Finanțat de Uniunea Europeană

LICEUL TEORETIC „MIHAI VITEAZUL„ VIȘINA

Proiect de mobilitate (de scurtă durată) în domeniul educație școlară

PROFESORI IMPLICAȚI - ELEVI MOTIVAȚI

INVOLVED TEACHERS - MOTIVATED STUDENTS

ARGUMENT

Liceul Teoretic „Mihai Viteazul” Vișina este beneficiarul proiectului proiecte de scurtă durată - Domeniul "Educația Școlară" KA 122- SCH - 2023-1-RO01-KA122-SCH00014130,

Acest proiect este finanțat prin Programul Erasmus + al Uniunii Europene, durata proiectului fiind de 18 luni (04/09/2023 - 03/03/2025) și are un buget aprobat de 32980 euro.

Obiectivele vizate de acest sunt:

- Implementarea practicilor europene în unitatea noastră școlară;
- Dezvoltarea competențelor cheie pentru reducerea absenteismului;
- Dezvoltarea abilităților în domeniul managementului instituțional prin implementarea practicilor europene;
- Dezvoltarea abilităților de promovare a gândirii pozitive și de gestionare a grupului prin crearea unui mediu flexibil și fericit.

Grupul țintă, constituit din 16 cadre didactice ale Liceului Teoretic „Mihai Viteazul Vișina” , au participat la 6 mobilități de formare în state din Uniunea Europeană. În urma participării la cursuri cadrele didactice și-au dezvoltat competențe, abilități, atitudini specifice cunoașterii practicilor europene în legatură cu tranziția de la o etapa de școlarizare la alta, competențe de lucru cu elevii aflați în risc de abandon școlar, competențe de adaptare la nevoile elevilor, competențe de a folosi metode activ-participative adaptate, abilități de realizare a unor lecții atractive, abilități de aplicare a strategiilor internaționale de intervenție aplicabile elevilor cu risc de abandon școlar precum abordarea unei atitudini pozitive în interacțiunea cu elevii.

S-au derulat activități specifice proiectului cum ar fi:

- activități de pregătire a mobilității (aranjamente practice, selectarea participanților, încheierea de contracte și acorduri cu partenerii și participanții, pregătirea linvistică, culturală, pregătire generală a participanților înainte de mobilitate);

- activități de implementare - activități de mobilitate ce au constat în paricipareа la cursuri de formare:„Reducerea abandonului școlar timpuriu – Tratamentul și prevenirea abandonului școlar”- Heraklion, Creta; ”Strategii pentru reducerea abandonului școlar timpuriu”, Split, Croația; „Strategii de coaching pentru școli” desfășurat la Praga, Republica Cehă; „O lecție fericită: Sfaturi valoroase pentru a crea o clasa plină de bucurie”, Barcelona, Spania, „Proiectați ceea ce este pozitiv: gândire pozitivă, comunicare pozitivă și spații școlare pozitive” Florența, Italia și ”Școli fericite: educatie pozitivă pentru bunăstare și dezvoltarea abilităților de viață” la Nice, Franța.

- activități de follow-up (evaluarea activităților, recunoașterea rezultatelor participanților în timpul activității, diseminarea și valorizarea rezultatelor proiectului).

Principalele activități de implementare și diseminare a competențelor dobândite s-au concretizat în ateliere de lucru profesori-elevi-părinți; activități extracurriculare; o activitate de teatru Forum; diseminări în cadrul cercurilor pedagogice, activități de consiliere a părinților și elevilor prin realizarea de workshopuri, mese rotunde; lecții demonstrative, o broșură de bune practici pusă la dispoziția cadrelor didactice din școală, etc..

REZULTATE FINALE:

- 16 lectii demonstrative în care vor insera practicile europene învățate;
- 16 ateliere de lucru cu cadrele didactice din școală pe tema abandonului scolar, gândirii pozitive, a managementului resurselor umane;
-16 ateliere de lucru cu elevii și părinții acestora;
-16 activități de consiliere cu elevii cu risc de abandon școlar (consiliere individuală și de grup);
-16 activități de consiliere a părinților elevilor cu risc de abandon, a părinților care sunt mai puțin implicați în viața școlară;
- chestionare de măsurare a stării de bine a cursanților la finalizarea proiectului în care au aplicat strategiile nou învățate.
- 16 articole publicate în revista școlii/diverse publicații;
-o broșură de bune practici;
- teatru Forum -activitate derulată anual pe o perioadă de 5 ani;
-portofoliu de bune practici; grup țintă - cadrele didactice din școală;
- 2 CDEOȘ- uri pe an (Curriculum la decizia elevului din ofera școlară.

Coordonator de proiect – persoană de contact, prof. Nicolae Anișoara

Cursul de formare
„Strategies for Reducing Early School Leaving”, Split, Croația - 3 cadre didactice



Cursul de formare
„A Happy Lesson: Valuable Tips to Create a Joyful Classroom”
Barcelona, Spania - 3 cadre didactice



Cursul de formare
"Reducing Early School Leaving", Heraklion, Grecia - 3 cadre didactice



Cursul de formare
"CoachingStrategies for Schools" Praga, Cehia - 2 cadre didactice



Cursul de formare
" Design the Positive: Positive Thinking, Positive Communication and Positive School Spaces" Florența, Italia - 3 cadre didactice



Cursul de formare
" Happy Schools: Positive Education for WellBeing and Life-Skills Development" Nisa, Franța - 3 cadre didactice



„ȘCOLI FERICITE: EDUCAȚIE POZITIVĂ PENTRU BUNĂSTARE ȘI DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ”- EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI PENTRU PREȘCOLARI, CARE URMĂRESC PROMOVAREA UNEI ATMOSFERE POZITIVE, DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ ȘI BUNĂSTAREA EMOȚIONALĂ ÎN CADRUL GRĂDINIȚEI

Profesor pt învățământ preșcolar
IORDACHE MIHAELA





1.”Cercul de recunoștință”

- Obiectiv: Dezvoltarea recunoștinței și a aprecierii față de ceilalți.



- Descriere: Copiii se așează în cerc și își spun pe rând un motiv pentru care sunt recunoscători, fie pentru un lucru bun care li s-a întâmplat, fie pentru o persoană din viața lor. La final, fiecare copil poate desena un obiect sau o persoană pentru care simte recunoștință, iar desenele pot fi expuse în clasă.

- Beneficii: Îi ajută pe copii să recunoască aspectele pozitive din viața lor și să dezvolte o atitudine optimistă.



Țica- Emoțica
(Oltea Paraschiv)

Floarea asta bunăoară,
O avem în inimioară.
În petale colorate
Sunt emoțiile, toate:
Bucuria zâmbitoare,
Uimirea cu « O » cel mare,
Furia cu dinții strânși,
Tristețea cu ochii plânși.
Rușinea-i îmbujorată
Iar Frica dârdâie toată!
Copii, spuneți fiecare:
Ce simțiți în inimioare?



2. Jocul „Vocabularul emoțiilor”

- Obiectiv: Încurajarea copiilor să-și identifice și să-și exprime emoțiile.

- Descriere: Educatoarea prezintă diverse emoții folosind imagini sau cartonașe (fericire, tristețe, frică, bucurie). Fiecare copil alege un cartonaș și își împărtășește o experiență în care a simțit emoția respectivă. Pot fi folosite și marionete pentru a încuraja copiii să vorbească despre emoțiile lor într-un mod jucăuș.



Beneficii: Îi ajută pe copii să învețe să-și recunoască emoțiile și să le gestioneze într-un mod sănătos.



3.”Atelier de gătit sănătos”



- Obiectiv: Educația pentru o alimentație sănătoasă și dezvoltarea abilităților de lucru în echipă.

- Descriere:Copiii pregătesc împreună gustări simple și sănătoase, cum ar fi salate de fructe sau legume. Pot alege și să decoreze fiecare farfurie, încurajându-i astfel să-și exprime creativitatea și să lucreze în echipă.

- Beneficii: Această activitate îi învață pe copii despre alimentația sănătoasă și importanța unei diete echilibrate.



4. „Jurnalul fericirii” – activitate de desenat

- Obiectiv: Încurajarea introspecției și a reflecției asupra momentelor pozitive din zi.

- Descriere: Fiecare copil primește un mic jurnal în care poate desena momentele plăcute din zi. Poate include un desen despre o activitate preferată sau despre un prieten cu care s-a simțit bine.

- Beneficii: Îi ajută pe copii să-și creeze un obicei de recunoaștere a momentelor pozitive, consolidând astfel stima de sine și fericirea.



5. „Grădina prieteniei – proiect de plantare

- Obiectiv: Învățarea grijii față de natură și cultivarea cooperării.

- Descriere: Fiecare copil plantează o floare sau o plantă în „grădina grădiniței”, pe care o vor îngriji împreună. Educatoarea poate lega activitatea de ideea de prietenie și colaborare, explicând că și plantele cresc mai bine atunci când sunt îngrijite cu atenție și iubire.

- Beneficii: Copiii învață responsabilitatea și colaborarea, iar activitatea le dezvoltă respectul pentru natură și mediul înconjurător.



6. Povestea prieteniei și empatiei



- Obiectiv: Dezvoltarea empatiei și a înțelegerii emoțiilor altor persoane.

- Descriere: Educatoarea spune o poveste despre prietenie și empatie, folosind păpuși sau marionete. După aceea, copiii pot discuta despre cum s-au simțit personajele și cum ar fi putut să le ajute sau să le facă să se simtă mai bine.

- Beneficii: Copiii învață despre empatie, identificându-se cu personajele și emoțiile din poveste, ceea ce îi ajută să dezvolte relații pozitive cu colegii.





7. Jocuri de rol pentru dezvoltarea abilităților de viață

- Obiectiv: Învățarea unor abilități de bază de viață și de comportament social.





- Descriere: Copiii joacă diferite roluri, cum ar fi bucătar, vizitatori la pompieri, la biserica, fiecare încercând să-și joace rolul într-un mod pozitiv și respectuos. Se pot folosi jucării și obiecte speciale pentru a face jocurile de rol cât mai captivante.

- Beneficii: Copiii învață abilități de interacțiune socială și își exersează abilitățile de viață într-un mod jucăuș și sigur.

Aceste activități contribuie la dezvoltarea emoțională și socială a copiilor, îmbunătățindu-le bunăstarea și susținând o atmosferă pozitivă în cadrul grădiniței.

Bibliografie:

Curs „Școli fericite: Educație pozitivă pentru bunăstare și dezvoltarea abilităților de viață” , Curs Erasmus+, Nice, Franța

PROIECT EDUCAŢIONAL

„STAREA DE BINE ȘI ÎNVĂȚARE CU ÎNCURAJARE”

Profesor pt învățământ preșcolar **ȘTEFAN MIRELA - CRISTINA**

Coordonatori: Director

Consilier educativ, prof.

Prof.

A. INFORMAŢII DESPRE APLICANT

Denumirea instituţiei / unităţii de învăţământ aplicante:

B. INFORMAŢII DESPRE PROIECT

B.1. Titlul concursului / proiectului, ediţia nr. :

„STAREA DE BINE ȘI ÎNVĂȚARE PRIN INCURAJARE”

B.2. Domeniul / specialitatea / disciplina în care se încadrează concursul / proiectul

Educație pentru drepturile fundamentale ale omului, Educație pentru timpul liber, Educație incluzivă

B.3. Data, perioada şi locul de desfăşurare a concursului / proiectului :

Ianuarie 2025 -Iunie 2025

B.4. Tipul / nivelul proiectului (internaţional, euroregional, național, regional, interjudeţean, judeţean)

B.5. Bugetul estimativ al proiectului (precizarea realistă a costurilor, menţionarea surselor extrabugetare): .

C. CONTEXT

Argumentarea proiectului propus

Starea de bine este strâns legată de învățare și motivație. Nimeni nu poate fi bun în ceea ce face dacă nu e într-o stare bună. Contextele în care trăim pot stimula sau, dimpotrivă, deteriora starea de bine. Este un lucru valabil și pentru locul în care un copil își petrece o foarte mare parte din timp: ȘCOALA/GRĂDINIȚA.

Copiii își petrec o bună parte din timp la școală, la grădiniță, prin urmare, aceasta trebuie să fie un loc esențial pentru conturarea stării lor generale de bine, cu toate aspectele sociale, fizice și emoționale. Starea de bine a elevilor le influențează capacitatea de a-și atinge întregul potențial școlar. Calitatea relaţiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulţii, precum şi calitatea mediului de învăţare, influenţează fundamental progresele lor şcolare.

A fost demonstrat faptul că mediul fizic, social și emoțional în care personalul și elevii petrec o mare parte din fiecare zi, poate afecta sănătatea lor fizică, emoțională și mentală și starea de bine, precum și rata abandonului școlar.

D. REZUMATUL PROIECTULUI

Scopul proiectului:

Creșterea performanțelor școlare și a calității relațiilor interpersonale prin promovarea unei culturi a stării de bine la școală/grădiniță.

Obiectivele proiectului:

- ✔ implementarea wellbeingului la nivelul unei unități școlare, pentru a permite preșcolarilor/elevilor să cunoască mai bine persoana cea mai importantă din viața lor – EI ÎNȘIȘI;
- ✔ crearea unei oportunități de a construi și de a dezvolta un set de abilități care le va permite preșcolarilor/elevilor să ia decizii în cunoștință de sine și de alții – sănătatea lor mentală, viața personală și dezvoltarea socială / emoțională.

Grupul ţintă căruia i se adresează proiectul. Beneficiarii direcţi şi indirecţi:

Beneficiari direcți: copii preșcolari și școlari

Beneficiari indirecți: cadrele didactice, reprezentanți ai comunității locale, părinți

Descrierea activităţilor propuse, în ordinea în care se vor desfăşura:

1. Lansarea proiectului: Ianuarie 2025
2. Promovarea proiectului: Ianuarie 2025
3. Schimb de experiență: „Dragobetele sărută fetele!- tradițiile, și starea de bine”- Februarie 2025
4. Simpozion Interjudețean: „Starea de bine și învățare prin încurajare- Martie 2025
5. Schimb de experiență: „Amenajarea spațiului educațional și crearea stării de bine a preșcolarului”- Aprilie 2025
6. Schimb de experiență: „Activitățile outdoor”- mai 2025
7. Evaluarea proiectului: Iunie 2025

Detalierea modalității de implementare a proiectului în variantă cu participare indirectă/ on-line

- întâlnirile partenerilor pentru organizare vor avea loc online
- simpozioanele au și secțiuni de participare indirectă

Unităţi de învăţământ partenere şi rolul lor în derularea activităților:

În urma lansării proiectului și a înscrierii la simpozion a unităților de învățământ din alte județe, acestea vor mediatiza proiectul în instituție și vor participa la schimburile de experiență propuse și la simpozionul național.

Modalităţi de monitorizare şi evaluare ale proiectului:

- Dialog
- Chestionare
- Rapoarte de activitate
- Publicație cu lucrările simpozionului

Activităţile de promovare, mediatizare şi de diseminare din perioada de implementare a proiectului şi după încheierea acestuia:

- Publicarea pe site-ul unității de învățământ;
- Promovarea în rândul părinților în cadrul întrunirilor cu aceștia;

- Prezentarea în cadrul catedrei metodice;
- Publicarea pe site-uri educaționale;

Regulamentul de concurs/desfășurare (în cazul concursurilor).

1.2.3.5.6.Schimburile de experiență și dezbaterile se vor realiza pe Google Meet.

4. Simpozion Interjudețean: „Starea de bine și învățare prin încurajare"

SECŢIUNI:

I. ***„Țica-Emoțica merge la grădiniță/școală"-exemple de bună practică***
II. ***„Educația outdoor"- prezentări de activități desfășurate în aer liber***
III. ***„Lecția de fericire"- povești terapeutice create de cadrele didactice***
IV. ***„Starea de bine în educație"- referate***

REGULAMENT DE PARTICIPARE:

Redactarea lucrărilor - lucrarea propriu-zisă se va face în **WORD 2003**, pe format A4, pe o singură parte, la un rând, cu margini egale de 20 mm (text aliniat „justified") **CU CARACTERE ROMÂNEŞTI**, **titlul** va fi scris cu majuscule (**Times New Roman 14 Bold**), centrat; la două rânduri de titlu se va scrie **autorul şi instituţia** (**Times New Roman 12**); la două rânduri de numele autorului se începe **scrierea textului** (**Times New Roman 12**). Lucrarea poate avea maxim doi autori. Numărul paginilor nu este limitat.

NOTĂ: Organizatorii aşteaptă materiale practice, proiecte care să ilustreze şi activitatea la clasă.

Lucrările pot fi prezentate și în PPT sau orice altă variantă aleasă de participant.

Bibliografie:

Curs „Școli fericite: Educație pozitivă pentru bunăstare și dezvoltarea abilităților de viață" , Curs Erasmus+, Nice, Franța

CUM SPUNEM „ NU” ÎN SITUAȚII DIFICILE

Profesor pt învățământ primar CERGAN LIGIA

Numele și prenumele cadrului didactic: Cergan Ligia

Unitatea de învățământ: Liceul Teoretic Mihai Viteazul Vișina

Clasa: a IV -a B

● **Ce experiență a fost de succes?**	
Denumirea experienței de succes	Cum să spunem NU în situații dificile-joc de rol- metoda pălăriilor gânditoare
Descrierea experienței de succes	Elevii au audiat povestea „Autobasculanta” în care se vorbeşte despre puterea de a spune „Nu!” şi în acelaşi timp de a te simţi bine în propria persoană. Cei care îşi oferă ajutorul altora crezând că aşa se vor face mai plăcuţi, vor învăţa că oricând pot alege refuzul.De asemenea, este o poveste prin care se crează stare de bine în sala de clasă și a elevilor. • După audierea poveștii, am propus elevilor jocul de rol prin metoda pălăriilor gânditoare , această metodă stimulează creativitatea participanţilor, gândirea colectivă şi individuală, dezvoltă capacităţile sociale ale participanţilor, de intercomunicare şi toleranţă reciprocă, de respect pentru opinia celuilalt, încurajează şi exersează capacitatea de comunicare a gânditorilor; • M-am folosit de acest joc pentru a înţelege şi a conştientiza mai bine emoţiile și respectul față de celelalte persoane din jurul nostru! • Când învăţăm să recunoaştem propriile emoţii, calităţi şi defecte, următorul pas este gestionarea lor, deoarece nu trebuie să ne lasăm conduşi de acestea. Este important să ne exprimăm corect gândurile şi emoţiile, astfel încât să le înțeleagă şi ceilalţi. Sarcini pentru elevi , se va juca o mică scenetă în funcție de urmatoarele: 1) Pălăria albă va prezenta pe scurt povestea camionului roșu.

	2) Pălăria roșie va prezenta emoțiile, sentimentele supărarea cu ceea ce i s –a întâmplat camionului roșu. 3) Pălăria neagră critică atât atitudinea camionului roșu , cât și a celorlalte camioane . 4) Pălăria albastră va spune ce ar fi făcut el în locul camionului roșu pentru a câștiga respectul celorlalte camioane 5) Pălăria verde descrie finalul optimist al poveștii, cum ne influențează gândurile pozitive.
● **De ce cred că este o experiență de succes?**	
Beneficii pentru elevi	Copiii care prezintă deficite la nivelul competenţelor emoţionale şi sociale riscă să dezvolte probleme serioase, atât în timpul copilăriei, a adolescenţei cât şi a vieţii adulte, pe diferite planuri, cum ar fi: sănătatea mentală (anxietate, depresie, tulburări de comportament, delicvenţă juvenilă, consum de alcool şi droguri etc.), dezvoltarea cognitivă (atitudini negative faţă de şcoală, lipsa încrederii în abilitatea de a rezolva sarcinile şcolare şi refuzul acestora), adaptarea şcolară (absenteism, abandon şcolar, dificultăţi în adaptarea la cerinţele mediului şcolar etc.)
Reflecțiile mele/ Lecții învățate	Prin intermediul acestor jocuri de autocunoaştere şi de dezvoltare personală, elevii învaţă să-şi exprime valorile personale, emoţiile, se descoperă pe ei, îi descoperă pe ceilalţi şi mediul în care trăiesc. Elevii au învățat să se exprime prin teatru, să-și exprime mai ușor sentimentele și să-și gestioneze emoțiile;
● **Produse ale activității (fotografii, mărturisiri ale elevilor, produse obținute etc.)**	

Bibliografie:

”Design the positive: positive comunication, positive thinking, positive spaces”,Curs Erasmus+, Florența, 2024;

http://www.educatiecopii.ro


MANHATTAN
THE 5 BOROUGHS
BOSTON

STRATEGII PENTRU REDUCEREA ABANDONULUI ȘCOLAR TIMPURIU

Profesor pt învăț. primar **NICOLAESCU IOANA**

Liceul Teoretic „Mihai Viteazul” Vișina

Reducerea abandonului școlar timpuriu reprezintă o provocare importantă pentru orice comunitate educațională. Pentru clasele primare, este esențial să implementăm activități care să mențină interesul elevilor, să le stimuleze dorința de a învăța și să le ofere un mediu în care se simt în siguranță și sprijiniți. Iată câteva strategii și activități care pot contribui la reducerea abandonului școlar:

- Activități interactive de învățare

Pentru a capta atenția elevilor, metodele de învățare ar trebui să fie variate și atractive. Jocurile educative, povestirile interactive, experimentele simple și proiectele practice îi ajută pe copii să înțeleagă conceptele într-un mod distractiv și captivant. De exemplu, folosirea poveștilor cu morală care încurajează perseverența și curajul poate crea legături emoționale care să le insufle dorința de a continua școala.

- Implicarea părinților în activitățile școlare

O relație solidă între școală și familie contribuie semnificativ la prevenirea abandonului școlar. Activități precum „Ziua Porților Deschise”, atelierele comune elevi-părinți sau serile de lectură în familie ajută la întărirea acestei legături. Părinții devin mai conștienți de progresul copiilor și pot oferi suportul necesar acasă.

- Programe de mentorat și sprijin emoțional

Un copil care se simte susținut este mult mai probabil să își continue educația. Programele de mentorat, în care elevii mai mari sau cadrele didactice oferă sprijin și îndrumare copiilor din clasele primare, pot face o diferență uriașă. În plus, sesiuni de discuții despre emoții și activități de mindfulness contribuie la dezvoltarea abilităților de gestionare a stresului și la creșterea stimei de sine.

Diversificarea activităților extracurriculare

Oferirea de activități extracurriculare, precum cluburi de sport, artă, muzică sau teatru, este o metodă eficientă de a-i atrage pe copii să participe activ la viața școlii. Aceste activități dezvoltă talente și abilități diverse, făcând școala mai interesantă și atractivă pentru ei.



- Învățarea prin joc și colaborare

Jocurile de grup, proiectele în echipă și activitățile care implică colaborarea între elevi ajută la construirea unor legături puternice de prietenie și apartenență la comunitatea școlară. Astfel, copiii se simt motivați să revină la școală pentru a-și vedea colegii și pentru a participa la activități plăcute.

Implementarea acestor strategii în școli poate reduce semnificativ riscul de abandon școlar timpuriu și poate asigura un mediu educațional în care fiecare copil se simte valoros și motivat să continue procesul de învățare.



Bibliografie:

1. ” Strategies for Reducing Early School Leaving”,Curs Erasmus+, Split, Croația 2024;

2. Bogorin, V., Tudose, R., „Jocul de-a viaţa. Exerciţii pentru orele de dirigenţie”, Editura Eikon, Cluj Napoca, 2003

3. http://www.educatiecopii.ro

MODALITĂȚI DE IMPLICARE A PĂRINȚILOR ÎN VIAȚA ȘCOLARĂ

Prof. pt învăț. primar NUȚĂ MIHAELA

Este esenţial ca legătura dintre părinte şi şcoală să aibă la bază încrederea reciprocă. Pentru a realiza un parteneriat eficient cu părinţii, cadrele didactice responsabile trebuie să urmărească să înveţe de la părinţi despre copiii acestora şi să ofere părinţilor informaţiile şi resursele necesare în vederea eficientizării procesului educaţional.

Instrumente de comunicare cu familia pe parcursul anului şcolar: programarea întâlnirilor cu părinţii, consultaţii cu părinţii, chestionar pentru părinţi. De asemenea, pentru a stimula implicarea părinţilor în procesul de monitorizare a educaţiei elevilor, se pot organiza zile de evaluare care implică atât cadrele didactice, cât şi părinţii şi elevii, şi în cadrul cărora au loc discuţii despre progresul elevilor şi se stabilesc obiectivele de urmat.

Modalităţi prin care părinţii pot fi implicaţi în mod efectiv în viaţa şcolară a copilului lor:

1. Rapoarte scrise către părinţi- constituie o modalitate importantă de comunicare cu părinţii, oferind acestora informaţii specifice cu privire la progresul copiilor şi indicând domeniile în care aceştia au nevoie de sprijin suplimentar.

2. Participarea la evenimentele şcolare: părinţii asistă la serbări şi concerte şcolare, piese de teatru sau alte evenimente similare.

3. Voluntari pentru activităţile din şcoală: părinţii vin la şcoală să ajute, de exemplu să-i ajute pe copii să citească, să ajute în timpul orelor de curs, să amenajeze clasa etc.

4. Servicii pentru comunitate: școlile își pot extinde serviciile (asigurând săli sau alte facilităţi sau suplimentând orele de activitate) pentru grupuri provenind din comunitate, organizând activităţi comunitare sau facilitând servicii sociale în parteneriat cu ONG-uri şi/sau instituţii.

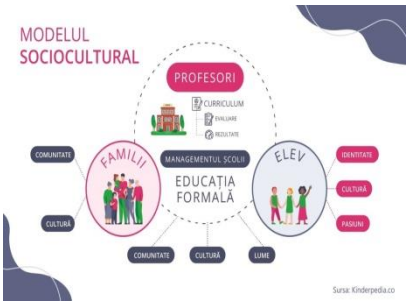
Trei teorii specifice ale învățării - behavioristă, socioculturală și critică - demonstrează diferențe clare în modul în care sunt înțelese rolurile părinților și ale familiei în educația copiilor lor.

Modelul tradițional de implicare: **familia sprijină educația din exterior.** Teoreticienii privesc behaviorismul ca fiind baza a ceea ce numim astăzi paradigma tradițională a implicării familiei. Behaviorismul este relevant nu prin modul în care principiile sale operează în sălile de

clasă, ci mai degrabă prin modul în care acestea poziționează profesorii, elevii și școlarizarea în raport cu familia.



Modelul socio-cultural: **familia contribuie la educație prin crearea unui context favorabil învățării.** Familiile sunt incluse mai activ în școli prin faptul că experiențele și cunoștințele elevilor sunt modelate de condițiile sociale, culturale și istorice ale propriei familii, iar învățarea este văzută ca o participare competentă, situată cultural, la nivelul întregii comunități.



Modelul transformativ: parteneriatul dintre școală și familie este orientat spre acțiune. În luarea deciziilor sunt implicați părinții elevilor din școală, alături de liderii școlari pentru a avea un impact benefic asupra învățării și succesului elevilor.



MODALITĂŢI DE CUNOAŞTERE RECIPROCĂ

A. Întâlnirile/ şedinţele cu părinţii unei clase - sunt prilejuri pentru a informa părinţii referitor la modul cum se comportă copilul lor cu ceilalţi copii şi progresele pe care le înregistrează acesta în timpul activităţilor. Tot la aceste întâlniri, cadrul didactic responsabil află de la părinţi despre problemele cu care aceştia se confruntă şi, de cele mai multe ori, le oferă soluţii sau le găsesc împreună.

B. Activităţi practice şi educative Părinţii pot fi invitaţi să participe la excursii, vizite, serbări, aniversări. Aceştia pot fi implicaţi nu doar în organizarea acestor evenimente, dar pot veni şi cu sugestii, propuneri de teme şi activităţi. Aceste evenimente reprezintă oportunităţi de a asigura o cât mai bună coerenţă între valorile şi practicile educaţionale promovate de şcoală şi familie.

C. Instrumente de culegere a datelor semnificative despre copil

a. Vizitarea şcolii de către părinţi;

b. Participarea părinţilor la activităţile clasei reprezintă un prilej de cunoaştere, dar şi un mod de familiarizare cu programul clasei, cu materialele didactice şi mijloacele necesare desfăşurării activităţilor, cu conţinutul şi metodele didactice, cu modul de comunicare şi abordare a situaţiilor problematice;



c. Comunicarea cu familia.

Metodele de implicare a familiilor în educația copiilor, în activități și evenimente școlare, depind de cultura organizației, de cultura localității din care oamenii fac parte. Managerii și cadrele didactice ar putea pune acest aspect pe lista de priorități în fiecare an, identificând cele mai bune strategii pentru propria comunitate. Performanța copilului are la bază și acest parteneriat școală-familie, pilon al motivației lui pentru învățare.







Bibliografie:

” Strategies for Reducing Early School Leaving”,Curs Erasmus+, Split, Croația 2024;

COMUNICAREA POZITIVĂ ÎN GRUPUL CLASEI – METODE CREATIVE DE INTERACȚIUNE ȘI RELAȚIONARE POZITIVĂ

Prof. pt învăț. primar **TĂNASE ELENA**

Comunicarea este un proces activ de transmitere și recepționare de informații. Este cheia succesului și premisa unei școli de succes. În ultima vreme există din ce în ce mai multe situații conflictuale în clasa de elevi, iar noi, cadrele didactice suntem cele care trebuie să punem bazele relațiilor dintre elevii noștri, trebuie să gestionăm conflictele apărute și să îi învățăm și pe elevi să facă acest lucru.

Pentru o comunicare eficientă, pozitivă, sunt necesare următoarele etape:

- ascultarea activă;
- înțelegerea mesajului transmis;
- interpretarea limbajului nonverbal;
- susținerea conversației

Elementele cheie ale unei comunicări pozitive în clasa de elevi sunt următoarele:

► Încurajare: oferirea unor cuvinte de sprijin, apreciere și motivație.

► Empatie: demonstrarea înțelegerii și compasiunii, ascultând activ și recunoscând sentimentele/ emoțiile și experiențele altora.

► Feedback constructiv: oferirea de feedback într-o manieră respectuoasă, concentrându-se pe comportamente și pe acțiuni specifice, nu pe criticarea indivizilor.

► Claritate și onestitate: comunicare deschisă, sinceră și clară ce exprimă gânduri, sentimente, așteptări

► Semne nonverbale: folosirea unui limbaj corporal, a expresiilor faciale și gesturilor pentru a transmite prietenie, căldură deschidere.

Orice profesor, indiferent de specializare trebuie să poată descifra cu ușurință mesajele verbale, non-verbale și para-verbale care caracterizează mesajul elevului și să poată să-i răspundă folosind o comunicare pozitivă, cu compasiune și înțelegere.

Aplicații practice pentru dezvoltarea abilităților de comunicare și de relaționare în cadrul clasei de elevi

- **PLICURILE ZÂMBĂREȚE**

Fiecare elev are la dispoziție un plic pe care îl personalizează, folosind culorile ori simbolurile preferate. Doar și această activitate în sine a spus ceva despre fiecare elev, o părticică din personalitatea sa exprimată în mod spontan și creativ. Plicurile și-au găsit loc pe ușa clasei, pentru a fi admirate cât mai des. Și nu doar atât. Provocarea adresată elevilor a fost să ofere fiecărui coleg și să așeze în plicul său cel puțin un mesaj de apreciere (un compliment, o încurajare, un gând motivațional).

- **CULOARUL COMPLIMENTELOR**

Elevii se pe două linii, față în față, pentru a se privi cu mai multă atenție unii pe alții. Iar apoi, fiecare elev a trecut încet și cu atenție prin acest culoar, primind de la colegi (cel din dreapta, cel din stânga) un compliment, o apreciere, o calitate a sa care este văzută și de către ceilalți. Iar la final, un rând de aplauze pentru elevul / eleva cu buchetul său de calități speciale!

- **CERCUL COMPLIMENTELOR**

Scop: cunoșterea colegilor și îmbunătățirea relațiilor cu colegii.

Descriere: Elevii sunt așezați în cerc și trebuie să facă un compliment colegului din dreapta sa. Copilul care a primit complimentul trebuie să mulțumească și să continue jocul.

- **ȚESĂTURA RELAȚIILOR SAU GHEMUL PRIETENIEI**

Scopul: stimularea comunicării a interrelaționării, dezvoltării unității și coeziunii grupului

Materiale necesare: ghem de ață

Mod de desfășurare: Copiii sunt așezați în cerc. Conducătorul de joc aruncă ghemul unui elev motivând de ce l-a ales: Te-am ales pe tine pentru că…elevul ales primește ghemul și îl dă mai departe până la ultimul copil.În acest moment al jocului este important să le explicăm elevilor că astfel construim și relațiile dintre noi, în fiecare zi, prin comportamentele, cuvintele, gesturile și

acțiunile noastre! E un proces care implică răbdare, empatie, atenție la nevoile celorlalți, comunicare asertivă, încredere și mult respect. Fiecare elev își găsește locul și rolul potrivit în țesătura de conexiuni a clasei.

În continuarea jocului ghemul se dă înapoi elevului care l-a oferit, mulțumindu-i pentru apreciere.

- **ELEVUL SECRET**

Se scrie numele tuturor elevilor pe bilețele, iar la începerea orelor se extrag un bilețel. Acela va fi „elevul secretul", însă doar cadrul didactic / consilierul va cunoaște numele. Elevii îl vor afla abia la finalul programului. Dacă „elevul secret" se va comporta frumos, va respecta regulile, va participa la activitățile didactice, acesta va primi o recompensă. Recompensa poate fi materială (un creion, o gumă, stickere etc.) sau simbolică (o zi fără teme etc.).

- **ACESTA SUNT EU!**

Scop: Optimizarea cunoaşterii de sine şi / sau a acelorlalţi

Descrierea activităţii: participanţii stau pe scaune în cerc şi fiecare trebuie să-şi spună numele şi obiectul ales sau cartea preferată etc.

Este o activitate de intercunoaștere și comunicare pozitivă. Fiecare copil a ales din clasă un singur obiect reprezentativ pentru propria persoană. În cercul de discuții, fiecare participant explică alegerea făcută. „ Am ales un magnet cu o figură veselă pentru că și eu gândesc mereu pozitiv". „Ceasul spune despre mine că prețuiesc timpul și sunt punctual". „Am ales calculatorul pentru că iubesc matematica"... Variantă "Dacă aș fi un animal/plantă , aș fi …. pentru că.

- **GHEȚARII**

Scop: dezvoltarea abilităţilor de autoreglare şi control emoţional / stabilitate emoţională în relaţiile sociale.

Descriere:

1. Participanţii formează un cerc, în centru iese un voluntar. Cei din cerc trebuie să se prezinte ca „îngheţaţi", adică să nu exprime nicio emoţie, să fie indiferenţi la tot ceea ce se întâmplă în jur. Participanţii n-au voie să închidă ochii, ei trebuie să privească într-un punct, fără a lua privirea.

2. Voluntarul din centrul cercului are sarcina să „dezgheţe" pe cineva din cerc. El poate face asta prin gesturi, mimică, mişcări sau cuvinte, dar fără a atinge persoana sau a o jigni.

3. Participantul care va fi „dezgheţat” va trebui să se alăture tânărului din centrul cercului şi să continue jocul alături de acesta.

Discuţii:

Ce v-a ajutat să nu reacţionaţi la cele din jur?

În ce situaţii reale de viaţă ne poate ajuta această abilitate?

Ce acţiuni ale colegilor v-au distras mai mult, v-au făcut să ieşiţi din această stare?

Ce faceţi, de obicei, ca să rezistaţi factorilor externi care vă distrag?

- **Mesaje motivaționale oferite elevilor în diferite forme**

Bibliografie:

1. ”Design the positive: positive comunication, positive thinking, positive spaces”,Curs Erasmus+, Florența, 2024:

2. Băban, A., „Consiliere educaţională. Ghid metodologic pentru orele de consiliere şi orientare”, Editura Psinet, Cluj-Napoca, 2011

3. Bogorin, V., Tudose, R., „Jocul de-a viaţa. Exerciţii pentru orele de dirigenţie”, Editura Eikon, Cluj Napoca, 2003

4. Banea S., Morărașu C. „Ghid de de resurse practice pentru activitatea de consiliere și orientare a elevilor”, Editura Performantica, Iași

5. http://www.educatiecopii.ro

EDUCAȚIA POZITIVĂ ȘI STAREA DE BINE ÎN ȘCOLI

Prof. pt învăț. primar **SIMESCU FLORENTINA**

Astăzi inteligenţa, creativitatea şi adaptabilitatea indivizilor au devenit priorităţi ale existenţei umane. Educaţia a devenit proactivă, deoarece tot mai mult s-a accentuat caracterul prospectiv al educaţiei, chemată să pregătească oameni pentru tipuri de societate care nu există. Prin educaţie, experienţa socială este transmisă din generaţie în generație, astfel încât ceea ce generaţiile precedente au acumulat, sunt un bun câştigat, fără repetare practică, de către cea care urmează să fie educată. Astfel, educaţia poate fi caracterizată ca fiind o acţiune intenţionată a socio-organizării asupra capacităţii de procesare a informaţiilor, proprie fiecărui individ, cu scopul de a orienta într-o direcţie realizabilă, dinainte stabilită. Contextul european a impus luarea unor decizii strategice pentru eficientizarea, raţionalizarea şi îmbunătăţirea performanţelor în învăţământul preuniversitar printr-o reevaluare a structurilor sale interne, dar, mai ales, a resursei umane implicate în desfăşurarea activităţii. Modificările structurale şi funcţionale îşi găsesc scopul final doar dacă sunt corelate cu varietatea factorului uman, în sensul optimizării şi profesionalizării acestuia.

Activitatea de mobilitate din cadrul proiectului Erasmus + KA1 mi-a oferit posibilitatea să-mi dezvolt o serie de aptitudini profesionale, dar şi personale. Am interacţionat cu profesori din alte ţări și am participat activ la activităţile desfăşurate care au avut în vedere:

- competențe de proiectare a unor programe care combina studiul academic cu dezvoltarea caracterului, elementele cognitive cu cele emoționale

- tehnici de educație pozitivă pentru a induce starea de bine

- strategii de stabilire a unor relații bune, pentru facilitarea procesului de învățare și pentru a asigura păstrarea pe termen lung a noilor cunoștințe.

Participând la o astfel de acțiune pot să afirm că a adus un plus atât dezvoltării mele profesionale cât şi lingvistice și interculturale.

Tematica abordată a fost interesantă pentru toți participanții care au încercat să raporteze propria activitate la modul în care pot aplica cele însușite. Astfel ne-am actualizat faptul că starea de bine este strâns legată de învățare și motivație. Nimeni nu poate fi bun în ceea ce face, dacă nu e într-o stare bună. Contextele în care trăim pot stimula sau, dimpotrivă, deteriora starea de bine. Copiii își petrec o bună parte din timp la școală, prin urmare, aceasta trebuie să fie un loc esențial pentru conturarea stării lor generale de bine, cu toate aspectele sociale, fizice și emoționale. Starea

de bine a elevilor le influențează capacitatea de a-și atinge întregul potențial școlar. Calitatea relaţiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulţii, precum şi calitatea mediului de învăţare, influenţează fundamental progresele lor şcolare. Cunoaștem că mediul fizic, social și emoțional în care personalul și elevii petrec o mare parte din fiecare zi, poate afecta sănătatea lor fizică, emoțională și mentală și starea de bine, precum și rata abandonului școlar. S-a apreciat că mediul şcolar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoţională şi capacitatea de învăţare, când:

-este cald, prietenos şi recompensează învăţarea;

-promovează în special cooperarea şi mai puţin competiţia;

-oferă susţinere şi facilitează comunicarea deschisă;

-încurajează activităţile creative;

-încurajează dezvoltarea de proceduri şi regulamente care interzic pedeapsa fizică şi promovează interacţiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă şi între personalul şcolii şi elevi prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărţuirea şi violenţa;

Avantajele unui mediu şcolar pozitiv constau în bunăstarea şi fericirea, întărirea sentimentului de apartenenţă şi o mai bună calitate a vieţii celor implicaţi în procesul instructiv-educativ. Indirect, poate avea ca rezultat performanţe academice mai bune. De asemenea, poate modifica unele aspecte negative ale vieţii şcolare prin reducerea intimidării şi hărţuirii, injuriilor şi absenteismului şcolar. Are potenţialul de a diminua sterotipiile, teama, anxietatea, depresia şi pierderea motivaţiei. Sentimentele de bunăstare în timpul copilăriei şi adolescenţei pun temelii solide pentru o bună sănătate la maturitate.

Responsabilitatea etică a cadrelor didactice, a managerilor și a administratorilor este să ia în considerare, să promoveze, să echilibreze și să răspundă tuturor nevoilor elevului, inclusiv celor fizice, sociale, emoționale, academice și spirituale. Aceste considerente necesită asumare clară și acțiune deliberate în toate domeniile curriculumului, de la prioritățile strategice până la practicile didactice. Pentru a maximiza rolul pe care școlile îl au în promovarea și intervențiile privind starea de bine a elevilor, sistemul de învățământ, oamenii și practicile au nevoie de un nivel ridicat de coordonare și coeziune la nivel școlar.

Foarte interesant a fost modelul profesorului **Martin Seligman -**

Starea de bine:

P E R M A

P – Positive Emotions/Emoții pozitive, precum bucuria, speranța, satisfacția, euforia, mulțumirea, optimismul, recunoștința, entuziasmul, plăcerea etc., care au rolul de a reduce stresul și

de a crește performanța în activitate. Există o gamă variată de exerciții care pot duce la trăirea unor emoții pozitive, iar practicarea lor regulată are un impact sigur asupra stării de bine a unei persoane.

E – Engagement/Implicare, starea în care te afli atunci când ești absorbit de o activitate care îți place, fie că este vorba despre locul de muncă, despre un hobby sau un anumit mod de a petrece timpul liber.

R – Positive Relationships/Relații pozitive, constituie un element foarte important al acestui model. Pentru a fi mulțumit și fericit, este esențial să fii înconjurat de oameni, să fii integrat în diverse grupuri, să ai relații sociale solide, să comunici, să ai un raport sănătos de interacțiune cu cei din jur.

M – Meaning/Sens/Semnificație/Scop înalt, atunci când faci ceva remarcabil pentru alte persoane, acțiunile tale conducând la îndeplinirea unui scop mai măreț decât propria persoană. Starea de fericire este mai pregnant prezentă atunci când simți că aduci o contribuție la rezolvarea unor probleme ale comunității și ale societății în care trăiești, prin activități de voluntariat sau prin implicarea în cauze în care credem.

A – Accomplishments/Realizări/Succese/Reușite, sentimentul pe care îl trăiești atunci când constați că munca ta are o finalitate atât pentru tine, cât și pentru cei din jurul tău. Acest sentiment crește stima de sine, încrederea în forțele proprii și, ca urmare, sporește starea de bine.

Un subiect de interes a constituit teoria fluxului (The Flow Theory) și aplicarea ei în clasă. A determina elevii să se îndrăgostească de a învățătură ar fi una din țelurile acestei metode. Unul dintre modurile în care profesorii îi pot ajuta pe elevi să se concentreze mai mult asupra studiilor lor este de a face învățarea atât de irezistibilă încât să pară că să nu există altă opțiune.

Jocurile pot oferi elevilor echilibrul dintre plictiseală și anxietate, la fel ca și alte forme de învățare captivantă, cum ar fi jocul de rol, simularea și rezolvarea problemelor. Atâta timp cât resursa de învățare este concepută pentru a include nivelurile adecvate de provocare, elevii vor fi interesați. Pentru a avea succes, învățarea bazată pe provocări necesită obiective realizabile care necesită o dezvoltare incrementală a abilităților dincolo de medie și în care provocarea crește proporțional pentru a se potrivi cu aceste abilități. Dacă materia devine suficient de interesantă și de plăcută, profesorii nu vor trebui să lucreze prea mult pentru a încuraja elevii să se angajeze activ.

Etapele teoriei aplicate în clasă:

Trezește entuziasmul

Creierul nostru poate prelua informații mult mai ușor dacă materialul este semnificativ, util, interesant, distractiv sau are relevanță emoțională. Acesta este motivul pentru care trezirea

entuziasmului elevilor este atât de importantă. Odată ce un profesor reușește să trezească interesul elevilor pe o tema pe care o studiază, învățarea devine ușoară și naturală.

Activitățile fizice sunt una dintre cele mai eficiente modalități de a implica interesul și implicarea elevilor într-un subiect.

Concentrați atenția

Odată ce elevii sunt angajați, se pot folosi alte tipuri de activități pentru a le concentra energia și atenția asupra subiectului pe care îl studiem. Pentru a ajuta elevii să se concentreze, se folosesc cât mai multe simțuri posibil într-o activitate.

Distribuiți inspirația

Există multe modalități prin care elevii pot procesa, reflecta și împărtăși experiențele lor de învățare. Se pot folosi scenete, dans, muzică, poezie, intrări în jurnal, lucrări de artă, scriere creativă și chiar teste scrise ca modalități prin care elevii să împărtășească ceea ce au învățat. Oferirea elevilor de oportunitatea de a-și împărtăși experiențele crește învățarea pentru întreaga clasă. Când energia este trezită, concentrată, experimentată și împărtășită, elevii, precum și profesorii, au experiențe de învățare mai profunde.

O altă temă pe baza căreia am purtat discuții a fost practica de ***Sănătate mintală*** sau Mindfulness, mai mult decât un set de tehnici care trebuie să fie în momentul prezent, este o atitudine față de viață. Este un stil care promovează punctele forțe personale și, în cadrul clasei, aduce beneficii atât pentru elevi, cât și pentru profesori.

Obiectivul Mindfulness în contextul educațional este că participanții dobândesc o stare de conștiință și calm care îi ajută să își autoregleze comportamentul și să se cunoască mai bine, pe lângă crearea unui mediu propice învățării. Predarea cu atenție încurajează comunitatea pedagogică, în care elevii înfloresc din punct de vedere academic, emoțional și social; și în care profesorii profită la maximum de climatul creat în acest mediu educațional. Mindfulness este un mod conștient și intenționat de a se acorda la ceea ce se întâmplă în noi și în jurul nostru și permite demascarea automatismelor și promovarea dezvoltării integrale.

Profesorii sunt oameni care joacă un rol fundamental în cadrul societății, întrucât îndeplinesc funcția importantă de educare a generațiilor viitoare. Munca lor nu se concentrează doar pe predarea cunoștințelor teoretice, ci sunt de asemenea, însărcinat cu promovarea unei serii de valori și abilități la elevi pentru dezvoltarea lor în cadrul societății. Mindfulness și-a dovedit eficacitatea în aceste situații. Practica regulată a Mindfulness dotează profesorii cu instrumente care le permit să facă față

situațiilor problematice și să contribuie la îmbunătățirea calității vieții și a bunăstării. Acest lucru, la rândul său, are un impact asupra performanței și relației lor cu elevii lor, rezultând un mediu educațional optim pentru învățare.

Metodele de educație pozitivă axate pe satisfacerea nevoilor pe care le au copiii reduc momentele de criză, de rezistență și încăpățânare din partea acestora, îi determină să fie cooperanți, să-și formeze trăsături de personalitate clare și pozitive. Adaptarea corectă a metodelor de educație pozitivă contribuie la formarea și dezvoltarea deprinderilor necesare unei vieți de succes a copiilor secolului nostru. Câteva dintre acestea sunt: iertarea, a semenilor și a lor, dărnicia, capacitatea de a amâna primirea răsplății, prețuirea de sine, răbdarea, perseverența, respectul pentru ceilalți și respectul de sine, cooperarea, compasiunea, îndrăzneala și capacitatea de a fi fericiți. Această abordare nouă, împreună cu dragostea și sprijinul nostru al familiei și al școlii le va oferi copiilor posibilitatea să se dezvolte, să fie capabili să-și trăiască viața din plin.

Bibliografie:

Curs „Școli fericite: Educație pozitivă pentru bunăstare și dezvoltarea abilităților de viață” , Curs Erasmus+, Nice, Franța

CHESTIONAR DE EVALUARE A ELEVILOR CU RISC DE ABANDON ȘCOLAR

Profesor ILIE VALENTINA - IOANA

Citește cu atenție următoarele întrebări și răspunde sincer

1. Genul : F M
2. Locuință: Urban Rural
3. Naționalitate :
4. Locuiești cu : familia bunicii unul dintre părinți
5. Educația părinților : fără liceu liceu facultate
6. Ocupația părinților : tata mama
7. Venitul familiei:

- mai puțin de 1000 de ron/lună
- mai puțin de 2000 de ron/lună
- mai puțin de 3000 de ron/lună

8. Cât de mulțumit ești de :

a) rezultatele școlare – foarte mulțumit
– mulțumit
– nu foarte mulțumit
–deloc mulțumit

b) colegii tăi – foarte mulțumit
– mulțumit
– nu foarte mulțumit

– deloc mulțumit

c) profesorii tăi – foarte mulțumit

– mulțumit

– nu foarte mulțumit

– deloc mulțumit

d) școală în general – foarte mulțumit

– mulțumit

– nu foarte mulțumit

– deloc mulțumit

9. Cred că în școala mea :

a) Profesorii au o relație bună cu elevii DA NU

b) Mă simt bine când sunt la școala DA NU

c) Profesorii ne respectă opiniile DA NU

d) Profesorii sunt preocupați de rezultatele noastre școlare DA NU

e) Sunt tratat corect DA NU

10. În ultimul an cât de des s-a întâmplat :

a) un coleg să râdă de tine sau să te agreseze des uneori deloc

b) un coleg nu a vrut să fie prieten cu tine des uneori deloc

c) te-ai simțit respins la școală des uneori deloc

d) ai simțit că nu-ți mai place să mergi la școală des uneori deloc

11. Crezi că în școală găsești întelegere pentru problemele tale ? DA NU

12. În ultimul modul ai avut probleme privind chiulitul de la ore ?

DA (cu sancțiune) UNELE PROBLEME(cu avertisment) NU

13. Disciplinele școlare ți se par interesante ? DA NU

14. Când găsești ceva interesant înveți ? DA NU

15. Te concentrezi când înveți sau îți faci temele ? DA NU

16. De obicei îți faci temele ? DA NU

17. Îți place școala ? DA NU

18. În ultimul timp ai avut probleme la școală ?

a) certuri cu colegii sau cu alți elevi DA NU

b) prins fumând la școală DA NU

c) avertizare din cauza comportamentului DA NU

19. Ai vrea să faci altceva decât să vii la școală ? DA NU

20. Daca ai răspuns DA la ultima întrebare spune și ce ți-ar plăcea să faci mai mult decât să vii la școală .....

21. Ai avut probleme cu legea ?

a) ai dosar penal DA NU

b) ai primit o amendă DA NU

c) ai fost avertizat DA NU

22. Te vezi terminând liceul ? DA NU

23. Dacă răspunsul este NU, te-ai vedea în situația de :

a) a învăța o meserie

b) a lucra

c) altceva: ex……

24. Ai prieteni care nu au terminat liceul ? DA (dacă DA) câți ……. NU

25. Familia este interesată de rezultatele tale școlare ? DA NU

26. Familia te încurajează să termini liceul ? DA NU

27. Simți că nu poți face față presiunii de la școală? DA NU

28. Ai oameni în jurul tău care cred că școala este o pierdere de timp? DA NU

29. Ai prieteni mai mari de vârsta decât tine ? DA NU

30. Simți că unele sarcini de la școală sunt grele? DA NU

Bibliografie : Cursul de formare ,, *Strategies for Reducing Early School Leaving* ”- , SPLIT, CROAȚIA, 2024, participant, Ilie Valentina-Ioana

STIMULAREA STARII DE BINE CU AJUTORUL MINDFULNESS

Profesor ISTRATE FELICIA

PROIECT DIDACTIC

Unitatea școlară: Liceul Teoretic" Mihai Viteazul" Vișina

Disciplina: Consiliere și Orientare școlară

Profesor diriginte: Istrate Felicia

Tema:" Stimularea stării de bine cu ajutorul mindfulness"

Competența: Autocunoaștere și dezvoltare personală

COMPETENȚE GENERALE:

- Dezvoltarea capacității de adaptabilitate, comunicare, gândire creativă, lucrul în echipă, luarea deciziilor și managementul timpului;
- Imbunătățirea conștientizării de sine, a controlului emoțional și dezvoltarea inteligenței emoționale;
- Descoperirea importanței pe care o are inteligența emoțională pentru comunicarea de succes;
- Dezvoltarea abilitaților care îmbunatațesc conștientizarea de sine, controlul emoțional, automotivarea, empatia și relaționarea.

COMPETENȚE SPECIFICE:

C1: să definească conceptul de mindfulness și să înțeleagă beneficiile acesteia;

C2: să identifice cuvintele cheie ale conceptului de mindfulness;

C3: să sesizeze importanța tehnicilor mindfulness în gestionarea emoțiilor;

C4: să aplice tehnici precum controlul respirației, analiza simțurilor sau scanarea corporală;

C5: sa exemplifice aspecte din viața personală pentru care sunt recunoscători;

C6: să își organizeze activitatea, stabilind intențiile zilnice.

STRATEGII DIDACTICE:

1. Metode: conversația euristică, brainstorming, discuții și analiza, joc de rol, dezbaterea în grupuri și sesiuni de raportare.

2. Mijloace: prezentare power-point, pliante, fișe de lucru, flipchart, clipuri video;

3. Forma de organizare: frontal și grupe de 4 elevi

4. Grup ținta: elevii clasei a VIII-a B

Surse informaționale:

„O lecție fericită: Sfaturi valoroase pentru a crea o clasă plină de bucurie" - Curs Erasmus+, Barcelona, 2024;

https://www.mindfulschools.org/about-mindfulness/research-on-mindfulness

https://teacherblog.ef.com/daily-mindfulness-for-students-6-activities

https://201806-dcs-uploaded-doc.s3.eu-west-1.amazonaws.com/

Evaluarea: modul în care se realizează obiectivele stabilite se urmărește prin: observație directa la clasă și tehnici autoevaluative.

Desfașurarea activității:

1. Organizarea clasei în vederea desfașurării activității, pregătirea materialelor pentru lecție.

2. Captarea atenției :

Profesorul le propune elevilor câteva exerciții de gimnastică a minții. Aceștia vor trebui să imite mișcările observate în clipul video. Apoi, profesorul îi stimuleaă pe elevi să exprime impresiile și senzațiile experimentate. Li se explică faptul că acestea sunt exerciții de gimnastică a minții menite să îi ajute să se concentreze mai bine.

Profesorul scrie pe tablă cuvântul " Mindfulness" și, cu ajutorul metodei brainstorming, îi ajută să descopere sensul cuvântului.

Li se va distribui elevilor un link de acces Mentimer. Ei vor răspunde la o întrebare menționând trei cuvinte care le creează o stare de bine.

3. Anunțarea temei și a obiectivelor:

- definerea conceptului de mindfulness și înțeleagerea beneficiilor acesteia;
- identificarea cuvintelor cheie ale conceptului de mindfulness;
- sesizarea importanței tehnicilor mindfulness în gestionarea emoțiilor;
- aplicarea tehnicilor precum controlul respirației, analiza simțurilor sau suflând dorințe;
- exemplificarea aspectelor din viața personală pentru care sunt recunoscători;
- organizarea activitaților/programului, stabilind intențiile zilnice.

4. Introducerea noilor informații:

Se prezintă la videoproiector materialul " Mindfulness în clasă – ghid de stimulare a stării de bine" .

Mai întâi elevii descoperă informații utile despre Mindfulness. Aceasta se bazează pe deplina conștientizare a prezentului, în defavoarea gândurilor din trecut sau viitor. Este vorba despre a trăi momentul fară a judeca circumstanțele anterioare sau a te îngrijora pentru activitațile viitoare.

Pornnind de la informațiile primite, li se va cere elevilor să identifice cuvintele cheie Mindfulness și să dea exemple de situații concrete în care ei le pot utiliza.

Cuvintele cheie sunt:

- Atenția (constientizarea simțurilor, emoțiilor și gândurilor, ceea ce înseamnă să asculti, să privești, să observe ceea ce este natural);
- Prezența (să fii în momentul prezent, aici și acum, fără a lăsa să îți distragă ceva atenția);
- Deschidere (aceasta presupune acceptarea tuturor și nejudecarea nimănui);
- Intenție;
- Compasiune.

Care sunt beneficiile mindfulness:

Ne ajută să răspundem, nu să reacționam;

Mai puține critici la adresa sinelui și a altora;

Mai multă acceptare a momentului prezent așa cum este el;

Un mod diferit de a relaționa și de a face față senzațiilor, emoțiilor, gândurilor și sentimentelor;

Un sentiment mai mare de a fi parte a vieții.



5. Consolidarea cunoștințelor:

Sub îndrumarea profesorului, elevii vor descoperi și exersa câteva exerciții din sfera Mindfulness:

- Controlul respirației (pătrat ghidat în 2 min)
- Stai nemișcat ca o broască
- Observarea senzațiilor percepute cu ajutorul celor cinci simțuri
- Desenarea ușoara a meditației respirației
- Exprimarea recunoștinței.



6. Asigurarea feed-backului

Elevii își vor exprima impresiile cu privire la activitatea desfașurată aplicând metoda biletul de ieșire.

7. Evaluarea activității:

Se citesc răspunsurile elevilor și se fac anumite observații, comentarii, dirigintele recomandând astfel elevilor să aplice/utilizeze concret aceste tehnici în viața de zi cu zi.



CONȘTIENTIZAREA DIFERENȚELOR INDIVIDUALE ȘI TREZIREA CURIOZITĂȚII

EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI

Profesor **MUȘEU RODICA ELENA**

Drumul meu spre școală

Nivel/clasa: a V-a

Disciplina: Limba și literatura română

Manual utilizat: ArtKlett

Unitatea de învățare I: „ Despre mine. Selfie”

CG 5. Exprimarea identității lingvistice și culturale proprii în context național și internațional

CS 5.1. Asocierea unor experiențe proprii de viață și de lectură cu acelea provenind din alte culturi:

- prezentarea unor experiențe similare sau diferite referitoare la viața de familie, la valorile promovate în școală etc., pornind de la tradiții întâlnite în textele orale sau scrise /studiate;

Conținut: Identitate personală- diversitate culturală si lingvistică

ACTIVITATE:

Cum arată drumul tău spre școală?

Scop: Ce fel de gândire încurajează această activitate?

Această activitate încurajează elevii să conștientizeze diferențele individuale și să trezească curiozitatea/ empatia față de experiența celorlalți.

Aplicație: când și unde îl pot folosi?

Activitatea poate fi utilizată în lecțiile ce vizează domeniul „Elemente de interculturalitate” în diverse etape ale lecției.

Lansare: Care sunt câteva sfaturi pentru începerea și utilizarea acestei rutine?

Activitatea poate debuta prin citirea unui fragment (ce prezintă drumul spre școală) din cartea „Suntem dezrădăcinate” scrisă de Malala Yousafzai care surprinde experiența acesteia în contextul restricționării de către talibani a accesului fetelor la învățământul public. Lectura poate fi dublată de întrebări ce vizează înțelegerea textului.

Ulterior, se va propune elevilor să deseneze propriul drum spre școală pe foi de tip flipchart; acesta trebuie să exprime propria trăire/percepție asupra drumului parcurs (în funcție de vârsta elevilor, desenul drumului poate fi reprezentat diferit- în cazul în care se vrea o adaptare a acestei activități la clasele mai mari, desenul va surprinde reprezentări abstracte).

Elevii vor avea la dispoziție creioane colorate, fișe flipchart; activitatea poate fi însoțită și de ascultarea unor piese muzicale adecvate.

Fișă de lucru

I.Citește cu atenție textul de mai jos și exprimă-ți gândurile/emoțiile pe care le-ai avut pe parcursul lecturii:

„ M-am trezit în acea primă dimineață și m-am îmbrăcat pentru școală, bucuroasă să fac ceva mai aproape de normal. Mi-am dat seama că pantalonii și bluzele pe care le pusesem în bagaj nu se potriveau. Observând dilema mea, Sumbul mi-a zâmbit și mi-a împrumutat un „shalvar kamiz”dintre ale ei. Înainte o tachinam din cauza hainelor ei provinciale, dar în acea zi i-am fost recunoscătoare.

Am plecat după micul-dejun. Aveam de mers jumătate de oră până la școală, pe un drum de munte acoperit cu pietriș. Aveam atâtea întrebari despre școala lui Sumbul, despre prietenii ei, despre materia preferată. Deși mă îngrijora ce-aș fi putut afla de la tata și ce se întâmpla în Swat, eram entuziasmată ca mă pot duce să învăț. Pâna la urmă eram acolo pentru că talibanii le interziseră fetelor să se ducă la școală. Îmi plăcea ideea că, deși fusesem nevoită să plec din cauza lor, tot îi sfidez cumva. (...)

Eram în propria mea țară, cu familia mea și tot mă simțeam la nelocul meu. Vorbeam prea mult și nu lăsam privirea în jos când profesorul intra în clasă. Nu eram lipsită de respect, eram pur si simplu eu însămi, nu timidă, însă întotdeauna politicoasă. Puneam întrebări, ca toți băieții, dar eram ultima ascultată.

Pe drumul de întoarcere, am întrebat-o pe Sumbul de ce nu răspunde la oră. A dat pur și simplu din umeri și am decis să nu stărui.”

(Suntem dezrădăcinate, Malala Yousafzai)

II. Lucrați pe grupe. Desenați drumul vostru către școală, utilizând culori adecvate; desenul fiecărui membru al echipei trebuie să fie în continuitatea celuilalt și să exprime stări/imagini reprezentative pentru fiecare dintre voi.





Bibliografie:

1. dr. Carl Rogers, dr. Richard Farson- Active listening, 1957;

2. Increasing Empathy, Manual: Empathy Training, The Center for Building a Culture Of Empathy and Compassion, 2013;

3. Yousafzai Malala, Suntem dezrădăcinate: călătoria mea și poveștile altor fete refugiate din toată lumea, Iași, Polirom, 2019.

VALORILE ÎN CARE CRED

Profesor NICOLAE ANGELA

PROIECT DIDACTIC

Data:

Unitatea de învățământ: Liceul Teoretic ”Mihai Viteazul” -Vișina

Clasa: a XII-a

Tema: Valorile în care cred

Profesor: .....

Valori și atitudini: respect și încredere în sine și în ceilalți; recunoașterea unicității fiecărei persoane;

Competențe specifice: Identificarea relației dintre calitățile personale, valorile personale și reușita personală

Obiective: - să definească termenul –valoare

- să descopere valorile personale, care le ghidează existența
- -să exerseze propriul sistem de valori în acord cu cel promovat de societate
- să ierarhizeze și să valideze valorile personale
- să-și dezvolte o imagine de sine pozitivă

Metode: discuţia, conversaţia, studiul de caz, problematizarea, cooperarea, brainstorming, soarele ideilor, vizionare de film etc.

Material bibliografic:

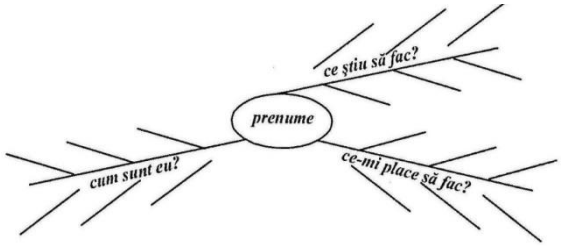
- Revista de teorie și practică educațională a Centrului Educațional „Media Pro’’, nr.1 (35), 2006, *O perspectivă asupra valorilor tinerilor români*, Britisch Council

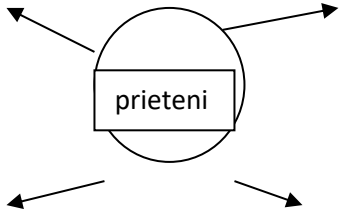
-Suport curs de formare: ”REDUCEREA ABANDONULUI ȘCOLAR TIMPURIU”- Proiect ERASMUS, Heraklion, Grecia

-https://www.youtube.com/watch?v=5hEybu2NYFY

Nr. crt	Momentele lecției	Conținutul informațional-formativ		Strategii didactice
		Activitatea profesorului	**Activitatea elevilor**	
	Momentul organizatoric	Consemnarea absențelor, enunțarea scopului lecției și pregatirea climatului socio-afectiv necesar actului învătării.	Elevii de serviciu comunică absenții. Pregătirea fișelor de lucru	
		Anunțarea lecției noi, precum și a competențelor specifice și a obiectivelor operaționale. **Scurtă incursiune în lumea valorilor** **1.** La ce vă gândiți atunci când auziți cuvântul valoare? **2.** Elevii primesc o listă cu valori -"Valorile de 24K"(Fișa nr. 1) **3.** Joc de "spargere a gheții".	**VALOARE :** • ***însușire*** a unor lucruri, fapte, idei, fenomene de a corespunde necesităților sociale și idealurilor generate de acestea; • suma ***calităților*** care dau preț unui obiect, unei ființe, unui fenomen • ***principii*** • ***standarde***, care ne ghidează existența Elevii descoperă valorile familiei, valorile estetice, valorile religioase, valorile politice, sociale, valori individuale și valori universale etc. **Într-un cuvânt – elevii descoperă diversitatea valorilor!** Fiecare elev vă scrie două valori care îl caracterizează și o valoare care îl caracterizează mai puțin (folosind fișa nr.1, catalogând valorile cu 5,3	**Brain-storming** **Demon-strația**

			puncte, respectiv 1 punct), ceilalți colegi trebuie să	
		4. Elevii sunt împărțiti pe grupe, fiecare grupă primește câte un obiect: ***grupa I*** – un album de familie, un album cu opere de artă, ***grupa a II-a*** – o floare, un ziar sau o revistă, o carte sfântă (Biblia), ***grupa a III-a***- o carte de istoria românilor, o carte de filozofie *Ce valori vă inspiră obiectele pe care le aveți in față?*	le identifice, în funcție de punctaje.. Elevii își exprimă părerile**.**	**Desco-perirea**
		GRUPA I 1. Realizați inventarul principalelor valori, pornind de la maxime celebre 2. Marcați cu „+'', pe cele importante și cu „-'' pe cele neimportante și să realizeze un top 5 al acestora.	Elevii primesc o listă de maxime celebre și identifică principalele valori. Elevii realizează un top al celor mai importante cinci valori, pe care îl prezintă și justifică.	**Cooperare**
		GRUPA a II-a Moto: ”Afară printre oameni, sub bolta de scântei, Fii, omule, tu însuți, se spune de obicei”		

		3. Realizați o harta a valorilor personale . 4. Completați Sunt important pentru…… Sunt îndrăgit pentru……. Sunt criticat pentru…… Sunt admirat pentru…… Sunt detestat pentru……. 5. Scrieți câte un cuvânt pentru imagine ta pentru tine, imaginea ta pentru alții, imaginea altora pentru tine ***GRUPA a III-a*** "Prietenia este mai necesara decat soarele si apa" (proverb latin) **6. Studiu de caz: prietenia** Faceți portretul prietenului ideal! Ce presupune o prietenie adevarată? Prin ce se caracterizează ea? <u>Concluziile dirigintelui:</u>	Elevii completează harta personală:  Elevii completează cerințele. imaginea ta pentru tine + imaginea ta pentru alții + imaginea altora pentru tine Elevii răspund la aceste întrebări, pornind de la afirmații celebre: 1. Cei care cer prietenia fără a o da în schimb sunt hoți de suflete ." (N. Iorga) 2. "Egalitatea este sufletul prieteniei " sau "Prietenia ne face egali" **(**aici elevii vin cu exemple din propria	**Descope-rirea**

		• Prietenii își dăruiesc unul altuia respect, încredere, stimă, afectiune; deci o caracteristica a prieteniei este **RECIPROCITATEA.** • O altă caracteristică a prieteniei este **RELAȚIA DE EGALITATE.** Nu ne împrietenim cu cei care ne privesc de sus, cu cei care vor să ne domine. • Nu ne schimbam prietenii dupa sezon. Caracteristica prieteniei - **STATORNICIA.** • **SINCERITATEA SI INCREDEREA RECIPROCA** Toți elevii urmăresc filmul ”Puterea Empatiei” https://www.youtube.com/watch?v=5hEybu2NYFY Se cere fiecărei grupe de elevi să caracterizeze,	experiența) 3. ”Nu-ți face repede prieteni, dar după ce ți i-ai făcut, nu-i îndeparta repede de tine.“(Solon) (se solicita din partea elevilor exemple din propria experiență) 4. Recunoaște -ți o altă caracteristică a prieteniei adevarate din textul: “A trăda încrederea prieteniei, a arunca în gura lumii tainele ce ți-au fost încredințate, a huli cu bună știința prietenul pe care l-ai înșelat si care te respecta înca, acestea nu sunt greșeli sunt josnicii sufletești.” Elevii realizează un „soare al ideilor’’, prezentand astfel principalele caracteristici ale prieteniei. reciprocitate egalitate  Statornicie sinceritate si încredere reciprocă	**Studiu de caz** **Cooperarea** **Prolematizarea** **Descoperirea** **Soarele**

	Realizarea feed-back-uluui	printr-un cuvânt modul în care s-a desfasurat activitatea.	Elevii își exprimă parerile legate de empatie, după ce au vizionat filmul.	**ideilor** **Prolemati-zarea** **Descope-rirea**

GRUPA I

7. **Realizați inventarul principalelor valori, pornind de la maxime celebre**
8. **Marcați cu „+'', pe cele importante și cu „-'' pe cele neimportante și să realizeze un top de 5 al acestora**

Maxime și cugetări

1. Onoarea este un amestec natural de respect pentru oameni şi pentru sine. (**Voltaire)**
2. Învăţătura îi conferă omului demnitate. (**Denis Diderot)**
3. Graniţa între demnitate şi orgoliu o asigură modestia. (**Aurel Baranga)**
4. Prietenia este cel mai de preț bun al omului. Fără prietenie nu e dragoste, fără dragoste nu e prietenie. (**Goethe)**
5. Iubirea este înrudirea omului cu Dumnezeu. Ea uneşte la maxim persoanele umane fără să le confunde. În iubire se arată plenitudinea existenţei. (**Dumitru Stăniloae)**
6. Înţelepciunea e numai adevăr. (**Goethe)**
7. Adevărul, o perlă care iubeşte adâncul. (**Byron)**
8. Binele, din punct de vedere moral, este tot ceea ce se potriveşte cu firea omenească. (**Ioan Slavici)**
9. Libertatea este sănătatea sufletului. (**Voltaire)**
10. Sinceritatea nu înseamnă a spune tot ce gândeşti, ci a gândi tot ce spui. (**Hipolyte de Livry)**
11. Trebuie să ai multă răbdare ca să înveţi să ai răbdare. (**Stanislaw Jerzy Lec)**
12. Ce este toleranţa? Atributul umanităţii. (**Voltaire)**
13. Generozitatea este virtutea celor tari. **(Garabet Ibrăileanu)**
14. Onestitatea este primul capitol din cartea înţelepciunii. (**Thomas Jefferson)**
15. Responsabilitatea este preţul măreţiei. (**Winston Churchill)**
16. Imaginaţie. Un depozit de fapte, cu poetul şi mincinosul în coproprietate. (**Ambrose Bierce)**

17. Ceea ce numim plăcere este doar o ruptură, un interval între două stări dureroase.(**Sri Nisargadatta Maharaj)**
18. Ordinea este forma de care depinde frumuseţea. (**Pearl Buck)**
19. Fericirea este plăcerea sufletului. O simplă senzaţie, un sunet, o culoare, atingerea mâinii unei femei sau unui copil, dacă angajează sufletul, devine o fericire. (**Garabet Ibrăileanu)**
20. A avea credinţă înseamnă a crede în ceea ce nu vezi, iar răsplata pentru această credinţă va fi să vezi ceea ce crezi.(**Sfântul Augustin)**
21. Cinstea este diamantul pe care virtutea îl poartă pe deget. (**Voltaire)**
22. Cooperarea este convingerea profundă că nimeni nu poate reuşi dacă nu reuşesc toţi. (**Virginia Burden)**
23. Educaţia este îmblânzirea unei flăcări, nu umplerea unui vas.(definiţie de **Socrate)**
24. Patriotismul nu înseamnă ura împotriva altor neamuri, ci datorie către neamul nostru; nu înseamnă pretenţia că suntem cel mai vrednic popor din lume, ci îndemnul să devenim un popor vrednic. (**Mihail Sadoveanu)**
25. Încrederea este virtutea iubirii.(definiţie de **Balzac)**
26. Familia este aceea care face ca omul să treacă de la egoism la altruism. (**Auguste Comte)**
27. Munca este dragoste devenită vizibilă. (**Khalil Gibran)**
28. Inteligenţa este putinţa de a vedea şi reproduce obiectiv cele ce există şi se întamplă. (**Mihai Eminescu)**
29. Florii i se cere parfum, iar omului - politeţe. (proverbe indiene)
30. Mila este plata pentru răscumpărarea sufletelor noastre. (**Sfântul Ioan Gură de Aur)**
31. Iertare înseamnă identificarea omului cu idealul sau ţinta lui în viaţă.(**Neville Goddard)**
32. Cultura este ceea ce rămâne în om când el a uitat tot. (**B.F. Skinner)**

FIȘA NR.1

"Valorile de 24 K"

1. ***De unde învățați valorile?***
2. ***Care este un exemplu de valoare foarte importantă pentru familia ta?***

Valori nationale	***5 puncte***	***3 puncte***	***1 punct***
POLITEȚE			
COMPASIUNE			
VERTICALITATE			
SMERENIE			
NOBLEȚE			
ABNEGAȚIE			
BUNAVOINȚA			
GENEROZITATE			
ECHIIBRU			
ÎNȚELEPCIUNE			
ARMONIE			
SACRIFICIU			
ENTUZIASM			
FIDELITATE			
PERSEVERENȚA			
ALTRUISM			
RĂBDARE			
ÎNTELEGERE			
PURITATE			
SACRALITATE			
CONSEVENȚA			
HARNICIE			
AFECȚIUNE			
IERTARE			
CREDINȚA			

CANDOARE			
DEVOTAMENT			
ZĂMBET			
EMPATIE			

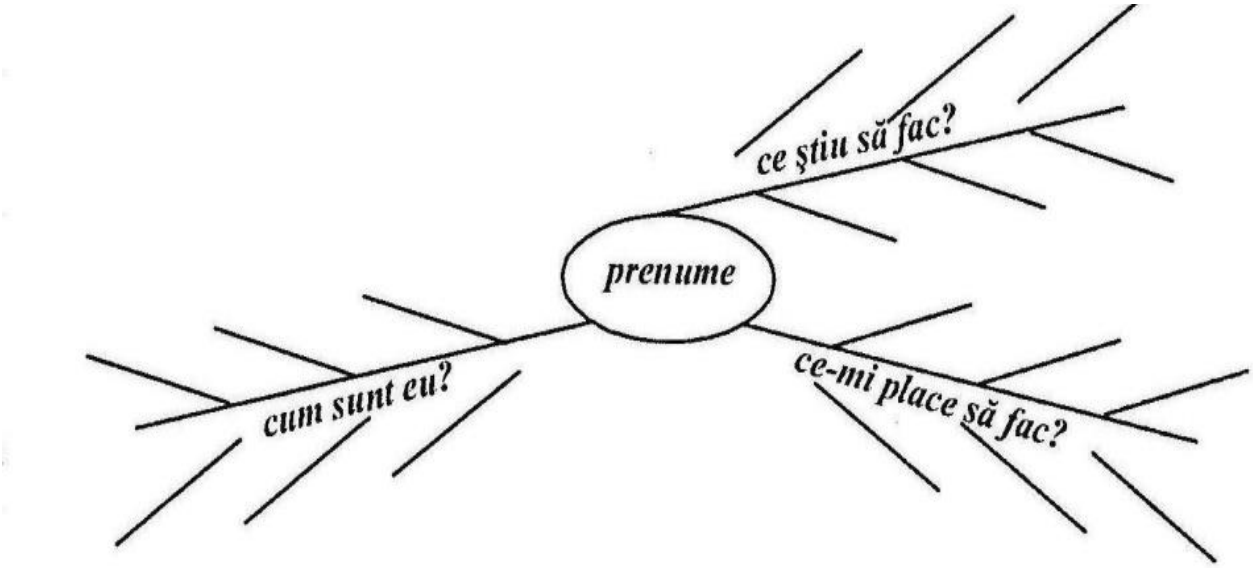
GRUPA a II-a

Moto:

Afara printre oameni, sub bolta de scantei,

Fii, omule, tu insuti, se spune de obicei”

9. Realizati o harta a valorilor personale



10. Completați

Sunt important pentru……....

Sunt îndragit pentru……

Sunt criticat pentru……

Sunt admirat pentru……...

Sunt detestat pentru……...

11. Scrieți câte un cuvânt pentru imagine ta pentru tine, imaginea ta pentru altii, imaginea altora pentru tine:

	+		+	
imaginea ta pentru tine		imaginea ta pentru alții		imaginea altora pentru tine

GRUPA a III-a

Studiu de caz: prietenia

"Prietenia este mai necesara decat soarele si apa" (proverb latin)

1. ***Faceți portretul prietenului ideal!***
2. ***Ce presupune o prietenie adevarată? Prin ce se caracterizeaza ea?*** Descoperiți caracteristicile prieteniei, pornind de la afirmații celebre:

- "Cei care cer prietenia fără a o da în schimb sunt hoți de suflete ." (N. Iorga)

- "Egalitatea este sufletul prieteniei " sau "Prietenia ne face egali"

(Dați exemple din propria experiență!)

- "Nu-ți face repede prieteni, dar după ce ți i-ai făcut, nu-i îndeparta repede de tine."(Solon)

(Dați exemple din propria experiență!)

- Recunoaște -ți o alta caracteristica a prieteniei adevarate din textul:

"A trada încrederea prieteniei, a arunca în gura lumii tainele ce ți-au fost încredințate, a huli cu bună știința prietenul pe care l-ai înșelat și care te respectă încă, acestea nu sunt greșeli sunt josnicii sufletești."

EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI PRIN CARE SE POATE CREA UN MEDIU FERICIT ȘI FLEXIBIL

Profesor **NICOLAE ANIȘOARA**

1. Vedeți, gândiți, întrebați!

Nivel/clasa: a VII-a

Disciplina: Limba și literatura română

Manual utilizat: ArtKlett

Unitatea de învățare III „Harta sentimentelor”

CG 2. Receptarea textului scris de diverse tipuri

CS 2.1. Recunoaşterea modurilor în care sunt organizate informaţiile din texte literare și nonliterare, continue, discontinue și multimodale;

Conținut: Textul liric. Exprimarea emoțiilor și a sentimentelor

ACTIVITATE

Ce vezi?

Ce părere ai despre asta?

Ce te face să te întrebi?

Scop: Ce fel de gândire încurajează această activitate?

Această activitate încurajează elevii să facă observații atente și interpretări atente. Ajută la stimularea curiozității și pregătește terenul pentru anchetă.

Aplicație: când și unde îl pot folosi?

Utilizați această rutină atunci când doriți ca elevii să se gândească cu atenție la motivul pentru care ceva arată așa cum arată sau este așa cum este. Utilizați rutina cu un obiect relevant (cum ar fi un

tablou, o lucrare de artă, o imagine, un artefact, o diagramă, un videoclip etc.) la începutul unei noi unități pentru a motiva interesul elevilor sau încercați-l cu un obiect care se conectează la un subiect în timpul unității de studiu.

Luați în considerare și utilizarea rutinei cu un obiect interesant aproape de sfârșitul unei unități pentru a încuraja elevii să aplice în continuare cunoștințele și ideile lor.

Lansare: Care sunt câteva sfaturi pentru începerea și utilizarea acestei rutine?

Odată ce prezentați obiectul elevilor, acordați-le timp să-l observe. Poate fi util să le explicăm că mai întâi vor descrie exact ceea ce văd, nu ceea ce cred că văd. În cel de-al doilea pas, când elevii descriu ceea ce cred despre ceea ce văd, le puteți adresa întrebări ulterioare precum „Ce se mai întâmplă aici?" sau „Ce te face să spui asta?" Aceste întrebări îi ajută pe elevi să nu formuleze opinii nesusținute, încurajându-i în schimb să folosească dovezi pentru a-și explica gândurile. În cel de-al treilea pas, ajutați elevii să articuleze ceea ce se întreabă, să formuleze întrebări despre ce rămâne nelămurit pentru ei.

În general, rutina funcționează bine într-o discuție de grup. Putreți colecta răspunsurile elevilor și să le postați într-un loc unde toți elevii le pot vedea pentru a încuraja luarea în considerare în viitor. Când faceți acest lucru în grup, puteți cere elevilor să încerce mai întâi rutina în liniște pe cont propriu (poate formulând propria gândire în scris) înainte de a discuta în grup.

SĂNĂTATEA MENTALĂ A COPIILOR

Când suntem îngrijorați, poate fi greu să ne concentrăm la altceva. Sentimentele anxioase ne consumă și îngreunează ancorarea în momentul prezent. Aceeași stare îi încearcă și pe elevii noștri. Când copiii sunt îngrijorați, le este greu să se concentreze din cauza tuturor gândurilor care se grăbesc prin mintea lor. Cu cât se opresc mai mult asupra grijilor lor, cu atât sentimentele devin mai supărătoare, iar atenția în timpul activităților școlare poate fi perturbată. În acest moment poate interveni mindfulness. Mindfulness, sau conștientizarea și acceptarea momentului prezent, ne poate ajuta să ne „scoatem din cap" ceea ce ne îngrijorează, ne deconectează de la activitățile școlare și să observăm momentul prezent fără judecată, în loc să acordăm prea multă atenție grijilor și stresului nostru.

2. TAKE 5 TECHNIQUE

„Take 5” este un exercițiu care îi învață pe copii o strategie de calmare a stresului sau a anxietății.

Ne vom concentra pe tehnica „Take 5”, care distrage atenția copiilor de la gândurile anxioase și îi ajută să se reorienteze asupra momentului prezent.

Activitatea elevilor

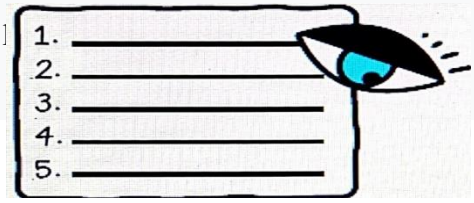
Materiale: Fișă de lucru „**Take 5**”, pixuri, creioane, markere sau creioane colorate

Obiective: Prin tehnica „**Take 5**”, urmărim:

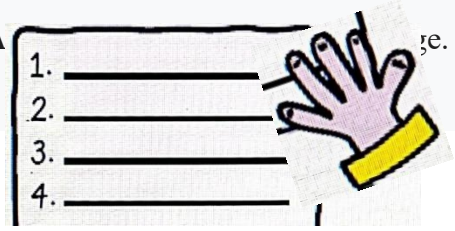
- să le oferim elevilor o nouă modalitate de a-și relaxa mintea.
- să îi ajutăm să-și concenteze mintea ”aici și acum”;
- să folosească cele cinci simțuri în clasă.

TAKE FIVE

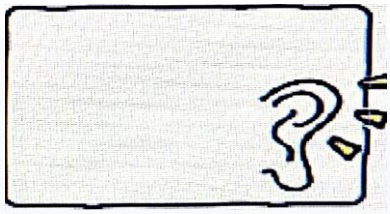
Enumeră **CINCI** lucruri pe care le



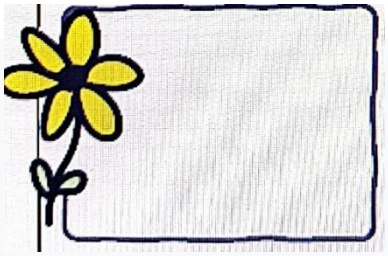
Numește **PA** ge.



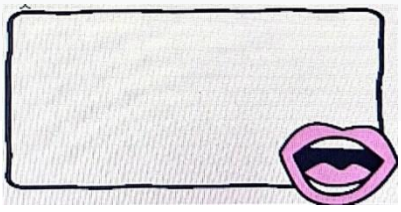
Desenați **TREI** lucruri pe care le puteți auzi.



Numiți **DOUA** lucruri pe care le puteți mirosi.



Desenați **UN** singur lucru pe care îl puteți gusta sau imaginați-l degustând.



Platoul pentru minte sănătoasă



Șapte activități mentale esențiale zilnice pentru a optimiza materia creierului și a crea bunăstare





Bibliografie:

1. „O lecție fericită: Sfaturi valoroase pentru a crea o clasă plină de bucurie” - Curs Erasmus+, Barcelona, 2024;

2. The Mooderators, Teacher & Caregiver Guide: “Take 5”

3. A THINKING ROUTINE FROM PROJECT ZERO, HARVARD GRADUATE SCHOOL OF EDUCATION

4. https://drdansiegel.com/healthy-mind-platter/

COMUNICAREA – FACTOR DE SUCCES ÎN EDUCAȚIE

Profesor NICOLAE CARMEN - ROSANA

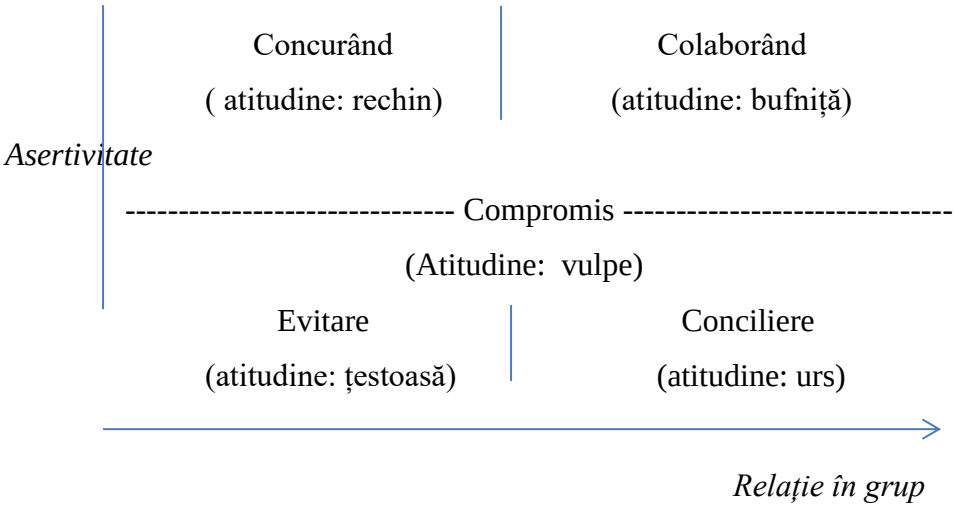
Elementul de bază al existenței umane este comunicarea, iar școala este organizația în care acest proces este esențial și se manifestă sub toate formele. Imaginea profesorului comunicativ se impune astăzi mai mult decât în trecut. Comunicarea între elevi și profesori, părinți și profesori, dar și profesor - profesor în ceea ce privește preferințele individuale, eficacitatea și barierele în calea implicării constituie premise importante pentru stabilirea de parteneriate eficiente între familie și școală, care pot influența în mod pozitiv performanțele și motivația elevilor pentru a învăța.

”A comunica înseamnă a supraviețui și a învăța și pe alții să supraviețuiască. Comunicarea este primul semnal dat de viață. E strigătul copilului abia născut, dovada dată celor din jur că trăiește. Este șoapta adolescentului că el trăiește și că a luat act și de trăirea specială, anume, a unei alte persoane. Este mormăitul nesigur al bătrânului care nu este pregătit pentru dispariție.

Comunicarea este aerul pe care îl respirăm de dimineața până seara, iar pentru unii, cei care știu că bufnița simbolizează vederea prin întuneric, este și aerul pe care îl respiră de seara până dimineața, citind o carte sau scriind o carte, care poate fi doar cartea propriei vieți, pe care nu o acceptă îngropată”(Anghel, Petre, 2003).

Modul în care relaționăm cu cei din jurul nostru, încă din primii ani de viață, în cadrul oricărui tip de activitate, începând de la nivelul familiei și continuând cu viața socială și profesională este un proces complex de comunicare. În acest proces gândurile sunt transpuse în simboluri verbale, nonverbale sau paraverbale, iar modul în care comunicarea lor este realizată determină succesul oricărei activități umane.

Piatra de temelie a educației este comunicarea eficientă și constituie una dintre caracteristicile obigatorii pentru a deveni un profesor eficient și de succes. Comunicarea este și trebuie să fie baza stabilirii de relații eficiente și eficace în orice echipă în realizarea unei strategii pentru proiectarea și realizarea diverselor activități educaționale. În funcție de modul în care se realizează comunicarea asertivă în cadrul unui grup se poate ajunge la competiție, colaborare, compromis, conciliere sau evitarea participării la discuție.



Pentru a realiza o echipă care să lucreze eficient, trebuie ca membrii acesteia să se cunoască, iar comunicarea este cheia spre succes. Fereastra Johari este un model de dezvoltare personală care este folosit în domeniul comunicării și al lucrului în echipă, fiind descoperit în anul 1955 de către psihologii americani Joseph Luft și Harry Ingram (JOHARI este un portmanteau al prenumelor lor).

În mediul educațional modelul ***fereastra Johari*** este aplicat pentru a stimula conștiința de sine, pentru a îmbunătăți abilitățile de comunicare și pentru a îmbunătăți relațiile interpersonale dintre elevi și profesori, dar și profesori - profesori. Încurajează un mediu de feedback deschis și auto-dezvăluire, ajutând elevii să se înțeleagă mai bine pe ei înșiși și pe colegii lor. Acest model poate fi deosebit de eficient în promovarea învățării sociale și emoționale, dezvoltarea empatiei și construirea unei culturi de sprijin și colaborare în clasă și în afara acesteia în diverse activități. Utilizând acest model este ușor să comparăm ceea ce comunicăm despre noi și ceea ce percep ceilalți despre noi. Totodată, este un instrument pentru organizarea și inventarierea caracteristicilor personale atât din interior, cât și din exterior.

Axa orizontală a ferestrei descrie cunoștințele unui individ, în timp ce verticala descrie cunoștințele grupului. Informațiile pot fi cunoscute sau necunoscute de-a lungul oricărei axe, creând patru cadrane distincte.

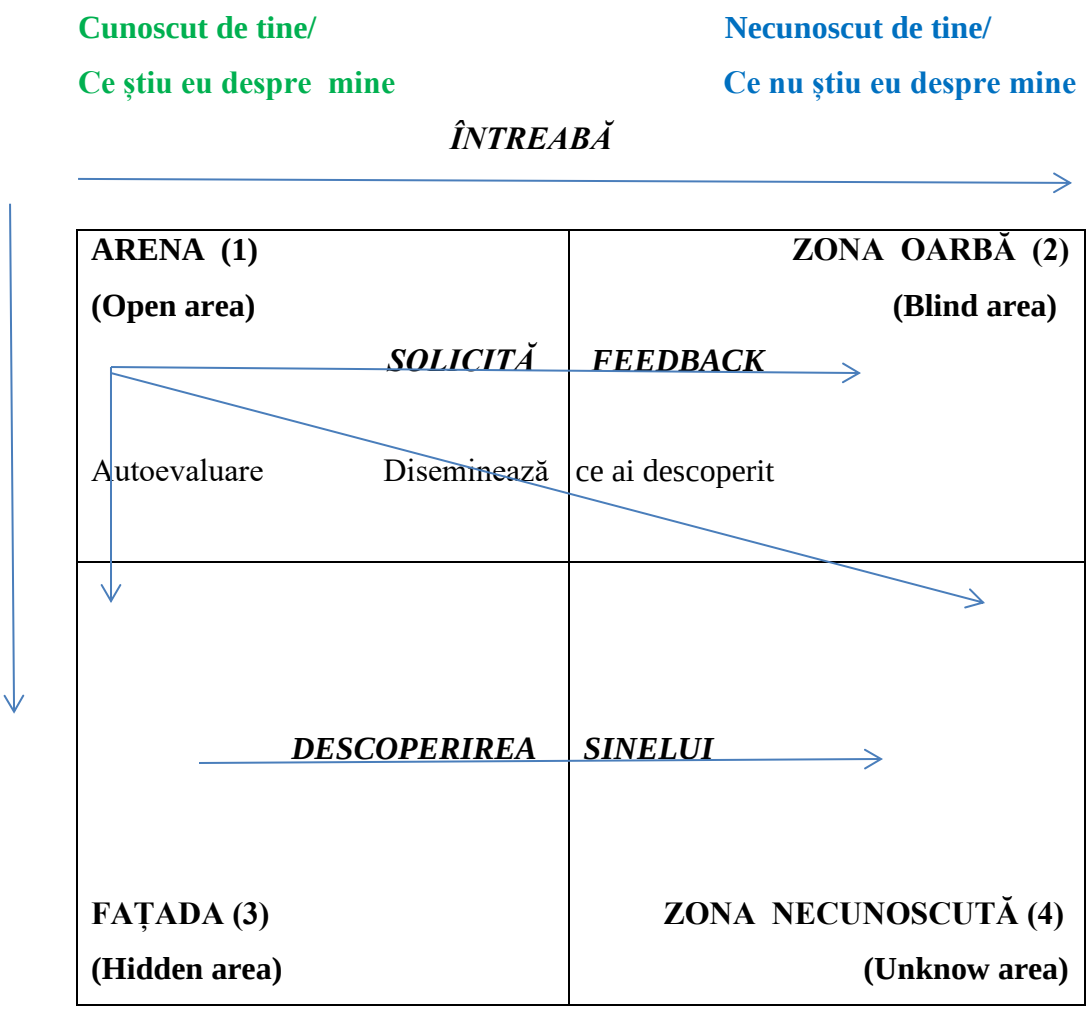


Fig. FEREASTRA JOHARI

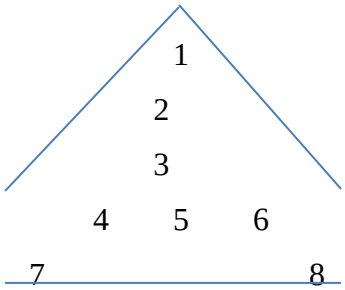
Fereastra este împărțită în 4 cadrane care include diferite niveluri de conștientizare despre sine, de la „Deschis" la „Necunoscut" astfel:

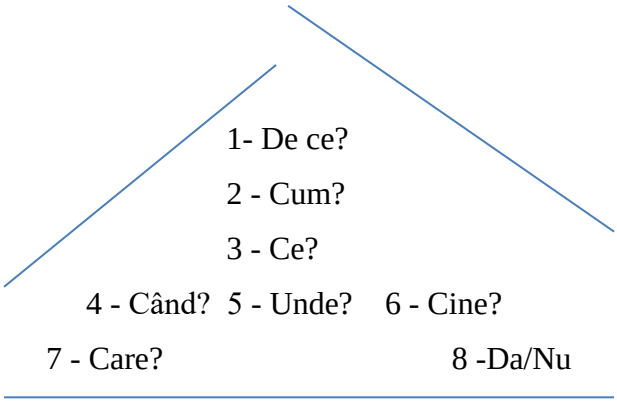
1. ***ZONA DESCHISĂ/ publică/ ARENA (Open area)*** – ceea ce o persoană cunoaște despre sine și este cunoscut și de către ceilalți cuprinzând trăsături, abilități și experiențe comune. (”Eu știu și ceilalți știu.")
2. ***ZONA OARBĂ/ Pete oarbe (Blind area)*** – ceea ce este necunoscut persoanei despre sine, dar este cunoscut și de alții; calități sau obiceiuri pe care alții le pot vedea la un individ, dar de care individul nu este conștient. (”Eu nu știu dar ceilalți știu.")
3. ***ZONA PERSONALĂ/ascunsă/secretă/FAȚADA (Hidden area)*** – ceea ce o persoană știe despre sine, dar ceilalți nu știu; sunt aspecte pe care individul le știe despre sine, dar alege să nu le dezvăluie altora, cum ar fi gândurile și sentimentele private. (”Eu știu dar ceilați nu știu.")

4. ***ZONA NECUNOSCUTĂ/ÎNTUNERICUL (Unknown area)*** – ceea ce nici persoana nici ceilalți nu știu despre acea persoană. Sunt elemente despre o persoană care sunt nedescoperite sau nerecunoscute fie de individ însuși, fie de alții, care pot include abilități latente sau motive inconștiente. (”Eu nu știu și nici ceilalți nu știu.”)

Completând acest instrument de către grupul ce va lucra împreună se va îmbunătăți comunicarea în cadrul grupului, iar feedback-ul oferit trebuie să fie sincer pentru a conduce la o dezvoltare personală care permite descoperirea aspectelor necunoscute de către fiecare individ.

Un rol important în realizarea coaching-ului pentru stabilirea unei strategii în mediul educațional îl au întrebările și ordinea în care acestea sunt puse. Se poate discuta despre o piramidă a întrebărilor fiecare având un rol deosebit.





În coaching cea mai complicată întrebare este ”De ce?”, în schimb pentru educație este cea mai puternică, deoarece necesită argumentare. Adresând fiecare întrebare pentru problema identificată și care urmează a fi rezolvată se poate apela la brainstorming, astfel pentru situația respectivă se pot identifica soluțiile cel mai bune. Întotdeauna întrebările bune sunt cele transmit un mesaj pozitiv și conduc la o comunicare eficientă indifferent de domeniul de activitate.

Pentru a avea o carieră de succes în orice domeniu de activitate, abilitățile de comunicare sunt esențiale pentru orice elev, în lumea competitivă de astăzi.

Citirea, scrierea și abilitatea de a asculta cu atenție sunt cele trei abilități comunicative care trebuie dezvoltate permanent la fiecare elev. De aceea, elevii trebuie să fie învățați și atrenați, printre multe alte lucruri, cum să se prezinte în mod corespunzător, cum să stabilească un contact vizual semnificativ, cum să înceapă și să susțină conversații, să interacționeze cu tot felul de oameni, cum să susțină un interviu de succes, să gestioneze relațiile, dar și să se adreseze unui public cu autoritate și încredere, stabilind raporturi interumane bazate pe încredere și respect reciproc.

Acestea sunt componentele de bază ale unei interacțiuni umane de calitate și de succes specifice secolului actual.

În concluzie, schimbarea concepției despre cum se poate realiza coaching-ul unei comunicări promovat în și de școală pune în mod acut problema cultivării (educării/ antrenării) cu și mai multă sârguință a capacității comunicative deopotrivă la profesor, elev și părinte, dar și a îmbunătățirii comunicării de ansamblu din cadrul instituției școlare.

Bibliografie:

1. Suport de la mobilitatea - **ERASMUS +KA1 course "COACHING STRATEGIES for SCHOOLS", Czech Republic – Prague, 2024**
2. **Anghel, Petre - Stiluri și metode de comunicare, Editura Aramis Print, București, 2003**







ABANDONUL ȘCOLAR – O ABORDARE HOLISTICĂ

Profesor **NICOLAE MARIAN**



O problemă poate fi rezolvată doar când se caută cauzele care au generat-o.

Abandonul școlar este o problemă complexă, cu cauze multiple și efecte deosebite asupra dezvoltării individuale, în special, dar și asupra societății în ansamblu. O abordare holistică a acestei probleme presupune integrarea mai multor perspective și intervenții care să vizeze nu doar cauzele imediate ale abandonului, dar și factorii structurali, sociali și economici.

Copiii din grupurile vulnerabile care sunt susceptibile de a părăsi școala sunt copiii cu dizabilități, copiii întorși din străinătate, copii cu diferite probleme sociale, copiii din diferite comunități etnice, fete însărcinate sau căsătorite, adolescenți care lucrează pentru a contribui la veniturile familiei lor, copii neglijați, traficați sau supraviețuitori ai abuzului sexual. Copiii neînscriși, care nu frecventează sau sunt expuși riscului de a abandona școala pot avea vârste diferite, variind de la cei din învățământul preșcolar până la cei care sunt la sfârșitul învăţământul obligatoriu.

CAUZE ale abandonului școlar:

1. Factori socioeconomici:

- Sărăcia: familiile care trăiesc în sărăcie se confruntă cu instabilitatea economică, iar asigurarea nevoilor de bază, cum ar fi hrana, locuința și asistența medicală, pot conduce la acordarea unei atenții deosebite supravieţuirii imediate în detrimentul educaţiei. În această situație un număr semnificativ abandonează studiile pentru a lucra și de a contribui la acoperirea nevoilor din gospodărie.

- Lipsa accesului la resurse: elevii din mediul rural sau din comunitățile izolate se pot confrunta cu dificultăți de acces la educație de calitate, generată de lipsă de transport sau facilități școlare inadecvate.

2. Factori familiali:

• Implicarea părinților: Slaba implicare a părinților în educația copiilor poate afecta motivația acestora și capacitatea de a rămâne la școală.

• Dinamica familiei: probleme precum conflictul familial, violența domestică sau abuzul de substanțe pot crea medii instabile care afectează prezența și performanța copiillor la școală.

• Educația parentală: Părinții cu nivel scăzut de educație pot să nu înțeleagă pe deplin importanța educației pentru dezvoltarea sănătoasă a copiilor.

• Lipsa îngrijirii parentale adecvate (fără ambii sau un singur părinte și divorțuri),

mentalitate culturală, lipsă de cooperare/eșecul unei familii de a se adapta la mediul înconjurător persoane (în special familiile de migranți).

3. Factori educaționali:

- Provocări academice: elevi care se luptă din punct de vedere educațional sau se simt incapabili să țină pasul cu semenii lor, devin descurajați și dezagajați față de școală.

- Bullying: hărțuire persistentă, presiunea poate determina elevii să evite școala pentru a scăpa de experiențe negative.

- Lipsa suportului individualizat: școli care nu oferă sprijin adecvat pentru elevii cu dificultăți de învățare, barierele lingvistice sau nevoile speciale pot contribui la abandonul școlar.

- Relațiile profesor – elev, profesor – părinte, elev – elev, elev - părinte (comportament incorectă, evaluarea incorectă, violența, utilizarea greșită a tehnologiei informației etc.), lipsa unor servicii profesionale adecvate în abordarea problemelor din cadrul școlii, nivelul inadecvat de cooperare cu școlile și alte servicii comunitare, impactul fenomenelor externe negative etc.

4. Sănătate și bunăstare:

• Sănătate fizică: Boli cronice sau dizabilități care afectează capacitatea unui elev de a merge regulat la școală.

• Sănătate mintală: probleme precum anxietatea, depresia sau trauma pot afecta bunăstarea emoțională a elevului și capacitatea de a participa la activitățile școlare.

• Abuzul de substanțe: probleme legate de abuzul de substanțe sau în cadrul familiilor lor pot duce la absenteism și la abandonul școlii.

Înțelegerea acestor cauze permite școlii celor implicați în procesul educațional, alături de comunitate să dezvolte planuri de intervenție și sisteme de sprijin pentru a aborda problemele de bază și a preveni abandonul școlar.

CONSECINȚELE abandonului școlar pot avea efect pe termen scurt și pe termen lung, se vor răsfrânge asupra școlii, dar și asupra societății. Totodată implicațiile economice și ciclul sărăciei este influențat și de ratele abandonului școlar.

1. Consecințe individuale:

- Oportunități limitate de angajare;
- Risc mai mare de șomaj;
- Sănătate precară;
- Stigmatizare socială și izolare.

2. Consecințele comunitare și societale:

- Creșterea ratei criminalității;
- Costuri publice mai mari
- Impactul asupra creșterii economice
- Coeziunea socială.

3. Consecințele sistemului educațional:

- Performanță academică generală redusă;
- Provocări privind alocarea resurselor:

4. Efecte pe termen lung asupra familiilor:

- Impact intergenerațional: copiii părinților care nu și-au încheiat studiile pot să urmeze o cale similară, perpetuând cicluri de studii scăzute.

SOLUȚII

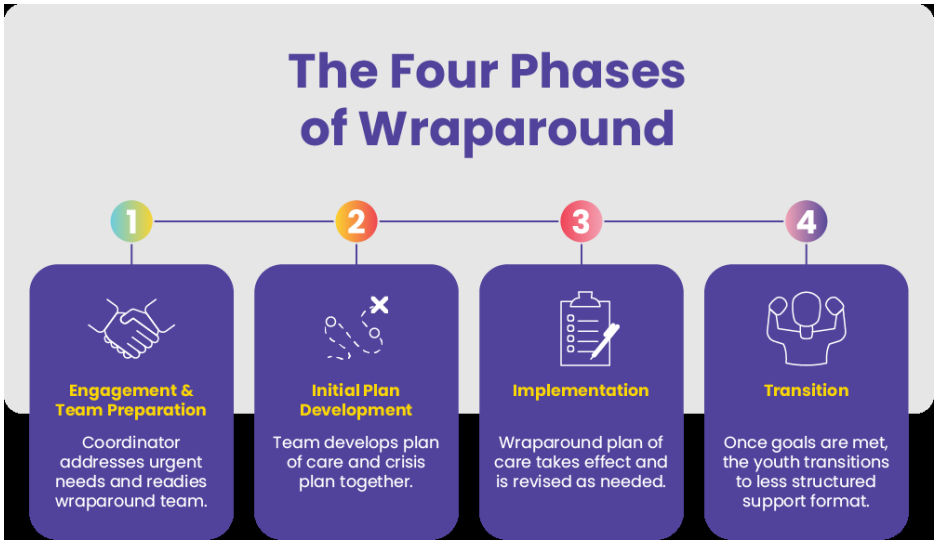
Abordarea abandonului școlar necesită strategii cuprinzătoare care includ

•Intervenție precoce;

•Servicii de asistență țintite;

•Angajamentul comunității;

•Inițiative politice care vizează crearea medii de sprijin pentru elevii expuși riscului.



Bibliografie:

-Suport curs de formare: ”REDUCEREA ABANDONULUI ȘCOLAR TIMPURIU”- Proiect ERASMUS+ ,2024, Heraklion, Grecia;

- Presentation Early School Leaving 2023: DROP OUT- A holistic approach -Eleonora Cheridi, Clinical Social Worker (Med.) Licenced Adult Educator, eleonoraheridi@hotmail.com

PROJET DIDACTIQUE

Profesor **TĂNASE CARMEN**

École : ……..

Professeur : …….

Objet : Langue française

Date : …….

Classe : VI-ème

Manuel : Booklet, L2

Unité 2 : En famille

Sujet : Loisirs

Type de leçon : mixte

But : acquisition de nouvelles connaissances-communication

Objectifs :

a) Objectifs de références

- d'enrichir le vocabulaire des élèves
- de former des habilités de communication
- de s'exprimer correctement en français

b) Objectifs opérationnels

À la fin de la leçon les élèves seront capable de :

- définir le terme "loisir"et trouver des termes liés à ce thème
- former l'habitude de prononcer, lire et écrire correctement en français
- employer les nouvelles connaissances dans de nouveaux contextes

Compéténces visées

- la lecture correcte (la compréhension)
- réaliser des interactions dans la communication orale
- utiliser le mot “loisir”/ “temps libre”

Stratégies didactiques :activité individuelle, activité collective, par groupe

Méhodes et procédés :une présentation power point, la conversation, la lecture, l’explication, l’exercice, l’observation

Moyens d’enseignement : les fiches de travail, les cahiers, l’ordinateur, le tableau noir, le dictionnaire

Déroulement de l'activité didactique

Moments de la leçon	**Temps**	**Activité du professeur**	**Activité des élèves**	**Méthodes**	**Ressources**	**Compétences visées**	**Rattrapage**	**Évaluation**
							Performance	**Observation**
1.L'organisation de la classe	1' 1 '	Le salut La présence Une courte conversation situationnelle Pour commencer la classe avec joie, je propose aux élèves de danser (et chanter en même temps) autour de la	Les élèves répondent au salut et se préparent pour le commençement de la classe	La conversation	-	-	-	frontale

		classe						
2.Le contrôle du devoir	4’	On corrige le devoir oralement et lorsqu’on remarque des difficultés, la correction se fera au tableau noir	Les élèves lisent le devoir et corrigent s’il est nécessaire	La conversation L’observation L’explication	Le manuel Les cahiers le tableau noir	La conjugaison des quelques verbes	Explications pour les élèves en difficulté	orale
3.L’éveil de l’attention et l’annonce de la nouvelle leçon	2’	Le professeur partage les élèves en groupe de travail Le professeur communique aux élèves le titre de la leçon : En famille / le loisir	Les élèves écrivent dans leurs cahiers le titre de la leçon	La conversation situationnelle	Le tableau noir	-	-	Orale

4.L'acquisition des nouvelles connaissances	18'	Le professeur lit la leçon et donne aux élèves une fiche avec les mots inconnus Le professeur pose des questions en ce qui concerne le loisir et leurs donne une définition du terme "loisir" Le professeur propose aux élèves de visualiser une présentation power point-le loisir Le professeur	Les élèves lisent la leçon par rôles Les élèves répondent aux questions du professeur Les élèves regardent la présentation power point Les élèves forment les phrases	Power point Travail par groupe	L'ordinateur Les cahiers La fiche	Réaliser des interactions dans la communication orale Former des phrases	Questions pour les élèves en difficulté Travail individuel avec les élèves en difficulté	-

	2’	demande aux élèves de former des phrases avec un mot trouvé dans la présentation power point Parce que les élèves sont fatigués, je leur propose un jeu. Tour à tour les élèves doivent porter une clochette sans tinter.					Questions pour les élèves capables de performance	
5.La fixation des connaissances	10’	Le professeur propose aux élèves deux exercices pour	Les élèves travaillent pour accomplir la tâche	Par groupe	Le manuel	Utiliser les connaissances acquises	Explications supplémentaires pour les élèves en	frontale

		bien comprendre le texte et le terme “loisir”					difficulté	
6.L’évaluation	10’	Le professeur donne à chaque élève une fiche avec 2 exercices	Les élèves travaillent pour accomplir leur tâche	Travail individuel	La fiche de travail	-	-	Formative
7.Devoir	2’	Le professeur suggère aux élèves une tâche : écrire un article sur les loisirs des enfants de leurs âge	Les élèves écoutent les explications du professeur et posent des questions	L’explication	-		Explications supplémentaires pour les élèves en difficulté	

Bibliographie : le livre de français, le PROJET ERASMUS, Barcelona(27.05.-01.06.2024)- le cours- A happy lesson :Valuable tips to create a joyful classroom

INSTRUMENTE DE LUCRU SPECIFICE MANAGEMENTULUI INSTITUȚIONAL

Cadru didactic auxiliar, **ȘTIRBU VALERICA - FLORICA**

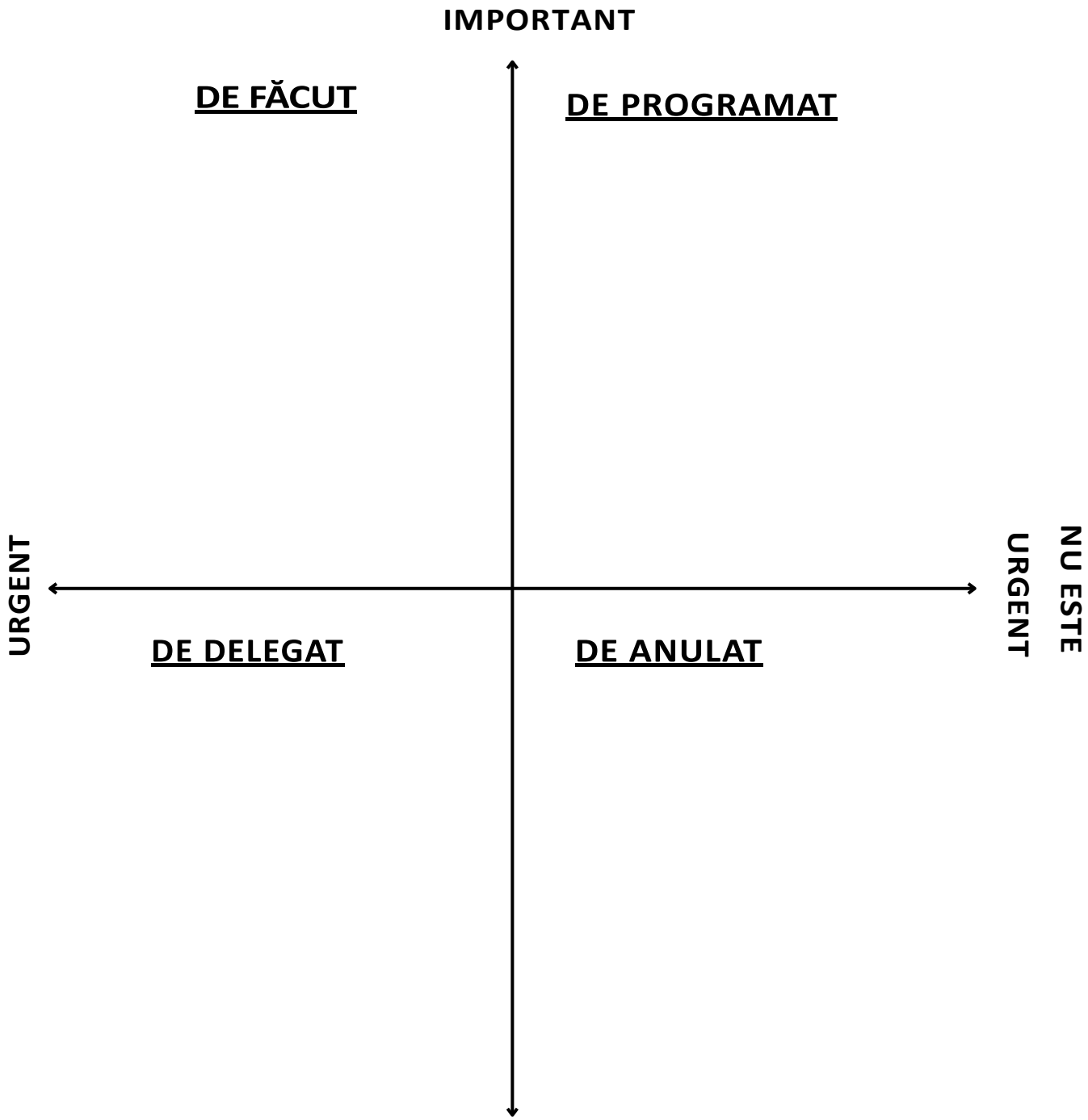
C O A C H S E L F - E V A L U A T I O N

CHECLIST

Nr. crt.	Întrebare	DA/ NU
1	Am creat un mediu care susține comunicarea deschisă?	
2	Am pregătit toate materialele și resursele necesare?	
3	L-am ajutat pe coachee să articuleze obiective specific măsurabil și realizabil? / Am urmărit obiectivele pe care ni le-am stabilit data trecută?	
4	Am fost eficient în a-l ghida pe participant să-și descompună obiectivele mai mari în pași realizabili înainte de următoarea întâlnire?	
5	Am pus întrebări deschise pentru a înțelege situația antrenatului?	
6	Am ascultat activ, asigurându-mă că persoana instruită s-a simțit auzită și înțeleasă?	
7	Am fost capabil să identific și să provoc orice convingeri sau presupuneri limitative?	
8	Am facilitat un proces de brainstorming care a produs o varietate de opțiuni?	
9	Îl încurajam pe coachee să gândească creativ și critic?	
10	Au fost pașii de acțiune clar definiți, cu calendare realiste și repere?	
11	Am comunicat clar, folosind un limbaj ușor de înțeles?	
12	Am fost empatic, oferind sprijin și încurajare?	
13	Am menținut mintea deschisă și am ajustat direcția sesiunii după cum a fost necesar?	
14	A existat o închidere clară, care rezumă punctele cheie și pașii următori?	
15	Am oferit suficient timp și spațiu, nu am grăbit procesul?	
16	Am folosit abordarea de coaching fără a oferi sfaturi?	

MATRICE

DECIDEȚI CE SĂ FACEȚI CU SARCINILE PE BAZĂ
CÂT DE URGENTE ȘI IMPORTANTE SUNT









CUPRINS

ARGUMENT ……... 3

„ȘCOLI FERICITE: EDUCAȚIE POZITIVĂ PENTRU BUNĂSTARE ȘI DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ”- EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI PENTRU PREȘCOLARI, CARE URMĂRESC PROMOVAREA UNEI ATMOSFERE POZITIVE, DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ ȘI BUNĂSTAREA EMOȚIONALĂ ÎN CADRUL GRĂDINIȚEI ……..….. 7

PROIECT EDUCAȚIONAL „STAREA DE BINE ȘI ÎNVĂȚAREA CU ÎNCURAJARE” ……... 10

CUM SPUNEM „NU” ÎN SITUAȚII DIFICILE……...…… 14

STRATEGII PENTRU REDUCEREA ABANDONULUI ȘCOLAR TIMPURIU……..... 17

MODALITĂȚI DE IMPLICARE A PĂRINȚILOR ÎN VIAȚA ȘCOLARĂ …….…… 19

COMUNICAREA POZITIVĂ ÎN GRUPUL CLASEI – METODE CREATIVE DE INTERACȚIUNE ȘI RELAȚIONARE POZITIVĂ ……..…..…. 22

EDUCAȚIA POZITIVĂ ȘI STAREA DE BINE ÎN ȘCOLI…… 26

CHESTIONAR DE EVALUARE A ELEVILOR CU RISC DE ABANDON ȘCOLAR …….. 31

STIMULAREA STARII DE BINE CU AJUTORUL MINDFULNESS ……. .. 35

CONȘTIENTIZAREA DIFERENȚELOR INDIVIDUALE ȘI TREZIREA CURIOZITĂȚII - EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI …….. 39

VALORILE ÎN CARE CRED ……..…… 42

EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI PRIN CARE SE POATE CREA UN MEDIU FERICIT ȘI FLEXIBIL…… 53

COMUNICAREA – FACTOR DE SUCCES ÎN EDUCAȚIE ……. 57

ABANDONUL ȘCOLAR – O ABORDARE HOLISTICĂ ……..... 62

PROJET DIDACTIQUE ……. 66

INSTRUMENTE DE LUCRU SPECIFICE MANAGEMENTULUI INSTITUȚIONAL ……73

Proiectul: 2023-1-RO01-KA122-SCH-000141309

„Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Naționale pentru Programe Comunitare în Domeniul Educației și Formării Profesionale (ANPCDEFP). Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEFP nu pot fi ținute răspunzătoare pentru acestea.”