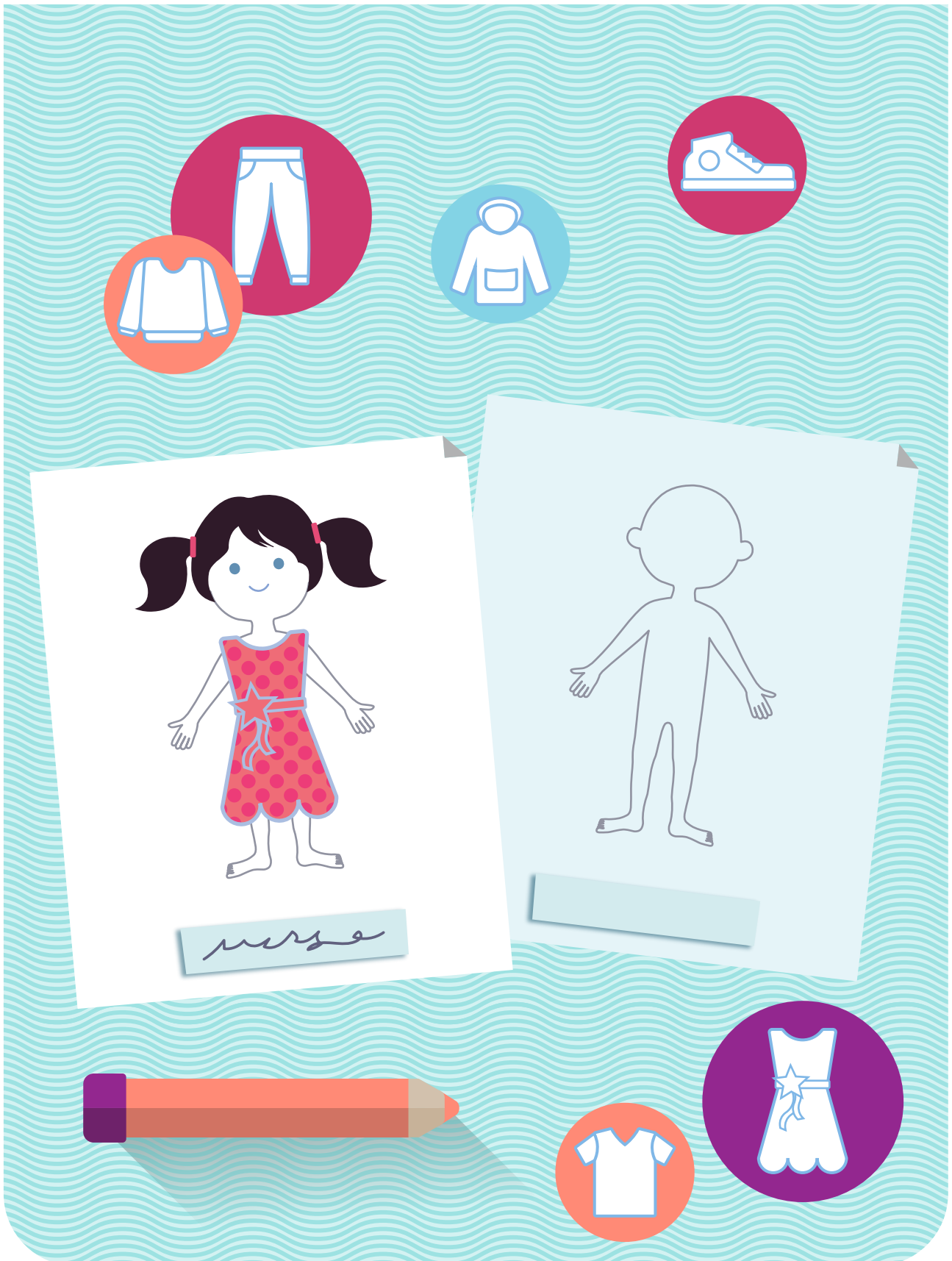
1. Elevii stau așezați în cerc cu jucăriile pe care le-au adus.
2. Elevii se prezintă arătându-și jucăriile. Profesorul îi încurajează să vorbească despre ceea ce s-a schimbat, de pe vremea cand aceea era jucăria lor preferată.
3. Împreună, ei discută diferitele fațete ale unei persoane care se pot schimba în timp. Ideile elevilor sunt grupate de către profesor în categorii, de exemplu: aspect, gusturi, interese, activități, înălțime, greutate etc.
4. Toate jucăriile sunt expuse în clasă, având numele copilului scris alături. La sfârșitul zilei, copiii își duc jucăriile înapoi acasă.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

Partea ①





SARCINA 2

IUBESC ANIMALELE

Scop

Elevii învață să se exprime. Ei învață cum să împărtășească informații despre ceea ce le place. Elevii înțeleg că fiecare este diferit, în ciuda faptului că se află în aceeași clasă și respectă regulile clasei.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Foi de lucru; Creioane colorate; Spațiu suficient ca elevii să se poată deplasa în jurul clasei; Sarcinile scrise pe tablă sau fișa de lucru.



Modulul 1

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Mama și pisoișii”: Un copil este pisica mamă și așteaptă într-un colț al clasei. În celălalt colț, elevii (sau profesorul) desemnează un copil care să fie puiul de pisică. Toți copiii se deplasează ca pisicile prin cameră. Din când în când, pisoișul desemnat spune „miau”. Mama trebuie să-l găsească. Pisica mamă anunță când și-a găsit puiul. Atunci un alt copil poate fi mama.
2. Copiii stau așezați pe scaune. Profesorul întreabă: „Cui îi plac pisicile și puii lor?” Copiii ridică mâinile. Profesorul găsește alte exemple (câini, elefanți, tigri, delfini, cai etc.).
3. Profesorul le prezintă copiilor fișa de lucru sau desenul de pe tablă: „Ce animale îndrăgesc Anca și Cătălin?” Copiii descriu animalele.
4. Copiii lucrează individual și colorează animalele pe care ei le iubesc.
5. Elevii se adună în cerc. Profesorul întreabă: „Cui îi place ... (un anumit animal)?” Copiii care au colorat acest animal ridică mâinile. Profesorul pune de câteva ori această întrebare.
6. Profesorul abordează problema modului în care diferitele animale interacționează în clasă. Ei repetă împreună regulile clasei și, dacă este posibil, le pun în scenă.
7. Joc de liniștire: „Mesaj secret (Telefonul fără fir)”: Elevii stau în picioare în cerc. Profesorul șoptește un mesaj la urechea unui copil, care îl șoptește copilului următor și așa mai departe. Ultimul copil, anunță mesajul care a ajuns la el. A fost corect? Apoi, un copil inventează alt mesaj. Jocul se repetă de câteva ori.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 3

EU SUNT EU TU EȘTI TU

Scop

Elevii înțeleg că sunt unici și că prietenii lor sunt și ei unici.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în grup
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Vopsele sau tușiere; Coli albe de hârtie



Modulul 1

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Fii oglinda mea”: Doi copii stau față în față. Unul începe să facă o mișcare (de exemplu, bate din palme sau își ștampilează picioarele). Celălalt copil trebuie să fie oglinda primului și să facă același lucru. Apoi, primul copil face o mișcare diferită. „Oglinda” trebuie să facă la fel. După câteva runde, profesorul le spune copiilor să schimbe rolurile. Acum celălalt copil este oglinda.
2. Profesorul spune, de exemplu: „Anca și Cătălin sunt copii foarte speciali. Pot face multe lucruri. Iubesc animalele, le place școala, le place să se joace cu alți copii. Dar vor și să fie unici. Știți ce înseamnă unic?” Se discută despre a fi unic. Profesorul explică de ce amprente digitale sunt unice.
3. Copiii stau în grupuri de patru și, folosind tușiera, își imprimă amprenta degetelor în mijlocul unei pagini albe.
4. Când foile s-au uscat, copiii se întorc în bănci și creează o floare din amprenta mâinii lor.
5. Florile sunt afișate în sala de clasă. Toată lumea le privește. Arată la fel? Sunt diferite? Profesorul îndrumă discuția.
6. Joc de liniștire „Scrișul pe spate”: se joacă în perechi, unul dintre copii stând cu fața la spatele celuilalt. Primul copil începe să deseneze cu degetul ceva pe spatele celuilalt (de exemplu, o inimă, un cerc, un triunghi etc.). Celălalt copil trebuie să ghicească ce a desenat. Apoi schimbă rolurile.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 4

CE MĂ FACE SĂ RÂD

Scop

Elevii află despre ceea ce îi face să râdă și înțeleg cum să-i facă pe alții să râdă. Ei înțeleg că râsul împreună poate crea o atmosferă bună.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Scaunele așezate în cerc; Fișe de lucru sau fotografii; Creioane colorate



Modulul 1

Arta cunoașterii de sine și a celuilalt

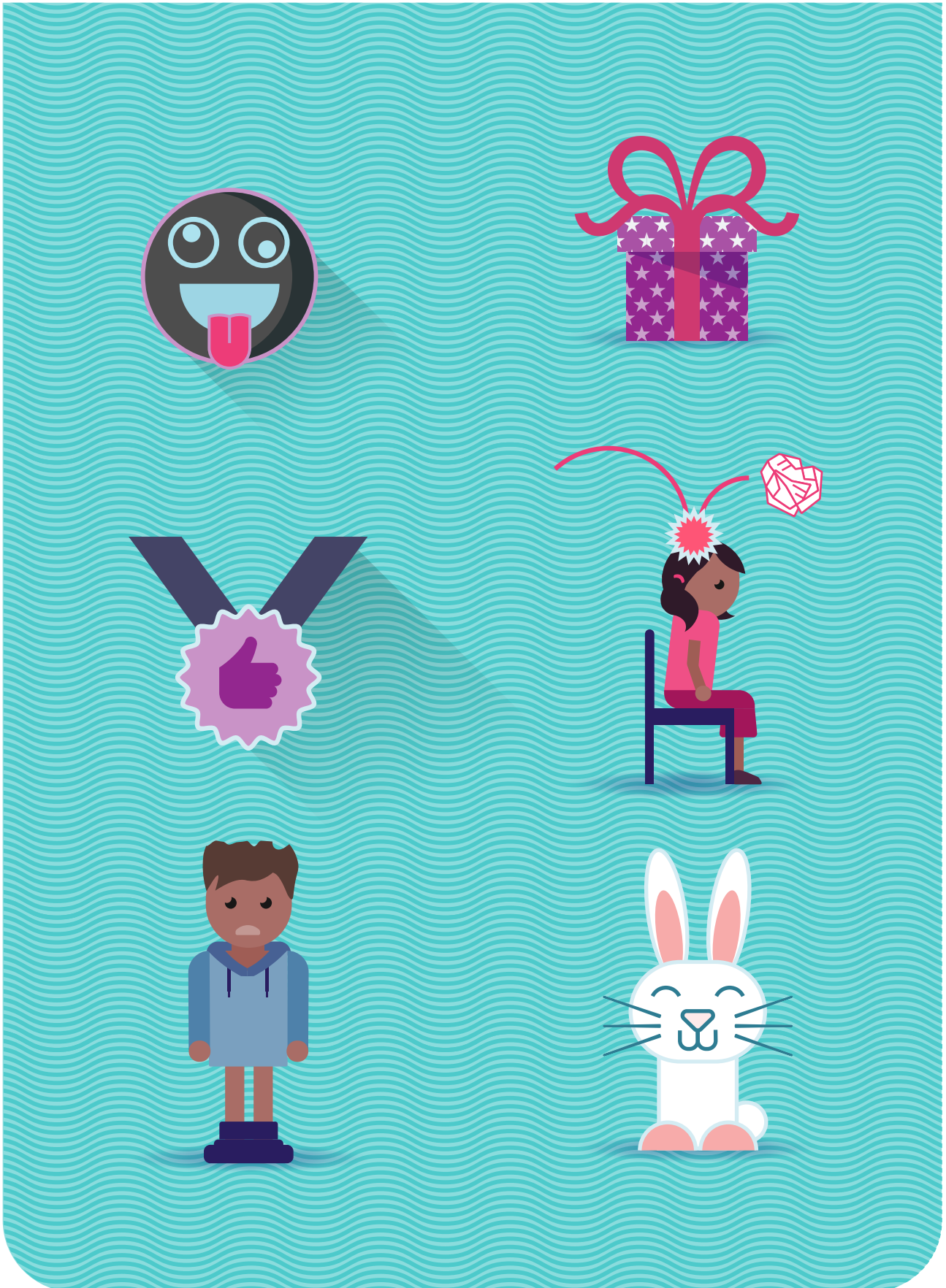
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Nu râdeți!": Copiii stau unul în fața celuilalt, în perechi. Cine se poate uita cel mai mult la celălalt fără să râdă? Devine mai dificil atunci când ambii copii încep să facă mutre amuzante.
2. Toți copiii stau așezați în cerc. Profesorul începe o discuție despre ceea ce îi face să râdă. Profesorul folosește întrebări deschise și închise.
3. Apoi profesorul pune întrebări:
 - „Știți diferite moduri de a râde?" Copiii le pot încerca.
 - „Știți diferite moduri amuzante de a merge?" Copiii le pot încerca afară.
 - „Știți vreo melodie amuzantă?" Un copil sau întreaga clasă o poate cânta. Profesorul se asigură că limbajul este adecvat.
4. Profesorul continuă: „Puteți să râdeți chiar din orice?"
5. Ei discută acest aspect. Apoi, profesorul împarte fișele de lucru sau le arată diferitele imagini și le explică sarcina.
6. Copiii lucrează pe fișe sau desenează scenele și înconjoară răspunsurile corecte.
7. Joc de liniștire „Unde este comoara?": Elevii stau în picioare unul lângă altul în cerc, cu mâinile la spate. Un copil este în centrul cercului și închide ochii. Profesorul dă o comoară (o cheie, o minge etc.) unuia dintre copiii din cerc. Copilul din centru deschide ochii. Ceilalți copii își trec comoara de la unul la altul pe la spate, fără să facă prea mult zgomot. Copilul din mijloc încearcă să ghicească și arată unde este comoara. Dacă ghicește, copilul care a fost arătat trece în mijloc.



MATERIALE PENTRU ELEVII

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





MODULUL 2

ASIGURAREA CALITĂȚII VIEȚII

Asigurarea calității vieții pune accent pe integritate, gestionarea eficientă a resurselor, responsabilitate pentru o dezvoltare durabilă, o bună gospodărire etc.



SARCINA 5

HAI SĂ FACEM PACE!

Scop

Elevii învață să reflecteze asupra conflictelor și să discute de ce apar controversesele. Ei își dezvoltă abilitatea de a rezolva conflicte.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fișe de lucru; Foi A4; Foarfece (dacă fișele de lucru nu pot fi multiplicare pentru toți elevii); patru - cinci seturi de fotografii



Modulul 2

Asigurarea calității vieții

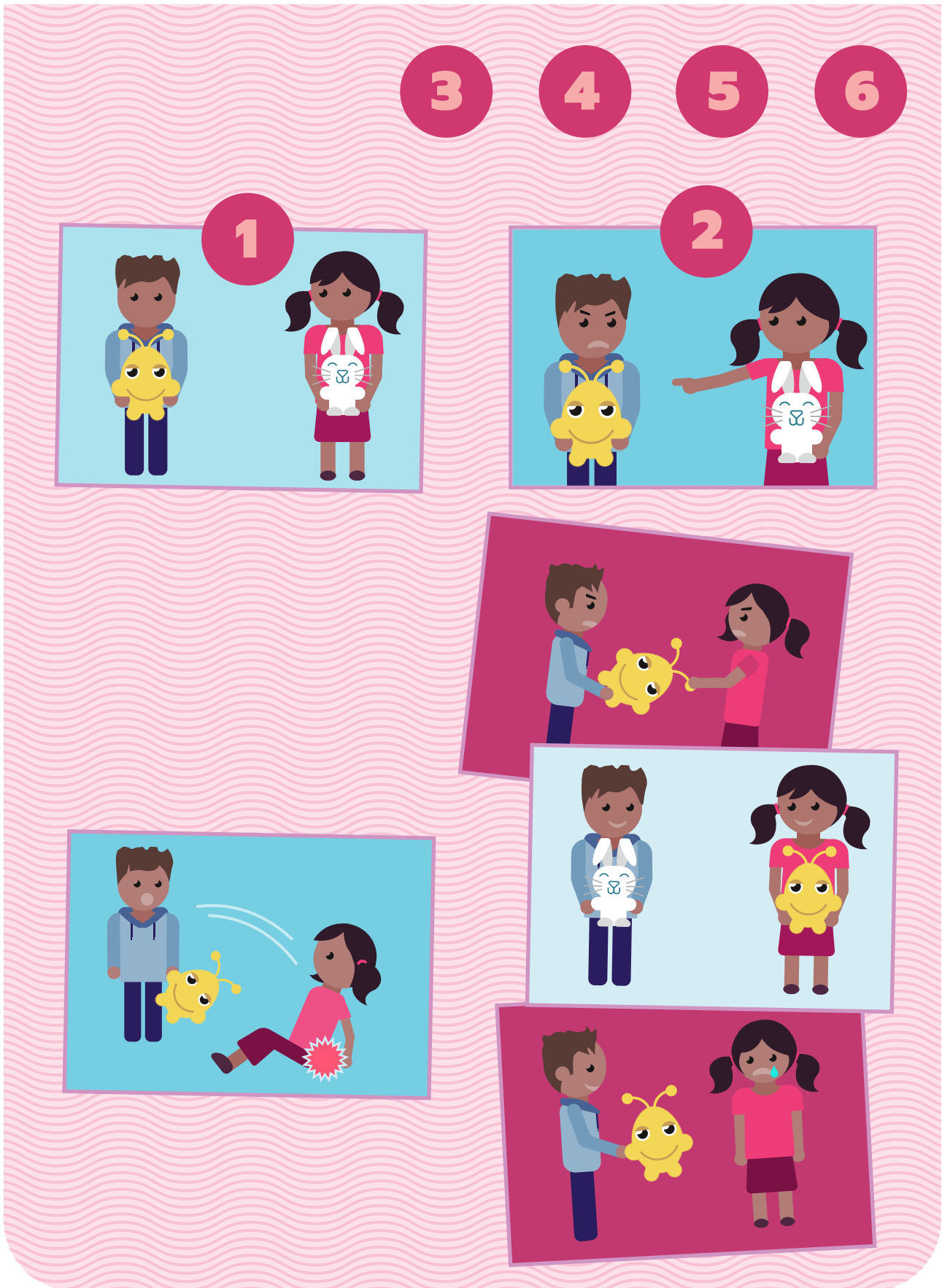
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Sculptor și sculptură”: Un copil este blocul de marmură brută care trebuie sculptat. El stă fără să se miște. Celălalt copil este „sculptorul”. Primul pas este de a crea sculptura mai întâi atingând copilul „bloc de marmură” și reglându-l în poziția dorită, mișcându-i corpul. Apoi copiii își schimbă rolurile.
2. Profesorul prezintă fișa de lucru (sau arată imaginile) și explică faptul că acestea reprezintă o poveste despre o dispută/un conflict, dar nu sunt așezate în ordinea corectă. Copiii lucrează individual, taie imaginile și le așază în ordinea corectă. Dacă fișa de lucru nu poate fi multiplicată pentru toți, atunci copiii se grupează câte patru și sortează imaginile.
3. Profesorul verifică munca elevilor. Copiii pot apoi lipi imaginile pe o foaie de hârtie.
4. Întrebări pe care profesorul le-ar putea pune într-o discuție ulterioară:
 - Cum se simte Anca?
 - Cum se simte Cătălin?
 - De ce este furioasă Anca?
 - De ce este supărat Cătălin?
5. Joc de rol: În perechi, copiii joacă scena scurtă alegând o soluție diferită la final.
6. Unii dintre elevi se oferă voluntar pentru a juca sceneta în fața clasei.
7. Joc de liniștire „Scrisul pe spate” (vezi Sarcina 3).



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 6

PRIETENII SUNT IMPORTANTI

Scop

Elevii se gândesc la prietenie și la ce înseamnă prietenii pentru ei. Ei înțeleg rolul unui bun prieten pentru ei.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în grup
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Scaune așezate în cerc; Imagini cu copii care se joacă și se ceartă; Scena „Cu cât mai mulți, cu atât mai bine”



Modulul 2

Asigurarea calității vieții

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Salut”: Copiii se mișcă prin clasă pe muzică. Când muzica tace, copiii se opresc din mișcare și se salută în diverse moduri: strângându-și mâinile, batându-și o palmă sau ambele, folosind doar degetul mic, atingându-și nasul reciproc etc. Ei spun: „Numele meu este ...”. Profesorul le spune copiilor ce modalitate de a saluta să folosească, înainte ca muzica să înceapă din nou.
2. Elevii se așază în cerc. Copiii se uită la poza cu Anca și Cătălin jucându-se. Discută despre imagine.
3. Apoi, profesorul direcționează atenția către scena „Cu cât mai mulți, cu atât mai bine”. Profesorul joacă scena de pe pagina următoare.
4. Discuție despre prietenie. Posibile întrebări:
 - Ce părere aveți despre comportamentul lui Marian?
 - Dar al lui Cătălin? Dar al Ancăi?
 - Ce face un bun prieten?
5. Profesorul împarte clasa în grupuri de câte trei și atribuie fiecărui membru al grupului câte un personaj.
6. Aceste grupuri joacă scena. Copiii pot adapta intriga/ subiectul, dacă vor.
7. Unele grupuri pot juca scena pentru colegii lor (în cerc).
8. Joc de liniștire: „Stând în poala celuilalt”: întreaga clasă stă în cerc. Toți copiii se întorc spre dreapta, privind în spatele colegului din față. Apoi se apropie foarte mult unul de altul și, când profesorul numără până la trei, se așază pe genunchii copilului din spatele lor. Când toți s-au așezat, pot încerca să meargă.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru



SCENA: CU CÂT MAI MULȚI, CU ATÂT MAI BINE!

Cătălin și Marian joacă un joc cu bile, când Anca li se alătură.
Stă lângă ei și îi privește un timp.

Anca: Pot să mă joc și eu cu voi? Mă pricep la jocul ăsta.

Cătălin: Sigur că da! Uite, îți dau câteva din bilele mele.

Marian: Nu-mi place să mă joc cu fetele. Cătălin, spune-i să plece!

Cătălin: Haide, Marian, Anca e prietena mea! N-o pot goni.

Marian: Bine, atunci eu nu mai sunt prietenul tău. Eu nu mă joc cu fetele.
(Se supără și le întoarce spatele)

Anca: *(Zâmbind)* Haide, Marian! Nu fi prost! Poți să te joci doar cu Cătălin în curând. Peste puțin timp, trebuie să mă duc acasă s-o ajut pe mama în gospodărie. Sau ți-e frică să pierzi împotriva unei fete?

Marian: Nu mi-e frică deloc! Doar că nu-mi place să mă joc cu fetele.
(Este încă supărat)

Cătălin: Cel puțin încearcă! O să vezi: e distractiv să te joci cu Anca!
(Îl trage pe Marian spre el) Fă-o pentru mine, prietene!

Marian: *(Se relaxează ușor cu un zâmbet timid)* OK, bine. O să încerc.
Dar dacă nu e distractiv, nu mai joc.

Anca: Ura, pot să mă joc! O să vezi: cu cât mai mulți, cu atât mai bine!
(Îl bate pe umeri pe Marian și bate palma cu Cătălin)



SARCINA 7

CUM SE SALUTĂ OAMENII DIN ALTE ȚĂRI

Scop

Elevii devin conștienți că, în lume, există multe forme diferite de salut.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru în perechi
- Lucru în grup



Organizarea clasei

Scaunele așezate în cerc



Modulul 2

Asigurarea calității vieții

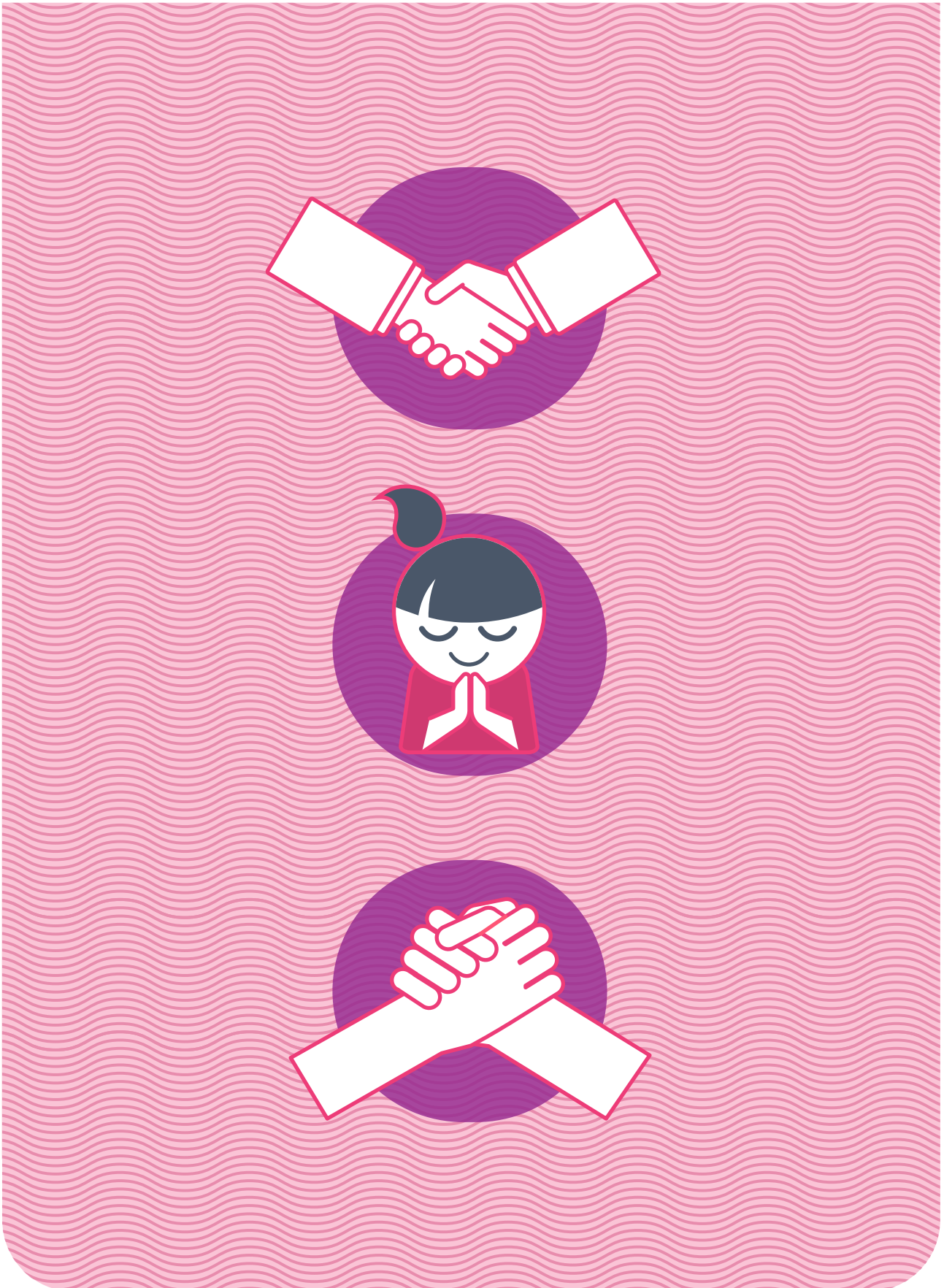
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Salut”: Copiii își strâng mâinile, bat palma, se îmbrățișează (vezi Sarcina 6).
2. Copiii stau așezați în cerc. Profesorul adună idei despre stilurile de salut din alte țări ale lumii. Dacă elevii nu cunosc alte forme, profesorul le poate prezenta salutul „Wai” din Thailanda: apăsând palmele împreunate în dreptul pieptului și aplecând capul.
3. Apoi, profesorul colectează noi forme de salut de la copii: „Cum altfel ai putea saluta pe cineva? Cum crezi că s-ar saluta extraterestrii? Ce sunt extraterestrii? Cum salută oamenii din alte țări?”
4. Apoi, copiii sunt rugați să se grupeze în perechi și să inventeze noi forme de salut, imaginându-și că sunt oameni de pe alte planete. Fiecare pereche poate inventa trei noi forme de salut.
5. Copiii se așază din nou în cerc. Perechile sunt invitate să-și prezinte „formele străine de salut” în centrul cercului. Perechile pășesc două câte două în mijloc și se salută.
6. Joc de liniștire „Ce este diferit?”: Doi elevi stau față în față. Se privesc cu atenție. Un copil se întoarce. Celălalt schimbă ceva în aspectul său: de exemplu, coafura, hainele, expresia etc. Celălalt copil ghicește ce s-a schimbat. Profesorul dă comanda când copiii se pot întoarce. După ce ghicesc de două sau trei ori, copiii își schimbă partenerul.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 8

SITUAȚII DIFERITE COMPORTAMENT DIFERIT

Scop

Elevii înțeleg că situațiile diferite necesită diferite forme de comportament. Ei înțeleg că politețea este importantă și înțeleg impactul comportamentului lor.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Scaune așezate în cerc;
Fotografii cu diferite scene



Modulul 2

Asigurarea calității vieții

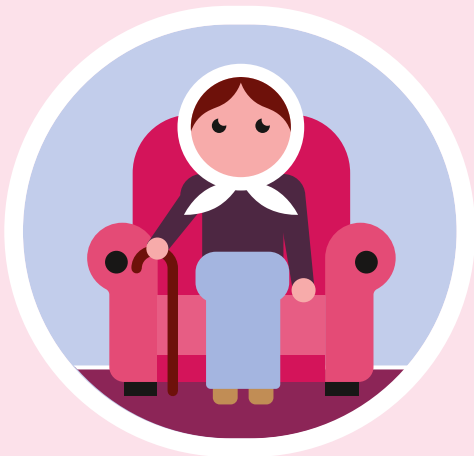
DESCRIEREA LECȚIEI

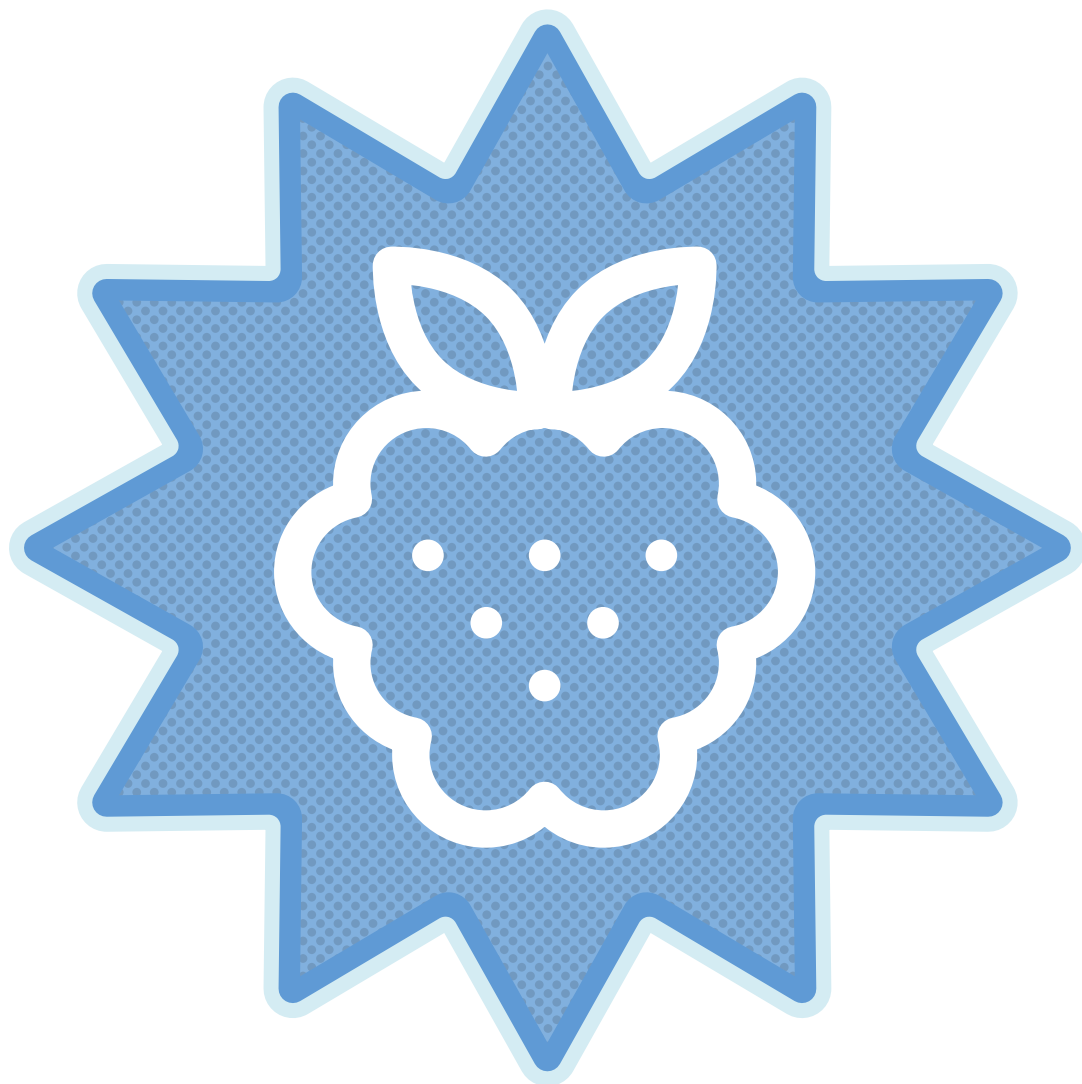
1. Joc de dinamizare „Roboți și mecanici”: Profesorul împarte clasa în mulți „roboți” și câțiva „mecanici” (de exemplu, 15: 5). Roboții pot merge doar înainte. Când lovesc un obstacol, roboții fac „bip-bip”. Mecanicii vin și îi întorc, iar roboții merg din nou. Sarcina mecanicilor este aceea de a menține toți roboții în mișcare, fără ca vreunul să facă „bip-bip”.
2. Elevii stau așezați în cerc. Profesorul prezintă în mijlocul cercului imagini cu situații diferite. Elevii descriu ceea ce văd.
3. Profesorul declanșează o discuție despre cum să te porți în aceste situații diferite. Se joacă un scurt joc de rol pentru fiecare situație (întotdeauna cu alți copii), arătând diferitele forme de prezentare, interacțiune și comunicare.
4. Elevii se grupează câte trei sau patru. Fiecare grup primește sau alege o situație și exersează un joc de rol.
5. Elevii revin în plen și își interpretează jocurile de rol.
6. Profesorul colectează cuvinte cheie de la elevi, de exemplu: politicos, ordonat, prietenos, informal etc. și le grupează împreună cu elevii lângă diferitele fotografii.
7. Joc de liniștire „Mâinile calde ale soarelui”: Elevii stau în cerc și închid ochii. Profesorul joacă rolul soarelui care încălzește și îi trezește pe elevi. Profesorul își freacă mâinile astfel încât să fie calde și le pune pe spatele copiilor, unul după altul. Cine a fost trezit de soare se ridică și se duce în banca lui.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





MODULUL 3

MODUL SĂNĂTOS DE VIAȚĂ

Modul sănătos de viață ghidează elevii în aspecte ce țin de sănătatea fizică, emoțională, alimentația sănătoasă, contracararea viciilor: droguri, alcool, fumat, influențe de diferit gen etc.



SARCINA 9

ÎI SPUN „MULTUMESC” CORPULUI MEU

Scop

Elevii învață să-și aprecieze corpul și să fie recunoscători pentru ceea ce le permite să facă.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Foi de hârtie; Creioane colorate



Modulul 3

Modul sănătos de viață

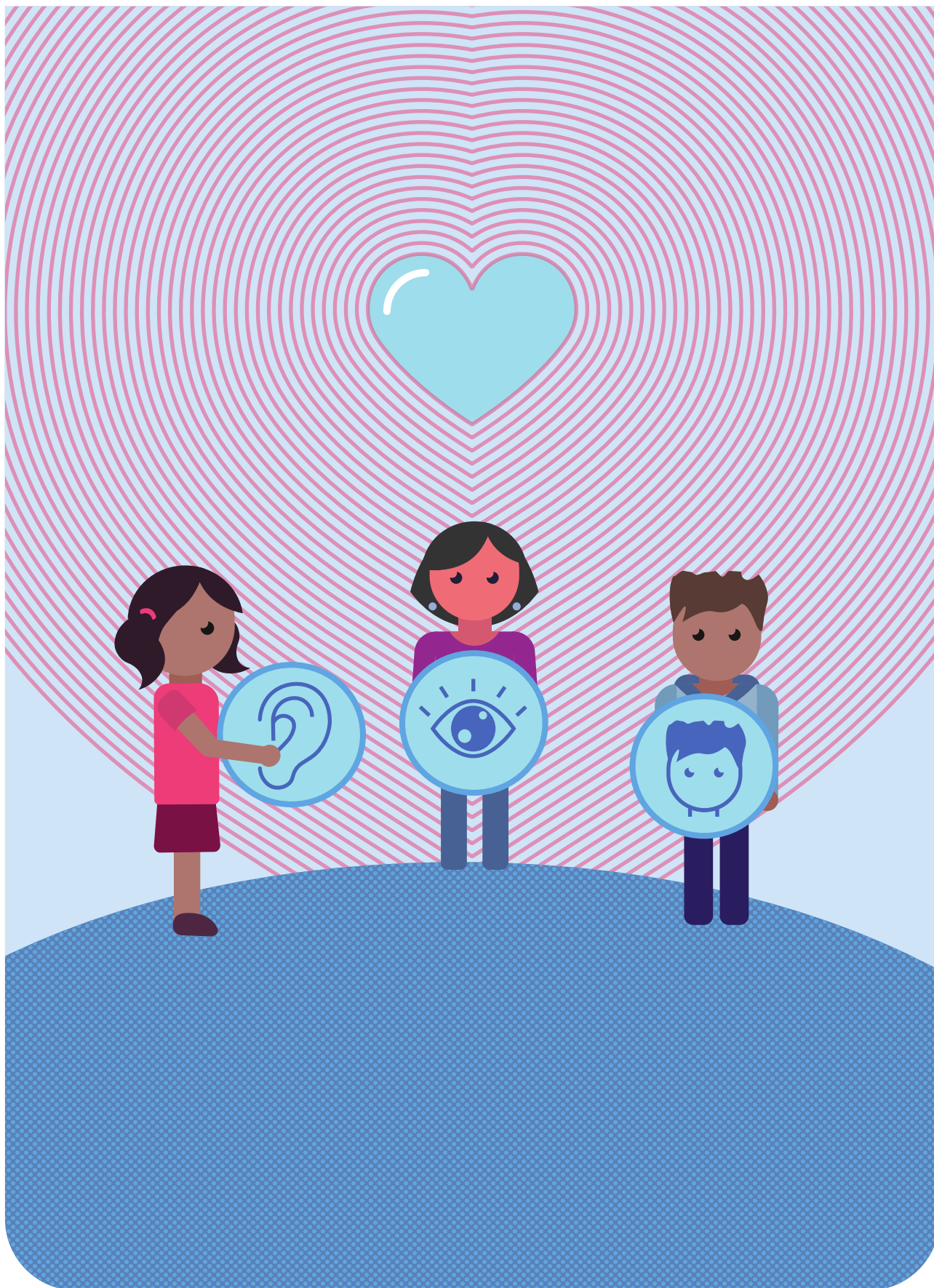
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Roboți și mecanici” (vezi Sarcina 8).
2. Copiii stau în picioare în cerc. Profesorul le cere pe rând copiilor:
 - să se deplaseze prin cameră folosind un singur picior;
 - să aplaude folosind o singură mână;
 - să închidă ochii, să se întoarcă cu fața spre tablă și să descrie peretele opus tablei.
3. Profesorul dă instrucțiuni: „Desenați o parte a corpului vostru care vă place în mod special și gândiți-vă la una dintre calitățile sau abilitățile acestei părți pentru care vreți să-i mulțumiți. Prezentați desenul, mângâiați-vă acea parte a corpului și spuneți-i «mulțumesc»”.
4. Copiii prezintă pe rând. Ceilalți se alătură mulțumind și ei acelei părți, dacă le place, de exemplu:
 - „Îți mulțumesc limbă pentru că am putut gusta mâncăruri delicioase.”
 - „Mulțumesc mână pentru că m-ai făcut capabil să desenez.”
5. Joc de liniștire „La revedere”: Toți elevii stau în picioare în cerc. Un copil are o minge. Îi face cu ochiul unui alt copil și-i aruncă mingea spunând: „La revedere (numele copilului)”. Copilul care a primit mingea, o aruncă altui copil, spunând „La revedere (numele copilului)” și apoi părăsește cercul. Jocul se termină când nu mai este nimeni în cerc.



MATERIALE PENTRU ELEVII

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 10 SIMȚURILE

Scop

Elevii devin conștienți de diferitele simțuri și de ceea ce pot învăța despre lume cu ajutorul lor.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fișe de lucru; Creioane colorate; Clopoțel; Parfum sau o floare; Sare sau zahăr; O bucată de blană sau un ursuleț de pluș



Modulul 3

Modul sănătos de viață

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Bateți în podea cu palmele”: Copiii, așezați în cerc, îngenunchează pe podea și își pun palmele jos. Un copil are între mâinile sale mâna vecinului - asemenea unui fermoar. Aranjați așa, o mână începe să bată în podea, apoi celălalt copil face același lucru, apoi următorul și următorul etc. Copiii își privesc propriile mâini și mâinile vecinilor și se coordonează. După ce au exersat suficient, se poate introduce un element nou: atunci când o mână bate în podea de două ori, se schimbă direcția.
2. Profesorul le prezintă copiilor simțurile: văzul, auzul, mirosul, gustul, pipăitul.
3. Profesorul testează simțurile împreună cu copiii:
 - Văzul: să vadă un desen mic situat departe.
 - Auzul: să audă un clopoțel care sună foarte încet.
 - Mirosul: să miroasă un parfum sau o floare.
 - Gustul: să deguste sare sau zahăr (de pe deget).
 - Pipăitul: să atingă ceva foarte moale (ursuleț de pluș).
4. Copiii colorează simțurile de pe fișa de lucru și se gândesc care este simțul lor preferat.
5. Își desenează simțul preferat într-un cerc și numesc ceva ce poate face simțul lor preferat (a vedea, a auzi, a mirosi, a gusta sau a pipăi).
6. Elevii fac pereche cu un coleg și își discută preferințele.
7. Joc de liniștire „Scrisul pe spate”: În perechi, un elev stă cu fața la spatele celuilalt. Cel cu fața desenează cu degetul ceva pe spatele celuilalt (de exemplu o inimă, un triunghi etc.). Celălalt copil ghicește ce a fost desenat.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

The image displays five rows of icons on a blue textured background. Each row consists of a circular icon representing a sense organ, a green arrow pointing to the right, and a corresponding object icon. The rows are as follows:

- Row 1: An eye icon in a circle, followed by a green arrow, followed by a picture of mountains in a white frame.
- Row 2: An ear icon in a circle, followed by a green arrow, followed by a blue bell with sound waves.
- Row 3: A nose icon in a circle, followed by a green arrow, followed by a blue flower with a green leaf.
- Row 4: A tongue icon in a circle, followed by a green arrow, followed by a blue sock with white stripes and white dots.
- Row 5: A finger icon in a circle, followed by a green arrow, followed by a blue teddy bear.



SARCINA 11

NE PLACE SĂ FACEM MIȘCARE

Scop

Elevii experimentează mișcarea și își cunosc mai bine corpul.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Cântecul „Cap și umeri”
(Youtube sau o piesă muzicală);
Spațiu pentru mișcare



Modulul 3

Modul sănătos de viață

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Încălzirea pe cântecul „Cap și umeri”: Cântați cântecul împreună cu copiii și efectuați mișcările.
2. Copiii stau în picioare în cerc.
3. Profesorul începe să prezinte mișcările corpului și copiii le execută, de exemplu:
 - atingeți vârful picioarelor cu mâinile (fără a îndoi genunchii);
 - atingeți umărul stâng cu degetele de la mâna dreaptă, ducând brațul peste cap;
 - întindeți-vă;
 - în picioare, pe vâfuri, întindeți mâna către stele;
 - stând în picioare în cerc, țineți-vă de mâini și mișcați-vă într-o singură direcție. Încercați să schimbați direcția.
4. Copiii continuă și prezintă alte mișcări pe care ceilalți să le urmeze.
5. Elevii formează perechi și își alcătuiesc propriul „program de mișcare/antrenare a corpului”. Exersează acest program timp de zece minute.
6. Elevii revin în cerc. Câteva perechi, oferite voluntar, devin instructori și își prezintă programul de antrenament în fața clasei. Toți ceilalți li se alătură. În funcție de timp, profesorul poate cere mai multor perechi să-și prezinte programul.
7. Unii copii sunt întrebați cum se simt după ce au făcut mișcare. Aceștia răspund folosind degetele mari (orientate în sus - bine, la mijloc - bine, în jos - rău).
8. Repetați melodia.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

Cap și umeri

Head and shoul - ders, knees and toes, knees and toes;

Head and shoul - ders, knees and toes, knees and toes; And

eyes and ears, and mouth and nose;

Head and shoul - ders, knees and toes, knees and toes.

În timp ce cântați, faceți aceste mișcări:

Cap: Duceți mâinile la cap
 Umeri: Duceți mâinile la umeri
 Genunchi: Duceți mâinile la genunchi
 Degete: Duceți mâinile la vârful picioarelor

Ochi: Duceți mâinile la ochi
 Urechi: Duceți mâinile la urechi
 Gură: Duceți mâinile la gură
 Nas: Duceți mâinile la nas





SARCINA 12

ÎMI PĂSTREZ CORPUL CURAT

Scop

Elevii reflectează despre importanța igienei în diferite situații și își însușesc regulile de igienă pentru viața lor de zi cu zi.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fotografii sau fișe de lucru cu diferite ritualuri de igienă.



Modulul 3

Modul sănătos de viață

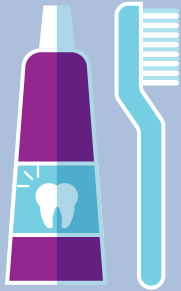
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Bateți în podea cu palmele” (vezi Sarcina 10).
2. Copiii stau așezați în cerc.
3. Profesorul le prezintă diferite mișcări care țin de igienă. El mimează ritualurile din fișa de lucru (spălarea dinților, pieptănarea părului etc.)
4. Copiii ghicesc mișcările.
5. Profesorul îi implică pe copii într-o discuție despre igienă. El susține cu argumente diferitele ritualuri de igienă.
6. Împreună cu profesorul, copiii practică ritualurile și le interpretează.
7. Elevii formează perechi. Un copil mimează un ritual de igienă, celălalt trebuie să-l ghicească. Apoi schimbă rolurile.
8. Profesorul le înmânează câte o fișă cu imagini ale diferitelor ritualuri de igienă.
9. Împreună cu profesorul, copiii formulează câte o propoziție pentru fiecare imagine, de exemplu: „Mă spăl pe dinți după fiecare masă, astfel încât dinții mei să rămână sănătoși.” etc.
10. Ca temă pentru acasă, elevii își iau fișele și bifează lângă fiecare imagine, când au făcut ritualul de igienă respectiv. Revin cu fișele în lecția următoare.
11. Joc de liniștire: „Mâinile calde ale soarelui” (vezi Sarcina 8).



MATERIALE PENTRU ELEVI

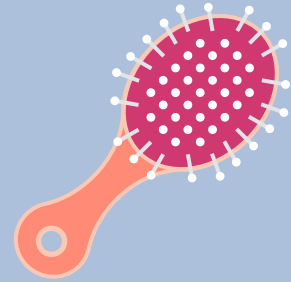
Pe tablă/proiector/fișă de lucru



Igiena orală



Igiena mâinilor



Îngrijirea părului



Ritualul de înbăiere



Igiena toaletei



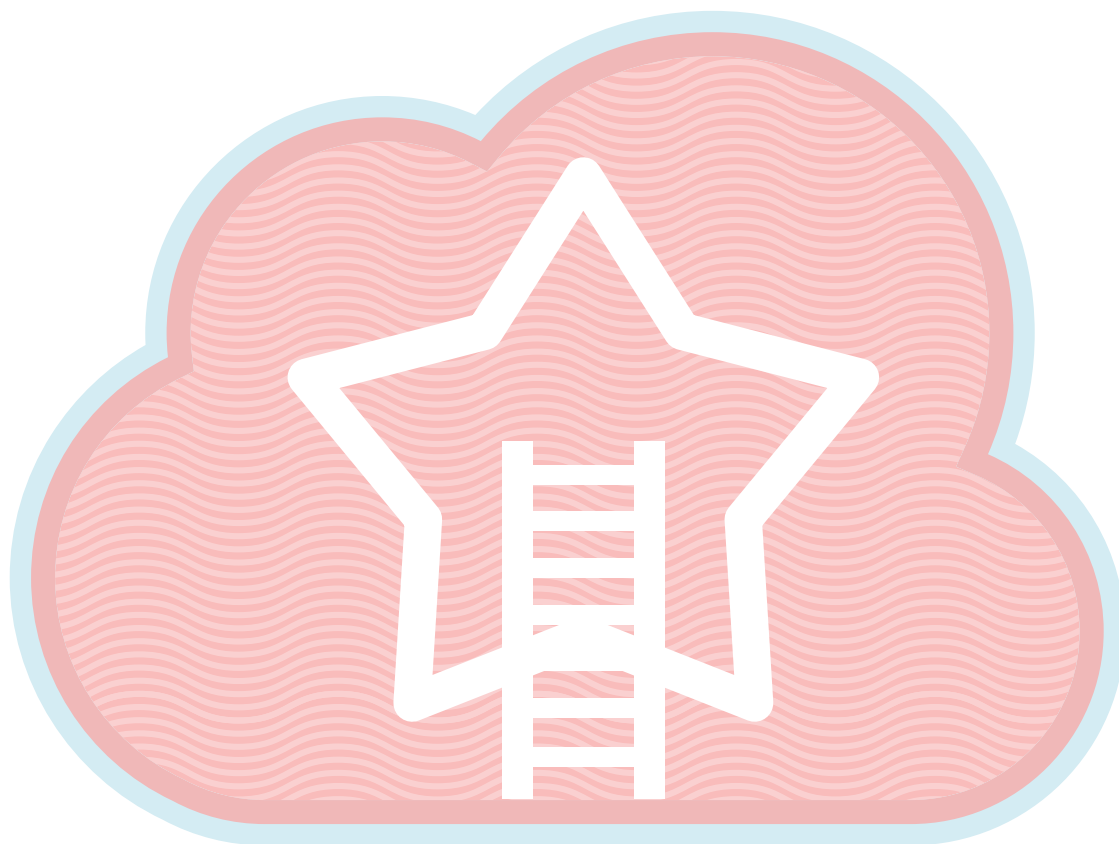
**Igiena când tușești
sau strănuți**



Igiena picioarelor



Igiena locuinței



MODULUL 4

PROIECTAREA CARIEREI PROFESIONALE ȘI DEZVOLTAREA SPIRITULUI ANTREPRENORIAL

Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial pune accent pe înțelegerea profesiilor din perspectiva pieței muncii, planificarea carierei și luarea deciziilor de carieră, dezvoltarea spiritului antreprenorial ca opțiune de carieră etc.



SARCINA 13

INTERESELE MELE ȘI PROFESIA VISATĂ

Scop

Elevii învață să se gândească la interesele lor și să-și imagineze meseria de vis.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fotografii cu diverse hobby-uri;
Foi de hârtie; Creioane colorate;
Minge



Modulul 4

Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Startul rachetei”: Toți copiii stau în cerc. Sunt astronauți. Racheta este pregătită de lansare (copiii bat cu palmele pe coapse). Racheta este pe cale să fie lansată (bătăile devin mai rapide). Racheta se lansează și se ridică spre cer (copiii sar sus de pe scaune și ridică brațele). Variație: Înainte de început, profesorul poate face numărătoarea inversă (de la zece la zero) împreună cu copiii.
2. Copiii stau așezați în cerc. Profesorul așază pe podea imagini cu diferite hobby-uri. El își prezintă apoi hobby-ul preferat. Pe rând, copiii pot alege diferite imagini și le pot spune colegilor câte ceva despre interesele lor. Dacă nu există nicio imagine care să corespundă interesului lor, ridică mâinile și doar numesc acel interes.
3. Profesorul îi încurajează pe copii să se gândească la interesele lor și la diferitele locuri de muncă. Dacă și-ar putea imagina slujba de vis - o meserie care le-ar plăcea și care există cu adevărat - care ar fi aceea? Se potrivește cu interesul lor?
4. Copiii își desenează profesia de vis și formulează trei motive pentru care ar alege acea meserie.
5. Toate „profesiile visate” sunt afișate pe peretele clasei.
6. Joc de liniștire: „Ce este roșu?” Copiii stau așezați în cerc. Un copil rostogolește o minge către alt copil și întreabă: „Ce este roșu?” Copilul care a prins mingea răspunde, de exemplu: „O roșie este roșie.” Acest copil poate acum să rostogolească mingea către altcineva și să pună următoarea întrebare.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

Profesia visată

Vreau să fiu

pentru că



SARCINA 14

POT SĂ FAC MUZICĂ ÎN DIFERITE FELURI

Scop

Elevii învață să-și folosească competențele în diferite situații. Ei învață să fie creativi.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Lucru în grup
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fișe de lucru; Creioane; Pahare de apă; Benzi de cauciuc; Bețe de tobă; Piepteni; Hârtie subțire; Pungi de plastic; Cutii; Pahare de iurt; Orez; Nisip



Modulul 4

Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare: „Cine poate?” Toți copiii stau în picioare în cerc. Profesorul face afirmații precum „Eu pot juca fotbal”. Toți copiii care pot juca fotbal intră în mijlocul cercului. Profesorul alege activități și abilități atât pentru băieți, cât și pentru fete (și abilități amuzante). Ca ultimă afirmație: „Eu pot face muzică folosind ... corpul meu sau un pahar cu apă.”
2. Copiii stau așezați în cerc.
3. Profesorul subliniază că se poate face muzică folosind multe lucruri diferite.
4. În clasă, sunt pregătite stații cu instrumente diferite. La o stație nu trebuie să fie mai mult de trei copii. Elevii se plimbă în clasă și completează stațiile. Folosesc un pașaport (de exemplu, un mic card cu simbolul stației respective) pentru a bifa ce au făcut.
 - Pahare cu apă: Umpleți paharele cu apă la niveluri diferite și atingeți-le cu un creion.
 - Benzi de cauciuc: Utilizați benzi de cauciuc înfășurate în jurul unei cutii și cântați ca la o chitară cu corzi de cauciuc.
 - Tobe: Luați două bețe și vedeți ce suprafață poate fi bună pe post de tobă.
 - Pieptene și hârtie: Luați un pieptene, înfășurați hârtie subțire în jurul său și suflați în el.
 - Percuție corporală: Cu ce parte a corpului puteți face muzică? Gură, degete, mâini, picioare, limbă etc.?
 - Pungi de plastic: Aflați cum puteți face muzică folosind o pungă de plastic.
 - Zornăitoare cu orez: Umpleți cu orez sau pietre mici o cutie și agitați-o energic.
5. După aproximativ 30 de minute copiii stau din nou în cerc. Își aduc pașapoartele cu ei și reflectează împreună.
6. Joc de liniștire: „Ce este diferit?” (vezi Sarcina 7).



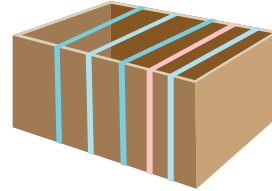
MATERIALE PENTRU ELEVII

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

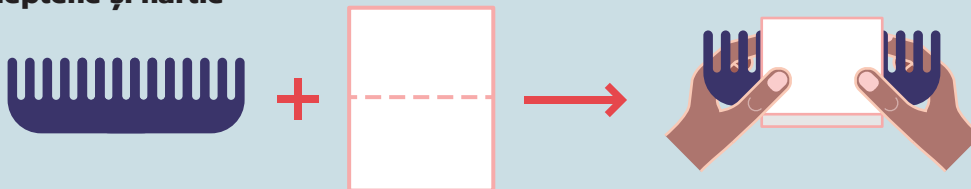
Pahare cu apă



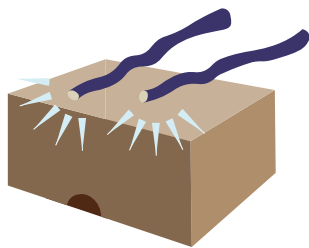
Benzi de cauciuc



Pieptene și hârtie



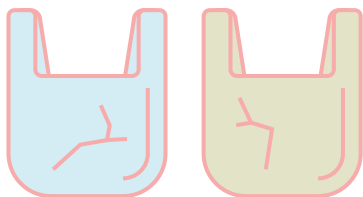
Tobe



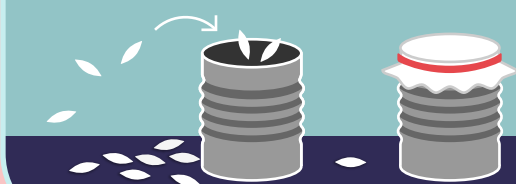
Percuție corporală



Pungi de plastic



Zornăitoare cu orez





SARCINA 15

SUNT DE AJUTOR ÎN CASĂ

Scop

Elevii înțeleg diferitele activități gospodărești și învață cum să contribuie la ele.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Listă de activități; Carduri de cuvinte și imagini reprezentând activități gospodărești



Modulul 4

Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare „Șarpele muzical”: Toți copiii se așază în șir pentru a forma un „șarpe” lung. De îndată ce se aude muzica, șarpele începe să se miște. Copilul din capătul șirului, care reprezintă capul șarpelui, face diferite mișcări: sare, se târăște, merge pe vârfuri etc. Ceilalți copii imită mișcările. Când muzica se oprește, copilul din față merge la coada șarpelui și următorul copil preia conducerea.
2. Copiii stau așezați în cerc. Profesorul plasează carduri cu diferite cuvinte în mijlocul cercului și începe o discuție cu elevii.
3. Profesorul adună de la copii mai multe exemple de activități casnice. El le cere elevilor să numească activități la care pot contribui copiii.
4. Copiii lucrează la propria listă de activități casnice. Desenează activitățile și le bifează pe acelea unde pot contribui.
5. Ca temă pentru acasă, elevii își iau lista și încearcă să respecte cele notate, timp de o săptămână.
6. Joc de liniștire „Spălătorie auto”: Acest joc se joacă fără să vorbești, foarte liniștit. Clasa se aliniază, umăr la umăr. Elevul de la sfârșitul liniei este „mașina” care trebuie curățată. Mașina se deplasează în jos, cu spatele către linie. Ceilalți copii sunt periile. Masează, freacă, netezesc etc. spatele copilului-mașină. Lovirea, gâdilarea sau orice mișcare violentă nu sunt permise. Când se ajunge la celălalt capăt, „mașina” este curată și este rândul următorului copil.



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

Să curețe masa

Să gătească

Să aibă grijă de copii

Să ducă gunoiul ✓

Să facă cumpărături ✓

✓

51



SARCINA 16 DE CE MUNCESC OAMENII?

Scop

Elevii reflectează asupra motivelor pentru care oamenii muncesc și se gândesc la diferența dintre nevoi și dorințe.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în grup
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Creioane; Foi de hârtie;
Imagini cu motive pentru a munci
(dacă este posibil)



Modulul 4

Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial









DESCRIEREA LECȚIEI


1. Joc de dinamizare: „Foc, apă, fulger”: Elevii se deplasează pe muzică. Atunci când muzica se oprește, profesorul spune un cuvânt: „foc”, „apă” sau „fulger”. La foc: toți elevii se urcă pe scaune sau se așază pe o masă (picioarele lor trebuie să nu atingă podeaua). La apă: toți elevii cad pe podea și se prefac că înoată. La fulger: toți elevii se opresc și îngheață ca și când ar fi fost loviți de fulger.
2. Copiii stau așezați în cerc. Ei joacă un joc de mimare. Profesorul face un gest tipic pentru o anumită meserie. Copiii ghicesc. Apoi, pe rând, copiii mimează alte meserii.
3. Profesorul adresează următoarea întrebare: „De ce muncesc oamenii?”
4. Într-o sesiune de brainstorming, profesorul notează pe tablă toate ideile copiilor (de exemplu, pentru a câștiga bani, a cumpăra alimente, a cumpăra haine, a plăti chiria, a cumpăra o mașină, a plăti taxe școlare, a cumpăra cărți etc.).
5. Acum, profesorul împarte tabla în două coloane: „nevoi” și „dorințe”.
6. În perechi, copiii se gândesc și decid ce lucruri intră în categoria nevoi și care în categoria dorințe. Ei le desenează în propriile coloane pe o foaie de hârtie.
7. În plen, profesorul cere unora dintre perechi să-și împărtășească ideile cu toți colegii. Împreună ordonează toate lucrurile în coloanele de nevoi și dorințe. Poate urma o discuție despre lucrurile incerte.
8. Joc de liniștire: „Ce este roșu?” (vezi Sarcina 13).



MATERIALE PENTRU ELEVI

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

NEVOI	DORINȚE
	
	
	
	





MODULUL 5

SECURITATEA PERSONALĂ

Securitatea personală oferă elevilor contextul de formare a unui comportament orientat spre asigurarea securității proprii și a celorlalți.



SARCINA 17

SĂNĂTOS ȘI NESĂNĂTOS

Scop

Elevii reflectează la activitățile lor zilnice și la obiceiurile alimentare și se gândesc dacă sunt sănătoase sau nesănătoase.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în perechi
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fișe de lucru; Creioane colorate; Minge



Modulul 5

Securitatea personală

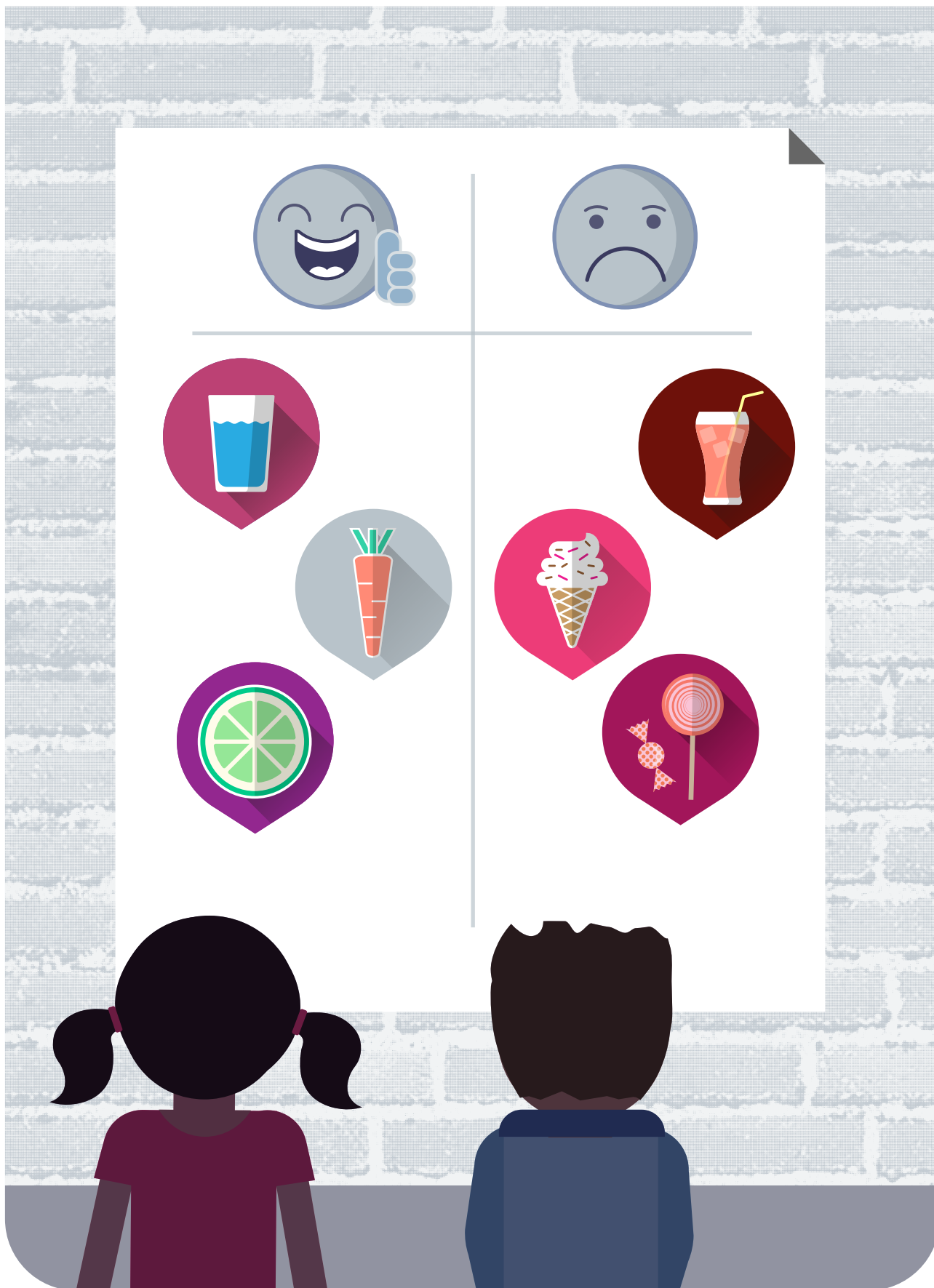
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare: „Salată de fructe”. Copiii stau așezați în cerc. Profesorul îi grupează și atribuie fiecărui grup câte un nume de fruct (de ex. cinci elevi sunt căpșuni, cinci sunt mere, patru sunt banane etc.). Un copil este ales să intre în centrul cercului. Scaunul lui este scos din cerc. Acum profesorul strigă numele a două fructe, de exemplu: căpșuni și mere. Copiii din cele două grupuri numite își schimbă locul. În acest timp, copilul din mijloc trebuie să încerce să ocupe un scaun gol. Un copil va rămâne fără scaun și acela este următorul care merge în centrul cercului. Dacă profesorul strigă „salată de fructe”, toți copiii trebuie să se ridice în picioare și să-și schimbe locurile.
2. Profesorul pune două întrebări: „Ce faci în fiecare zi?” și „Ce mănânci în fiecare zi?” și adună răspunsurile elevilor.
3. Profesorul întreabă: „Care dintre aceste lucruri sunt sănătoase și sigure? Care sunt nesănătoase?”. Copiii își împărtășesc părerile.
4. Se formează două grupuri mari. Grupul 1: activități zilnice, Grupul 2: obiceiuri alimentare zilnice. În perechi, în cadrul grupului lor, copiii alcătuiesc o colecție de activități sau alimente și indică dacă sunt sănătoase / sigure sau nesănătoase / nesigure (de exemplu, cu un zâmbet sau o față tristă).
5. Apoi copiii își compară graficele cu o altă pereche.
6. În plen, copiii își împărtășesc colecțiile. Întrebările și motivele încadrării sunt discutate împreună.
7. Joc de liniștire: „La revedere” (vezi Sarcina 9).



MATERIALE PENTRU ELEVII

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 18

DRUMUL MEU SIGUR CĂTRE ȘCOALĂ

Scop

Elevii înțeleg importanța siguranței și a comportamentului adecvat în trafic. Ei aleg un traseu sigur către și de la școală.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Fișe de lucru sau desene pe tablă;
Imagini cu situații periculoase;
Creioane



Modulul 5

Securitatea personală

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare: „Sculptori și sculpturi” (vezi Sarcina 5).
2. Copiii stau așezați în cerc. Profesorul îi întreabă pe copii pe ce drum merg la școală.
3. Elevii răspund. Profesorul începe o discuție despre cum să te comporti pe stradă și de ce este important acest lucru. Sunt împărtășite diferite păreri.
4. Profesorul prezintă un afiș cu cinci lucruri importante privind comportamentul pe stradă:
 - Nu ne jucăm pe stradă.
 - Alegem un traseu sigur, chiar dacă nu este cel mai scurt.
 - Mergem pe marginea drumului.
 - Ne uităm de trei ori după mașini (stânga, dreapta, stânga).
 - Suntem întotdeauna atenți.
5. Toți merg afară și pun în practică cele cinci puncte din listă, pe un drum în apropierea școlii. Copiii merg în perechi, una după alta. Profesorul îi observă și le oferă feedback.
6. Ca ultim exercițiu înapoi în clasă, profesorul prezintă situații diferite în care copiii se comportă nesigur pe stradă. Sarcina elevilor este aceea de a desena sau descrie cum ar trebui să se comporte corect/în siguranță.
7. Joc de liniștire: „Mesaj secret (Telefonul fără fir)” (vezi Sarcina 2).

**MATERIALE PENTRU ELEVI**

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

REGULILE MELE ÎN TRAFIC

- 1**
Nu ne jucăm pe stradă
- 2**
**Alegem un traseu sigur,
chiar dacă nu este cel mai scurt**
- 3**
Mergem pe trotuar
- 4**
**Ne uităm după mașini de 3 ori
(în stânga, în dreapta și iar în stânga)**
- 5**
Suntem întotdeauna atenți



SARCINA 19

ÎN SIGURANȚĂ LA ȘCOALĂ ȘI ACASĂ

Scop

Elevii reflectează asupra posibilelor situații periculoase acasă și la școală și își dezvoltă grija și atenția.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Lucru în grup
- Discuție în plen



Organizarea clasei

Imagini cu diferite situații periculoase; Creioane



Modulul 5

Securitatea personală

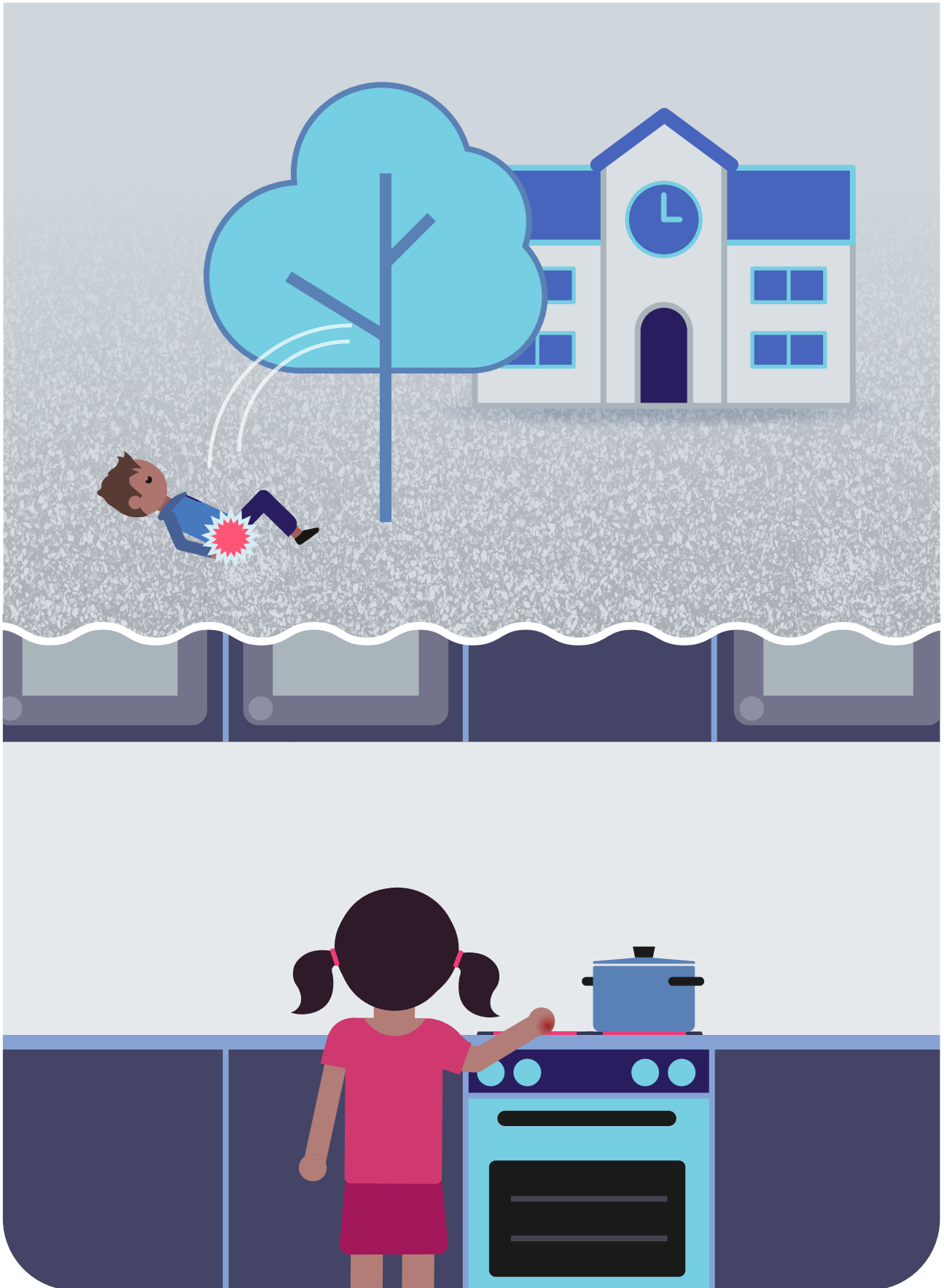
DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare: „Salată de fructe” (vezi Sarcina 17).
2. Profesorul le arată copiilor o primă imagine, ca un impuls. Împreună, ei discută despre ceea ce văd. Apoi, profesorul îi implică pe copii într-o discuție despre situații periculoase acasă și la școală.
3. Toate ideile dintr-o sesiune de brainstorming sunt scrise de profesor pe tablă, împărțite în două coloane „acasă” și „la școală”.
4. Apoi, profesorul le cere copiilor să formeze grupuri mici de trei sau patru.
5. În grup, copiii aleg o situație (cu ajutorul profesorului), fie „de acasă”, fie „de la școală”. Ei fac un joc de rol și îl exersează. Esența jocului de rol este de a arăta o situație periculoasă și apoi de a arăta comportamentul corect (de exemplu, prin intermediul a doi copii care îi ajută pe primii doi copii sau le arată ce trebuie să facă).
6. Copiii revin în cerc. Profesorul permite grupurilor să-și prezinte jocurile de rol.
7. Dacă mai este timp, profesorul îi instruește pe copii cu privire la cele mai importante reguli de comportament în situații periculoase, de exemplu: „Ce fac când simt miros de fum în casă?” Sau „Ce fac când sunt martor la un accident de mașină?” În funcție de grup, profesorul ar putea introduce cele cinci elemente importante în astfel de situații: cei 5 „W” (când, unde, cine, ce, de ce – în limba engleză when, where, who, what, why) ca instrument de utilizat pentru apeluri de urgență (prezentând copiilor și numerele care pot fi apelate).
8. Joc de liniștire: „Spălătorie auto” (vezi Sarcina 15)



MATERIALE PENTRU ELEVII

Pe tablă/proiector/fișă de lucru





SARCINA 20

AVETI GRIJĂ ÎN RELAȚIILE CU PERSOANE STRĂINE

Scop

Elevii înțeleg că poate fi periculos să ai încredere în străini. Ei reflectează asupra comportamentului potrivit atunci când se întâlnesc cu persoane străine.



Timp necesar

45 minute



Forme de activitate

- Lucru individual
- Discuție în plen



Organizarea clasei

„Lumini de semafor” (cartoane) roșii și verzi pe care copiii să le poată ridica; Poster cu reguli



Modulul 5

Securitatea personală

DESCRIEREA LECȚIEI

1. Joc de dinamizare: „Șarpele muzical” (vezi Sarcina 15).
2. Profesorul prezintă subiectul: „Cu toții întâlnim străini în jurul școlii, la magazinul alimentar sau pe stradă.”
Profesorul explică faptul că un străin este orice persoană pe care copilul nu o cunoaște. Uneori trebuie să cerem ajutorul străinilor (de exemplu, atunci când copiii se pierd). Profesorul atrage atenția că unii străini pot fi de ajutor, dar unii pot fi periculoși.
3. Se face o sesiune de brainstorming, adunând idei despre locuri în care pot fi întâlnite persoane străine.
4. Profesorul spune o poveste, ar putea fi cu zâne. Povestea ar trebui să includă străini „siguri” și „nesiguri”. De exemplu, „Scufița Roșie”. Se poate vorbi în siguranță cu: bunica, mama, vânătorul. Dar lupul deghizat în bunică este nesigur. Profesorul îi întreabă pe copii care sunt străinii siguri și care nesiguri, folosind imagini în acest sens.
5. Copiii au două feluri de lumini de semafor, una verde (sigură) și una roșie (nesigură). Profesorul le arată o succesiune de imagini cu situații sigure și nesigure. Copiii ridică semnul pe care îl consideră corect pentru tipul de străin din imagine.
6. Profesorul începe o discuție despre reguli atunci când întâlnești un străin (vezi materialele pentru elevi). Regulile sunt explicate și discutate.
7. Copiii își fac propriul poster și își găsesc o regulă nouă.
8. Joc de liniștire: „Mesaj secret (Telefonul fără fir)” (vezi Sarcina 2).

**MATERIALE PENTRU ELEVI**

Pe tablă/proiector/fișă de lucru

**REGULI PENTRU ÎNTÂLNIRILE
CU PERSOANE STRĂINE****1****Nu mergeți niciodată singuri!****2****Adulții nu au nevoie de ajutorul copiilor!****3****Nu mergeți niciodată acasă la un străin
și nu vă urcați în mașina lui!****4****Nu vă spuneți niciodată numele
și nu vă dați adresa!****5****LIBER!****STRĂINI
SIGURI****STOP!****STRĂINI
PERICULOȘI**