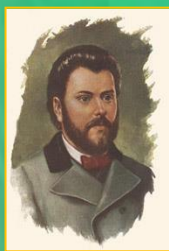


Școala Gimnazială ION CREANGĂ Brăila



DE LA GRĂDINIȚĂ LA ȘCOALĂ

Revista Simpozionului Județean
„ȘCOALA și GRĂDINIȚA–PARTENERI“

NR.5

15 decembrie 2022

ISSN 2601-8853

ISSN-L 2601-8853

Colectivul de redacție:

Director–prof. Băcanu Elena-Livica

Director adj.–prof. Stoica Nicoleta

Prof. înv. primar Simion Mariana

Prof. înv. primar Dumitriade Carmen

Prof. înv. primar Clas Veronica

Prof. înv. primar Stanciu Nicoleta

Prof. înv. primar Ion Ramona

Prof. înv. primar Pantazi Camelia

CUPRINS

GRĂDINIȚA ȘI ȘCOALA PARTENERI ÎN DEZVOLTAREA ARMONIOASA A COPILULUI , prof. înv. primar Mazalu Aurora Elena, Școala Gimnazială Cazasu, Brăila , Prof. Mazalu Ionuț, Școala Gimnazială „Ecateriana Teodorescu” Brăila	6
CE ROL JOACĂ ȘCOALA ÎN STAREA DE BINE A COPILULUI , prof. înv. primar, Vișan Daniela, Școala Gimnazială „Mihai Viteazul” Brăila	10
CULTURĂ ȘI IDENTITATE ROMÂNEASCĂ „EDUCAȚIA INTERCULTURALĂ DE LA GRĂDINIȚĂ LA ȘCOALĂ ȘCOALĂ” , prof. înv. primar Peneș Viorica, prof. înv. primar Vâlsan Elena, Școala Gimnazială Tichilești, Brăila	14
COMUNICAREA ȘI NEUROTRANSMIȚĂTORII , Prof. dr. Aristica Balaban, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	16
ORGANIZAREA ȘI AMENAJAREA SPAȚIULUI EDUCAȚIONAL ÎN GRĂDINIȚĂ , prof. înv. preșcolar Cojocaru Mihaela, prof. înv. preșcolar Bălan Violeta Rodica, Grădinița Cu P.N.Nr.56 Crăiasa Zăpezii Brăila	21
PARTENERIATUL FAMILIE – ȘCOALĂ FORMĂ DE COOPERARE ȘI COLABORARE ÎN SPRIJINUL COPILULUI , prof înv. primar Violeta Ion, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	25
PE ARIPILE JOCULUI... , prof. înv. primar Clas Veronica, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	28
ROLUL GRĂDINIȚEI ÎN STAREA DE BINE A PREȘCOLARULUI , prof. înv. preșcolar Minaev Mirela-Nicoleta, prof. înv. preșcolar Tobă Cristina, Grădinița Cu P.P. Nr.2 Brăila	30
COMUNICAREA EFICIENTĂ CU COPIII , prof. înv. primar Moise Carmen, prof. înv. primar Halici Lavinia, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	33
STAREA DE BINE A COPILULUI LA ȘCOALĂ , prof. înv. primar Suzana Purice, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	36
STAREA DE BINE CREATĂ DE PARTENERIATELE EDUCAȚIONALE ÎNTRE ȘCOALĂ ȘI GRĂDINIȚĂ , prof. înv. primar Chirac Elena Cristiana, Școala Gimnazială „Mihaela Dragomir” Brăila	39
STAREA DE BINE PRIN PROIECTUL EDUCAȚIONAL „ÎMPREUNĂ - CREȘTEM FRUMOS!” , prof. înv. primar Țuțuianu Alina, Școala Gimnazială „Mihaela Dragomir” Brăila	42
STAREA DE BINE ÎN EDUCAȚIE , prof. înv. primar : Stanciu Nicoleta, prof. înv. primar: Dumitriade Carmen, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	45
SUPORTUL SOCIAL, PERCEPUT DE CĂTRE ELEVI- PREDICTOR AL STĂRII DE BINE , prof. înv. primar Mădălina Lazăr, Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Brăila	48
STAREA DE BINE PRIN JOC , prof. înv. primar Tulumis Violeta, Școala Gimnazială „Mihaela Dragomir” Brăila	50
PROIECT EDUCAȚIONAL INTERȘCOLAR BUCURIA DE A FI COPIL , prof. înv. primar Teșileanu Mihaela, prof. limba engleză Ionescu Violeta, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	51

STAREA DE BINE A COPIILOR ȘI PROFESORILOR , prof. învă. preșc. Vasile Aurelia, prof. învă. preșc. Taru Iulia Laura, Grădinița Cu P.P. Nr.37 Brăila	53
BUNE PRACTICI ÎN PROMOVAREA STĂRII DE BINE A COPIILOR ȘI CADRELOR DIDACTICE ÎN INSTITUȚIA ȘCOLARĂ , prof. învă. preșcolar Voicilă Daniela-Vasilica, educ. Mălîia Ștefania Lavinia, Grădinița Cu Program Prelungit Nr.6 Brăila	56
„EDUCAȚIA OUTDOOR ÎN DEZVOLTAREA PREȘCOLARILOR- EXEMPLE DE BUNE PRACTICI” , prof. Sandu Adriana Mariana, educ. Caragață Roxana Georgiana, Grădinița Cu P.P. Nr.6 Brăila	58
TEHNICI DE ARTĂ PENTRU PREȘCOLARI , prof. Mocanu Mirela, prof. Grosu Gena, Grădinița Cu P.P. Nr. 6 Brăila	60
ORGANIZAREA ȘI AMENAJAREA SPAȚIULUI EDUCAȚIONAL-CONDIȚIE ESENȚIALĂ A REUȘITEI PROCESULUI EDUCATIV ȘI A PROMOVĂRII STĂRII DE BINE A COPIILOR ÎN GRĂDINIȚĂ , prof. Cojocar Mihaela, prof. Bălan Violeta, Grădinița Cu P.N.Nr.5 "Crăiasa Zăpezii"	62
PROMOVAREA UNUI ÎNVĂȚĂMÂNT DE CALITATE PRIN PROIECTE ERASMUS+ , prof. învă. preșc. Ionela Fedmașu, prof. învă. preșc. Irina Neagu, Grădinița Cu P.P. Nr.37 Brăila	63
STAREA DE BINE A ELEVILOR ÎN ȘCOALĂ , prof. învă. primar Corbu Gabriela, Școala Gimnazială Tichilești, Jud. Brăila	66
CE ROL JOACĂ ȘCOALA ÎN STAREA DE BINE A COPILULUI , prof. învă. preșc. Paștea Viorela Cătălina, prof. învă. preșc. Șerban Voica, Grădinița Cu P.P. Nr.56 Brăila	69
GAMIFICAREA- MODALITATE DE STIMULARE A CREATIVITĂȚII ELEVILOR , prof. Valentin Lazăr, Colegiul Național „Ana Aslan” Brăila	73
BUNE PRACTICI PRIVIND OBIECTIVELE ȘI PRINCIPIILE CARE STAU LA BAZA STĂRII DE BINE A PREȘCOLARILOR ȘI CADRELOR DIDACTICE ÎN GRĂDINIȚĂ , edu. Sârbu Gabriela, prof. învă. preșcolar Gomolea Elena Laura, Grădinița Cu Pp Nr. 48, Brăila	76
PROFESORUL ÎN CONTEXTUL SOLICITĂRILOR ACTUALE – prof. învă. primar Codreanu Andreea Mădălina, Liceul Tehnologic „Constantin Angelescu” Ianca, Structura Grădinița Cu Program Normal Ianca	80
STAREA DE BINE A ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR , prof. învă. primar Perianu Daniela, prof. învă. primar Pantazi Camelia, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	83
STAREA DE BINE ȘI STRUCTURA DIMENSIONALĂ A MANAGEMENTULUI CLASEI DE ELEVI , profesor consilier școlar Stoica Nicoleta, Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională, Brăila	85
STAREA DE BINE A ȘCOLARULUI , prof. învă. primar, Meiroșu Giorgiana, Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Brăila	88
STAREA DE BINE/ “WELL BEING” A ELEVULUI LA ȘCOALĂ , prof. învă. primar, Ion Ramona, Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila	90
BINELE LA ȘCOALĂ , prof. învă. primar, Petrescu Mirela, Școala Gimnazială ”Ion Creangă” Brăila	93

PROIECT EDUCAȚIONAL „CITIM ÎMPREUNĂ”, prof. înv. primar Brumă Georgiana, Școala Gimnazială „George Coșbuc” Brăila	95
MANAGEMENTUL STRESULUI LA ELEVII DE CLASA a VIII-a, prof. Vlad Carmen Valentina, Școala Gimnazială „Ion Creangă”	98
Lucrările elevilor	100

GRĂDINIȚA ȘI ȘCOALA PARTENERI ÎN DEZVOLTAREA ARMONIOASA A COPILULUI

prof. înv. primar Mazalu Aurora Elena,
Școala Gimnazială Cazasu, Brăila
prof. Mazalu Ionuț
Școala Gimnazială „Ecateriana Teodoroiu” Brăila

Școlarul/elevul se dezvoltă corect, armonios, împlinit sub aspect social, emoțional și profesional dacă urmărim evoluția lui pe grupe de vârstă:

Vârsta 4-6 ani reprezintă:

- ✓ apartenența socială sau integrarea în societate
- ✓ descopera ca este diferit de ceilalți
- ✓ apar sentimentele și emoțiile estetice
- ✓ respecta regulile unui joc/-dezvolta ambiția
- ✓ participa cu plăcere la un mic proiect și caută să învețe pe parcursul desfășurării lui
- ✓ creează din nimic cea mai frumoasă jucarie
- ✓ are o mare dorință de cunoaștere și de a-și birui limitele proprii devenind „mare”

Vârsta 6-8 ani:

- ✓ reușește să își facă prieteni cu ușurință
- ✓ are abilitate crescută în a interacționa cu ceilalți
- ✓ înțelege pe deplin regulile unui joc/activități și creează altele noi dacă i se cere
- ✓ începe să înțeleagă punctul de vedere al celeilalte persoane și îl acceptă
- ✓ învață din experiență de a pierde/învața să mintă
- ✓ trece prin tot spectrul emoțiilor și învață să le gestioneze

Vârsta 8-10 ani

- ✓ sunt interesați de activități competitive/-își asuma responsabilitatea propriilor acțiuni
- ✓ se plâng, când e cazul, de lipsa echității
- ✓ adoptă propriul stil vestimentar
- ✓ își susțin p.d.v. cu fermitate și argumentează/controlează pe deplin emoțiile
- ✓ poți dezvolta o conversație constructivă pe un subiect citit sau o lecție de clasă
- ✓ dezvoltă tendințe de gândire social filozofică cu accente pe etică, calități, valori și iau atitudine atunci când principiile sunt încălcate de către adulți

Aplicând metode pedagogice care să valorifice potențialul copilului reușim să dezvoltăm încrederea de sine, cea care este hotărâtoare în toate planurile vieții.

Comparativ cu alte societăți civile, societatea românească a reușit să păstreze și să conserve valorile tradiționale și cultural-spirituale. „Educația cu sens valoric uman și bine organizată este o condiție necesară, dar nu și suficientă a educației”.

Școlile de prestigiu din lume sunt conduse de valori autentice. Ele se bazează pe principii culturale clar definite, ce nu lasă loc de interpretări:

- ✓ nivel înalt de participare și implicare;
- ✓ comunicare empatică;
- ✓ cooperare creativă;
- ✓ etică și integritate;
- ✓ onestitate și încredere;

✓ recunoașterea meritelor.

Educația timpurie se constituie într-o abordare pedagogică ce acoperă intervalul de la naștere la 6/7 ani într-o vârstă intrării la școală, interval în care au loc transformări profunde și achiziții fundamentale în dezvoltarea copilului. Aceasta se realizează atât în mediul familial, cât și în grădiniță, școală.

Investiția în copii la vârste cât mai fragede conduce, pe termen lung, la dezvoltarea socială a acestora și la realizarea susținută a drepturilor copiilor. Dacă la nivelul educației timpurii sunt depistate și remediate deficiențele de învățare psiho-comportamentale ale copiilor, deci înainte de integrarea copilului în învățământul primar –beneficiile recunoscute se referă la: performanțele școlare superioare, diminuarea ratei eșecului școlar și a abandonului.

Calitatea educației, a îngrijirii și protecției copilului de la naștere până la clasele primare, inclusiv, depinde de noi, toți cei care interacționăm cu copiii, zi de zi: părinți sau educatori, consilier școlar sau asistent medical – toți acționând coerent și având în atenție permanentă copilul și particularitățile lui.

Copilăria constituie un prim stadiu din ciclurile mari ale vieții care se caracterizează printr-un intens ritm de dezvoltare biologică, psihică și socială. Această perioadă a fost considerată multă vreme o etapă nesemnificativă din perspectiva achizițiilor psihologice, o etapă în care copilul nu face nimic altceva decât... să se joace! Însă anume jocul are o importanță crucială pentru evoluția lui. Având multiple valențe educative, jocul este echivalentul „muncii adultului”, însemnând pentru copil viața însăși.

Copilul trăiește în joc și prin joc. De fapt, el învață jucându-se și se joacă învățând, formându-și abilități cognitive, familiarizându-se cu noi modalități de interacțiune socială și, în același timp, distrându-se.

Copilăria este vârsta achizițiilor fundamentale, a căror calitate va influența în mare măsură nivelul de adaptare și de integrare a copilului în fazele următoare ale evoluției sale; este perioada în care acesta învață că în jurul său există o lume interesantă și dorește să o cunoască.

Copilăria este o perioadă a descoperirii. La vârsta de 3 ani, copilul iese, simbolic vorbind, din spațiul familial și descoperă că există o lume interesantă și dincolo de acesta, dorind să o cunoască, să o transforme. Treptat, el se descoperă pe sine ca pe o persoană care are abilitatea de a face să se întâmple anumite lucruri, câștigă autonomie în cunoaștere și începe să aibă inițiativă.

Includerea clasei pregătitoare în învățământul general și obligatoriu implică o perspectivă nuanțată a curriculumului la acest nivel de vârstă. Este necesară o abordare specifică educației timpurii, bazată în esență pe stimularea învățării prin joc, care să ofere în același timp o plajă largă de diferențiere a demersului didactic, în funcție de nivelul de achiziții variate ale elevilor de 6 ani.

Principalele motive care au determinat abordarea integrată a matematicii și a unor elemente de științe ale naturii în cadrul aceleiași programe sunt următoarele:

✓ O învățare holistică la această vârstă are mai multe șanse să fie interesantă pentru elevi, fiind mai apropiată de universul lor de cunoaștere.

✓ Contextualizarea învățării prin referirea la realitatea înconjurătoare sporește profunzimea înțelegerii conceptelor și a procedurilor utilizate.

În momentul în care copilul ajunge la perioada școlarizării pășește în cea de a treia subperioadă a copilăriei, ce se va întinde pe o perioadă de patru ani (între 6/7 ani – 10/11 ani), până în perioada pubertății și, implicit, al preadolescenței. Intrarea în școlarizare corespunde întru totul caracteristicilor de profil ale unei faze de tranziție, ocupând o poziție specială în configurația tabloului copilăriei.

În momentul în care începe școlarizarea, începe și activitatea de învățare propriu – zisă, care îl va supune pe elev la efort intelectual și la unele eforturi fizice. Viața de școlar impune un ritm rapid. Școlarul are tendința de a fi mereu grăbit: mănâncă pe fugă, merge grăbit spre școală.

Programul zilnic trebuie stabilizat și respectat. Spre deosebire de stadiul anterior, în programul zilnic al școlarului mic intervin următoarele schimbări care au efect în planul organizării activităților:

✓ programul activităților este mult mai stabilizat, adică ora de trezire și cea de culcare trebuie mai mult respectate pentru ca activitatea școlară să se desfășoare optim; insuficiența somnului generează scăderea atenției, a eficienței memoriei și a performanțelor gândirii.

✓ timpul petrecut la școală este mai bine organizat și plin cu activități care se deosebesc din ce în ce mai mult de cele de la grădiniță după întoarcerea acasă copilul trebuie să realizeze o perioadă de învățare independentă care poate fi asistată de părinți dar, nu poate fi substituit de aceștia”;

✓ jocul trebuie să rămână în programul zilnic al școlarului mic dar momentul și durata lui sunt dependente de solicitările școlare.

Putem spune că: „vârsta de 10 ani, cu echilibru, cu buna sa adaptare, cu calm, dar însoțită de siguranță, cu ținută lipsită de încordare, constituie pe drept cuvânt, apogeul copilăriei, momentul de deplină înflorire și deplină integrare, a caracteristicilor copilului mare”.

Deși se implică și se întrepătrund, situându-se într-o ordine de succesiune genetică, *jocul și învățarea*, privite ca forme de activitate distincte ale conduitei infantile, se află în raporturi antinomice: primul - o activitate liberă, spontană, bazată pe comunicarea nemijlocită și pe simpatie interpersonală, pe „jocul” dispersional al atenției, care admite migrarea rapidă de la o secvență la alta a activității, realizându-se un raport de noutate, creativitate și autodirijare ce nu lasă loc instalării oboselii și plictiselii; cea de a doua – o activitate obligatorie cu program stabilit și cu efort dozat, cu operații frecvent repetitive și cu prestații măsurate prin raportarea la etalon (calificative), asistată de adult care intervine, supraveghează, observă.

Învățarea la vârsta școlară mică se mai distinge prin aceea că, spre deosebire de etapele precedente, ea se desfășoară pe baza unor acțiuni meticuloase segmentate și riguroase înălțate. Aceste acțiuni pornesc de la contactul școlarului cu obiectul. Școlarul mic se familiarizează cu faptul că aceste acțiuni pot să dispună de conținuturi foarte diferite, în funcție de specificul disciplinelor de învățământ, faptul că unele au o aplicabilitate foarte largă.

În esență, legătura dintre grădiniță și școală e un proces continuu care angrenează personalitatea copiilor, zestrea genetică acestora, nivelul proceselor intelectuale, motivația în stransa cooperare cu cadrele didactice.

BIBLIOGRAFIE: Colceag F., Alexandru F. – Copilul tău este un geniu; Stanciu M.- Reforma Conținuturilor Învățământului; Golu P., Zlate M.- Psihologia Copilului, EDP; Osterrieth, P- Introducerea în Psihologie a Copilului; Revista învățământului primar, nr. 1-2/20

CE ROL JOACĂ ȘCOALA ÎN STAREA DE BINE A COPILULUI

prof. înv. primar, Vișan Daniela
Școala Gimnazială „Mihai Viteazul” Brăila

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.

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 relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare.

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.

Se apreciază că mediul școlar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoțională și capacitatea de învățare când:

- ✓ este cald, prietenos și recompensează învățarea;
- ✓ promovează în special cooperarea și mai puțin competiția;
- ✓ oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă;
- ✓ încurajează activitățile creative;
- ✓ încurajează dezvoltarea de proceduri și regulamente care interzic pedeapsa

fizică și promovează interacțiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă și între personalul școlii și elevi prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărțuirea și violența;

În urma analizelor efectuate asupra stării de bine a elevilor, cercetătorii Institutul Național de Sănătate Publică și Național Institute of Public Health, au ajuns la următoarele concluzii:

✓ Profesorii sunt factorul cel mai important în crearea unei atmosfere eficiente și incluzive

✓ Copiii au o capacitate înnăscută de a învăța, dar această capacitate poate fi compromisă și, uneori, distrusă. O școală prietenoasă recunoaște, încurajează și sprijină capacitățile în creștere ale copiilor care învață. Școala trebuie să reprezinte un mediu prietenos și sigur de muncă și joacă. Rolul profesorului include grija pentru bunăstarea psihică a elevilor.

✓ Climatul școlar a fost identificat ca una dintre cele mai importante trăsături ale unei școli. Când atmosfera din școală este neprietenoasă, îngrijirea nu este atentă, lipsește încurajarea și recompensarea, sănătatea mentală, atât a elevilor cât și a profesorilor poate fi afectată în mod advers. Impactul unei atmosfere neprietenoase este în mod particular dăunător dacă persistă o perioadă mai lungă de timp.

Din perspectiva profesorilor, școala asigură în mare măsură un climat adecvat, dar din perspectiva elevilor cerințele pentru asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare

și încurajatoare sunt acoperite într-o mai mică măsură. Este necesar ca școlile să-și revizuiască o serie de aspecte și să stabilească mecanisme eficiente de feed-back între profesori și elevi pentru identificarea deficiențelor și stabilirea de măsuri de corectare.

Susținerea cooperării și învățării active când elevii cooperează, încadrarea în învingători și învinși este mai puțin evidentă și prin urmare, se evită umilirea consecutivă a celor considerați ratați. Prin această metodă pot beneficia în mare măsură elevii cu dificultăți de învățare și cei din comunități dezavantajate. Atunci când elevii primesc în mod constant mesajul că sunt ratați, dorința lor de a reuși se erodează. Când elevii cooperează în procesul de învățare, implicarea în rezolvarea sarcinilor este mai mare, se reduc diversivunile și se utilizează o proporție mai mare din timp pentru instruire. Copiii sunt capabili să se ajute între ei mult mai mult, cei cu un nivel mai scăzut, cât și cei cu un nivel mai înalt al realizărilor beneficiind deopotrivă, munca elevilor devenind mai atentă, aprofundată și bine prezentată.

Rezultatele puntează necesitatea unei mai atente implementări a procedurilor de învățare. Tehnicile active de învățare, cum ar fi jocul de roluri, proiecte școlare /comunitare, proiecte de cercetare bazate pe anumite teme, ar putea fi noi pentru unii profesori și prin urmare se impune formarea acestora pentru dobândirea de abilități și încredere în folosirea lor.

Interzicerea pedepsei fizice și a violenței. Pedepsirea fizică a elevilor în școală este inacceptabilă! Violența față de elevi, în forma pedepsei corporale, poate fi sancționată legal, fiind văzută ca o formă de abuz al copilului. Pedapsa corporală nu este necesară deoarece nu numai că nu dă rezultate, suprimând doar pentru o perioadă scurtă comportamentul nedorit, dar creează pe de altă parte o atmosferă de teamă care nu este favorabilă învățării.

Existența unor reguli clare și corecte și aplicarea lor cu consecvență este vitală pentru menținerea disciplinei. Rezultatele denotă necesitatea creării de oportunități pentru ca profesorii să poată dobândi cunoștințe și deprinderi care să le permită să facă față violenței la diverse niveluri, mergând de la agresiunea verbală, de tipul poreclelor și rumorii în clasă, până la intervenția în cadrul unor încăierări.

Intoleranța față de agresivitate, hărțuire și discriminare. Copiii au dreptul fundamental de a se simți în siguranță la școală și de a fi scutiți de asuprire, umilire intenționată și pericole potențiale cauzate de intimidare și hărțuire. Deși majoritatea cercetărilor în acest domeniu s-au axat pe studiul personalității intimidatorilor și victimelor, multe progrese în această direcție pot fi realizate prin schimbarea modului de organizare al școlii și prin ajustarea atitudinii colective și atmosferei generale cu scopul prevenirii hărțuirii și intimidării, atitudinea profesorilor având efecte importante în descurajarea acestora. Neluând atitudine în cazul plângerilor, profesorii contribuie sau chiar cresc teama celor care sunt ținta atacurilor.

Se impune discutarea în mod deschis a problemei și conceperea unui plan clar de acțiune pentru a aborda intimidarea, hărțuirea și consecințele lor. Părinții trebuie încurajați să lucreze în parteneriat cu profesorii pentru a preveni escaladarea la o serie de comportamente indezirabile.

Profesorii trebuie să sesizeze schimbarea de la tachinarea în joacă la insultă, să fie capabili să contracareze agresiunea fizică de îndată ce devine evidentă. Mentori din rândul elevilor pot să-și asume responsabilitatea pentru integrarea în școală a nou-sosiților și a celor singuratici. Creșterea capacității și motivării elevilor pentru cooperare poate conduce la reducerea agresivității în școală. Intervențiile de succes necesită ameliorări marcate ale climatului școlar, în special în termenii ordinii și disciplinei, întăririi atitudinilor pozitive față

de școală și muncă, pentru reducerea numărului de victime, injurii, traume emoționale și comportamente anti-sociale de tipul vandalismului.

Dezvoltarea activităților creative. În consolidarea procesului de învățare, odihna și relaxarea joacă un rol important. Recreațiile asigură elevilor oportunitatea schimbului informațional, timpul liber fiind vital în dezvoltarea imaginației elevilor. Este important ca școala să asigure oportunități, facilități și timp pentru învățarea unor meșteșuguri și arte, precum și condiții în care elevii să poată acționa fără presiunea performanței sau a evaluării.

Se impune ca școlile să analizeze aceste aspecte și să caute modalități de ameliorare. Idei simple, cu costuri reduse, cum ar fi utilizarea de pietre, marcaje colorate pentru delimitarea unor locuri pentru diverse jocuri, pot fi deopotrivă distractive și eficiente în acest scop. Solicitarea de idei în acest sens din partea elevilor poate aduce soluții novatoare, simple, eficiente și agreate de către aceștia.

Legătura dintre școală și familie prin implicarea părinților. Implicarea părinților în activitățile școlare și luarea deciziilor este un pilon esențial al școlilor care promovează sănătatea și atmosfera prietenoasă.

O funcție importantă a sistemului de învățământ este să ofere asistență familiilor pentru a-și ajuta copiii să devină membri productivi și stabili din punct de vedere emoțional și social al comunității. Deși predarea este de importanță primară pentru învățare, nu este posibil să se ignore familia din care provine copilul, fără ca aceasta să genereze riscuri potențiale ale învățării eficiente.

Este important ca școlile să-și revizuiască politicile în acest domeniu, pentru a întări relația dintre familie și școală. Având informații referitoare la situația familială și la necesitățile copilului, profesorii îl pot înțelege mai bine și își pot adapta modul de predare, iar probabilitatea de a-i ignora tradițiile și valorile deprinse în familie ducând în felul acesta la contradicții, conflicte și nefericire, este mult redusă.

Absența contactului între școală și familie, duce la trecerea neobservată a problemelor și schimbărilor majore din viața copilului, în timp ce un climat pozitiv în școală și o relație bună școală-familie vor asigura mediul pentru dezvoltarea unor niveluri ridicate de auto-încredere și stimă de sine.

Promovarea oportunităților egale de participare la luarea deciziilor. Școlile prietenoase și promotoare ale sănătății asigură elevilor suportul emoțional și social și îi ajută să dobândească încrederea de a vorbi liber despre școală și viața lor în cadrul acesteia. Printr-o contribuție la modul de organizare și funcționare al școlii, copiii găsesc școala mai atractivă și prietenoasă.

Dacă profesorii consideră că școala promovează într-o măsură destul de mare oportunități egale în luarea deciziilor, elevii sunt de părere că implicarea lor este redusă în acest domeniu, scorul fiind unul dintre cele mai scăzute.

Profesorii trebuie să realizeze că o componentă importantă a bunăstării emoționale și sociale a unei persoane este sentimentul acceptării ei așa cum este. Sentimentul excluderii sau inegalității (îndeosebi pentru motive ce nu țin de controlul personal) este dăunător pentru stima de sine și demnitate. Elevii care sunt tratați ca egali și cred în șansa lor de a avea succes ca oricare altă persoană, nu au numai o probabilitate mai mare de a-și atinge potențialul intelectual, dar își vor prețui școala pentru mediul prietenos și de susținere și vor fi mai toleranți cu cei care sunt „diferiți”. Școlile trebuie să-și găsească propriile modalități de

recunoaștere și primire a elevilor cu apartenență etnică, religioasă și culturală diferită, ca și a celor cu necesități speciale, săracilor și orfanilor.

PROFESORII apreciază ca priorități pentru ameliorarea mediului psihosocial școlar:

- ✓ Susținerea cooperării și învățării active
- ✓ Dezvoltarea activităților creative
- ✓ Asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare.

ELEVII apreciază ca priorități pentru ameliorarea mediului psihosocial:

- ✓ Susținerea cooperării și învățării active
- ✓ Dezvoltarea activităților creative
- ✓ Promovarea oportunităților egale și participarea la luarea deciziilor.

Concluzii

Avantajele unui mediu școlar pozitiv constau în bunăstarea și fericirea, întărirea sentimentului de apartenență și o mai bună calitate a vieții celor implicați în procesul instructiv-educativ. Indirect, poate avea ca rezultat performanțe academice mai bune. De asemenea, poate modifica unele aspecte negative ale vieții școlare prin reducerea intimidării și hărțuirii, injuriilor și absenteismului școlar. Are potențialul de a diminua stereotipiile, teama, anxietatea, depresia și pierderea motivației.

Sentimentele de bunăstare în timpul copilăriei și adolescenței pun temelii solide pentru o bună sănătate la maturitate.

Conform psihologului Donald Winnicott creativitatea aparține sentimentului de a te “simți viu”. **Pentru a fi creativi, copiii trebuie să se simtă în siguranță din punct de vedere emoțional.** Copiii sunt exploratori prin natură, dar pentru a fi creativi au nevoie de un mediu propice. Îndrăzneala de a face ceva diferit, sau într-un mod nou, este inima creativității.

Copiii au nevoie de experiențe pozitive, de spațiu personal pentru a fi singuri cu ei înșiși și în același timp au nevoie de sentimentul de conexiune cu alte persoane, în special cei care sunt importanți pentru ei emoțional.

BIBLIOGRAFIE:

1. Sinteza Națională Identificarea, cuantificarea și monitorizarea comportamentelor cu risc pentru sănătate la elevi, 2016 - <http://insp.gov.ro/sites/cnepss/wpcontent/uploads/2017/05/SINTEZA-YRBSS-2017.pdf>
2. A snapshot of the health of young people in Europe. Report european comission of youth health.Bruxelles,9-10 iulie 2009 - http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0013/70114/E93036.pdf
3. HBSC Report 2013-2014 WHO Regional Office for Europe - http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/303438/HBSC-No.7- Growing-up-unequal-Full-Report.pdf

CULTURĂ ȘI IDENTITATE ROMÂNEASCĂ „EDUCAȚIA INTERCULTURALĂ DE LA GRĂDINIȚĂ LA ȘCOALĂ ȘCOALĂ”

prof. învă. primar Peneș Viorica
prof. învă. primar Vâlsan Elena
Școala Gimnazială Tichilești, Brăila

Educația interculturală reprezintă o educație a relațiilor interpersonale, care implică membri ai unor culturi diferite, al cărei obiectiv fundamental este de a crește eficiența relațiilor interculturale, de a mări gradul de deschidere, de toleranță, de acceptare a celuilalt. Integrarea educației interculturale în spațiul școlii este un proces complex și deloc facil, care solicită competențe și demersuri specifice din partea cadrelor didactice.

Menirea instituției școlii este să pună în aplicare politicile de la nivelul macro, într-un mediu prietenos față de elev, și care promovează totodată valorile pe care se bazează aceste politici. În ceea ce privește rolul școlii, acesta se poate analiza însă mai îndeaproape din perspectiva educației interculturale. Rolul profesorului în internalizarea principiilor educației interculturale de către elevi este crucial, însă definirea acestuia depinde de tipul de pedagogie asumată de către cadrul didactic. Pedagogiile tradiționale impun atitudinea profesorului atotștiutor, situat deasupra elevului. Acesta din urmă rămâne cantonat în rolul pasiv de receptor al unor cunoștințe ce nu pot fi trecute sub semnul întrebării. Acest tip de interacțiune profesor – elev se întâmplă cu precădere în cazul pedagogiei tradiționale a transmisiei. În ceea ce privește rolul elevului în cadrul educației interculturale, acesta este unul deosebit de important. Așa cum rolul profesorului este modelat de principiile pedagogiei constructiviste, la fel, în oglindă, este determinat și rolul elevului în același cadru. Acesta trebuie așadar încurajat să-și asume un rol activ.

Un ultim factor care poate interveni în mod crucial în educația interculturală sunt părinții. Aceștia joacă un rol determinant în generarea credințelor și a atitudinilor copiilor, și ca atare pot influența – pozitiv sau negativ – deprinderile pe care elevul și le însușește în cursurile de educație interculturală. Stereotipurile părinților sunt transmisibile la copii, și se pot dovedi greu de înlăturat atunci când, odată dărmate în cadrul cursurilor de educație interculturală, sunt reînscrise în mediul familial. Poate apărea atunci conflictul intern al elevului care primește acasă un set de orientări și de criterii de evaluare a realității înconjurătoare, iar școala și cursurile de educație interculturală încearcă să dezrădăcineze tocmai aceste imagini și stereotipuri primite. Atunci, rolul educației interculturale este cu mult îngreunat, și devine vizibil faptul că procesele din cadrul educației interculturale sunt puternic influențate de mediul social în care au loc. De fapt, toți factorii trecuți în revistă în paragraful de față sunt supuși influențelor din mediul social din care fac parte. Este într-adevăr greu de imaginat o educație interculturală eficientă, care își atinge scopurile, într-o societate în care lipsesc – sau sunt rare – tocmai valorile pe care se sprijină aceasta. În grădinița, încă de la vârsta premergătoare școlarității, copiii descoperă treptat diferențele și asemănările înrădăcinate:

✓ la 2-3 ani fac distincția dintre sine și ceilalți, își dezvoltă identitatea de sex, învață culorile și încep să le asocieze cu obiectele;

✓ la 3 ani observă diferențele rasiale și în perspectiva vor fi influențați de normele sociale;

✓ la 4-5 ani copiii dau semne de înțelegere asupra diferențelor rasiale existente;

✓ la 5 ani încep să se identifice cu alții și să se recunoască pe sine ca fiind o parte a grupului;

✓ între 5 și 7 ani aprecierea adultului îi determină imaginea despre performanțele sale, locul în grup și diferențelor sale față de ceilalți. Toate acestea se continuă în școală. Diferențele dintre copii, culturi, stiluri de viață și de învățare, dintre componente, sunt firești, pozitive. De aceea ei nu trebuie forțați să devină copii ale unui model predefinit.

Interculturalitatea este o componentă a realității zilnice din grădiniță și din școală. Tot modul de învățare este organizat din perspectiva interculturală, permițând învățarea prin colaborare, comunicare și nicidecum de marginalizare a unor copii. Deschiderea spațiului școlii către comunitate și specificul ei, organizarea unor întâlniri, excursii, serbări cu specific intercultural dar nu în detrimentul majorității, urmărește realizarea obiectivelor de egalizare a șanselor în educație.

Trăsătura caracteristică a unei regiuni este faptul că alături de populația românească se găsesc și alte minorități naționale care alcătuiesc grupuri etnice deosebite. Diferite prin limbă, obiceiuri, ocupații și port, aceste grupuri etnice amintesc despre trecutul istoric al regiunii. Ele păstrează aspectele unui specific etnic caracteristic originii sale. Elementele vechi apar în croiala diferitelor articole de port și în special la costumul de sărbătoare.

Materialele de lână, matase și bumbac, fireturile din aur și argint, compunerea costumului și compoziția ornamentală, deosebesc puternic creațiile acestor minorități de cele din restul țării.

Astăzi, acest costum se păstrează în lazile batrânești, fiind folosit doar la manifestări artistice. Semnificația sa socială aproape a dispărut, el având astăzi, mai ales un interes documentar.

Didactica contemporană promovează concepte și atitudini educaționale noi, menite să determine forme variate de comunicare, cooperare și colaborare în sprijinul copiilor.

Parteneriatul educațional este un astfel de concept care devine tot mai prezent în relațiile de colaborare ce se stabilesc între unități de învățământ, între acestea și diferite segmente ale societății. Inițierea și derularea de activități în parteneriat reprezintă o provocare pentru educatorul de astăzi, necesitând multă creativitate în concepere, dinamism în derulare, responsabilitate în monitorizare, flexibilitate în luarea deciziilor. Are loc o schimbare în relația biunivocă educator-educat, copilul fiind implicat în conducerea democratică, el putând să facă alegeri și să hotărască cât, cum, când se implică, în funcție de posibilitățile individuale, se obișnuiește cu o varietate de modalități de acțiune.

COMUNICAREA ȘI NEUROTRANSMIȚĂTORII

prof. dr. Aristica Balaban
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

Comunicarea

A comunica: a face cunoscut, a da de știre, a informa, a înștiința, a spune (DEX).

Comunicarea implică procese de acomodare și de ajustare a comportamentelor și pentru aceasta este necesar să codificăm și să decodificăm mesajele.

Sursa majorității problemelor de comunicare o constituie diferența dintre conținutul mesajului pe care dorim să îl transmitem și modul în care ceilalți recepționează mesajul. Cum putem reduce acest decalaj?

Una dintre cele mai potrivite căi este să observăm ce impact au acțiunile și cuvintele noastre asupra celor din jur. Cea mai bună cale de a cunoaște impactul mesajului asupra celorlalți constă în provocarea unei reacții din partea lor, feed-back-ul, ceea ce implică un risc.

În relațiile personale, oamenii au tendința să fie din ce în ce mai deschiși față de ceilalți pe măsură ce capătă mai multă încredere unii în alții.

În cadrul unei organizații, lucrurile sunt diferite datorită faptului că managerul deține puterea și pe de altă parte, faptului că informațiile sunt distorsionate la trecerea lor prin canalele informale de comunicare. În cadrul unei organizații este necesar să discutăm atât cu managerii, cât și cu colegii și subalternii.

În procesul comunicării, succesiunea codificare + decodificare este un act implicit, a cărui consistență determină gradul de inteligibilitate. Codificarea este operația prin care inițiatorii comunicării își traduc ideile în seturi de simboluri. Simbolurile conțin informația sau mesajul. Decodificarea este procesul prin care destinatarul interpretează mesajul receptat prin cel puțin două operații cognitive: asociază o semnificație și încearcă să descopere intenția destinatarului.

Feed-back-ul este pasul care încheie episodul comunicării. El poate lua forme diferite: o întrebare care cere suplimentarea informației, o aprobare sau, chiar, tăcerea. Funcțiile feed-back-ului includ informarea partenerului și corectarea mesajului de către destinatar. În această ipostază, comunicarea presupune reversibilitatea mesajelor în cadrul relației care reunește două entități, chiar dacă mesajele nu sunt de același ordin.

Totalitatea relațiilor interumane, a proceselor sociale din cadrul unui grup social, al unei instituții sau al societății în ansamblul ei, nu s-ar putea realiza fără directă implicare a actului comunicării. Însăși existența, structura și funcționalitatea societății nu ar fi posibilă fără schimbul de informații, idei, opinii, sentimente de la o persoană către alta, de la un grup la altul sau între diverse organizații. Întreaga infrastructură a interacțiunii umane este de natură comunicațională, întrucât în absența trimiterii de mesaje, codificării și decodificării lor, precum și a relației de răspuns (feed-back) a participanților la actul de comunicare nu s-ar înfăptui cu eficiență nici un tip de relație interumană.

Comunicarea depinde și de tipurile de limbaje folosite, care, utilizate de unul dintre participanți conferă mesajului anumite semnificații. Limbajului verbal, reprezentat de limba vorbită de locuitori i se adaugă, completându-l și întregindu-l, elemente care includ gesturi, vestimentație, mirosuri, gusturi, toate folosite în cadrul comunicării, oferind sensuri și

interpretări variate. Fiecare act de locuțiune transmite mesaje și prin intermediul acestor limbaje speciale, uneori putând fi în contradicție cu ceea ce se enunță. Semnificația limbajului non-verbal este dependentă de personalitatea și nevoia socială a locutorului, ca și de contextul de desfășurare a procesului comunicării. Un exemplu în acest sens îl reprezintă noțiunea de „distanță socială”, care diferă de la individ la individ și de la o cultură la alta.

Comunicarea non-verbală, reprezentată de acte precum râsul, căscatul, strigătul, mormăitul, dar și expresia facială, gesturi, în special mișcările mâinilor, corpului, poziții adoptate, orientarea privirii, contactul vizual, proximitatea poziției, deține o semnificație intrinsecă. Aceste elemente de limbaj non-verbal sunt asociate celui verbal în mod semnificativ. Chiar și în absența limbajului verbal, aceste elemente sunt suficiente pentru a comunica. Complexitatea procesului de comunicare, în acest sens, poate fi redusă la axioma Școlii de la Palo Alto, și anume: “Nu poți să nu comunici” (Watzlawick, 1972).

Procese din creierul nostru atunci când comunicăm

Când vorbim, unii oameni par să înțeleagă din prima și cele mai mici subtilități ale mesajului, iar alții par să nu înțeleagă mai nimic. Oamenii de știință au încercat să afle motivul. Un studiu, citat de Live Science demonstrează ca atunci când conversăm, creierul nostru intră într-un fel de "conexiune".

Rezultatele cercetării arată că, într-o comunicare verbală reușită, creierul emițătorului acționează "în oglindă" cu creierul receptorului. Aceasta conexiune nu se produce doar la nivelul regiunilor cerebrale folosite pentru procesarea sunetelor ci se extinde în zonele responsabile de nivelurile superioare ale gândirii, cum ar fi cea care procesează mesajele verbale.

„Cred ca ceea ce încercăm să demonstrăm aici este ca acel sentiment de conexiune, pe care îl avem cu toți atunci când interacționăm cu alte persoane, ar putea fi explicat la nivel neuronal", susține cercetătorul Greg Stephens de la Universitatea Princeton (2010).

Cercetarea este prima de acest gen care a urmărit modul în care creierul vorbitorului interacționează cu cel al interlocutorului în timpul procesului de comunicare. Studiile anterioare s-au bazat în principal pe o singură latură a comunicării. "Cred că oamenii de știință au fost preocupați de complexitatea unui astfel de demers; este extrem de dificil să încerci să înțelegi cum funcționează un singur creier, dar să înțelegi modul în care în care două creiere interacționează este un proces infinit mai complicat", spune prof. Uri Hasson, alt cercetător citat de Live Science.

Pentru realizarea studiului, unul din participanți a fost rugat să spună o întâmplare din viața reală, ca și cum i-ar povesti unui prieten, iar ceilalți 11 subiecți au ascultat o înregistrare a acesteia. Rezultatele arată avantajul studierii ambelor părți implicate în conversație, în detrimentul metodelor folosite până în prezent.

Pentru a studia activitatea cerebrală a subiecților în timpul experimentului, cercetătorii au folosit un aparat cu rezonanță magnetică și au urmărit similaritățile dintre procesele neuronale din creierul vorbitorului și cel al interlocutorului.

Astfel, ei au remarcat o serie de conexiuni la nivel cerebral, care se produc inclusiv la nivelul cortexului și al zonei denumite striatum, regiuni responsabile de procesarea informațiilor senzoriale, demonstrând ca regiunile implicate în vorbire sunt de asemenea folosite în procesul de interpretare a mesajului.

"Conexiunea cerebrală este mai intensă decât ne-am fi așteptat", spune prof. Stephens.

"Practic, vorbirea și ascultarea sunt două procese complet diferite, dar se pare că cele

două procese nu sunt atât de distincte pe cât suntem înclinați să credem".

Secretul acestei conectivități este procesul de înțelegere. Atunci când vorbitorul a povestit o întâmplare în limba rusă și a fost ascultat de vorbitori de limba engleză, singurele zone cerebrale care au reacționat au fost cele care se ocupă de procesarea sunetelor. "Atunci când nu înțelegi conținutul mesajului, ceea ce este imposibil pentru nevorbitorii de rusă, conexiunea cerebrală nu este atât de profundă", au explicat cercetătorii.

În cele mai multe situații, răspunsul creierului ascultătorului a venit la scurt timp după emiterea mesajului, ceea ce arată că interlocutorul procesează informația. În unele cazuri însă, răspunsul cerebral al interlocutorului a venit înainte ca mesajul să fie emis, ceea ce înseamnă că acesta anticipează, într-o oarecare măsură, mesajul care urmează să fie comunicat.

La finalul experimentului, ascultătorii au fost rugați să răspundă la o serie de întrebări, pentru a putea vedea cât de bine au înțeles mesajul comunicat. Rezultatul? Cu cât conexiunea cerebrală a fost mai puternică, cu atât mai bine a fost înțeles mesajul. "Deci, cu cât tiparele cerebrale sunt mai asemănătoare, cu atât mai bine ne înțelegem unii cu alții", a concluzionat prof. Hasson.

Neurotransmițătorii

Neurotransmițătorii, sau mediatorii chimici, sunt substanțe chimice care se găsesc în sistemul nervos (de exemplu creier), prin intermediul cărora se face transmiterea, modularea și amplificarea impulsurilor nervoase în sinapse (zona de contact dintre doi neuroni). Existența neurotransmițătorilor a fost confirmată prin cercetările lui Otto Loewi. Aceste substanțe compuse contribuie în procesul de comunicare.

Neurotransmițătorii se clasifică în patru grupe:

- ✓ aminoacizii: GABA (acid gamma aminobutiric), glutamat
- ✓ peptide: somatostatina, vasopresina
- ✓ aminele biogene: norepinefrina, dopamina, serotonina
- ✓ acetilcolina.

Sistemul nervos simpatic face parte din sistemul nervos vegetativ. El este responsabil de așa numita reacție „fight or flight” adică reacția de luptă sau zbor (fugă) în cazul unui pericol mare.

Reacția de „fugă sau luptă” mai este cunoscută și sub numele de răspunsul simpato-adrenal. În cazul activării sistemului nervos simpatic se secretă acetilcolina, care activează secreția de adrenalină (epinefrină) și noradrenalină (norepinefrină). Acestea sunt eliberate în sânge. Sistemul nervos simpatic acționează autonom, fără control conștient și pregătește corpul pentru acțiuni în situații periculoase: creșterea ritmului cardiac, constricția vaselor sanguine, dilatarea pupilelor, piloereția (pielea găinii), dilatarea bronhiilor, scăderea motilității intestinului gros, creșterea transpirației, creșterea presiunii sanguine, dilatarea vaselor sanguine ce irigă inima, reduce secreția glandelor salivare și cauzează o secreție vâscoasă de salivă.

Reacția de „fugă sau luptă”, iar mai nou este adăugat și „înghețul – freeze” le-a fost benefică și necesară oamenilor din cele mai vechi timpuri ca să se apere de primejdii, de pericolele imediate apărute sub formă de amenințare mai ales din partea animalelor sălbatice. Informația a rămas în codul nostru genetic, iar acum se manifestă și în situații de comunicare, ca de exemplu, dacă ți se comunică că ești concediat, creierul percepe mesajul ca o „situație de viață și de moarte” și atunci intră în acțiune acetilcolina, adrenalina și noradrenalina ca în procesul descris mai sus.

Fericirea reprezintă și ea un proces biochimic, ca orice emoție. Fericirea este starea mentală de bine, subiectivă, caracterizată de emoții pozitive, care pot varia de la trăiri intense, euforice, de pasiune sau entuziasm, până la calm și mulțumire. Tocmai această gamă variată de trăiri care sunt asociate cu fericirea o face să fie dificil de definit și de identificat în viața cotidiană.

Substanțele asociate cu fericirea sunt dopamina, serotonina, oxitocina și endorfinele. Acestea din urmă se secretă în timpul sportului, râsului sau sexului, au efect analgezic și induc o stare de euforie.

Oxitocina este hormonul care contribuie la stabilirea relațiilor de prietenie și de iubire, determină creșterea încrederii, loialității și empatiei. Aceasta pune bazele atașamentului și întărește sistemul imunitar. Se secretă îndeosebi prin contact fizic, îmbrățișări, sărut, relații intime. Dar se consideră că responsabile de fericire sunt, în principal, dopamina și serotonina.

Dopamina este implicată în mecanismele de recompensă, învățare, memorie, atenție și stă la baza sistemului de răsplată al organismului. Dacă un comportament este considerat pozitiv, el este recompensat printr-o stare de bine, pentru a fi repetat în viitor. Uneori, simpla anticipare a recompensei produce plăcere. Căile dopaminergice din creier pot fi deturnate de diverse substanțe ca alcoolul, nicotina, zahărul, drogurile sau de anumite comportamente precum jocurile de noroc sau video, pornografia și, astfel, poate fi obținută plăcerea.

Din punct de vedere emoțional, dopamina ne face să ne simțim energizați, motivați, creativi, ne determină să ne dorim lucruri din viitor, să planificăm obținerea lor și să depunem efort pentru ele. Ne poate face să trăim cele mai intense senzații de pasiune sau exaltare, dar, în extrema cealaltă, poate duce la suferință și disperare.

Serotonina este neuro-transmițătorul implicat în reglarea dispoziției, a somnului și a apetitului. Aceasta este asociată cu sentimente de împlinire, realizare, recunoașterea meritelor de către ceilalți, satisfacție, loialitate, statut superior. Serotonina este substanța care consolidează relațiile dintre oameni și răspunde nevoii de conectare cu ceilalți. Suntem ființe sociale și avem nevoie de recunoaștere și validare, atunci când realizăm ceva important.

Suntem recunoscători când cineva ne ajută. Ne simțim plini de încredere în propriile forțe, atunci când ceilalți ne apreciază reușitele. Serotonina induce o stare de calm și mulțumire. Ne permite să ne bucurăm de lucrurile care ne sunt accesibile în prezent, aici și acum.

Unii specialiști fac o delimitare fermă între plăcere și fericire, considerând că sunt două stări total diferite. Experții aduc ca argumente tocmai faptul că una este generată de dopamină, cealaltă, de serotonină. Prima produce senzații plăcute de scurtă durată, cea de-a doua este persistentă. Plăcerea poate fi obținută și prin intermediul substanțelor, fericirea, nu. Una poate produce adicție, cealaltă, niciodată. De cele mai multe ori, plăcerea o putem obține singuri, pe când fericirea acționează resorturi profund umane, care au legătură cu latura socială.

Concluzii

Oameni de știință din diverse domenii au încercat să găsească sursele fericirii. Unul dintre studii a stabilit trei cauze principale: bagajul genetic, circumstanțele de viață, alegerile și acțiunile personale. Există persoane care se nasc cu un potențial mai mare de a se simți fericite. Dar, chiar dacă moștenirea genetică nu a fost propice, chiar dacă evenimentele de viață nu au fost favorabile, tot avem control asupra alegerilor pe care le facem.

Trăim într-o societate care încurajează căutarea în mod excesiv a fericirii efemere date de dopamină. Avem nevoie și de aceasta, deoarece dă culoare și savoare vieții și ne face să ne simțim vii. Este minunat să visăm, să ne stabilim obiective, să ne îndrăgostim, să explorăm, să fim creativi, să mâncăm ciocolată și să experimentăm multe alte asemenea plăceri. Dar ar fi bine să dăm o șansă mai mare serotoninei și fericirii durabile produse de sentimentele noastre de generozitate, empatie, recunoștință, iertare, altruism, prietenie, iubire transmise în timpul proceselor noastre de comunicare.

BIBLIOGRAFIE

Watzlawick, Paul; Beavon, Jeanet; Jackson, Don, (1972), *Une logique de la communication*, Paris: Ed. Le Seuil, p.6

GJ Stephens, LJ Silbert, U Hasson (2010), Speaker – listener neural coupling underlies successful communication, *Proceedings of the National Academy of Sciences* 107 (32), 14425-14430

Miu, A. C., Olteanu, A. I. (2002). Neuroștiințe. De la mecanisme moleculare și celulare la comportament și evoluție, Dacia, Cluj-Napoca

<https://www.livescience.com/6758-successful-conversations-involve-mind-melds-study-reveals.html>

ORGANIZAREA ȘI AMENAJAREA SPAȚIULUI EDUCAȚIONAL ÎN GRĂDINIȚĂ

prof. învă. preșcolar Cojocaru Mihaela
prof. învă. preșcolar Bălan Violeta Rodica
Grădinița Cu P.N.Nr.56 "Crăiasa Zăpezii" Brăila

„Copiii învață mai bine atunci când sunt într-un climat socio-afectiv sigur, când relaționează plăcut cu părinții, cu educatorii și cu ceilalți din jurul lor”.

John Bennet, UNESCO, 2004

Toate tipurile de experiențe trăite de copii la vârsta timpurie, în context formal, nonformal și informal, pun bazele dezvoltărilor ulterioare, formând capacitățile și achizițiile intelectuale, sociale, fizice și culturale specifice, care vor conferi identitate și demnitate proprie. Grădinița este spațiul în care realizăm educația timpurie, după ce copilul a parcurs deja câteva etape de formare (de la naștere la 3 ani)

Este bine să oferim situații variate de joc și activitate, deoarece nevoile copilului, cerințele lui pentru educație sunt diferite, educația adresându-se fiecărui copil în parte și nu copiilor, în general.

Simpla prezență a unor factori de mediu nu este suficientă ca ea să determine transformarea universului psihic al copilului, dacă nu apare interacțiunea dintre acești factori și copil/copil, copil/adulți.

Mediul social este la fel de important ca și mediul fizic creat. Toți copiii învață cel mai bine prin contactul activ cu mediul și cu cei din jur . (colegi, educatoare, părinți). Prin organizarea spațiului grupei pe centre de interes procesul de învățare este unul activ, de socializare, în care copiii interacționează direct cu materialele, cu alți copii, cu adulții, individual, în perechi sau în grupuri mici.



Centrul de activitate: Bibliotecă

În acest centru copiii desfășoară activități din sfera limbajului și a comunicării, un centru foarte important, având în vedere următoarele aspecte:

- ✓ Se dezvoltă înțelegerea simbolurilor(imagini și litere care reprezintă cuvântul vorbit), contactul cu mesajul scris în diversele sale forme de exprimare: imagini, cuvinte, simboluri
- ✓ Se îmbogățesc cunoștințele despre lume și își îmbogățesc vocabularul

- ✓ Se dezvoltă imaginația prin povestiri și repovestiri, convorbiri, crearea de cărticele, jocuri de rol sau dramatizări
- ✓ Se dezvoltă cursivitatea, coerența exprimării, capacitatea de relatare a evenimentelor, de povestire, de recitare de poezii, de compunere de poezii sau ghicitori, de creare de povești noi
- ✓ Se încurajează dorința copilului de a citi (imagini)
- ✓ Se cultivă interesul și respectul față de carte

În acest centru se exersează, îndeosebi, limbajul, contactul cu mesajul scris, dar și deprinderi de exprimare în scris. O cerință importantă este aceea de a deprinde copiii să utilizeze, cu grijă, materialele puse la dispoziție, de a li se cultiva sentimente de prețuire față de carte și de autor.

Să mergem cât mai des în acest centru, să stăm lângă copii, să le citim, să răsfoim împreună cărți!

Centrul de activitate: Știință

Este centrul în care se desfășoară activități din aria Științe (cunoașterea mediului, activități matematice, educație ecologică), unde copiii experimentează, descoperă, explorează și comunică pe baza celor observate. Scopul acestora este dezvoltarea capacităților de cunoaștere și înțelegere a mediului înconjurător și de rezolvare a situațiilor problematice cu care se confruntă în viața de zi cu zi și mai apoi la școală.

Aici, încurajăm dezvoltarea gândirii logice (relațiile cauzale, relațiile spațiale, temporale) și a operațiilor prematematice (grupare, scriere, ordonare, comparare, clasificare, măsurare, etc.)

Copiii care lucrează prin cooperare, învață să lucreze cu ceilalți!

În acest centru dezvoltăm abilități de învățare independentă. Copiii învață să aibă inițiative și să fie independenți. Trebuie să stimulăm cooperarea și învățarea activă, deoarece copiii învață cel mai bine lucrând.

Copiii învață prin cooperare, învață să lucreze cu ceilalți. Capacitatea de cooperare este cunoscută, din ce în ce mai mult, ca o necesitate, atât pentru rezultatele bune în învățare, cât și mai târziu, facilitându-se relaționarea pozitivă.

Spațiul destinat acestor activități este prevăzut cu etajere pentru expunerea diverselor materiale. Acestea se expun pe rând, pentru a nu se produce aglomerare, iar prin schimbarea periodică se stârnește interesul copiilor pentru a le explora.

Tot în acest centru vom afișa Calendarul naturii, care se va completa zilnic, cu ajutorul copiilor.

Centrul de activitate Artă

În acest centru de activitate vom desfășura activități de desen, pictură, modelaj, activități practice. Îl vom stabili într-un loc luminos al clasei, cu posibilități de depozitare a materialelor necesare, dar și de expunere a lucrărilor realizate. Se pot afișa planșe model, reproduceri și albume de artă, diplome obținute de preșcolari la diferite concursuri.

Materialele de lucru trebuie să fie suficiente, de bună calitate, așezate la îndemâna copiilor, să nu fie periculoase (foarfece ascuțite), acuarelele și pasta de modelat să nu fie toxice.

Spațiul de expunere a lucrărilor trebuie să fie într-un loc vizibil și nu foarte aglomerat. Lucrările vor fi schimbate destul de des, având grijă ca fiecare copil să fie apreciat.

În acest centru, îi putem îndruma cu privire la tehnicile de lucru, le putem sugera teme, dar nu le impunem modele. Astfel, pot picta, apoi pot decupa formele pictate sau alte forme, pot picta modelaje obținute din coca, pot rupe, decupa hârtia, pot atașa materialelor din natură (castane, ghinde, conuri) elemente din plastilină, obținând diverse figurine, etc.

Lucrările pot fi individuale, dar pot fi și produsele unor grupuri de copii, caz în care se evidențiază colaborarea, comunicarea prin intermediul culorilor și al simbolurilor grafice și au un efect puternic asupra încheșării comunității de învățare.

Educatoarea poate influența procesul de creație al copiilor, prin atenția acordată și prin comentarii despre culorile folosite, instrumentele de lucru întrebuințate, modul în care s-a folosit spațiul de lucru, etc.

Centrul de activitate Construcții

Centrul destinat construcțiilor este unul dintre cele mai frecventate de copii, de aceea trebuie plasat lângă alte centre active. Trebuie să oferim spațiu suficient de plasare a construcțiilor și de depozitare a jocurilor.

Construind, copilul își dezvoltă gândirea prin relațiile cauzale și spațiale pe care le stabilește între obiecte și rezolvarea unor situații pe care le întâmpină în realizarea construcțiilor.

Copilul se dezvoltă în domeniul socio-emoțional, prin folosirea în comun a cuburilor, prin atitudinea de negociere, în domeniul dezvoltării fizice, prin dezvoltarea musculaturii, coordonarea ochi – mână, în domeniul limbajului prin comunicarea de idei, descrierea construcțiilor, numind, etichetând unele construcții, etc.

Este o zonă preferată de băieți, dar trebuie stimulate și fetițele să participe pentru importanța pe care o au jocurile de construcții în dezvoltarea tuturor copiilor

Materialele puse în acest centru nu trebuie să fie numeroase, cel puțin pentru început, așa încât să poată fi strânse cu ușurință și așezate la locurile stabilite împreună.

În cadrul jocurilor de construcții putem solicita copiilor să folosească numai piese mari/roșii/de formele cerute sau să adune câte 3 cuburi deodată, să le așeze unul lângă altul, unul peste altul, apelând la cunoștințe despre formă, mărime, culoare, poziții spațiale, numerație.

Este important ca noi, educatoarele, să apreciem construcțiile, să le expunem și să fie păstrate pentru o vreme, să fie fotografiate, deoarece produsele rezultate în acest sector nu pot fi păstrate pentru mult timp.

Centrul de activitate Joc de rol

Acest centru este spațiul în care dezvoltarea socio-emoțională se regăsește din plin. Aici, copilul se regăsește într-un mediu ideal și poate să învețe cu plăcere. Prin jocul în acest centru copiii refac locuri, evenimente, imită comportamentul părinților sau joacă roluri ale unor persoane cunoscute, reproduc lumea așa cum o înțeleg ei, repetă, reinterpretează, reproduc și re trăiesc experiențe.

Jocurile desfășurate în acest centru dezvoltă în special, domeniul socio-afectiv, al limbajului și al comunicării, al sănătății și igienei personale, dar și cel senzorial.

Jocul de rol îi ajută pe copii să-și exprime și să-și gestioneze emoțiile, să comunice cu ceilalți, să accepte diversitatea.

Este centrul preferat de fetițe, dar este bine să fie cooptați și băieții, sugerându-le roluri pe care le vor îndeplini când vor fi adulți.

Acest centru este spațiul jocurilor simbolice. Prin astfel de jocuri copiii învață despre ei, despre familie, despre societate, construindu-se astfel conduite sociale de apartenență la grup, de colaborare, de disciplină în grup, de ascultarea opiniilor altora, de toleranță.

Prin acest gen de jocuri, copiii sunt pregătiți să fie adulți în multiplele roluri pe care le au adulții (gospodine, părinți, salariați).

Noi, educatoarele, trebuie să fim prezente, așa încât să nu-l stingherim pe copil, dar să putem interveni cu sfaturi, idei, luând și noi, diverse roluri.

Centrul de activitate Joc de masă

Centrul Joc de masă este preferat atât de băieți cât și de fete prin diversitatea materialelor folosite și care ajută la dezvoltarea preșcolarilor în domeniul afectiv, fizic, cognitiv și al limbajului și comunicării, astfel:

deprinderi de îmbinare, triere, așezare în ordine, clasificare, numărare, punere în corespondență,

percepțiile despre culoare, formă, mărime,

capacitatea de a rezolva situații problematice,

perseverența și sentimentul de bucurie la finalizarea unei sarcini,

cooperarea în realizarea unor produse colective.

Ca și în cazul celorlalte centre de activitate, trebuie să observăm copiii în timp ce se joacă, deoarece jocurile copiilor în aceste spații pot furniza informații valoroase despre aceștia și educatoarea poate interveni în ameliorarea unor probleme care apar.

Centrul de activitate Nisip și apă

Centrul Nisip și apă este gazda experiențelor care asigură DEZVOLTAREA FIZICĂ a copiilor (sub aspectul motricității fine sau grosiere și al dezvoltării senzorio-motorii) și un bun pretext pentru educatoarea de a iniția activități variate care să asigure DEZVOLTAREA COGNITIVĂ.

În acest centru, copiilor trebuie să li se ofere posibilitatea de a explora senzația atingerii nisipului și apei deoarece copiii se simt atrași de nisip și apă, indiferent de vârstă.

Spațiul educational, organizat pe zone, centre de interes, centre de activitate sau arii de stimulare (așa cum au fost denumite în timp și în funcție de specificul grupei), devine un cadru adecvat situațiilor de învățare. Prin felul în care este amenajată sala de grupă, aceasta oferă copilului ocazia să se simtă bine în intimitatea lui, stimulându-i interesul și invitându-l la învățare prin descoperire și explorare.

PARTENERIATUL FAMILIE – ȘCOALĂ FORMĂ DE COOPERARE ȘI COLABORARE ÎN SPRIJINUL COPILULUI

prof. înv. primar Violeta Ion
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

De-alungul timpului, cercetătorii din domeniul educației au fost interesați de identificarea factorilor implicați în mod direct în susținerea și îmbunătățirea actului pedagogic și, implicit, în obținerea de rezultate satisfăcătoare atât la nivel de sistem cât și la nivel de individ.

Au fost cercetate, pe rând:

- ✓ trăsăturile profesorilor de succes,
- ✓ importanța dotării cu materiale satisfăcătoare,
- ✓ influența politicilor potrivite la nivel de sistem,
- ✓ puterea de determinare a unui management strategic de succes,
- ✓ impactul programelor îmbunătățite,
- ✓ atracția ofertelor educaționale mult diversificate.

Ipostaza activității părinților în relație cu școala este analizată, evaluată folosind termenii de parteneri și beneficiari.

Calitatea de beneficiar, recunoscută de **Legea educației naționale** prin art 79, alin (2), oferă părinților o dimensiune reglatoare. Această calitate este susținută de „*principiul centrării educației pe beneficiarii acesteia*” afirmată în aceeași Lege. Ea se materializează în așteptările, cererile pe care le au părinții de la sistemul de învățământ din România.

Calitatea de partener în actul educativ, susținută de „*principiul participării și responsabilității părinților*”, art. 3, alin (p) echilibrează balanța, oferindu-i părintelui, pe lângă dimensiunea reglatoare, și dimensiunea de susținător, prin implicare activă și responsabilă în actul pedagogic.

Potrivit unui studiu efectuat în anul 2016 la Universitățile North Carolina State, Brigham Young și California, Statele Unite, **implicarea părinților în viața copiilor este cea care dictează, în final, rezultatele academice**, și nu renumele școlii sau al profesorilor de la clasă, respectiv modul de predare a lecțiilor.

“Descoperirile noastre le atrag atenția părinților asupra rolului important pe care îl au și pe care nu ar trebui să îl neglijeze. Să investească timp în copiii lor, să le verifice temele, să se implice în activitățile școlare și să îi facă să înțeleagă importanța școlii”, explică unul din autorii studiului.

După părerea mea, cultivarea unor relații de parteneriat efectiv între grădiniță și familie, inițial, în sprijinul educației și creșterii copilului constituie cheia succesului viitor în adaptarea și integrarea școlară. Relațiile de colaborare dintre părinți și unitatea de învățământ pe care o frecventează copilul lor constituie primul pas către o educație deschisă, flexibilă și dinamică a personalității copilului. O educație adevărată și reală se fundamentează în familie și se continuă în grădiniță și școală.

Colaborarea dintre școală și familie presupune o comunicare efectivă și eficientă, o unitate de cerințe și o unitate de acțiune când este vorba de interesul copilului. Parteneriatul educațional este una dintre cerințele-cheie ale pedagogiei contemporane, este un concept și o atitudine.

Acesta presupune:

- ✓ egalizarea șanselor de participare la o acțiune educativă comună;
- ✓ interacțiuni acceptate de toți partenerii;
- ✓ comunicare eficientă între participanți;
- ✓ colaborare (acțiune comună în care fiecare are rolul său diferit);
- ✓ cooperare (acțiune comună cu interrelații și roluri comune).

Scopul general al parteneriatului educațional este cunoașterea reciprocă a punctelor de vedere, a opțiunilor partenerilor prin identificarea nevoilor școlii și ale copiilor, dar și implicarea comună în satisfacerea acestor nevoi. Printre **obiectivele principale ale colaborării dintre instituțiile educative și familie** putem aminti:

înlăturarea factorilor perturbatori în cadrul comunicării grădiniță - școală – familie;
creșterea gradului de implicare a părinților în toate activitățile școlare și extrașcolare;
schimbarea mentalității neadecvate a unor părinți față de grădiniță / școală;
cunoașterea de către părinți a posibilităților și nevoilor psiho-fizice ale copiilor;
învățarea unor deprinderi și tehnici de muncă intelectuală sub formă de activități comune elevi – părinți – cadre didactice.

Ce așteaptă școala de la grădiniță?

„Ca peste tot în societatea modernă, abilitățile de comunicare, sociabilitatea, încrederea în sine, echilibrul emoțional, motivația pentru învățare, curiozitatea reprezintă câteva dintre competențele pe care școala, sistemul educațional le așteaptă de la elevi încă de la clasa 0. Statistic, acomodarea elevilor la intrarea în ciclul primar se realizează cu ușurință, trecerea spre traseul educațional al școlii fiind facilitată de suportul părinților, pregătirea psihologică asigurată în familie dar și de experiențele de motivare realizate în grădiniță. De-a lungul timpului, oamenii de știință au observat că principalul predictor al adaptării eficiente la mediu în viața adultă nu sunt neapărat notele școlare sau un potențial cognitiv ridicat, ci abilitatea copiilor de a stabili relații eficiente cu cei din jur. Grădinița ca sistem de formare este o resursă

Competențele sociale sunt cele care ne permit să fim eficienți în interacțiunile cu ceilalți. Copiii care au dezvoltat aceste abilități se vor adapta mai bine la mediul școlar și vor avea rezultate școlare mai bune. Cei cu abilități socio-emoționale slab dezvoltate (ex. copiii care se comportă agresiv fizic sau verbal, copiii care au dificultăți în a se integra într-un grup de persoane noi) au o probabilitate mai mare de a fi respinși de ceilalți și de a dezvolta probleme de comportament. Astfel, copiii izolați de grup au un risc crescut pentru abandon școlar, delincvență juvenilă, probleme emoționale, anxietate, depresie. Ei pot fi ținta ironiilor altor colegi deoarece copiii mai agresivi pot specula cu ușurință incapacitatea acestora de a se apăra.

Ce așteaptă școala de la părinți? Stabilirea unei legături optime școală-familie, educarea părinților, sunt deziderate în care școala investește încă de la prima interacțiune cu părinții elevilor claselor primare. Școala valorizează părinții implicați în viața educațională a copiilor lor, părinții-parteneri, permanent atenți la nevoile copiilor, care știu să comunice eficient, să disciplineze pozitiv, să monitorizeze îndeaproape comportamentul și dezvoltarea copilului.

Toate aceste aspecte pot duce la instalarea stării de bine, prin respectarea celor trei nevoi psihologice fundamentale ale copiilor, conform teoriei autodeterminării (nevoia de conectare, nevoia de competență, nevoia de control).

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

Antonescu, G. (1973), *Dezvoltarea copilului*, ed. Daci, Cluj-Napoca

Chombart L. ., (1972) *Educația și familia*, București, E.D.P,

FILIPESCU, I.P. (1996), *Tratat de dreptul familiei*, Ed. All, București,

Popescu Neveanu, P., (1977), *Curs de psihologie generală*, București

Păun, E., (1972) *Cunoașterea copilului*, București, E.D.P.

*** Crivinașu, M.,(2013) „Parteneriat educațional grădiniță- familie mijloc de relaționare”, www.timtim-timy.ro

*** Ghid informativ privind creșterea armonioasă a copilului- www.elite-jobs.ro

*** Legea nr. 272/2004 privind promovarea și protecția drepturilor copilului (M. Of. nr. 557 din 23 iunie 2004)

*** Curriculum pentru învățământul preșcolar (3-6/7 ani), 2008

PE ARIPILE JOCULUI...

prof. înv. primar Clas Veronica
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

Motto: „Sufletul și inteligența devin mari prin joc. “ (Jean Chateau)

Jocul este creionul magic care înfrumusețează dezvoltarea ființei umane. El crează punți de legătură între Familie- Grădiniță- Școală-...

Startup-ul are loc în familie! Aici devine o minipepinieră în care copilul învață să se descopere, să se adapteze, să se desprindă pentru viitoarele ieșiri...

Jocul este pentru școlarul mic poarta spre cogniție, spre autocunoaștere, îl ajută să se cunoască emoțional, să relaționeze cu cei din jur, să rezolve situații, să respecte reguli, norme de comportament. Jocul didactic este un mijloc plăcut de învățare, descoperire, repetare/recapitulare, de consolidare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor. Prin jocul didactic se cristalizează, într-un mod interrelațional, cunoștințe, este vectorul care mobilizează cunoștințele, le interiorizează, transformându-le, în final, în achiziții proprii, pentru a fi folosite apoi în mod independent.

Pornind de la aceste premise, învățătorul valorifică jocul, în actul educațional, într-o formă interesantă și plăcută pentru a stimula interesul copiilor, necesar în sedimentarea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor, acestea fiind substratul procesului de formare și dezvoltare a competențelor. Interesul este forța motrice care dă sinergie activității desfășurate și ale cărei efecte se revăd în comportamente modelate, cuantificabile, ce dau substanță competențelor. Despre valoarea interesului copilului pentru activitate întâlnim și în lucrările pedagogilor clasici: Ian Comenius, Rousseau, Ușinski, etc. Jocul didactic este procedeul care face ca exercițiile să devină mai atractive, mai interesante pentru copii. Generațiile de copii de astăzi sunt deficitare în ceea ce privește mișcarea, joaca, fiind „sclavii” gadgeturilor și atunci energia acumulată, neconsumată se revarsă în sala de clasă. Însă învățătorul, care dispune în bagajul său de o paletă largă de competențe profesionale, cognitive, psihopedagogice, măiestrie pedagogică, va fructifica în mod pozitiv această energie neconsumată, prin joc.

Astfel, mișcarea, întrecerea, interpretarea unor roluri transformă plictisitoare exerciții în acțiuni concrete, plăcute, care înlesnesc înțelegerea și asimilarea cunoștințelor. Jocul „aduce” învățarea mai aproape de elevi, o coboară de pe pedestalul băncilor și o integrează în universul lor.

Prin joc, care înseamnă lucrul în echipă, fiecare elev este activ, este valorificat potențialul fiecăruia, creativitatea, imaginația, învață să lucreze în echipă, se potolesc orgolii, învață că, dacă el nu este pregătit, va avea de suferit sau va pierde toată echipa. Sunt principii

care vor face parte din stilul lui de viață, ca viitor adult. Un alt beneficiu al jocului didactic, constă în efortul propriu depus de elev în desfășurarea activității, ceea ce dă durabilitate materialului nou însușit, achizițiilor dobândite. Astfel se creează rețele neuronale care vor ajuta la prelucrarea informațiilor, la retenția acestora în câmpul cognitiv.

Învățătorul trebuie să fie atent la feedbackul elevilor, pentru a le putea oferi sprijinul necesar, să descopere interesele și preocupările elevilor. De asemenea, dezvoltarea socio-emoțională a copilului, în perioada școlarității mici, este încă un teren fertil, care are nevoie de prelucrare. Pe lângă acele competențe cognitive, învățătorul trebuie să acorde atenție și formării, dezvoltării competențelor emoționale. Și acestea se pot învăța prin crearea de situații de învățare.

Un loc important în acțiunea educațională îl ocupă și jocul muzical, acesta fiind realizat în funcție de particularitățile de vârstă. El contribuie la dezvoltarea simțului ritmic și al celui melodic al elevilor, având un caracter foarte variat, de la jocuri, care constau în rostirea silabisită și ritmică a unor versuri, la jocurile sub formă de exerciții pentru omogenizarea vocii, adică executarea vocalizelor.

Jocurile muzicale ajută și la deprinderea de a executa diferite mișcări în funcție de ritmul muzicii, acestea contribuind la dezvoltarea coordonării mișcărilor, activizând și pe elevii mai puțin energici. Ele deschid porțile către o Stare de Bine. Asigură o plenitudine facilă către cei din jur. Așadar copilul „gustă” beneficiile conlucrării, colaborării. Învăță să ia inițiative, să se bucure, să-i asculte pe ceilalți.

Aceste

jocuri ajută, de asemenea, și la formarea unei pronunții corecte și clare a cuvintelor, ceea ce duce la o interpretare mai frumoasă a cântecelor, dezvoltându-se simțul melodic. Simțul melodic se referă în primul rând la formarea priceperii de a diferenția înălțimea sunetelor, ajungându-se treptat la deprinderea de a percepe sunete cu diferențe mici de înălțime. Prin jocurile muzicale este mobilizată comunicarea verbală, nonverbală, paraverbală, ceea ce îi demonstrează copilului de ce muzica este considerată un alt fel de limbaj. Îl ajută, atunci când nu găsește cuvintele potrivite, să comunice, îl ajută să își „ordoneze” emoțiile. Toate aceste aspecte relevante se desprind din analiza etimologică a cuvântului *joc* : „jocul” în latină înseamnă amuzament sau „ludus” care vine tot din latină și înseamnă joc, școală și învățare.

Jocul este punctul de interferență între familie- grădiniță- școală... Este acel circuit plinar care vitaminizează simțămintele ființei.

BIBLIOGRAFIE:

1. Chateau, J., 1972, *Copilul și jocul*, București, Editura Didactică și Pedagogică
2. Gardner, H., 1983, *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*, New York: Basic

ROLUL GRĂDINIȚEI ÎN STAREA DE BINE A PREȘCOLARULUI

prof. învă. preșcolar Minaev Mirela-Nicoleta

prof. învă. preșcolar Tobă Cristina

Grădinița Cu P.P. Nr.2, Brăila

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

Locul în care un copil își petrece prima parte din copilărie este grădinița. Mediul grădiniței și lumea în care copiii cresc și învață, continuă să se schimbe. În acest context, starea de bine trebuie actualizată pentru că este în continuă schimbare, iar existența sau absența acesteia, poate afecta succesul în procesul de învățare. În procesul educațional este important că educatorul să înțeleagă:

- ✓ potențialul pe care starea de bine îl poate avea pentru o schimbare pozitivă;
- ✓ ce este necesar pentru a promova starea de bine;
- ✓ cum poate deveni starea de bine o forță puternică în procesul de învățare și dezvoltare a preșcolarilor.

În termeni foarte generali, starea de bine poate fi descrisă drept calitatea vieții unei persoane, incluzând aspecte cognitive, emoționale, sociale, fizice și spirituale. Ea poate fi modelată printr-o serie de influențe generale, inclusiv gradul în care există o posibilitate de alegere, atingerea obiectivelor semnificative, relații pozitive, bucurie, creștere și dezvoltare personală, sănătate și siguranță. Pentru că preșcolarii își petrec o bună parte din timp în grădiniță, aceasta trebuie să fie un loc propice pentru conturarea stării lor generale de bine, cu toate aspectele sociale, fizice și emoționale. Relația copil-copil și relația copil-adult, precum și calitatea mediului de învățare, influențează atât progresul școlar cât și rata abandonului școlar. Iată câteva căi prin care mediul școlar poate îmbunătăți starea de bine socială, emoțională și capacitatea de învățare:

- ✓ să fie cald, prietenos și să recompenseze învățarea;
- ✓ să promoveze în special cooperarea și mai puțin competiția;
- ✓ să ofere susținere și să faciliteze comunicarea deschisă;
- ✓ să încurajeze activitățile creative și recreative;

Legătura dintre grădiniță și familie, prin implicarea părinților acum se poate consolida.

Solicitarea de idei în acest sens din partea părinților poate aduce soluții atât de simple dar și

eficiente în același timp și agreate de copii. Implicarea părinților în activitățile preșcolare și luarea deciziilor este un lucru esențial pentru grădiniță, în acest fel promovându-se starea de bine și atmosfera prietenoasă. Având informații referitoare la situația familială și la necesitățile copilului, educatorul îl poate înțelege mai bine pe copil și își poate adapta modul de predare, reducându-se probabilitatea de a-i ignora tradițiile și valorile deprinse în familie. Absența contactului între grădiniță și familie, duce la trecerea neobservată a problemelor și

schimbărilor majore din viața copilului, în timp ce un climat pozitiv în grădiniță și o relație bună grădiniță-familie vor asigura mediul pentru dezvoltarea preșcolarului, a încrederii și a stimei de sine. O grădiniță prietenoasă asigură preșcolarilor suportul emoțional și social și îi ajută să dobândească încrederea de a vorbi liber despre grădiniță și viața lor în cadrul acesteia, găsim-o mai atractivă.

Când copiii cooperează în procesul de învățare, implicarea în rezolvarea sarcinilor este mai mare, se ajută între ei mult mai mult, munca lor devenind mai atentă, aprofundată și bine prezentată. Tehnicile active de învățare, cum ar fi implicarea în proiecte școlare bazate pe anumite teme, ar putea fi noi pentru ei și prin urmare se impune formarea acestora pentru dobândirea de abilități și încredere în folosirea lor. Starea de bine trebuie privită sub aspect multidimensional. Astfel, ea include aspecte cognitive, emoționale, sociale, fizice și spirituale.

Din punct de vedere cognitiv, starea de bine este asociată cu realizarea și succesul, cu felul în care sunt prelucrate informațiile și luate hotărârile. Bunăstarea cognitivă este importantă pentru dobândirea cunoștințelor și pentru învățare. Din punct de vedere emoțional, starea de bine se referă la conștiința de sine și adaptarea emoțională și este dependentă de capacitatea de auto-reflecție.

Din punct de vedere *social*, starea de bine se referă la experimentarea unor relații pozitive și conectarea cu ceilalți și este importantă pentru un comportament pro-social și empatia față de cei din jur.

Din punct de vedere *fizic*, starea de bine reprezintă măsura în care o persoană se simte sănătoasă și în siguranță din punct de vedere fizic. Bunăstarea fizică se reflectă în sănătate.

Din punct de vedere *spiritual*, starea de bine se referă la sentimentele unei persoane, convingerile, valorile și normele etice, la sensul vieții și la scop. Aceasta poate include conexiunea la cultură, religie sau comunitate. Starea de bine este influențată de posibilitatea de alegere, atingerea obiectivelor semnificative, relații pozitive, bucurie, creștere și dezvoltare personală, sănătate și siguranță. Când copiilor li se dă posibilitatea de alegere și oportunități de a participa la activități care sunt de interes și valoare pentru ei, bunăstarea lor este ameliorată.

Relațiile pozitive asigură conectarea și sentimentele de apartenență și sunt esențiale pentru starea de bine, crescând stima de sine. Aceste relații sunt caracterizate prin interacțiuni constructive. Ele sunt importante deoarece ajută la dezvoltarea aptitudinilor sociale și emoționale și stau la baza altor relații pozitive, de respect și grijă față de colegi.

Bucuria sau prezența emoțiilor pozitive eficientizează învățarea și poate ameliora starea de bine a preșcolarului. Bucuria unui copil mărește capacitatea de gândire creativă și inovatoare pentru o rezolvare mai eficientă a problemelor, pentru o mai mare satisfacție și mai multă încredere. Una dintre cele mai importante trăsături ale unei instituții școlare o reprezintă climatul școlar.

Când atmosfera din grădiniță este neprietenoasă, îngrijirea nu este atentă, lipsește încurajarea și recompensarea, sănătatea mentală, atât a copiilor cât și a educatorilor poate fi afectată. Impactul unei atmosfere neprietenoase este dăunător dacă persistă o perioadă mai lungă de timp. Rolul educatorului include grija pentru bunăstarea psihică a preșcolarilor.

Cadrele didactice sunt factorul cel mai important în crearea unei atmosfere eficiente și incluzive și joacă un rol important în furnizarea de experiențe de învățare și oportunități care dezvoltă și modelează caracterul și crește starea de bine a copiilor. Avantajele unui mediu

școlar propice, pozitiv constau în bunăstarea și fericirea, întărirea sentimentului de apartenență și o mai bună calitate a vieții celor implicați în procesul instructiv-educativ. Starea de bine este strâns legată de învățare și motivație. Starea de bine în timpul copilăriei pune temelii solide pentru o sănătate bună la maturitate.

Grădinița are un rol esențial în conectarea dezvoltării caracterului la copii cu bunăstarea individuală și colectivă, care pe termen lung, va modela valorile și atitudinile societății în care trăiesc.

BIBLIOGRAFIE:

- <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2014/12/Sinteza-stare-de-bine-in-scoala-2019.pdf>
- IOANA ONUT-CHERECHIANU, „Cu pași mici și fericiți-Adaptarea la grădiniță și școală”, Editura Diana, 2016

COMUNICAREA EFICIENTĂ CU COPIII

prof. înv. primar Moise Carmen
prof. înv. primar Halici Lavinia
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

„Fiecare comunicare este o șansă de a împuternici pe cineva. Învăță când să fii tăios, când să fii agreabil și când să menții o poziție echivocă”

(Bruce Hyland)

Ce este de fapt „starea de bine”? Starea de bine este starea în care te simți confortabil, sănătos și fericit; este o stare pe care și-o dorește fiecare la locul unde își desfășoară activitatea;

De ce oare acest lucru ar ajuta la școală atât elevii cât și profesorii? Este deja constatat științific că, atunci când suntem fericiți, învățăm mai bine; că suntem deschiși noului când ne simțim în siguranță și confortabili; că învățăm mai bine când dormim suficient; că vorbim/ comunicăm mai bine unii cu alții atunci când adoptăm o atitudine potrivită.

Comunicarea este o componentă esențială a vieții, care, pentru a-și atinge scopul, trebuie înțeleasă cât mai corect. Comunicarea reprezintă schimbul unei particule dintr-o parte a spațiului în altă parte a spațiului, particula reprezentând subiectul comunicat: un obiect, un mesaj scris, o idee. Comunicarea are o mulțime de înțelesuri, o mulțime de scopuri și cam tot atâtea metode de exprimare și manifestare. Nu există o definiție concretă a comunicării însă se poate spune cel puțin că, comunicarea înseamnă transmiterea intenționată a datelor, a informației.

Potrivit reprezentanților Școlii de la Palo Alto, cele mai importante principii care stau la baza comunicării pentru crearea „stării de bine” sunt:

- ✓ comunicarea este inevitabilă;
- ✓ comunicarea se dezvoltă în planul conținutului și cel al relației;
- ✓ comunicarea este un proces continuu și nu poate fi abordat în termeni de cauză-efect sau stimul-reacție;
- ✓ comunicarea are la bază vehicularea unei informații de tip digital și analogic;
- ✓ comunicarea este un proces ireversibil;
- ✓ comunicarea presupune raporturi de putere între participanți;
- ✓ comunicarea implică necesitatea acomodării și ajustării comportamentelor.

Lipsa comunicării duce la îndepărtarea iminentă față de grup. Este eficient să comunicăm, cu elevii în termenii acceptării sentimentelor, chiar dacă dorim să punem capăt comportamentelor inacceptabile. Putem „țese” în rândul elevilor o stare de bine pornind de la modul cum comunicăm cu ei. Când comunicăm cu copilul trebuie:

- ✓ Să folosim un vocabular adecvat

Folosirea unui vocabular adecvat în comunicarea cu copiii are două semnificații și necesită atât folosirea unui vocabular pe care copiii îl pot înțelege dar și a unui acceptabil din punct de vedere social. În comunicarea cu copiii, trebuie utilizate cuvinte pe care înșiși copiii le folosesc. Atunci când se comunică cu copiii, adultul trebuie să-și ajusteze privirea la nivelul ochilor copilului în timp ce-i comunică ceva, ca semn de respect față de el.

- ✓ Folosirea unui ton calm

Este bine știut faptul că copiii sunt foarte sensibili, iar atunci când adultul îi comunică ceva pe un ton ridicat, el nu mai este atent la ceea ce i s-a comunicat ci la tonul în care i s-a

comunicat, iar mesajul transmis este obstrucționat. Copilul va înțelege mesajul transmis și importanța acestuia prin folosirea unui tonus calm și controlat permanent.

✓ Folosirea unui limbaj corporal adecvat

Atunci când adultul vrea să transmită copilului că este mândru de fapta bună pe care a făcut-o, trebuie să-și deschidă brațele pentru a îmbrățișa copilul și nu să se uite urât la el și cu mâinile la spate, deoarece astfel îi transmit un mesaj care îl va induce în eroare (nu va mai ști să discearnă binele de rău).

✓ Folosirea timpului cu înțelepciune

Prin folosirea unei simple întrebări “Ce faci?” venită din partea adultului îi dă copilului încredere în el, îl face să se simtă important. Analiza tranzacțională consideră acest tip de act ca fiind un stroke. Stroke-urile pot fi: verbale și nonverbale; pozitive și negative; condiționate și necondiționate. Aceste tipuri se pot combina astfel:

- ✓ Stroke verbal, pozitiv, necondiționat: „Te iubesc!”;
- ✓ Stroke verbal, negativ, necondiționat: „Te urăsc!”;
- ✓ Stroke nonverbal, pozitiv, necondiționat: un salut făcut cu mâna;
- ✓ Stroke nonverbal, negativ, necondiționat: pumnul ridicat amenințător;
- ✓ Stroke verbal, pozitiv, condiționat: „Ai făcut o treabă bună!”;
- ✓ Stroke verbal, negativ, condiționat: „Nu faci nimic bun niciodată!”;
- ✓ Stroke nonverbal, pozitiv, condiționat: o îmbrățișare dată cuiva cine te-a ajutat;
- ✓ Stroke nonverbal, negativ, condiționat: o palmă primită după ce ai spus ceva unei persoane. .

Cercetările au arătat că, între a primi stroke pozitiv, a nu primi nici un stroke și a primi stroke negativ, cel mai rău lucru care i se poate întâmpla unui om este lipsa de stroke-uri, ceea ce concordă cu binecunoscuta vorbă: „Iubește-mă, urăște-mă, dar nu mă uita!”. Putem vedea un stroke pozitiv ca pe o mică bucatică de iubire dată de către o persoană și primită de alta. Cu toții avem nevoie de stroke-uri și unii chiar se străduiesc din greu să le obțină, dar la copii se simte cel mai bine nevoia de a li se spune că sunt iubiți. Un aspect important al stroke-urilor este că acestea sunt gratuite. Steiner sugerează că fiecare dintre noi am fost îndoctrinați de către părinți cu cinci reguli foarte restrictive vis-a-vis de stroke-uri. Părinții noștri ne dădeau stroke-uri limitate determinându-ne astfel să muncim din greu pentru fiecare dintre ele. Copilul învață repede că pentru a le obține trebuie să se comporte așa cum vor tata și mama. Așa ajungem că și noi, la rândul nostru, să fim reticenți în a da și primi stroke-uri, deși, în realitate, nu este cazul, stroke-urile sunt la îndemâna noastră mereu și sunt nelimitate. Iată cele cinci reguli de stroke-uire pe care, noi adulții, le învățăm în copilărie și datorită lor ajungem să limităm factorul „bunăstare” a vieții noastre:

Nu da stroke-urile pe care dorești să le dai- uneori, avem tendința de a ne reține în a spune lucruri frumoase despre cineva, iar când vrem totuși să le spunem, s-ar putea să fie prea târziu, mometul trece și sigur ne pare rău.

Nu cere stroke-urile de care ai nevoie-unii dintre noi avem nevoie de stroke-uri permanent, dar nu le cerem, așteptăm ca persoana de lângă noi să ghicească cam ce am dori, când ar fi foarte simplu să spunem ceea ce dorim.

Nu accepta stroke-urile pe care le dorești- foarte mulți dintre noi ne rușinăm când primim stroke-uri și schimbăm repede subiectul. Un stroke este un cadou pentru cel care-l primește.

Nu refuza stroke-urile pe care nu le vrei-nu suntem obligați să punem la suflet lucrurile negative care ni se spun, ci să ne aducem aminte lucrurile frumoase care s-au spus despre noi.

Nu-ți oferi stroke-uri- ar fi bine să ne oferim singuri cuvinte frumoase despre noi, să nu așteptăm de la alții.

Toate aceste reguli de stroke-uire prezentate mai sus le-am învățat în copilărie dar.. orice învăț are și un dezvăț. Ar fi bine să facem o revoluție și să întoarcem aceste reguli cu capul în jos obținând astfel altele care ne sunt de un folos mult mai mare.

- ✓ Dați stroke-urile pe care vreți să le dați
- ✓ Cereți stroke-urile de care aveți nevoie
- ✓ Acceptați stroke-urile pe care le primiți
- ✓ Nu acceptați stroke-urile pe care nu le vreți
- ✓ Oferiți-vă vouă înșivă stroke-uri (multe)

Aceste reguli noi au puterea să ne ofere o viață plină de căldură și sentimentul că suntem acceptați și iubiți. O comunicare eficientă este aceea în care subiectul își exprimă în mod deschis și direct sentimentele și îl încurajează în același timp pe partener să facă la fel. Calitatea actului de comunicare mai depinde într-o mare măsură de codul în care se face transmiterea mesajului cât și de canalul de comunicare. Codul trebuie elaborat în funcție de receptor și trebuie să permită cea mai bună transmitere a mesajului. Cei care încearcă să găsească un cod comun de înțelegere cu copiii ar trebui să fie în primul rând părinții și apoi profesorii. A comunica nu înseamnă a te exprima sau a-i transmite celuilalt o informație, ci înseamnă a pune ceva în comun, plecând de la cele patru elemente de bază ale comunicării: a cere, a da, a primi, a refuza.

Concluzionând, comunicarea este cea care ne ajută să relaționăm mai ușor, ne dă posibilitatea de a ne exprima în mod direct gânduri, sentimente, emoții și ne favorizează accesul la toate palierele sociale în condițiile unei evoluții perseverente în profunzimea artei de “a comunica”.

BIBLIOGRAFIE:

Adela Faber, Elaine Mazlish, *Comunicarea eficientă cu copiii acasă și la școală*, Editura Curtea Veche, București, 2007.

Ion Ovidiu Pânișoară, *Comunicarea eficientă*, Editura Polirom, 2003.

Alex Mucchielli, *Arta de a comunica*, Editura Polirom, 2005.

STAREA DE BINE A COPILULUI LA ȘCOALĂ

prof. înv. primar Suzana Purice
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

Era informației a adus modificări importante tuturor factorilor educaționali. Începând cu familia, cu timpul pe care aceasta îl dedică activităților cu copiii, cu mijloacele pe care le oferă pentru a crea starea de bine a propriilor copii, cu metodele de comunicare abordate, și continuând cu grădinița și școala, care sunt, la rândul lor, nevoite să se adapteze, atât din punct de vedere al conținutului, cât și al formei de prezentare a mesajului.

Școala nu mai poate rămâne ancorată în trecutul în care relația dintre participanții la actul educațional era una de subordonare, ci trebuie să pună în prim plan relațiile dintre oameni, axate pe comunicare, creativitate și flexibilitate în gândire.

În plus, trebuie să avem în vedere că educația „este domeniul care are cel mai mare impact asupra societății. Vrei, nu vrei, trebuie să treci prin școală un anumit număr de ani. Acei ani în mod cert vor lăsa o amprentă în sufletul tău și îți vor influența viața mai mult decât conștientizezi la vârsta respectivă. Abia ulterior realizezi de cât de mult au contat respectivii ani pentru tine, pentru viața ta. Poate fi vorba despre o experiență pozitivă, fie una negativă, dar în mod cert te vei raporta la ea anii care urmează”.

Conceptul *Stare de bine* nu este clar definit sau identificat în politicile naționale ale educației de stat. Accentul și sfera de referință pentru bunăstarea elevilor în învățământul de stat variază considerabil în funcție de abordările individuale ale cadrelor didactice, fără să fie legiferată.

Dar preocupări privind sănătatea psihică și starea de bine se regăsesc în cercetări ale Institutului Național de Sănătate Publică prin Centrul Național de Evaluare și Promovare a Stării de Sănătate. Acesta a realizat, în 2017, Raportul Național de Sănătate a Copiilor și Tinerilor din România. Studiul arată că Organizația Mondială a Sănătății a dezvoltat un nou concept, *Profilul de mediu psihosocial*, pentru a ajuta deopotrivă profesorii, elevii și părinții în demersul de realizare a unui climat pozitiv în școli, ca mijloc de ameliorare a calității școlii și promovare a bunăstării fizice și mentale a tinerilor.

Astfel, în Raportul mai sus amintit arată că școala joacă un rol pivotal în dezvoltarea caracterului copiilor și tinerilor și interrelaționarea lor, în asigurarea stării de bine individuale și colective. Mediul psiho-social școlar se referă la mediul social, relațiile interpersonale în școală și felul în care elevii și personalul interacționează, dar se referă și la experiența elevilor referitoare la procesul de învățare.

Pentru susținerea aspectelor teoretice s-a realizat o cercetare pe un eșantion reprezentativ în conformitate cu recomandările cuprinse în documentul Organizației Mondiale a Sănătății - *Creating an Environment for Emotional and Social Well-Being: An important Responsibility of a Health-Promoting and Child-Friendly School*. În intervalul școlar 2014-2016 au fost chestionați 2362 elevi și 1633 cadre didactice dintr-un număr de 40 unități de învățământ din 21 de județe (38 școli).

Această cercetare a evidențiat faptul că profesorii sunt factorul principal în crearea unei atmosfere pretenoase, recompensatoare, încurajatoare, iar școala trebuie să recunoască, să sprijine și să încurajeze capacitățile în creștere a copiilor care învață.

Din chestionarele celor intervievați au reieșit datele cuprinse în figura de mai jos:

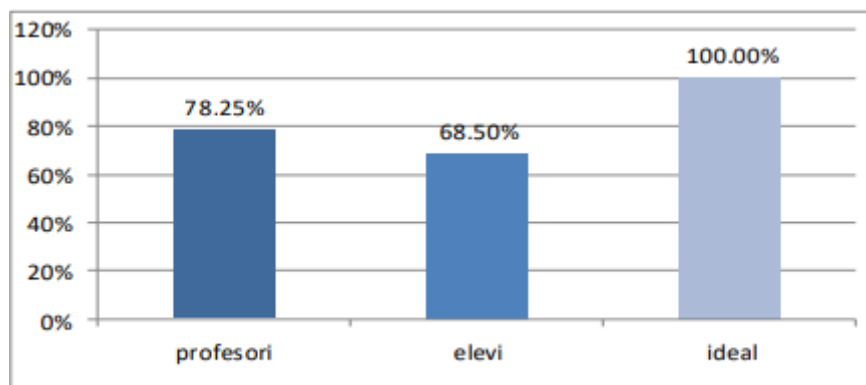


Fig. 1 Asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare

Sursa: http://insp.gov.ro/download/cnepss/stare-de-sanatate/rapoarte_si_studii_despre_starea_de_sanatate/sanatatea_copiilor/rapoarte_nationale/Raport-National-de-Sanatate-a-Copiilor-si-Tinerilor-din-Romania-2017.pdf

Se poate observa o diferență de percepție între profesori și elevi în privința asigurării unei atmosfere prietenoase. În timp ce prima categorie consideră în mai mare măsură că școala asigură în un climat adecvat, din perspectiva elevilor cerințele pentru asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare sunt acoperite într-o mai mică măsură.

Practic, rezultatele studiului arată că, la nivel național, școala trebuie să-și revizuiască aspectele referitoare la comunicarea dintre profesori și elevi astfel încât să se poată obține soluțiile referitoare la crearea unui climat educațional favorabil, obținându-se *starea de bine*.

De altfel, acest lucru se și întâmplă în ultimii ani, căci managementul școlar a evoluat în direcția creării unui mediu în care fiecare elev și profesor să se simtă încurajat și apreciat, pentru a se implica în propria formare și în procesul de luare a deciziilor, a încurajării exprimării propriilor opinii, în contexte diferite, a sprijinirii inițiativelor acestora.

Dacă la nivel macro, studiile au relevat unele dintre concluziile de mai sus, la nivel micro, al clasei de elevi, pot spune, din observațiile făcute cu privire la elevii mei, că starea de bine este indusă de diferite jocuri și activități propuse, dincolo de lecții.

De exemplu, una dintre activitățile zilnice este *Elevul secret* – dimineața extrag, dintr-un vas, un bilețel pe care este scris numele unuia dintre elevi. Acesta devine elevul secret al zilei, iar dezvăluirea numelui se face la sfârșitul programului, când analizăm dacă, în urma comportamentului elevului respective, poate primi o recompensă.

O altă activitate care a avut un mare impact în rândul elevilor mei a fost scrierea unei povești în care fiecare elev a fost personaj. Am tipărit o mică broșură cu povestea respectivă, iar citirea poveștii, de Ziua Internațională a Cititului Împreună 2022 a dat fiecăruia posibilitatea de a-și citi replica. În acest fel s-au simțit valorizați, apreciați, importanți.

De asemenea, excursiile tematice, lecțiile out-door, în cadrul cărora sunt folosite diverse obiecte și lucruri din mediul înconjurător, prin intermediul cărora învață diferite lucruri din conținuturile programei, dar învață și să socializeze, sunt alte metode prin care putem crea starea de bine a elevilor din clasa noastră.

Jocurile folosite în cadrul orelor sunt metode de cunoaștere reciprocă, de interacțiune, de stabilire a unor relații între membrii grupului.

O altă sursă de generare a stării de bine sunt activitățile din cadrul parteneriatelor. Participarea elevilor la activități artistice, cu diverse ocazii, alături de părinți sau elevi din alte școli provoacă o adevărată plăcere în rândul acestora, entuziasmul și dăruirea copiilor aduc întotdeauna voia bună și recunoștința în rândul participanților.

De asemenea, diplomele și distincțiile obținute de elevi la concursurile școlare sporesc întotdeauna bucuria și reprezintă ocazii de a sărbători, pentru accentuarea stării de bine în clasa noastră.

În concluzie, o școală în care starea de bine este la ea acasă, e o „școală vie” , un adevărat „furnicar”, în care se regăsește amprenta fiecăruia, în care la orice pas, pe holuri, în clase se regăsesc produse ale muncii elevilor, coordonați de profesorii lor, care le transmit și îi învață bucuria de învăța, de a descoperi, de a experimenta împreună starea de bine.

BIBLIOGRAFIE:

1. Fecioru-Cantemir Daniela, *Cum cultivăm starea de bine în școli*, în volumul colectiv ”Starea de bine a profesorilor și elevilor: resurse, impact și idei practice”, Asociația Europeană a Profesioniștilor în Educație EDUMI, București 2021.

2. Huțuleac Dragoș, *Rolul cadrului didactic este acela de a descoperi cât este de bun și deștept copilul din fața lui, nicidecum cât este de rău și prost*, în volumul colectiv „Educația românească în contextul globalizării”, Editura Cadrelor Didactice, Bacau, 2018.

*** [http://insp.gov.ro/download/cnepss/stare-de-](http://insp.gov.ro/download/cnepss/stare-de-sanatate/rapoarte_si_studii_despre_starea_de_sanatate/sanatatea_copiilor/rapoarte-nationale/Raport-National-de-Sanatate-a-Copiilor-si-Tinerilor-din-Romania-2017.pdf)

[sanatate/rapoarte si studii despre starea de sanatate/sanatatea copiilor/rapoarte-nationale/Raport-National-de-Sanatate-a-Copiilor-si-Tinerilor-din-Romania-2017.pdf](http://insp.gov.ro/download/cnepss/stare-de-sanatate/rapoarte_si_studii_despre_starea_de_sanatate/sanatatea_copiilor/rapoarte-nationale/Raport-National-de-Sanatate-a-Copiilor-si-Tinerilor-din-Romania-2017.pdf)

*** <https://www.creatorideeducatie.ro/concurs/starea-de-bine-a-elevului-la-scoala/>

STAREA DE BINE CREATĂ DE PARTENERIATELE EDUCAȚIONALE ÎNTRE ȘCOALĂ ȘI GRĂDINIȚĂ

prof. învă. primar Chirac Elena Cristiana
Școala Gimnazială „Mihu Dragomir” Brăila



ARGUMENT

„A educa un copil înseamnă a-i lua sufletul în mâini și a merge împreună pe cărarea cunoașterii. Înseamnă a-i ține destinul în mâini cu conștiința că poți determina, în maremăsură, reușita sau eșecul în viață”.

Trecerea de la grădiniță la școala primară este un eveniment important și modul în care copilul se adaptează la mediul școlar este asociat cu mediul în care fac față provocărilor noii situații. Mai mulți autori văd adaptarea copiilor la clasa Pregătitoare ca fiind un determinant crucial al eventualului succes sau eșec școlar. Copiii își creează o imagine sau „reputație” în primul lor an de școală care tinde să fie caracteristică nivelului performanțelor școlare în anii următori.

Din foarte multe puncte de vedere schimbarea adusă de intrarea în vârsta școlară este dramatică, fiind în același timp și un pas hotărâtor în viață. Copilul trebuie să învețe să stea în clasă, în bancă, și să dobândească multe cunoștințe formale. Problemele cu care se confruntă sunt abstracte, rupte de context, iar interacțiunea dintre copil și persoana care încearcă să transmită informație - învățătorul, profesorul - este foarte diferită de cea dintre copil și părinte. În școală i se cere copilului să stea jos, să răspundă numai când e întrebat, iar răspunsurile să fie oficiale. Trebuie să se supună autorității și regulilor pe care această autoritate le impune și trebuie să se conformeze și mai mult expectanțelor adulților.

Intrarea copilului într-un mediu cu totul nou produce anumite tensiuni interioare chiar și la copilul dornic de a începe școala, datorită lipsei de familiaritate a locului, a învățătorului, a celorlalți copii. Frica de școală este uneori alimentată chiar de părinți care ei înșiși consideră școala ca neprimitoare, plină de restricții. Apare cerința unui efort susținut, a muncii constante, nevoia de a intra în competiție și a obține performanțe. În același timp se modifică și relația copil-părinte, acesta din urmă devenind relativ brusc mai sever și mai atent la trăsături ca neatenția sau hiperactivitatea, probleme din ce în ce mai frecvente la copii.

Implicarea celor trei factori esențiali: familia-grădinița-școala în asigurarea calității demersului didactic este o prioritate a învățământului sec. XXI; dorința noastră este de a dezvălui premisele motivaționale și a incita la implicare activă.

Noi, echipa implicată în acest proiect încercăm să găsim lucrurile care să îndrepte copilul spre fericire, educându-l astfel încât să poată deveni o „binecuvântare” pentru lume, oferindu-i strea de bine necesară.

Prin modul cum organizăm și desfășurăm întreaga paletă de activități, vom reuși să dezvăluim copiilor frumusețea vieții, prin implicarea în activități comune plăcute care vor duce la starea de bine atât a elevilor și prescolarilor, cât și a cadrelor didactice.

Vom realiza pe deplin obiectivele propuse folosind mijloacele educative și de învățare moderne, care să fie acceptate de către copii. Plăcerea și bucuria de a rezolva o situație, o problemă, de a stabili relații de prietenie și colaborare, vor face ca efortul depus pentru rezolvarea lor să nu fie o povară.

Desigur, lăsăm loc spontaneității și actului liber, valorificăm fiecare moment, ținem cont de faptul că “fiecare învață de la fiecare” și că schimbul de idei sau sentimente antrenează întreaga personalitate a protagoniștilor.

Numai acționând unitar vom asigura caracterul de continuitate al conținutului, formelor și mijloacelor de instruire și educare a copiilor, facilitând în mod evident condițiile de adaptare și integrare a lor la noile cerințe impuse de noul curriculum, la realitatea contemporană. Toți copiii, indiferent de etnie ori alte criterii au dreptul la șanse egale.

SCOPUL

- ✓ Necesitatea ca învățătorii să cunoască specificul activităților organizate cu preșcolarii și
- ✓ performanțele copiilor pentru a ști de unde pornește;
- ✓ Dezvoltarea valențelor morale și artistice ale școlarilor și preșcolarilor;
- ✓ Educarea sentimentelor de prietenie;
- ✓ Formarea deprinderilor de colaborare între școlari și preșcolari;
- ✓ Familiarizarea copiilor cu mediul școlar;
- ✓ Aplicarea cunoștințelor dobândite de școlari și preșcolari în activitățile comune;
- ✓ Întărirea relației de colaborare între învățătoare și educatoare.

OBIECTIVE

- ✓ Prin realizarea acestui proiect preșcolarii și elevii vor fi capabili:
- ✓ Să manifeste interes pentru însușirea unor noțiuni ca: toleranță, respect, întrajutorare, egalitate
- ✓ de șanse;
- ✓ Să cunoască semnificația unor sărbători religioase și naționale;
- ✓ Să efectueze diferite activități împreună (activități cultural –artistice, lucrări practice, serbări);
- ✓ Să stabilească relații de prietenie preșcolar – școlar;
- ✓ Să manifeste interes pentru aplicarea cunoștințelor dobândite în diverse situații;
- ✓ Să conștientizeze utilitatea cunoștințelor dobândite în colaborare;
- ✓ Crearea unei relații de colaborare și cooperare între cadrele didactice din instituții diferite
- ✓ de învățământ în vederea armonizării condițiilor specifice fiecărei instituții cu exigențele sociale actuale;
- ✓ Implicarea efectivă a elevilor și preșcolarilor în activități cu caracter extracurricular conducând la stimularea și promovarea capacităților creatoare, formarea capacității de acceptare a valorilor specifice fiecărui grup;
- ✓ Familiarizarea părinților preșcolarilor cu specificul școlii și stimularea interesului acestora
- ✓ față activitățile școlare si extracurriculare realizate în parteneriat.

RESURSE UMANE : educatoare, învățătoare ,școlari, preșcolari, părinți

MATERIALE: creioane colorate, acuarele, hârtie creponată, hârtie colorată, carton, calculator, aparat foto, videoproiector, lipici

ACȚIUNI:

- ✓ Pregătirea programelor artistice pentru prezentare cu diferite ocazii;
- ✓ Desfășurarea unor activități artistice și plastice împreună;
- ✓ Realizarea unor expoziții cu lucrările realizate împreună;
- ✓ Desfășurarea unor jocuri tematice.

EVALUARE:

- ✓ Desfășurarea unor activități comune sub forma unor jocuri și programe artistice;
- ✓ Aprecieri asupra colaborării în modul de lucru, în prezentare și produsele realizate;
- ✓ Acordarea unor diplome copiilor care s-au evidențiat;
- ✓ Realizarea expoziției cu lucrările copiilor în grădiniță și în școală;
- ✓ Articole publicate în revista școlii.

PRODUSE FINALE: măștișoare/felicitări /afișe/ confecționate de preșcolari și elevi ; lucrări plastice și practice: desene, picturi, colaje, jucării, machete.

MEDIATIZARE (MONITORIZARE):

- ✓ Prezentarea proiectului în cadrul Comisiilor metodice;
- ✓ Popularizarea proiectului prin Avizierul școlii și al grădiniței;
- ✓ Rapoarte de activitate;
- ✓ Revista școlii.

IMPACTUL PROIECTULUI

- ✓ Cu siguranță că va fi un valoros schimb de idei, iar produsele finale vor aduce satisfacții copiilor
- ✓ Participanții la proiect vor descoperi ce înseamnă toleranța, bucuria de a dăru, munca în echipă.
- ✓ Comunitatea și familia vor fi stimulate în a se implica efectiv în activitățile desfășurate în cadrul școlii/grădiniței.

PROGRAMUL ACTIVITĂȚILOR EDUCATIVE

Nr. Crt.	Denumirea activității	Mijloace de realizare
1.	Întrunirea echipei de proiect	Activitate de informare și lansare a proiectului.
2.	„O seară magică”	Serbare de Crăciun – activitate extracurriculară – interpretare de colinde, cântece de iarnă, scenete, sorcova, plugușorul, confecționare de materiale specifice sărbătorilor de iarnă.
3.	„Hai să dăm mână cu mână”	Desfășurarea unor activități artistico-plastice, colaje etc. Organizarea unei expoziții de materiale dedicate Micii Uniri.
4.	„Pentru tine, mamă dragă!”	Activitate extracurriculară – 8 Martie- momente artistice închinare zilei mamei, audiții muzicale, confecționare de felicitări.
5.	„Paștele la români”	Activitate extracurriculară - încondeierea ouălor cu ocazia Sfințelor Sărbători Pascale. Expoziție cu desene, felicitări ornamente de Paști.
6.	1-iunie „Ziua copilului”	Desene, audiții muzicale, interpretare de cântece, recitare de poezii.
7.	Sună clopoțelul ! - în vizită la școală	Participarea elevilor / preșcolarilor la serbarea preșcolarilor / școlarilor.

Acestea ar putea fi câteva activități care ar duce la starea de bine a elevilor, dar și a cadrelor didactice.

STAREA DE BINE PRIN PROIECTUL EDUCAȚIONAL „ÎMPREUNĂ - CREȘTEM FRUMOS!”

prof. învă. primar Țuțuianu Alina
Școala Gimnazială "Mihu Dragomir" Brăila

Orice părinte se întreabă: "Sunt un părinte bun pentru copilul meu?" sau "Ce înseamnă să fii un părinte bun?". Din dorința de a încerca să găsească răspunsuri la asemenea întrebări s-a născut proiectul educațional "Împreună - creștem frumos!", proiect care li se adresează în egală măsură părinților, copiilor și învățătorului. Cercetările au arătat că rata învățării crește și se menține ridicată în situațiile în care părinții se implică în sprijinirea copiilor prin diverse activități acasă. Părinții vor aprecia mai bine abilitățile și aptitudinile copiilor, problemele și posibilitățile de rezolvare a acestora în procesul învățării.

Prin activitățile proiectului, școala recunoaște și accentuează rolul părinților de primi educatori, încercând să-i determine să înțeleagă că aceasta face mai mult decât o simplă instituție socială, ea educă și instruește. Proiectul constă în desfășurarea unor activități de informare și educare adresate părinților și elevilor.

Prin activitatea de parteneriat cu părinții ne asigurăm un sprijin în propria activitate. Învățându-i pe părinți să se implice în dezvoltarea copiilor lor, întărim interacțiunile și relațiile dintre părinți și copii. Prin cooperarea reală și comunicarea cu părinții, școala pune bazele unei unități de decizie și de acțiune între cei doi factori. De asemenea, activitățile cu părinții duc la rezolvarea situațiilor - problemă, a conflictelor posibile și a situațiilor de risc în dezvoltarea copilului.

Implicarea activă a părinților în activitățile școlare și extrașcolare ale propriilor copii au ca rezultat că ei realizează că problemele lor sunt și ale altor părinți, că este util să discute despre situațiile cu care se confruntă, află căi și modalități de rezolvare a problemelor. Între unii părinți se înfiripează relații de încredere și cooperare, învață să accepte asistența specializată, să ceară ajutor atunci când au nevoie. Informațiile primite și abilitățile dobândite le dau încredere și competențe sporite.

Scopul proiectului a fost acela de a demonstra că prin implementarea unui program ce promovează starea de bine obținem un climat educațional echilibrat, eficient, cu rezultate bune și foarte bune la învățătură și o îmbunătățire a relațiilor de colaborare și cooperare în triada părinte – elev – învățător.

Implementarea acestui program oferă elevilor oportunitatea de a-și desfășura activitatea într-un mediu în care: Toți elevii sunt valorizați și respectați, este încurajată stima de sine, sunt promovate relațiile de respect, corectitudine și toleranță, efortul este recunoscut și răsplătit, conflictele se rezolvă într-o manieră pozitivă și constructivă, este încurajată creativitatea, este promovată și recunoscută inițiativa, sunt promovate valorile sociale, morale și civice.

„Starea de bine” nu este clar definită sau identificată în mod specific în politicile naționale sau de educație de stat. Accentul și sfera de referință pentru bunăstarea elevilor în învățământul de stat variază considerabil în funcție de abordările individuale ale cadrelor didactice, fără să fie legiferată. Am urmărit pe perioada implementării programului Starea de bine a elevului la școală, crearea unei atmosfere de bucurie în clasă la fiecare oră de curs, dar și în pauzele dintre ore, cu un plan bine stabilit, dar speculând și fiecare oportunitate apărută în cadrul desfășurării activităților.

OBIECTIVELE GENERALE ALE PROGRAMULUI :

- ✓ Dezvoltarea abilităților de comunicare, optimizarea comunicării în triada părinte – elev - învățător;
- ✓ Consilierea părinților privind problematica educării copiilor;
- ✓ Familiarizarea părinților cu strategii specifice procesului de învățământ;
- ✓ Formarea părinților în spiritul ideii de parteneri egali și responsabili în educația școlarului;
- ✓ Convingerea părinților pentru a investi în dezvoltarea personală a copiilor;
- ✓ Înțelegerea conceptului de "autoritate parentală" (definire, caracteristici, condiții de exercitare).

BENEFICIARI DIRECTI : Elevii și părinții elevilor clasei

BENEFICIARI INDIRECTI : Coordonator proiect, specialiștii participanți la ședințele de lucru

PARTENERI: psiholog V. M.

CONȚINUTUL ȘEDINTELOR :

Ședința 1 : Definirea obiectivelor și prezentarea proiectului

- ✓ Justificarea necesității implementării proiectului
- ✓ Funcțiile familiei
- ✓ Obiectivele educației
- ✓ Prezentarea proiectului părinților

Ședința 2 : Identificarea corectă a emoțiilor și asocierea acestora cu diferitele contexte

Ședința 3: Reducerea conflictelor și îmbunătățirea relațiilor familiale

- ✓ Originea și importanța conflictului familial
- ✓ Stiluri educative și interiorizarea normelor
- ✓ A împărtăși, a lua decizii și a face lucruri împreună

Ședința 4: Abilități de comunicare

- ✓ Vorbim suficient cu copiii?
- ✓ Cum facilităm comunicarea cu copiii?
- ✓ Formarea unor abilități de comunicare asertivă
- ✓ Cum se formulează critici constructive

Ședința 5: Cultivarea unui comportament model în rândul elevilor mici prin promovarea bunelor practici de prevenire a violenței

Ședința 6: Tipuri de părinți ,tipuri de copii

- ✓ Stilurile parentale
- ✓ Metode de disciplinare pozitivă
- ✓ Autoritatea parentală

REZULTATE AȘTEPTATE:

- ✓ Conștientizarea elevilor cu privire la consecințele acțiunilor lor;
- ✓ Formarea unei atitudini pozitive între elevi - elevi/adulți;
- ✓ Diminuarea numărului de cazuri de agresivitate între elevi;
- ✓ Implicarea părinților în activitatea școlii și a școlarului.

EVALUAREA PROIECTULUI :

- ✓ Observarea sistematică a comportamentului în cadrul ședințelor
- ✓ Feedback-ul obținut din partea beneficiarilor
- ✓ Rezultatele chestionarelor

- ✓ Produsele rezultate în urma activităților desfășurate (desene, postere, pliante, panou, afișe)
- ✓ Diplome
- ✓ Articole revista învățământ primar/a școlii/publicații locale/site școală

MODALITĂȚI DE DISEMINARE : Afișe, fluturași, articole în presa locală

În urma aplicării demersului educativ am constatat îmbunătățirea performanțelor școlare, schimbări pozitive în dinamica grupului școlar, schimbări în materie de comunicare, de relaționare și întraajutorare. Nu a fost un proces greu de aplicat, dar nici unul foarte facil. Pe lângă demersurile planificate și organizate, au fost numeroase situații spontane care au necesitat intervenție din partea mea pentru a aduce lămuriri suplimentare sau pentru a „negocia” un conflict. Un demers didactic de succes se vede atunci când regulile sunt însușite fără intermedierea unui adult și când copiii la rândul lor se transformă în „profesori”, aducându-și aminte ce i-a învățat doamna.

STAREA DE BINE ÎN EDUCAȚIE

prof. înv. primar: Stanciu Nicoleta
prof. înv. primar: Dumitriade Carmen
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

Starea de bine este un indicator al calității vieții și în funcție de durata și intensitatea stării de bine putem să caracterizăm modul în care existența noastră ca ființe umane este de o calitate mai bună sau mai puțin bună.

Construirea unui climat al clasei în care elevii se simt parteneri în procesul de învățare, îi face să înțeleagă că reușita nu este doar individuală, ci și colectivă, conduce la apariția sentimentelor de atașament și solidaritate. Acestea sunt sentimente pe care fiecare dintre noi dorește să le simtă în comunitatea din care facem parte. Într-o comunitate ne respectăm și ne sprijinim unii pe ceilalți, clasa înseamnă echipă, nu sala în care învățăm, pentru că învățarea se petrece oriunde și oricând. Pentru mulți elevi, școala poate fi un loc singuratic, iar acceptarea scăzută de către colegii din clasă poate fi legată de neimplicarea ulterioară și de achizițiile reduse. Trebuie să existe un sentiment de apartenență, iar acesta vine de la colegi.

Stima de sine și încrederea se construiesc atunci când sărbătorim realizările, individual și în echipă și atunci când învățăm din greșelile pe care le facem. Ori de câte ori elevii răspund la o întrebare în fața colegilor lor, ei se pun într-o situație riscantă. Profesorul trebuie să găsească timp să le mulțumească elevilor pentru răspunsuri. Pe lângă acest lucru, este util să le amintim elevilor că a face greșeli este parte din procesul de învățare

De ce depinde starea noastră de bine?

- ✓ 50% este ereditate, ține de moștenirea genetică;
- ✓ 10% este determinată de condițiile de viață, de factorii externi, de evenimentele anterioare;
- ✓ 40% ține de acțiunile individuale, de ceea ce faci, iar aici este tot secretul, rezolvarea, soluția.

Pentru îmbunătățirea stării de bine a copiilor iată un exemplu de activitate:

CE MĂ FACE FERICIT?

Timp: 5 minute

Scop: promovarea stării de bine la nivelul colectivului de elevi pentru îmbunătățirea rezultatelor școlii pe ansamblu, creșterea calității actului didactic, mărirea atractivității față de școală, reducerea stresului și creșterea eficienței școlare.

Execuție: Toți elevii stau într-un cerc, iar învățătorul spune: „Intrați în cerc dacă declarația mea se aplică pentru voi:

- ✓ Cine iubește sportul?
- ✓ Cine cântă?
- ✓ Cine este încântat de acest joc?
- ✓ Cine este nesigur uneori?
- ✓ Cine este trist uneori?
- ✓ Cine se simte astăzi fericit?
- ✓ Cine este cel mai puternic de aici?

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 deteriora starea de bine. Este un lucru valabil și pentru locul în care un copil își petrece o foarte mare parte din timp: ȘCOALA.

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 relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare. 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.

Se apreciază că mediul școlar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoțională și capacitatea de învățare când:

- ✓ este cald, prietenos și recompensează învățarea;
- ✓ promovează în special cooperarea și mai puțin competiția;
- ✓ oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă;
- ✓ încurajează activitățile creative;
- ✓ încurajează dezvoltarea de proceduri și regulamente care interzic pedeapsa fizică și promovează interacțiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă și între personalul școlii și elevi prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărțuirea și violența.

Profesorii sunt factorul cel mai important în crearea unei atmosfere eficiente și incluzive

Copiii au o capacitate înăscută de a învăța, dar această capacitate poate fi compromisă și, uneori, distrusă. O școală prietenoasă recunoaște, încurajează și sprijină capacitățile în creștere ale copiilor care învață. Școala trebuie să reprezinte un mediu prietenos și sigur de muncă și joacă. Rolul profesorului include grija pentru bunăstarea psihică a elevilor.

Climatul școlar a fost identificat ca una dintre cele mai importante trăsături ale unei școli. Când atmosfera din școală este neprietenoasă, îngrijirea nu este atentă, lipsește încurajarea și recompensarea, sănătatea mentală, atât a elevilor cât și a profesorilor poate fi afectată în mod advers. Impactul unei atmosfere neprietenoase este în mod particular dăunător dacă persistă o perioadă mai lungă de timp.

Activitățile școlare și extrașcolare sunt planificate împreună, de elevi și profesori, cu participarea părinților sau a altor părți interesate. Implicarea și motivarea sunt mult mai mari în cadrul activităților la care am contribuit cu idei. Coplanificarea le oferă cadrelor didactice și elevilor posibilitatea de a colabora, în așa fel încât să valorifice la maximum ceea ce are școala de oferit.

Învățarea autentică presupune designul unor situații reale de învățare, în care copiii/elevii trebuie să joace roluri, să găsească soluții la probleme concrete să colecteze informații și să vorbească/ argumenteze în fața colegilor sau a altor audiențe. A face propuneri, a veni cu idei noi, a coordona activități la care participă colegi ai lor, asumându-și rolul de lider de echipă, reprezintă instrumente de dezvoltare a autonomiei și responsabilității personale. Să le oferim elevilor din clasa noastră libertăți acceptabile implică niște riscuri (căci ar putea da greș), însă potențialele avantaje sunt extraordinare: mai puțin stres, un volum mai mic de muncă pentru cadrele didactice și mai ales un nivel mai mare de responsabilitate al elevilor asupra procesului de învățare, ceea ce încurajează succesul școlar și buna dispoziție.

Învățarea se poate produce oriunde și oricând. Sala de clasa sau chiar școala în ansamblu reprezintă doar unul dintre locurile unde se pot desfășura activități de învățare. Activitățile de tip „outdoor” și contactul permanent cu mediul natural sporesc motivația pentru învățare, cresc gradul de participare și conduc la o interacțiune mai eficientă a copilului cu natura. Cercetările arată cu claritate că timpul petrecut în natură poate ajuta copiii să își dezvolte încrederea în sine, poate reduce simptomele tulburării hiperchinetice cu deficit de atenție (ADHD), poate liniști copiii și îi poate ajuta să se concentreze.

Care sunt cele cinci elemente ale stării de bine?

Ce putem încuraja pentru a crește starea noastră de bine?

1. Emoțiile pozitive: bucuria, entuziasmul, relaxarea, etc.
2. Implicarea sau angajamentul: dedicarea timpului și efortului activităților care ne captivează atenția și ne aduc satisfacții.
3. Relațiile sociale pozitive: prietenii și relațiile de familie armonioase.
4. Semnificația: implicarea în activități cu un scop care depășește binele personal.
5. Realizările: reușitele în domeniile care ne interesează.

BIBLIOGRAFIE :

Lemov, D. „Teach Like a Champion . Techniques that Put Students on the Path to College”(versiunea e-reader)

Timothy, D. Walker „ Să predăm ca în Finlanda: 33 strategii simple pentru lecții pline de bună dispoziție”

București: Editura Trei, 2018 ISBN 978-606-40-0370-6

<https://www.dianalefter.ro/16-principii-pentru-starea-de-bine-in-educatie/>

SUPORTUL SOCIAL PERCEPUT DE CĂTRE ELEVI- PREDICTOR AL STĂRII DE BINE

prof. înv. primar Lazăr Violeta-Mădălina
Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Brăila

Suportul social perceput reflectă percepțiile individuale despre suportul general sau comportamentele suportive specifice (disponibile sau puse în fapt) ale persoanelor din rețeaua socială personală, care amplifică funcționarea sau diminuează efectul advers al experiențelor negative.

Analizând literatura de specialitate putem identifica trei dimensiuni ale suportului social, acceptate de mulți dintre cercetători: suport emoțional (empatie, interes pentru persoana în nevoie), suport centrat pe acțiune sau instrumental (asistență directă) și suport informațional (sfaturi, opinii asupra acțiunilor receptorului de suport).

Suportul emoțional se referă la comportamentul de ascultare, la simpatie și acordare de sprijin, la a-l face pe celălalt să se simtă valoros, iubit, acceptat. Comportamentele care exprimă stima, afecțiune, încredere, acceptare, încurajare, grijă întăresc stima de sine a unei persoane. Astfel, persoana care primește suport social știe că nu este singură, că celălalt este prezent, gata să îi ofere sprijin, că are încredere în ea și în capacitatea sa de a depăși situația dificilă. Într-o perioadă de stres, oamenii suferă adesea și pot avea perioade de depresie, anxietate, scăderea stimei de sine. Prietenii și familia pot acorda un suport emoțional prin asigurarea persoanei că este importantă, valoroasă pentru ei, că lor le pasă de ceea ce i se întâmplă. Căldura și sprijinul furnizat de ceilalți pot ajuta o persoană aflată într-o situație de stres, să îi facă față în condiții mai securizante.

Suportul instrumental sau ajutorul direct, se referă la oferirea unui ajutor tangibil cum ar fi servicii diverse în viața de zi cu zi, ajutor financiar sau la treburile gospodărești. Ajutorul material pe care-l primește o persoană poate da informații legate de relația sa cu sistemul lui de suport, sau despre proviziile de sprijin. În multe cazuri, ajutorul material primit nu este în mod necesar adecvat, însă induce percepția că ceilalți sunt disponibili.

Suportul informațional se referă la un comportament de acordare de informații și îndrumare în vederea soluționării unei probleme cu care se confruntă un individ, un sfat, o altă modalitate de a privi o situație problematică. Prietenii, familia, pot sugera celui aflat în situația stresantă, anumite strategii de acțiune sau îi pot oferi propriile opinii cu privire la proiectele, planurile lui.

Sursele suportului social pot fi surse informale (familia, prietenii, colegii, vecinii, cunoștințele) și surse formale (specialiști - asistenți sociali, consilieri, psihologi, medici, etc./ instituții și servicii sociale/ grupuri comunitare de suport). Dintre toate acestea, familia rămâne totuși cea mai importantă resursă disponibilă ori de câte ori un copil sau un adult are probleme.

Studiile realizate de-a lungul timpului, confirmă rolul suportului social în situații critice de viață, asocierea sa cu reziliența, cu starea de bine în situații de stres sau cu satisfacția față de viață. Lipsa sentimentului de apartenență la un grup, relațiile sociale tensionate, nerecunoașterea și nesuținerea individului de către grupul său, duce la lipsa sentimentului de siguranță, de încredere în propriile posibilități, dezechilibru, stare de

disconfort și de stres. Chiar și în absența suportului real, estimarea cognitivă a accesibilității suportului este suficientă pentru reducerea efectelor stresului asupra stării de bine.

Superioritatea suportului perceput în raport cu suportul primit este susținută de numeroase cercetări. Uneori, suportul acordat prea insistent, uzând de comportamente prea sufocante pentru cel sprijinit, poate fi mai curând o sursă de stres decât una de protecție împotriva stresului. Nu întotdeauna încercarea cuiva de a acorda sprijin este înțeleasă de celălalt ca o intenție benefică, ci de multe ori este văzută ca o încercare de a deține controlul și de a influența viața. Pe de altă parte, suportul social pe care membrii unui grup îl oferă poate fi diferit de suportul social așteptat sau de cel de care are nevoie o persoană. Explicațiile pentru care suportul social perceput ar avea un impact mai puternic asupra bunăstării individuale s-au centrat pe aserțiunea conform căreia asocierea dintre suportul social și bunăstarea individuală este mediată cognitiv, percepția existenței disponibilității suportului reducând evaluarea unei situații solicitante ca fiind amenințătoare.

De asemenea, s-a demonstrat asocierea dintre suportul social primit și efectele negative ale acestuia asupra sănătății. S-a constatat că suportul social primit poate fi dăunător pentru că poate implica dependență care, în anumite grade, determină distres psihologic și conduce la creșterea utilizării suportului.

Pentru a învăța copii să își exprime corect emoțiile, adulții, cadrele didactice sau părinții, pot utiliza diverse strategii cum ar fi:

- ✓ să nu minimalizeze emoțiile copilului, prin expresii de tipul „ar trebui să fii vesel, nu să stai trist”, „nu ai de ce să îți fie frică” sau, dacă este furios, „lasă, că lucrurile nu sunt atât de grave”;

- ✓ să asculte copilul fără a-i transmite că dezaprobă stările de frică, furie sau tristețe pe care le exprimă acesta sau fără a-i spune că este rușinos sau rău să se simtă așa (atenție, se validează emoția, nu comportamentul) ;

- ✓ să acorde atenție emoțiilor pe care le exprimă copiii, în forme speciale, cum ar fi stabilirea unor momente speciale în care adulții și copiii își recunosc emoțiile, vorbind despre ele, lăsând copiii să-și exprime aprecierea și sentimentele față de cei pe care-i plac și vorbind despre controlul emoțiilor negative pe care le creează cei pe care copiii nu îi plac;

- ✓ emoțiile exprimate de copii nu trebuie să genereze reacții exagerate la adulți, chiar dacă un copil exprimă că îi este frică iar situația exprimată de acesta este într -adevăr, generatoare de frică;

- ✓ copilul este încurajat să se exprime emoțional, fiind consolată de adult, empatizându-se cu el, vorbindu-i despre moduri acceptabile social de exprimare a sentimentelor;

- ✓ este necesar că un copil să fie învățat numele și manifestarea emoțiilor pe care le trăiește, să le recunoască și la ceilalți și să poată înțelege de ce ceilalți se simt într -un anumit mod și cum putem acționa greșit când nu controlăm emoțiile;

- ✓ se pot purta discuții cu copiii despre emoțiile personajelor din povești și despre consecințele în plan social ale acțiunilor acestor personaje când sunt dominate de emoții, ca prim pas în a înțelege emoțiile celorlalți și necesitatea reglajului emoțional, astfel încât să poată ulterior anticipa consecințele acțiunilor întreprinse de ei înșiși;

- ✓ copiii pot fi ghidați prin întrebări specifice referitoare la cum se simt ei înșiși, cum cred că ei că se simte un altul și cum interpretează aceste simțiri

STAREA DE BINE PRIN JOC

prof. înv. primar Tulumis Violeta
Școala Gimnazială „Mihu Dragomir” Brăila



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 ale sale aspecte sociale, fizice și emoționale. Este cunoscut faptul că sănătatea și starea de bine a elevilor le influențează capacitatea de a beneficia de pe urma unei educații de calitate și de a-și atinge întregul potențial școlar.

Conceptul de stare de bine și legăturile sale strânse cu învățarea nu sunt noi și sunt astăzi disponibile o multitudine de sugestii de jocuri la îndemâna cadrelor didactice care doresc creșterea stării de bine, a motivației învățării în rândul elevilor.

În cadrul acestui articol voi prezenta o idee de joc de animație socio-afectivă, o soluție practică pentru profesorii care își doresc să aducă starea de bine în clasa lor.

Titulul jocului „Transmite coletul”

Coordonatorul jocului împachetează din timp un cadou mic în multe straturi de hârtie. Pe fiecare strat este scrisă o întrebare/ o însărcinare. Exemple de întrebări/ însărcinări pot fi: „Numește culoarea ta preferată”, „Ce hobby ai?”, „Care este cartea preferată?”, „Îmbrățișează-ți colegul preferat”, „Numește trei calități ale tale”, „Care sunt defectele tale?” „Ce materii preferate ai?” etc.

Jocul se poate desfășura pe fond muzical. Coordonatorul jocului poate cere copiilor să bată din palme pe toată durata jocului.

Participanții transmit coletul pe cerc sau îl aruncă unul altuia. Când se oprește muzica sau se cere participanților să înceteze să bată din palme, persoana care are în mână coletul, desface un strat de hârtie și răspunde la întrebarea sau însărcinarea scrisă.

Activitatea continuă până când toate straturile de hârtie sunt desfăcute. Cadoul este câștigat de ultima persoană care îl despachetează.

„Transmite coletul” este un joc de animație socio-educativă, fiind un mijloc eficient destinat cunoașterii reciproce a participanților din cadrul unui grup, în vederea stabilirii și menținerii relațiilor interpersonale, precum și un mijloc de menținere a echilibrului și stării de bine în rândul elevilor.



Propus elevilor din ciclul primar, jocul își atinge obiectivele de învățare: socializarea, conștientizarea propriei identități, dezvoltarea autonomiei beneficiarilor, învățându-i să-și controleze comportamentul, să empatizeze, să facă față provocărilor din viața de zi cu zi, în mod spontan.

Cu siguranță toți elevii vor participa cu entuziasm, se vor implica activ și vor răspunde cu bucurie tuturor întrebărilor sau provocărilor.



PROIECT EDUCAȚIONAL INTERȘCOLAR

BUCURIA DE A FI COPIL

prof. înv. primar Teșileanu Mihaela
prof. limba engleză Ionescu Violeta
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

Argument :

Copilăria este cea mai frumoasă perioadă din viața fiecăruia, reprezentând vârsta inocenței. Nu știm când și unde începe și nu știm când și unde se termină . Ne trezim doar că nu mai suntem copii, că am ieșit din copilărie , uneori fără să o fi trăit pe deplin ... Copilăria este o lume fermecată, dulce, lină, în care orice se poate întâmpla. Din fericire există pe lume COPILĂRIA. Este vârsta marilor superlative pe care le merită viața, vârsta sincerității, vârsta viselor fără graniță, vârsta la care toți suntem frumoși.

Este necesar să dezvoltăm potențialul creator al elevilor, să le stimulăm aptitudinile, nu numai prin activitățile de la clasă, ci și prin participarea la un concurs de creație care să le solicite rezolvarea unor sarcini de lucru neconvenționale, care să facă apel la imaginație, să le stimuleze curiozitatea și spiritul de observație.

Acest proiect oferă copiilor posibilitatea de a afla mai multe informații despre drepturile și îndatoririle ce le revin, despre cultura, tradițiile, jocurile copiilor din alte țări, de alte naționalități, despre viața copiilor defavorizați. Ziua Copilului este un prilej de a sărbători copilăria, de a oferi sprijin copiilor, de a inspira comunitatea și familia noastră, de a aprecia și iubi.

Prin activitățile propuse de noi copiii ne vor fi ghizi printr-o lume a jucăriilor realizate de ei pentru ei, ne vor fi gazde într-o lume de povești, costumați în personaje pline de farmec. Luând parte împreună la această ZI, va deveni o clipă de neuitat, iar zâmbetele și bucuria lor vor face lumea noastră mai bună.

Grup țintă: preșcolari Grădinița nr.2, elevi învățământ primar ai Școlii Gimn. „ION CREANGĂ”

OBIECTIVE :

- ✓ Educarea atitudinilor copiilor în vederea acceptării diversității, a toleranței, a nediscriminării în cadrul grupului;
- ✓ Cunoașterea și respectarea normelor de comportament în societate;
- ✓ Desfășurarea unor activități menite să sărbătorească copiii și afirmarea lor prin muzică, dans, creație plastic;
- ✓ Dezvoltarea creativității;
- ✓ Realizarea unei atmosfere de sărbătoare pentru copii;
- ✓ Participarea activ și afectiv la evenimentul dedicat Zilei Copilului;
- ✓ Realizarea unei expoziții de desene;

Resurse umane :

-preșcolari, elevi înv.primar, părinți, comunitate

Resurse materiale :

Mijloace audi-vizuale

Poezii în română/engleză despre 1IUNIE

Coli albe/colorate /hârtie glasată /culori/acuarele/carioci

Cretă colorată/materiale textile

Costume pentru carnaval

Dulciuri, sucuri, jucării, baloane, diplome și medalii

Resurse financiare: resurse proprii și sponsorizare din partea părinților

Activități desfășurate: Întâlniri ale organizatorilor și partenerilor, recital, desene pe asfalt, expoziție de lucrări, realizare album foto, jocuri, petrecere comună

Metode de evaluare: portofolii, fotografii, postere, diplome, album în format electronic cu activitățile desfășurate

Criterii de evaluare: originalitate, creativitate, dinamism, acuratețe

Activități propuse :

Activitatea	Locul desfășurării ,data	Responsabili
„Bucuriile copilăriei” Lansare proiect, prezentare PP, realizare desene /postere pe tema copilăriei	Sala de clasă, vineri 27 mai	Profesorii coordonatori, dna prof Minaev, dna prof Moise, dna prof Bondor
„The beauty of childhood” - memorarea unei poezii în lb.română/engleză, interpretarea unui cântec, prezentarea unei compuneri sau a unui desen despre drepturile copilului	Laborator limbi modern, sala de festivități sau sala de clasă, luni 30 mai	Profesorii coordonatori Dna prof. participante la proiect
„Mâine e ziua noastră” -desen pe asfalt, jocuri, facepainting, karaoke, petrecere cu titlul „La mulți ani, copil frumos !”, premiere	Sala de clasă, curtea școlii, marți 31 mai	Coordonatorii de proiect, doamnele profesor participante, reprezentanți ai comitetului de părinți

STAREA DE BINE A COPIILOR ȘI PROFESORILOR

prof. înv. preșc. Vasile Aurelia
prof. înv. preșc. Taru Iulia Laura
Grădinița Cu P.P. Nr.37

Starea de bine este o preocupare constantă în viața fiecărei persoane. Greșeala este că există tendința de a o transforma într-un vis. Tindem către starea de bine, dar acceptăm să trăim în lipsa ei. Provocările curente ne pot arăta că această stare își merită statutul de „vis”, fiind mai ușor de accesat de alții, mai la îndemâna lor și rar sau niciodată sau cu un efort uriaș la îndemâna noastră. Starea de bine este un concept larg utilizat în psihologie, inițial prin asociere cu cel de fericire și cel de satisfacție în viață. Ulterior s-a analizat starea de bine mai degrabă ca un barometru pentru calitatea vieții unei persoane. Teoretic, o persoană sănătoasă, educată, cu o stare materială bună, stabilă profesional ar putea fi catalogată ca având o calitate a vieții ridicate și totuși, practica arată că nu toți care bifează aceste aspecte gustă și starea de bine. Starea de bine este accesibilă persoanei care este tânără, sănătoasă, bine educată, bine plătită, extravertită, optimistă, fără griji, religioasă, căsătorită, cu stima de sine ridicată, morală la locul de muncă, cu aspirații modeste, cu inteligență ridicată.

Succesul profesional se poate construi doar pe un succes personal, iar acesta se asociază cu starea de siguranță, confort mental, echilibru, satisfacție, într-un cuvânt: starea de bine. Obiective: conștientizarea impactului stării de bine asupra calității vieții personale și profesionale; identificarea dimensiunilor pe care se construiește starea de bine; formarea capacității de a genera și experimenta prioritar emoții pozitive; dezvoltarea capacității de a construi și întreține relații pozitive cu cei din jur; conștientizarea aportului implicării și realizărilor personale în generarea stării de bine; declanșarea procesului complex de găsire a sensului vieții, bază a stării de bine. Ca să putem avea emoții și relații pozitive, să ne implicăm și să avem un sens în viață, trebuie să ne cunoaștem foarte bine. Cunoașterea de sine se referă la eul personal, la totalitatea percepțiilor și abilităților pe care le avem.

O persoană care are o imagine pozitivă are o părere bună despre sine și despre ceilalți și invers. Dacă ne acceptăm așa cum suntem, starea de bine se poate instala prin exerciții. Modul cum receptăm informația este foarte important. Eul emoțional stabil dă voie să ne maturizăm și să echilibrăm eul. Trebuie să eliminăm teama sau frustrarea. Încrederea, entuziasmul și curiozitatea sunt nelipsite propriei stări de bine.

Când un copil se simte bine, el se simte în siguranță și este deschis să relaționeze și să învețe. Starea de bine este în legătură strânsă cu succesul școlar. Când un profesor este încrezător, se simte bine, confortabil, în siguranță se simt și copiii la fel, provocându-i atât din punct de vedere cognitiv, emoțional, cât și relațional. Relațiile pozitive, succesul școlar se formează numai atunci când le transmitem copiilor o stare de bine. Așa cum ne asigurăm zilnic pregătirea informațiilor pentru preșcolari, la fel trebuie să descoperim modalități de a transmite starea de bine. Cultivarea respectului este principala responsabilitate a profesorului. Atenție, nu se confunda respectul cu frica, deoarece niciodată un profesor care inspiră frică, nu va fi respectat, a fel și în cazul părinților. Profesorul creativ, deschis este cel care răspunde tuturor nevoilor copiilor.

Practica mindfulness ne ajută să devenim mai conștienți de fenomenele noastre interioare și de cele exterioare. Ne ajută să observăm schimbările subtile în postura unui copil, care ne transmite că se simte descurajat și că are nevoie de ajutorul nostru. Ne ajută să

recunoaștem momentele prielnice predării, astfel încât să optimizăm procesul de predare-învățare-evaluare.

Vă propun câteva exerciții de mindfulness, care ne pot ajuta mult în interacțiunile cu copiii: exerciții de respirație, de conștientizare deplină a ceea ce trăim. Prin toate aceste exerciții, profesorii învață să își înțeleagă emoțiile, să le accepte și să facă față stresului.

Profesorii sunt încurajați să se îngrijească de ei însuși, prin activități care le fac plăcere, prin timpul pe care și-l acordă lor înșine pentru creșterea satisfacției personale. Prin toate aceste activități de relaxare și de conectare cu sine, profesorii își extrag energia necesară acordării unei atenții depline elevilor lor. Pentru a avea empatie pentru ceilalți, trebuie să avem empatie pentru noi înșine. Mindfulness este un concept studiat și susținut științific de cercetările în neuroștiința, psihologie, medicina care au avut loc în ultimii 30 ani. S-a dovedit ca practicarea tehnicilor de mindfulness poate avea rezultate importante în procesul de reducere a stresului, creștere a performanței, tratarea multor probleme de sanatate mentală și fizică, precum și îmbunătățirea stării noastre de bine.

În continuare voi prezenta câteva tehnici de mindfulness pentru copii, dar care pot fi utilizate și de către profesori, ce sunt practice și jucăușe.

1. Exerciții de respirație Rugați-l pe copil să își aducă animalul preferat de pluș, spuneți-i să se întindă pe pat și să-și pună jucăria pe burtică, după care spuneți-i să respire absolut normal, dar să observe modul în care jucăria se mișcă datorită ridicării și coborârii abdomenului. În tot acest timp, îndemnați-l să se gândească la ceva plăcut și liniștitor și să transforme întregul moment într-unul calm.

2. Mâncatul conștient Mâncatul conștient se bazează pe conștientizare pentru a acorda mai multă atenție experiențelor noastre alimentare, poftelor și senzațiilor corpului nostru atunci când mâncăm. De exemplu: Servirea gustării la grădiniță, care poate fi compusă din fructe dulci, uscate, miez de nucă etc. Înainte de a începe trebuie să spunem copiilor să se spele pe mâini. Împărțim stafidele și le spunem: „Astăzi vom face un exercițiu care ne va ajuta să ne concentrăm asupra simțului gustului, folosind o stafidă. Vă voi da câte un șervețel și o stafidă. Lăsați stafida pe șervețel până vă spun să o luați”. Când toți copiii sunt pregătiți le spuneți: „Pentru început luați stafida și așezați-o în palmă. Doar țineți-o și uitați-vă la ea. Examinați-o cu atenție. Gândiți-vă cum este stafida. Ce culoare are? Ce simțiți în palmă? Luați stafida cu cealaltă mână. Cum o simțiți între degete? E lipicioasă? Aspră? Duceți stafida la nas și mirosiți-o. Ce miros are? Acum puneți stafida în gură, dar nu o mâncați. Cum îi simțiți textura? Ce gust are? Cum este gustul în compartie cu mirosul? Mișcați stafida în gură și observați fiecare aspect al ei. Acum mușcați un pic din ea și observați ce gustați. Ce gust are acum stafida? Mestecați-o încet și înghițiți-o. Ce gust a avut?”

3. Ascultarea unui sunet Folosiți un clopoțel ori un pian de jucărie pe care să-l și rugați pe copiii să asculte cu atenție maximă vibrația sunetului. Spuneți-le să stea nemișcați timp de un minut și să se concentreze pe restul sunetelor pe care le poate auzi după ce vibrația s-a oprit. După acest interval de timp, plimbați-vă în cerc în jurul lor și ziceți-le să vă descrie fiecare sunet perceput. Astfel, preșcolarii vor putea să-și dea seama mai bine de capacitățile lor senzoriale. Spuneți-le să vă explice ce anume simte fiecare în acea clipă, dar și ce anume a și în ce mod sentimentul respectiv i-a influențat. Apoi sunt rugați să stea nemișcați și să-și pună mâna pe inimă, astfel încât să simtă bătăile inimii cu ochii închiși, după care să efectueze câteva exerciții fizice care să-i facă inima să bată mai tare. După ce se termină

acestea, copiii se vor opri și își vor pune mâna din nou pe inimă, pentru a observa diferența de ritm, urmând să vă descrie ce anume observă diferit în legătură cu activitatea corpului său.

4. Exerciții tactile Tot cu ochii închiși, copiii sunt rugați să atingă diferite obiecte cu consistente variate și să le descrie pe fiecare. Profesorul va prezenta la rândul său obiectul, de data asta cu ochii deschiși, și va compara rezultatul bazat pe văz cu cel al copilului.

5. Plimbările O plimbare scurtă îi va ajuta pe cei mici să fie conștienți și în mișcare este o idee excelentă pentru demonstrarea utilității acestui concept. În timp ce mergeți, îndemnați pe copii să observe senzația pe care o trăiesc, atunci când piciorul atinge și se desprinde de pământ, cum li se mișcă întreg sau parțial corpul, dar și cum se comportă hainele de pe ei în mișcare. Fiind atenți la toate aceste aspecte se va simți mai concentrați pe propriile lor trăiri și va putea conștientiza mai bine prezentul și ancorarea lor în momentul actual.

Practica Mindfulness este nouă, dar va fi utilizată cu succes mulți ani. Efectele ei sunt o viață sănătoasă fizic, dar mai ales emoțional și rațional, îmbunătățind și relațiile de cuplu și interumane. Este un remediu puternic împotriva stresului și a depresiei. Prin trăirea în momentul prezent și acceptare, obții o claritate extraordinară asupra lucrurilor din jur, asupra relațiilor în care ești, înțelegând mult mai bine dorințele și intențiile celor din jur față de tine, iar pentru copii este drumul cel mai scurt pentru atingerea succesului școlar.

BIBLIOGRAFIE:

1. Dale Carnegie, trad. Cristina Stoenescu, "Cum să învingi grijile și stresul", Editura Litera, București, 2019
 2. Daniel Goleman., "Inteligența emoțională", Editura Curtea Veche, București, 2001;
- SURSE INTERNET:1. <https://totuldesprename.ro/copilul-tau/psihologie-si-comportament/10-tehnici-de-mindfulness-pentru-copii> 21.11.2022

BUNE PRACTICI ÎN PROMOVAREA STĂRII DE BINE A COPIILOR ȘI CADRELOR DIDACTICE ÎN INSTITUȚIA ȘCOLARĂ

prof. învă. preșcolar Voicilă Daniela-Vasilica
educ. Mălîia Ștefania Lavinia,
Grădinița Cu Program Prelungit Nr.6, Brăila

Profesia de suflet este cea pe care o simți vocație, aceasta este *Educația* pentru noi-2 generații la distanță de 1 deceniu – eu, profesor în învățământ preșcolar, ea-debutantă, creativă, energică, plină de vitalitate. În ultimii ani, din perspectivă personală cât și studii sau cercetări psihopedagogice, este descris rolul relației educator-copil, nu doar asupra procesului de predare-învățare, dar și asupra sănătății și bunăstării ambelor părți implicate.

Activitățile instructiv-educative, generalizate și în ciclul primar, într-o grupă/clasă cu un climat educational pozitiv/optimist oferă posibilitatea unei instruiți cu dăruire, devotament, claritate, pentru obținerea unei implicări generale în jurul obiectului de studiu.

Efectele emoțiilor pozitive trăite zi de zi în cadrul grupului, se conturează în timp cu o stimulare corespunzătoare, cu psihologie pozitivă – care se ocupă de bunăstarea personală și relațională a fiecărui individ implicat.

Ceea ce noi urmărim pe parcursul acestei spirale de 3-4 ani sunt următoarele : o stimă de sine pozitivă, o relaționare continuă pentru crearea de legături și prietenii, dezvoltarea creativității, îmbrățișarea flexibilității, descoperirea sinelui, dezvoltarea multilaterală.

Trăirea emoțiilor pozitive extinde registrul cognitiv și comportamental al tuturor care împărtășesc relația, îi face mai receptivi la ceea ce se întâmplă în mediu, mai creativi și mai flexibili în abordarea situațiilor de zi cu zi. Implicit și cei care predau se conectează la această pozitivitate, adoptând din stima de sine, din dorința de implicare și eficiență, pentru bunăstare.

Metodele abordate fac ca progresul să fie important, nu rezultatul:

✓ a oferi dragoste grupului de copii – când nu ești autentic în meseria pe care o profesezi, copilul o simte și va reacționa ca atare. Ei au un anumit simț pentru astfel de lucruri și astfel îți oferă o privire de ansamblu a felului propriu de a fi (cu bune sau nu prea), important este ca cel mic să ne perceapă calzi, iubitori, empatici etc. Meseria de educator/învățător/profesor nu este o meserie de „umplură” ci este umplută cu puțin din sufletul omului, devotament față de instituția pe care o reprezintă, dragoste față de carte, față de copii, răbdare.

✓ identificarea nevoilor fiecăruia pentru a ști cum se poate lucra – cei mici pășesc în instituția de învățământ cu multe nevoi cum ar fi: cea de siguranță, de conectare emoțională, de apartenență la grup, de autonomie, de punere în valoare etc. Este important să înțelegem copilul cu care lucrăm, să îi fie „ogăndite” nevoile. Aici nu este nevoie de reguli, totul poate decurge natural, deoarece nevoile acestuia pot fi diferite în mediul familial.

-conectarea cu copiii cu care lucrăm - presupune o relație de privire (atât în exterior cât și în interior -potrivire– conectare (unu la unu) atunci când solicit. Atât timp cât este permis, este important să le oferim disponibilitate în momentele lor de stres, să poată primi atenție când au mai mare nevoie de ea. Iar pentru acest lucru este nevoie de un cadru foarte bine antrenat, receptiv, care gândește în avans ce ar putea să îi ceară cel mic.

✓ asigurarea siguranței – siguranța se instalează atunci când activitățile au rutine sau

copilul începe să înțeleagă programul expus în mod repetitiv. Siguranța este data de predictibilitate – în cazul nostru de prezentarea activităților integrate, ce au o succesiune logică –îi surprindem, le prezentăm ce lucrăm, de ce lucrăm, cum lucrăm și ce anume vrem să obținem la sfârșitul acestora.

✓ le oferim libertatea de a explora – copilul învață prin explorarea mediului, a materialelor, sub o observare dirjată pentru obținerea unor rezultate în anumite dimensiuni ale dezvoltării. Explorarea și curiozitatea la vârsta preșcolarității merg mână în mână pentru o responsabilizare pe parcurs.

✓ încrederea – este un element indispensabil în relația cadru didactic-copil, trebuie să fie reciprocă deși de multe ori poate fi doar unilaterală. Obținerea încrederii copilului în noi este foarte importantă, deoarece i s-a deschis un mediu nou în care trebuie să se simtă ca acasă, ca are apartenență la mediu. Iar cadrul didactic va oferi încrederea nemijlocit.

✓ răbdarea – pentru două temperamente sangvinice, meseria aleasă este una care se potrivește mănui, răbdarea este un atuu important. Această meserie nu este pentru oricine. Copiii simt nesinceritatea și apreciază când sunt tratați ca oameni mai mari decât sunt, limbajul folosit, fără diminutive, are efect direct asupra comportamentului lor în cadrul activităților de zi cu zi.

✓ limitele – sunt foarte importante în procesul instructiv. Copilul ajunge la un anumit grad de confort atunci când îi sunt tratate limite clare, care îi este programul și care sunt permisiunile. Deși sunt mici, avem limite care se potrivesc fiecărui copil.

Fiecare copil are nevoie de dezvoltare emoțională cum fiecare adult are nevoie de reglare a emoțiilor. Un echilibru emoțional este cheia unei relații liniștite și cu sens. Profesia didactică își are originea într-o vocație de relaționare cu copiii, după cum demonstrează diverse studii care compară modul în care cadrele didactice percep bunătatea, devotamentul, empatia, acceptarea, răbdarea, gradul de ascultare a fiecărui copil în parte, concentrarea, cât și experiențele pozitive/negative care apar în timpul zilei. Construirea resurselor personale îi pune pe cadrul didactic, precum și pe orice alt profesionist, în situația de a dispune de o serie de instrumente, care îi permit să gestioneze mai bine nu numai volumul de muncă și birocrația, ci și relațiile cu diferiții interlocutori din contextul instituției în care profesează. Relația cadru didactic-copil face parte dintr-o rețea subtilă dar delicată totodată. Instituția de învățământ, directorul, personalul didactic, familiile copiilor, comunitatea căreia îi aparține, reformele educaționale, influențează nu numai modurile în care predăm și învățăm, ci și relațiile prin care se desfășoară aceste procese și climatul emoțional. Este necesară grija la birocrație, la certificări, astfel că cei care predau, nu pot face doar acest lucru, nici educa. Profesia didactică nu este niciodată „personală”: ea dialoghează cu instituția, este afectată de transformări sociale, este inserată într-un context relațional care implică copii, alte cadre didactice, personal de conducere și administrativ. Educația este o profesie de îngrijire. Și îngrijirea implică adesea preluarea problemelor și așteptărilor legate nu numai de predare, ci și de copii, bunăstarea lor, dificultățile lor, dezvoltarea lor.

Este adevărat că activitățile cu copiii sunt solicitante, dar sunt pline de provocări și satisfacții pe planuri diverse. Când observăm progresul acolo unde nu era, sărbătorirea descoperirii lui este pe față, împărtășită cu grupa, cu colegele, cu familia. Când faci un lucru bun, vezi că funcționează și produce rezultate scontate, e recomandat ca model.

EDUCAȚIA OUTDOOR ÎN DEZVOLTAREA PREȘCOLARILOR- EXEMPLE DE BUNE PRACTICI

prof. Sandu Adriana Mariana
educ. Caragață Roxana Georgiana
Grădinița Cu P.P. Nr.6, Brăila

Educația outdoor este o formă de educație ce se desfășoară în aer liber, care, în accepțiunea sistemelor de educație din alte țări europene și nu numai, are la bază învățarea prin contactul direct cu elementele naturii și a mediului înconjurător apropiat. Sub umbrela educației outdoor se regăsesc mai multe domenii, cum ar fi: educația pentru natură și om, educația ecologică, educația științelor exacte (matematică, fizică, chimie) etc., și diferite activități, de tipul celor de dezvoltare personală, formarea abilităților de viață, abilităților practice, de relaxare, plimbări, drumeții și aventură.

Activitățile în aer liber oferă mult mai mult decât beneficii fizice. Dezvoltarea cognitive și social-emoțională sunt și ele incluse. Afară, copiii își pun imaginația în mișcare, și mai mult decât atât, inventează jocuri. Făcând acest lucru, copiii se exprimă cu o ușurință mult mai mare și învață despre lumea din jurul lor pe care o percep prin maniere proprii și unice. Se simt în siguranță și în control, ceea ce promovează și întărește autonomia, îi ajută să ia decizii. Prin practicarea de sporturi ce implică mânguirea mingii, aruncarea sau prinderea, ei devin mai organizați. De asemenea, capătă deprinderi de mânguire a obiectelor: învață să împingă un leagăn, să tragă un vagon, să ridice și să țină obiecte.

Educația outdoor reprezintă o puternică sursă de experiențe de învățare – un mediu relaxant, liber, poate oferi elevilor nenumărate provocări, astfel că procesul de educare devine puternic, inspirațional și de natură să schimbe comportamente antisociale, să creeze o relație puternică între oameni bazată pe sprijin reciproc.

Educația în aer liber este o formă organizată de învățământ care, prin specificul mediului în care se desfășoară, pregătește copiii pentru viitoarea lor viață în mediul natural, pentru o viață liberă, îi ajută să dezvolte relații mai strânse cu mediul înconjurător, îi învață diferite modalități de învingere a greutăților.

Exemple practice:



Denumirea activității: „Descoperim natura”

Sarcina didactică: Preșcolarii au primit recipiente (cofrage de la ouă), în interiorul cărora au avut lipită o legendă. Fiecare copil a căutat în zona delimitată elementele necesare, conform legendei și le-au așezat în aceeași ordine ca în legendă.

Denumirea activității: „Găsește perechea”

Sarcina didactică: Preșcolarii au avut la dispoziție frunze, unele



numerotate de la 1-10, iar celelalte au avut pe ele buline. Fiecare copil va căuta perechea, asociind numărul cu cantitatea.



Denumirea

activității: „Toamna”-artă tranzientă

Sarcina didactică : Preșcolarii au avut la dispoziție materiale din natură: castane, conuri, crengi, pietre, frunze, scoarță de copac, ghinde, frunze, etc. Iar fiecare a realizat un aspect al anotimpului toamna, utilizând materialele puse la dispoziție.

Denumirea activității: „Caută elemente de aceeași culoare!”



Sarcina didactică: Preșcolarii, împărțiți pe echipe, au avut imagini cu culoridiferite. Fiecare echipă a căutat în zona delimitată elemente de aceeași culoare cu cercurile respective, asociind elementele cu culorile respective.



Denumirea activității: „Așază frunzele după mărime și formă!”

Sarcina didactică: Preșcolarii, împărțiți pe echipe, au căutat în perimetrul delimitat frunze, de aceeași formă și



culoare, așa cum indică legenda.

Denumirea activității: „Experiment”

Sarcina didactică: Preșcolarii au fost împărțiți pe echipe, unii au utilizat pipete, pentru a combina culorile și a obține efecte plastic și cromatice, ceilalți au pictat pe folie de aluminiu elemente specific anotimpului toamna.



BIBLIOGRAFIE:

Curriculum pentru educație timpurie, M.E.N. 2019

Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani

TEHNICI DE ARTĂ PENTRU PREȘCOLARI

prof. Mocanu Mirela
prof. Grosu Gena
Grădinița Cu P.P. Nr. 6, Brăila

Una dintre cele mai amuzante metode de a picta este cea în care te folosești direct de palma, degete sau chiar talpa piciorului. Pentru copil este și mai distractiv căci are ocazia de a da iama prin culori după bunul plac. Se murdărește, se joacă și pictează în același timp! Rezultatul? Poate obține astfel un tablou sau o felicitare unicat cu efect garantat.



Copiii sunt foarte creativi când vine vorba de pictat, găsind mai mereu „acuarele” și planșe neconvenționale. Talentul operelor nu îl contesta nimeni. Dacă ai un copil caruia îi place să fie surprins cu idei noi și năstrusnice pentru picturile sale, iată o activitate potrivită pentru el: picturi cu sare și lipici. Sunt ușor de realizat și impresionant de frumoase.

Începe activitatea desenând pe coala de hârtie cartonată un desen din lipici. Presară apoi sare peste desen și asigură-te că ai presărat sare peste tot lipiciul. Scutură sau suflă ușor peste desen, să îndepărtezi sarea în exces. Utilizează pipeta sau înmoaie pensula în acuarela și atinge ușor desenul. Culoarea se va împrăști încet pe suprafața desenată cu lipici, iar culorile diferite se vor întrepătrunde, dând naștere unor nuanțe foarte frumoase.

După ce ai terminat de pictat, lasă planșa să se usuce o zi, două, și expune-o apoi cu mândrie într-un loc vizibil, să fie admirată de toată lumea.



Mandala este o diagramă circulară ce păstrează cu rigoare o anumită simetrie, concentrându-se cu toată forța asupra unui centru și având ca structură tipică împărțirea

suprafeței în patru segmente egale. Mandala constituie un simbol și totodată un ritual, cu originea în hinduism și budism, reprezentând Universul.



Cei inițiați în mandala dezvoltă un impuls al creativității înmulțit de liniștea înconjurătoare. Alegerea culorilor nu este întâmplătoare. Instinctiv, cel care colorează o mandală alege nuanțe în conformitate cu sentimentele sale de moment. De asemenea, ele definesc temperamentul fiecăruia.

Mandala ca resursă terapeutică. Procesul de observare constă în alegerea unei mandale gata executată, așezată într-un loc confortabil. Apoi se execută exerciții de controlare a respirației, până la obținerea unei stări de bunăstare și relaxare prin observarea continuă a figurii, concentrând asupra ei toată atenția.

MANDALE REALIZATE DIN CEREALE, SEMINTE DE LINTE, PETALE DE FLORI, FRUNZE, CASTANE, GHINDE ETC.



ORGANIZAREA ȘI AMENAJAREA SPAȚIULUI EDUCAȚIONAL- CONDIȚIE ESENȚIALĂ A REUȘITEI PROCESULUI EDUCATIV ȘI A PROMOVĂRII STĂRII DE BINE A COPIILOR ÎN GRĂDINIȚĂ

prof. Cojocaru Mihaela

prof. Bălan Violeta

Grădinița Cu P. N. Nr.5 "Crăiasa Zăpezii" Brăila



PROMOVAREA UNUI ÎNVĂȚĂMÂNT DE CALITATE PRIN PROIECTE ERASMUS+

prof. învă. preșc. Ionela Fedmașu

prof. învă. preșc. Irina Neagu

Grădinița Cu P.P. Nr.37 Brăila

Ca profesori ai Grădiniței cu Program Prelungit nr. 37 Brăila ne-am preocupat de crearea unui mediu propice dezvoltării copiilor în grădiniță dar și de formarea unei culturi organizaționale în rândul colegelor care să conducă la o stare de bine pentru toți actorii implicați în actul didactic. O rețetă în acest sens am descoperit-o în derularea proiectelor Erasmus+, fie în parteneriate cu alte școli europene, fie prin participarea profesorilor la cursuri structurate. Printr-un astfel de proiect, Digitalizarea-ultima frontieră, din cadrul Acreditării Erasmus+, finanțat de Uniunea Europeană, profesorii au învățat și au aplicat în mediul lor profesional cum să selecteze și să creeze conținut educațional online pentru activitățile cu preșcolarii. Pentru a îmbunătăți starea de bine a preșcolarilor pe timpul programului de grădiniță, pentru a le face învățarea atractivă și pentru a le facilita o adaptare mai ușoară la grădiniță și mai apoi la școală, profesorii grădiniței au dezvoltat activități prin care îmbină activitățile de învățare față în față cu activitățile online.

La vârsta preșcolarității, jocul ocupă locul central în activitatea cotidiană a copilului, iar calculatorul este un mijloc prin care copiii pot explora lumea, îmbinând jocul cu învățarea, pentru că este animat, colorat, activ, interactiv, calculatorul permite minții și mâinilor să străpungă realitatea și să o subjuge. Sub aspect informativ, calculatorul este partenerul de joc inteligent, care îi satisface nevoia de cunoaștere copilului, îl ajută să-și îmbogățească cunoștințele, îi stimulează imaginația, intuiția, capacitatea de reflecție și aptitudinile, trăirile ce formează perseverența, responsabilitatea, dar ajută și la formarea unor priceperi și deprinderi de muncă și viață.

Poate ne punem destul de des întrebarea: „În ce măsură un joc pe calculator poate fi educativ?”, atât noi în calitate de cadre didactice, cât și părinții.

Îmbinarea celor trei elemente: joc, calculator (tehnologie modernă) și obiective educaționale, este o alegere fericită. Copilul învață fără a conștientiza acest lucru. Mediul atrăgător, cu personaje simpatice care îi livrează diverse sarcini îl entuziasmează și copilul nu resimte presiunea rezultatului. Reușitele sale sunt percepute ca un rezultat al propriilor acțiuni.

Scenariul joacă aici un rol esențial: obiectivele educaționale sunt mascate prin joc pentru a fi atractive. Față de metodele clasice de învățare, în care sarcina este expusă clar, sarcinile dintr-un joc educațional poartă hainele unor povești. Pentru copiii preșcolari, jocurile educaționale pot reda aceleași activități ca cele care au loc în orele de grădiniță: exercitii matematice din cadrul domeniului știință; colorare și imprimare din cadrul domeniului estetic; recunoaștere de obiecte; cuvinte opuse, litere, povești din cadrul domeniului limba și comunicare; puzzle; labirint; animații expozitive; ghicitori; alege și apasă; întrebări și răspunsuri; părțile unui întreg; perechea potrivită; crescător, descrescător.....și multe, multe altele.

Pentru a veni în întâmpinarea acestor provocări educaționale ridicate în învățământ odată cu introducerea forțată de împrejurările pandemice a formei de învățare online, profesorii grădiniței noastre au mers la cursuri de formare la instituții formatoare europene pentru a învăța să folosească platformele educaționale online pentru a crea conținut

educational online adaptabil preșcolarilor. Ei au descoperit că această preocupare, de a aduce tehnologia în sala de grupă și de clasă, este din ce în ce mai accentuată în rândul profesorilor și școlilor europene.

Experiența trăită de profesori, preșcolari, elevi, părinți, comunitatea locală în perioada pandemică, cu perioade de învățare online, a demonstrat tuturor că trebuie să fim pregătiți pentru orice situație sau scenariu de învățare. Chiar dacă învățarea online este contestabilă din prisma rezultatelor la învățatură mai slabe ale elevilor, nu trebuie condamnată 100% ci trebuie să i se atribue și meritele recunoscute. Ca profesori trebuie să fim capabili să cream conținuturi de învățare pentru fiecare stil de învățare al copiilor din grupă, să folosim cele mai potrivite metode și resurse pentru a capta atenția, pentru a facilita învățarea prin joc și pentru a realiza o evaluare obiectivă.

În Grădinița cu Program Prelungit nr. 37 se implementează la grupe un program prin care se folosesc resurse educaționale online cel puțin o dată pe săptămână la fiecare grupă pentru scurte secvențe educaționale. La grupa mare pe care o coordonăm folosim resurse online create de noi pe diferite platforme educaționale descoperite prin participarea noastră la cursuri sau în urma implicării în activitățile de diseminare ale proiectului Digitalizarea-ultima frontieră.

Aceste resurse sunt create și folosite pentru momente diferite ale zilei, fie pentru Captarea atenției, Salutul sau Calendarul naturii la Întâlnirea de dimineață, fie pentru introducerea activității principale a zilei sau în momentele de evaluare și încheiere a activității. Limita creării și folosirii acestor resurse online o constituie doar imaginația și dibăcia profesorului de a utiliza platformele destinate acestui scop.

Vom exemplifica în continuare prin includerea unor resurse online pentru grupa mare folosibile la proiectul săptămânal: “Bucuriile iernii”. La activitatea DLC desfășurată frontal putem folosi următoarea resursă la momentul de obținere a performanței -repetarea poeziei memorate: <https://youtube.com/shorts/Vj6VrxoFELY?feature=share>

La activitatea propusă pentru DOS – Iarna, bucuria copiilor putem exemplifica modalitatea de lucru cu următoarea resursă: <https://youtu.be/8MpTrWh-y8c>

Pentru activitatea din DEC, Iarna prin ochi de copil ne putem ajuta de resursa <https://youtu.be/5wysankap4> sau de o altă resursă folosind aplicația ourboox, <https://www.ourboox.com/books/peisaj-de-iarna/>

Un sector îndrăgit de copii este Joc de masă. Aici putem începe activitatea prin propunerea jocului Împerechează mânușa - <https://learningapps.org/display?v=p5muo5wo521>

Activitatea de la sectorul Știință poate continua cu un exercițiu de numerație exemplificat prin următoarea resursă educațională online: <https://learningapps.org/display?v=p1mcozgrc20>

Utilizarea TIC nu trebuie să devină o obsesie deoarece fiecare preșcolar are dreptul la succes școlar și la atingerea celor mai înalte standarde curriculare posibile, de aceea trebuie găsite metodele pedagogice adecvate în fiecare caz în parte. Nu trebuie deci să renunțăm la metodele didactice tradiționale, la rezolvarea de probleme și la efectuarea experimentelor reale deoarece acestea au un rol bine definit în realizarea unei legături directe între experiența practică și ideile teoretice, creându-se astfel cunoștințe temeinice despre lume și societate.

Vă invităm să ne descoperiți proiectul și activitățile și pe pagina web a grădiniței <https://gradinita37braila.ro/> . Conținutul prezentului material reprezintă responsabilitatea exclusivă a autorilor, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care va fi folosit conținutul informației.

BIBLIOGRAFIE:

1. Cursul „Professional Devolpment of English Language for teacher and practical use of ICT in the classroom”, în perioada 09/13 mai 2022, oferit de Link Scool of English în Malta.
2. Curriculum pentru educație timpurie (2019).
3. „Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului”, Viorica Preda, Mioara Pletea, Filofteea Grama, Niculina Flangea, Georgeta Pletea, Anca Lidia Grigore, Cristina Ciobanu, Editura Didactica Publishing House, București, 2011.

STAREA DE BINE A ELEVILOR ÎN ȘCOALĂ

prof. înv. primar Corbu Gabriela
Școala Gimnazială Tichilești, Brăila

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.

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 relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare.

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.

Se apreciază că mediul școlar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoțională și capacitatea de învățare când:

- ✓ este cald, prietenos și recompensează învățarea;
- ✓ promovează în special cooperarea și mai puțin competiția;
- ✓ oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă;
- ✓ încurajează activitățile creative;
- ✓ încurajează dezvoltarea de proceduri și regulamente care interzic pedeapsa fizică și promovează
- ✓ interacțiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă și între personalul școlii și elevi prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărțuirea și violența;

Copiii au o capacitate înnăscută de a învăța, dar această capacitate poate fi compromisă și, uneori, distrusă. O școală prietenoasă recunoaște, încurajează și sprijină capacitățile în creștere ale copiilor care învață. Școala trebuie să reprezinte un mediu prietenos și sigur de muncă și joacă. Rolul profesorului include grija pentru bunăstarea psihică a elevilor.

Climatul școlar a fost identificat ca una dintre cele mai importante trăsături ale unei școli. Când atmosfera din școală este neprietenoasă, îngrijirea nu este atentă, lipsește încurajarea și recompensarea, sănătatea mentală, atât a elevilor cât și a profesorilor poate fi afectată în mod advers. Impactul unei atmosfere neprietenoase este în mod particular dăunător dacă persistă o perioadă mai lungă de timp.

Din perspectiva profesorilor, școala asigură în mare măsură un climat adecvat, dar din perspectiva elevilor cerințele pentru asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare sunt acoperite într-o mai mică măsură. Este necesar ca școlile să-și revizuiască o serie de aspecte și să stabilească mecanisme eficiente de feed-back între profesori și elevi pentru identificarea deficiențelor și stabilirea de măsuri de corectare.

Când elevii cooperează, încadrarea în învingători și învinși este mai puțin evidentă și prin urmare, se evită umilirea consecutivă a celor considerați ratați. Prin această metodă pot beneficia în mare măsură elevii cu dificultăți de învățare și cei din comunități dezavantajate. Atunci când elevii primesc în mod constant mesajul că sunt ratați, dorința lor de a reuși se erodează. Când elevii cooperează în procesul de învățare, implicarea în rezolvarea sarcinilor

este mai mare, se reduc diversivunile și se utilizează o proporție mai mare din timp pentru instruire. Copiii sunt capabili să se ajute între ei mult mai mult, cei cu un nivel mai scăzut, cât și cei cu un nivel mai înalt al realizărilor beneficiind deopotrivă, munca elevilor devenind mai atentă, aprofundată și bine prezentată.

Pedepsirea fizică a elevilor în școală este inacceptabilă! Violența față de elevi, în forma pedepsei corporale, poate fi sancționată legal, fiind văzută ca o formă de abuz al copilului. Pedepsa corporală nu este necesară deoarece nu numai că nu dă rezultate, suprimând doar pentru o perioadă scurtă comportamentul nedorit, dar creează pe de altă parte o atmosferă de teamă care nu este favorabilă învățării.

Existența unor reguli clare și corecte și aplicarea lor cu consecvență este vitală pentru menținerea disciplinei.

Copiii au dreptul fundamental de a se simți în siguranță la școală și de a fi scutiți de asuprire, umilire intenționată și pericole potențiale cauzate de intimidare și hărțuire. Deși majoritatea cercetărilor în acest domeniu s-au axat pe studiul personalității intimidatorilor și victimelor, multe progrese în această direcție pot fi realizate prin schimbarea modului de organizare al școlii și prin ajustarea atitudinii colective și atmosferei generale cu scopul prevenirii hărțuirii și intimidării, atitudinea profesorilor având efecte importante în descurajarea acestora.

Neluând atitudine în cazul plângerilor, profesorii contribuie sau chiar cresc teama celor care sunt ținta atacurilor. Se impune discutarea în mod deschis a problemei și conceperea unui plan clar de acțiune pentru a aborda intimidarea, hărțuirea și consecințele lor. Părinții trebuie încurajați să lucreze în parteneriat cu profesorii pentru a preveni escaladarea la o serie de comportamente indezirabile.

Profesorii trebuie să sesizeze schimbarea de la tachinarea în joacă la insultă, să fie capabili să contracareze agresiunea fizică de îndată ce devine evidentă. Mentori din rândul elevilor pot să-și asume responsabilitatea pentru integrarea în școală a nou-sosiților și a celor singuratici. Creșterea capacității și motivării elevilor pentru cooperare poate conduce la reducerea agresivității în școală. Intervențiile de succes necesită ameliorări marcate ale climatului școlar, în special în termenii ordinii și disciplinei, întăririi atitudinilor pozitive față de școală și muncă, pentru reducerea numărului de victime, injurii, traume emoționale și comportamente anti-sociale de tipul vandalismului.

În consolidarea procesului de învățare, odihna și relaxarea joacă un rol important. Recreațiile asigură elevilor oportunitatea schimbului informațional, timpul liber fiind vital în dezvoltarea imaginației elevilor. Este important ca școala să asigure oportunități, facilități și timp pentru învățarea unor meșteșuguri și arte, precum și condiții în care elevii să poată acționa fără presiunea performanței sau a evaluării.

Se impune ca școlile să analizeze aceste aspecte și să caute modalități de ameliorare. Idei simple, cu costuri reduse, cum ar fi utilizarea de pietre, marcaje colorate pentru delimitarea unor locuri pentru diverse jocuri, pot fi deopotrivă distractive și eficiente în acest scop. Solicitarea de idei în acest sens din partea elevilor poate aduce soluții novatoare, simple, eficiente și agreeate de către aceștia. Implicarea părinților în activitățile școlare și luarea deciziilor este un pilon esențial al școlilor care promovează sănătatea și atmosfera prietenoasă.

O funcție importantă a sistemului de învățământ este să ofere asistență familiilor pentru a-și ajuta copiii să devină membri productivi și stabili din punct de vedere emoțional și

social ai comunității. Deși predarea este de importanță primară pentru învățare, nu este posibil să se ignore familia din care provine copilul, fără ca aceasta să genereze riscuri potențiale ale învățării eficiente.

Școlile prietenoase și promotoare ale sănătății asigură elevilor suportul emoțional și social și îi ajută să dobândească încrederea de a vorbi liber despre școală și viața lor în cadrul acesteia. Printr-o contribuție la modul de organizare și funcționare al școlii, copiii găsesc școala mai atractivă și prietenoasă.

PROFESORII apreciază ca priorități pentru ameliorarea mediului psihosocial școlar:

- ✓ Susținerea cooperării și învățării active
- ✓ Dezvoltarea activităților creative
- ✓ Asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare.

ELEVII apreciază ca priorități pentru ameliorarea mediului psihosocial:

- ✓ Susținerea cooperării și învățării active
- ✓ Dezvoltarea activităților creative
- ✓ Promovarea oportunităților egale și participarea la luarea deciziilor.

Avantajele unui mediu școlar pozitiv constau în bunăstarea și fericirea, întărirea sentimentului de apartenență și o mai bună calitate a vieții celor implicați în procesul instructiv-educativ. Indirect, poate avea ca rezultat performanțe academice mai bune. De asemenea, poate modifica unele aspecte negative ale vieții școlare prin reducerea intimidării și hărțuirii, injuriilor și absenteismului școlar. Are potențialul de a diminua stereotipiile, teama, anxietatea, depresia și pierderea motivației.

Sentimentele de bunăstare în timpul copilăriei și adolescenței pun temelii solide pentru o bună sănătate la maturitate.

Conform psihologului Donald Winnicott creativitatea aparține sentimentului de a te “simți viu”. Pentru a fi creativi, copiii trebuie să se simtă în siguranță din punct de vedere emoțional. Copiii sunt exploratori prin natură, dar pentru a fi creativi au nevoie de un mediu propice. Îndrăzneala de a face ceva diferit, sau într-un mod nou, este inima creativității. Copiii au nevoie de experiențe pozitive, de spațiu personal pentru a fi singuri cu ei înșiși și în același timp au nevoie de sentimentul de conexiune cu alte persoane, în special cei care sunt importanți pentru ei emoțional.

BIBLIOGRAFIE

*** Raportul Național de Sănătate al Copiilor și Tinerilor din România- 2017

***parintiicerschimbare.ro

CE ROL JOACĂ ȘCOALA ÎN STAREA DE BINE A COPILULUI

prof. înv. preșc. Paștea Viorela Cătălina

prof. înv. preșc. Șerban Voica

Grădinița Cu P.P. Nr.56 Brăila

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.

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 relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare.

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.

Se apreciază că mediul școlar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoțională și capacitatea de învățare când: este cald, prietenos și recompensează învățarea; promovează în special cooperarea și mai puțin competiția; oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă; încurajează activitățile creative; încurajează dezvoltarea de proceduri și regulamente care interzic pedeapsa fizică și promovează interacțiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă și între personalul școlii și elevi prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărțuirea și violența;

Profesorii sunt factorul cel mai important în crearea unei atmosfere eficiente și incluzive

Copiii au o capacitate înăscută de a învăța, dar această capacitate poate fi compromisă și, uneori, distrusă. O școală prietenoasă recunoaște, încurajează și sprijină capacitățile în creștere ale copiilor care învață. Școala trebuie să reprezinte un mediu prietenos și sigur de muncă și joacă. Rolul profesorului include grija pentru bunăstarea psihică a elevilor.

Climatul școlar a fost identificat ca una dintre cele mai importante trăsături ale unei școli. Când atmosfera din școală este neprietenoasă, îngrijirea nu este atentă, lipsește încurajarea și recompensarea, sănătatea mentală, atât a elevilor cât și a profesorilor poate fi afectată în mod advers. Impactul unei atmosfere neprietenoase este în mod particular dăunător dacă persistă o perioadă mai lungă de timp.

Din perspectiva profesorilor, școala asigură în mare măsură un climat adecvat, dar din perspectiva elevilor cerințele pentru asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare sunt acoperite într-o mai mică măsură. Este necesar ca școlile să-și revizuiască o serie de aspecte și să stabilească mecanisme eficiente de feed-back între profesori și elevi pentru identificarea deficiențelor și stabilirea de măsuri de corectare.

Susținerea cooperării și învățării active

Când elevii cooperează, încadrarea în învingători și învinși este mai puțin evidentă și prin urmare, se evită umilirea. Prin această metodă pot beneficia în mare măsură elevii cu dificultăți de învățare și cei din comunități dezavantajate. Când elevii cooperează în procesul de învățare, implicarea în rezolvarea sarcinilor este mai mare, se reduc diversivitiunile și se

utilizează o proporție mai mare din timp pentru instruire. Copiii sunt capabili să se ajute între ei mult mai mult, cei cu un nivel mai scăzut, cât și cei cu un nivel mai înalt al realizărilor beneficiind deopotrivă, munca elevilor devenind mai atentă, aprofundată și bine prezentată.

Rezultatele puntează necesitatea unei mai atente implementări a procedurilor de învățare. Tehnicile active de învățare, cum ar fi jocul de roluri, proiecte școlare /comunitare, proiecte de cercetare bazate pe anumite teme, ar putea fi noi pentru unii profesori și prin urmare se impune formarea acestora pentru dobândirea de abilități și încredere în folosirea lor.

Interzicerea pedepsei fizice și a violenței

Pedepsirea fizică a elevilor în școală este inacceptabilă! Violența față de elevi, în forma pedepsei corporale, poate fi sancționată legal, fiind văzută ca o formă de abuz al copilului. Pedepsa corporală nu este necesară deoarece nu numai că nu dă rezultate, suprimând doar pentru o perioadă scurtă comportamentul nedorit, dar creează pe de altă parte o atmosferă de teamă care nu este favorabilă învățării.

Existența unor reguli clare și corecte și aplicarea lor cu consecvență este vitală pentru menținerea disciplinei. Rezultatele denotă necesitatea creării de oportunități pentru ca profesorii să poată dobândi cunoștințe și deprinderi care să le permită să facă față violenței la diverse niveluri, mergând de la agresiunea verbală, de tipul poreclelor și rumorii în clasă, până la intervenția în cadrul unor încăierări.

Intoleranța față de agresivitate, hărțuire și discriminare

Copiii au dreptul fundamental de a se simți în siguranță la școală și de a fi scutiți de asuprire, umilire intenționată și pericole potențiale cauzate de intimidare și hărțuire. Deși majoritatea cercetărilor în acest domeniu s-au axat pe studiul personalității intimidatorilor și victimelor, multe progrese în această direcție pot fi realizate prin schimbarea modului de organizare al școlii și prin ajustarea atitudinii colective și atmosferei generale cu scopul prevenirii hărțuirii și intimidării, atitudinea profesorilor având efecte importante în descurajarea acestora. Neluând atitudine în cazul plângerilor, profesorii contribuie sau chiar cresc teama celor care sunt ținta atacurilor.

Se impune discutarea în mod deschis a problemei și conceperea unui plan clar de acțiune pentru a aborda intimidarea, hărțuirea și consecințele lor. Părinții trebuie încurajați să lucreze în parteneriat cu profesorii pentru a preveni escaladarea la o serie de comportamente indezirabile.

Profesorii trebuie să sesizeze schimbarea de la tachinarea în joacă la insultă, să fie capabili să contracareze agresiunea fizică de îndată ce devine evidentă. Mentori din rândul elevilor pot să-și asume responsabilitatea pentru integrarea în școală a nou-sosiților și a celor singuratici. Creșterea capacității și motivării elevilor pentru cooperare poate conduce la reducerea agresivității în școală. Intervențiile de succes necesită ameliorări marcate ale climatului școlar, în special în termenii ordinii și disciplinei, întăririi atitudinilor pozitive față de școală și muncă, pentru reducerea numărului de victime, injurii, traume emoționale și comportamente anti-sociale de tipul vandalismului.

Dezvoltarea activităților creative

În consolidarea procesului de învățare, odihna și relaxarea joacă un rol important. Recreațiile asigură elevilor oportunitatea schimbului informațional, timpul liber fiind vital în dezvoltarea imaginației elevilor. Este important ca școala să asigure oportunități, facilități și

timp pentru învățarea unor meșteșuguri și arte, precum și condiții în care elevii să poată acționa fără presiunea performanței sau a evaluării.

Se impune ca școlile să analizeze aceste aspecte și să caute modalități de ameliorare. Idei simple, cu costuri reduse, cum ar fi utilizarea de pietre, marcaje colorate pentru delimitarea unor locuri pentru diverse jocuri, pot fi deopotrivă distractive și eficiente în acest scop. Solicitarea de idei în acest sens din partea elevilor poate aduce soluții novatoare, simple, eficiente și agreate de către aceștia.

Legătura dintre școală și familie prin implicarea părinților

Implicarea părinților în activitățile școlare și luarea deciziilor este un pilon esențial al școlilor care promovează sănătatea și atmosfera prietenoasă.

O funcție importantă a sistemului de învățământ este să ofere asistență familiilor pentru a-și ajuta copiii să devină membri productivi și stabili din punct de vedere emoțional și social ai comunității. Deși predarea este de importanță primară pentru învățare, nu este posibil să se ignore familia din care provine copilul, fără ca aceasta să genereze riscuri potențiale ale învățării eficiente.

Este important ca școlile să-și revizuiască politicile în acest domeniu, pentru a întări relația dintre familie și școală. Având informații referitoare la situația familială și la necesitățile copilului, profesorii îl pot înțelege mai bine și își pot adapta modul de predare, iar probabilitatea de a-i ignora tradițiile și valorile deprinse în familie ducând în felul acesta la contradicții, conflicte și nefericire, este mult redusă.

Absența contactului între școală și familie, duce la trecerea neobservată a problemelor și schimbărilor majore din viața copilului, în timp ce un climat pozitiv în școală și o relație bună școală-familie vor asigura mediul pentru dezvoltarea unor niveluri ridicate de auto-încredere și stimă de sine.

Promovarea oportunităților egale de participare la luarea deciziilor

Școlile prietenoase și promotoare ale sănătății asigură elevilor suportul emoțional și social și îi ajută să dobândească încrederea de a vorbi liber despre școală și viața lor în cadrul acesteia. Printr-o contribuție la modul de organizare și funcționare al școlii, copiii găsesc școala mai atractivă și prietenoasă.

Dacă profesorii consideră că școala promovează într-o măsură destul de mare oportunități egale în luarea deciziilor, elevii sunt de părere că implicarea lor este redusă în acest domeniu, scorul fiind unul dintre cele mai scăzute.

Profesorii trebuie să realizeze că o componentă importantă a bunăstării emoționale și sociale a unei persoane este sentimentul acceptării ei așa cum este. Sentimentul excluderii sau inegalității (îndeosebi pentru motive ce nu țin de controlul personal) este dăunător pentru stima de sine și demnitate. Elevii care sunt tratați ca egali și cred în șansa lor de a avea succes ca oricare altă persoană, nu au numai o probabilitate mai mare de a-și atinge potențialul intelectual, dar își vor prețui școala pentru mediul prietenos și de susținere și vor fi mai toleranți cu cei care sunt „diferiți”. Școlile trebuie să-și găsească propriile modalități de recunoaștere și primire a elevilor cu apartenență etnică, religioasă și culturală diferită, ca și a celor cu necesități speciale, săracilor și orfanilor

Profesorii apreciază ca priorități pentru ameliorarea mediului psihosocial școlar: susținerea cooperării și învățării active, dezvoltarea activităților creative, asigurarea unei atmosfere prietenoase, recompensatoare și încurajatoare.

Elevii apreciază ca prioritati pentru ameliorarea mediului psihosocial: susținerea cooperării și învățării active, dezvoltarea activităților creative, promovarea oportunităților egale și participarea la luarea deciziilor.

Avantajele unui mediu școlar pozitiv constau în bunăstarea și fericirea, întărirea sentimentului de apartenență și o mai bună calitate a vieții celor implicați în procesul instructiv-educativ. Indirect, poate avea ca rezultat performanțe academice mai bune. De asemenea, poate modifica unele aspecte negative ale vieții școlare prin reducerea intimidării și hărțuirii, injuriilor și absenteismului școlar. Are potențialul de a diminua stereotipiile, teama, anxietatea, depresia și pierderea motivației.

Sentimentele de bunăstare în timpul copilăriei și adolescenței pun temelii solide pentru o bună sănătate la maturitate.

Conform psihologului Donald Winnicott creativitatea aparține sentimentului de a te “simți viu”. Pentru a fi creativi, copiii trebuie să se simtă în siguranță din punct de vedere emoțional. Copiii sunt exploratori prin natură, dar pentru a fi creativi au nevoie de un mediu propice. Îndrăzneala de a face ceva diferit, sau într-un mod nou, este inima creativității. Copiii au nevoie de experiențe pozitive, de spațiu personal pentru a fi singuri cu ei înșiși și în același timp au nevoie de sentimentul de conexiune cu alte persoane, în special cei care sunt importanți pentru ei emoțional.

BIBLIOGRAFIE

Știința stării de bine, W. D. Wattles
Sănătatea și starea de bine, M. Finley
Starea de bine în școală, A. Târcă

GAMIFICAREA- MODALITATE DE STIMULARE A CREATIVITĂȚII ELEVILOR

prof. Valentin Lazăr
Colegiul Național „Ana Aslan” Brăila

În perioada post-pandemică, odată cu revenirea elevilor la școală, s-au constatat comportamente și atitudini diferite ale elevilor față de educație, școală sau profesori. Deși este posibil ca aceste schimbări să fi survenit și înainte de pandemia care a digitalizat o mare parte a procesului de educație, acestea au fost mai bine resimțite în special odată cu începerea anului școlar 2021-2022.

De aceea, preocuparea constantă a profesorilor a fost cum să motiveze clasa de elevi din nou, cum să dinamizeze activitatea sau cum să reintegreze elevii, obișnuiți deja cu izolarea, în colectiv. Astfel, noile cursuri și webinarii reprezintă o sursă importantă de idei de activități care pot aduce starea de bine în colectivul de elevi sau care pot aborda conținuturile în mod creativ. Exista diverse abordări teoretice ale creativității, însă ce contează în sala de clasă este cum ajutăm elevii să depășească barierele și să contribuie creativ la activitățile educaționale. Aceștia trebuie în permanență încurajați să fie curioși, să adreseze întrebări, însă pentru ca ei să poată aborda o sarcină de lucru creativ, este nevoie ca aceasta să fie bine definită și să ofere perspective diferite.

Urmează câteva idei de activități în acest sens:

✓ Alege orice culoare (nu trebuie să fie culoarea preferată). Uită-te în jur, analizează, fă câțiva pași, închide ochii, încearcă să îți amintești obiectele de culoarea aleasă văzute de tine și imaginează-ți că întregul tău corp este de acea culoare (30 secunde). Acum răspunde la următoarele întrebări: Ce formă are culoarea ta? Cum sună culoarea ta? Ce moment al zilei îi place culorii tale? În ce anotimp s-a născut culoarea ta? Cum se mișcă culoarea ta? Ce își dorește culoarea ta?

✓ Alege un obiect de pe birou/din sală. Scrie un afiș în onoarea obiectului după modelul:
5 cuvinte-descriere, 7 cuvinte-întrebuintare, 5 cuvinte de mulțumire.

Scrie o scrisoare de reclamație. Alege unul din aceste produse: balon, tort, minge, figurina Star Wars. Reclamă una din aceste probleme: produsul ales are o gaură în el/este prea mare/ îi lipsește un element component/ gustul este groaznic. Alege una din consecințele folosirii acestuia: nu am trecut examenul la școală/ am plătit o amendă/ miroase urât în casă de la produsul respectiv/merg la ședințe de consiliere. Înainte de a începe să scrii, gândește-te cum vrei să fii compensat: reducere la o viitoare achiziție/schimbarea produsului cu unul nou/returnarea banilor/compensații financiare de 1.000 de ron.

Scrie o poveste despre prima zi de școală în care fiecare propoziție să fie formată din maxim 3 cuvinte. (Exemplu: A fost minunat! O zi minunată! Plin de elevi. Plin de părinți. Soarele ne încălzea. Curtea mișuna. Auzeam voci șoptind. Deodată aud Vocea! Era doamna mea!, etc.) ↔ Creează cel mai urât poster de campanie pentru a-i face pe oameni să conștientizeze impactul lor asupra climei și a mediului înconjurător.

Explică care sunt condițiile nefavorabile în care o plantă poate crește.

Răspunde la întrebarea: Fantomele cred în noi? În ceea ce privește încurajarea gândirii creative, o serie de autori propun utilizarea așa numitelor întrebări de tip thunks, care stimulează gândirea și pot fi utilizate în orice moment al lecției. Aceste întrebări nu au un răspuns corect, de aceea orice răspuns trebuie acceptat și pot fi utilizate la începutul/finalul lecției sau pot fi date elevilor ca temă sau chiar pot fi propuse de către aceștia ca subiecte de

discuție. Câteva exemple de întrebări-thunks sunt: *Poți ști ceva fără să știi că știi?*, *Poți fi prieten cu cineva de care nu îți place?*, *Ce culoare are ziua de joi?*, *Ce culoare ar avea zebra dacă și-ar pierde toate dungile?*, *Dacă stingem lumina în cameră, culoarea pereților se schimbă?*, Dacă răspunsul este *Odată, cu un pește*, care este întrebarea?

Dacă o piesă muzicală a fost compusă, dar nu a fost cântată niciodată, poate fi numită muzică?

Cu ajutorul unor activități gândite creativ sau a unor întrebări precum cele de mai sus, fiecare elev ar putea fi creativ și fiecare profesor ar putea să-și motiveze elevii să participe sau să creeze o stare de bine în sala de clasă.

Învățarea bazată pe joc și *gamificarea* vin ca o alternativă la crearea unui mediu educațional motivant, plăcut și antrenant. Ne jucăm de când suntem mici și explorăm lumea din jur prin joacă, de aceea jocul e parte din noi și este folosit ca instrument educațional în sala de clasă. Ne jucăm pentru a ne simți bine prin atingerea nivelului optim de serotonină-dopamină-oxitocină, iar jocurile atent alese în scop educațional stimulează creativitatea, dezvoltă abilitățile de lucru în echipă și cooperarea și ne distrează.

Aproape orice joc poate fi folosit ca resursă educațională dacă este introdus elevilor într-o manieră atrăgătoare, regulile și obiectivele jocului sunt clare, cunoscute și discutate, iar după terminarea unui joc se asigură feedback elevilor. Un exemplu de joc popular în prezent este *Dixit*, care integrat corespunzător în lecție poate dezvolta competențele lingvistice ale elevilor și stimulează creativitatea. Însă, folosirea jocului în clasă nu înseamnă *gamificarea*.

Când vorbim despre *gamificare*, trebuie să avem în vedere că acesta este un întreg proces, gândit de obicei pe termen mediu și lung, care poate include elemente de joc și învățare bazată pe joc.

În prezent, o serie de activități din diverse domenii (caritate, cumpărături, politică, sport, afaceri) sunt *gamificate*. Exemple în acest sens sunt:

✓ *Free Rice* (<https://freerice.com>)- înveți, te joci și donezi. Cu fiecare răspuns corect dat, îți îmbunătățești vocabularul și donezi boabe de orez pentru a salva persoanele defavorizate. Sponsori privați donează sume importante de bani, în funcție de boabele colectate în joc. Din 2010 și până în prezent a fost donată suma de 1,5 milioane de dolari.

✓ *Chore Wars* (<http://www.chorewars.com>) – după înregistrare și alegerea avatarului, poți concura cu membrii familiei sau colegii de birou pentru a îndeplini sarcini simple precum dusul gunoiului, gătit sau curățenie. Ești răsplătit pentru munca ta și astfel, diverse sarcini de lucru nu mai sunt o corvoadă.

✓ *Runtastic* (<https://www.runtastic.com/>) – te menții în formă și te simți bine deoarece întregul plan de fitness și menținere este gamificat.

✓ *Zombies, Run!* (<https://zombiesrungame.com/>)- reprezintă un alt exemplu de activitate sportivă gamificată. Te plimbi, ascuți muzică și primești misiuni de rezolvat. Dar dacă auzi sunete de zombie, ia-o la fugă!

Pentru a *gamifica* învățarea și a motiva elevii prin crearea unei stări de well-being, sunt sugerate câteva idei în continuare:

✓ creează o poveste în jurul activității și introdu elemente de mister, în care elevii își pot crea propriul avatar/personaj care pornește într-o adevărată călătorie de descoperire/învățare;

✓ stabilește și negociază reguli clare;

✓ sărbătorește reușita, dar și insuccesul (discuții despre ce s-a întâmplat pentru ca elevii să nu plece frustrați și supărați din sala de clasă);

- ✓ creează oportunități de conectare socială, nu forța colaborarea;
- ✓ încurajează libertatea de a alege dându-le elevilor șansa de a alege pentru ei;
- ✓ stabilește obiective la diferite niveluri, dar având grijă ca elevii să fie antrenați în activitate la diferitele niveluri propuse;
- ✓ întotdeauna recompensează realizările elevilor, fie ele și mărunte;
- ✓ dă-le elevilor cheia casei, cu alte cuvinte fă-i să se simtă ca acasă, să le facă plăcere să participe la activități;
- ✓ cunoaște-ți elevii-jucători și începe să construiești și să *gamifici* de la poveștile lor;
- ✓ oferă și primește feedback clar, exact și cât mai mult (cel mai ușor ar fi să întrebi direct elevii, iar o altă idee este de a crea focus grupuri de unde poți afla ce a mers bine și ce nu) .

Pentru motivele enumerate mai sus, putem concluziona că profesorii au la îndemână două resurse extrem de importante în desfășurarea activității, creativitatea și jocul, care încurajate în mod corespunzător, pot motiva elevii intrinsec sau extrinsec, însă cu același scop, de a crea o stare de bine în sala de clasă.

BUNE PRACTICI PRIVIND OBIECTIVELE ȘI PRINCIPIILE CARE STAU LA BAZA STĂRII DE BINE A PREȘCOLARILOR ȘI CADRELOR DIDACTICE ÎN GRĂDINIȚĂ

ed. Sârbu Gabriela
prof. învă. preșcolar Gomolea Elena Laura
Grădinița Cu P.P Nr. 48 Brăila

O “bună practică” poate fi definită ca fiind o experiență în legătură cu care există dovezi că funcționează bine și că produce rezultate bune, ceea ce o recomandă ca model.

Există unele criterii de identificare a bunelor practici și sunt utilizate ca o listă de control pentru acestea.

Câteva criterii sunt:

✓ Eficiența și succesul înregistrat:

Practica se dovedește a fi relevantă și cea mai eficientă cale de a atinge un obiectiv specific. Aceasta a fost adoptată cu succes și s-au înregistrat a avut efecte pozitive asupra persoanelor și comunităților.

✓ Sustenabilitate socială, de mediu și economică:

Practica răspunde nevoilor esențiale în special ale persoanelor și comunităților defavorizate, fără a amenința capacitatea acestora de a răspunde nevoilor lor viitoare.

✓ Respectarea nevoilor de gen:

Practica are în vedere implicarea și respectarea genurilor și contribuie la îmbunătățirea calității vieții tuturor persoanelor.

✓ Fezabilă tehnic:

Practica este ușor de învățat și de aplicat din punct de vedere tehnic.

✓ Este participativă:

Abordarea participativă este esențială pentru asumarea de către fiecare a deciziilor și acțiunilor.

✓ Poate fi replicată și adaptată:

Practica are potențial de replicare și adaptare la obiective similare, în diferite situații.

✓ Reduce riscurile în situații de criză:

Practica își aduce contribuția la o bună gestionare a situațiilor de criză și la dezvoltarea rezilienței.

De asemenea consider că starea de bine este vitală pentru succesul elevilor. Aceasta este premisa care a stat la baza elaborării obiectivelor și principiilor care guvernează toate procesele din școală, în vederea promovării stării de bine a elevilor.

Aceste elemente servesc ca instrument pentru a ajuta școlile să îmbunătățească și să răspundă nevoilor privind starea de bine a elevilor, dar sunt mai mult decât atât. Ele oferă o provocare și o oportunitate pentru toate școlile să examineze starea de bine elevilor lor și să lucreze pentru a răspunde nevoilor pe care le identifică.

Ca atare, starea de bine elevilor nu este doar o obligație etică și morală pentru profesori, manageri și toți cei implicați, ci și o responsabilitate care ar trebui să fie legală.

Aceste informații despre obținerea stării de bine ar putea fi folosite într-o varietate de moduri de către profesioniști, în special profesori, terapeuți, familie și manageri, pentru a sprijini adecvat și optim învățarea, dezvoltarea și integrarea fiecărui copil, cu cât educabilul are o stare de bine cu atât el participă cu interes și se implică în desfășurarea unei activități.

Starea de bine pentru succes începe cu înțelegerea ceea ce este starea de bine elevilor.

Starea de bine elevilor este puternic legată de învățare. Nivelul de stare de bine al elevului la școală este indicat de satisfacția lor față de viața la școală, de implicarea lor în învățare și de comportamentul social-emoțional. Acesta este îmbunătățit atunci când practicile bazate pe dovezi sunt adoptate de școli în parteneriat cu familiile și comunitatea. Starea de bine optimă a elevilor este o stare durabilă, caracterizată prin sentimente și atitudini predominant pozitive, relații pozitive la școală, reziliență, optimism și un nivel ridicat de satisfacție față de experiențele de învățare (Noble et al, 2008, p.30).

Această definiție succintă oferă o bază de la care elevii, părinții, profesorii, managerii și autoritățile pot începe să discute și să definească ce aspecte ale stării de bine elevilor sunt cele mai relevante pentru punctele forte ale elevilor și contextul școlii.

ERO (Education Review Office) a identificat **nouă concepte cheie** sinonime cu starea de bine și succesul elevilor. Aceste concepte sunt descrise drept rezultatele dorite pentru starea de bine a elevilor și sunt menționate în toți indicatorii.

1. Elevii au un sentiment de apartenență și de legătură cu școala, cu colegii și cu comunitatea.
2. Elevii experimentează reușita și succesul.
3. Elevii sunt rezilienți, au capacitatea de a trece peste situațiile dificile.
4. Elevii sunt competenți social și emoțional - sunt conștienți din punct de vedere social, au abilități interpersonale, sunt siguri de sine, sunt capabili să decidă responsabil și să se autocontroleze.
5. Elevii sunt activi fizic și au stiluri de viață sănătoase.
6. Elevii sunt îngrijiți de profesorii de la școală, au adulți care să apeleze pentru a-și crește potențialul, a-și celebra succesele, a discuta opțiunile și a rezolva problemele.
7. Elevii se simt în siguranță la școală, relațiile sunt apreciate și așteptările sunt clare
8. Elevii sunt incluși, implicați, angajați, invitați să participe și să aducă contribuții pozitive.
9. Elevii își înțeleg locul în lume, sunt încrezători în identitatea lor și sunt optimiști în ceea ce privește viitorul.

Construirea unei imagini despre starea de bine a elevilor

O înțelegere a măsurii în care este promovată starea de bine a elevilor poate fi obținută prin utilizarea unei serii de resurse și date din comunitatea școlară. Școlile colectează deja date care pot aprofunda cunoștințele despre starea de bine a elevilor și procesele care o susțin. Sursele de date pot include, dar nu se limitează la:

- Observații ale profesorului în clasă, la locul de joacă și la alte activități
- Profiluri sau portofolii ale elevilor
- Interviuri și întâlniri cu părinții
- Date privind rezultatele școlare
- Date de incidență / risc traumatic
- Date de prezență și de menținere în școală
- Rapoarte către consiliu
- Documentația școlară incluzând statutul, politicile și procedurile
- Identificarea nevoilor printr-o analiză a planurilor individuale de educație.
- Interviuri și conversații cu furnizori profesioniști de sănătate socială
- Date de evaluare națională
- Minute de la ședințe de echipă sau de departament, întâlniri multidisciplinare, inclusiv cu profesori

Perspective ale profesorilor asupra stării de bine a elevilor

- Construiesc relații puternice cu toți elevii și cu mediul lor.
- Îmi pasă de elevi și înțeleg că succesul elevilor este sporit atunci când are prioritate starea de bine a elevilor.
- Elevii mă văd ca pe un profesor abordabil, cunoscător, corect și de încredere.
- Mă angajez în promovarea stării de bine a elevilor și contribui pozitiv la cultura stării de bine la școală.
- Sunt un model de rol pozitiv și empatic.
- Îmi fac timp pentru elevi să vorbească despre probleme care îi privesc
- Contribui la activități curriculare și extrașcolare din întreaga școală.
- Practica mea este centrată pe elev, incluzivă, fără judecată și pentru siguranță culturală.
- Îmi folosesc cunoștințele pentru a crea oportunități de învățare semnificative și interesante pentru toți elevii.
- Valorific experiența elevilor în clasă.
- Folosesc o serie de strategii pentru a angaja elevi diversi.
- Am o cunoaștere aprofundată a curriculumului și folosesc aceste cunoștințe pentru a promova viziunea și competențele cheie.

- Folosesc conceptele curriculum-ului pentru sănătate și educație fizică în livrarea Curriculum-ului și promovez starea de bine ca parte a practicii mele de predare de zi cu zi.
- Predau în mod deliberat abilități sociale și emoționale, inclusiv conștientizarea de sine, autogestionarea, conștientizarea socială, abilitățile de relație și luarea deciziilor responsabile.
- Am abilitățile și resursele pentru a promova și a răspunde stării de bine a elevilor și identific atunci când un elev este în pericol sau are nevoie de sprijin suplimentar.
- Îmi place mediul de lucru.
- Starea mea bună este susținută de o serie de sisteme, procese și oameni.

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 deliberată 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.

Parteneriatele sunt vitale în sprijinul școlilor pentru starea de bine elevilor. Parteneriatele cu elevii, părinții lor și comunitatea largă, inclusiv cu serviciile de sănătate publică și serviciile sociale, au potențialul de a găsi soluții pentru îmbunătățirea activă a stării de bine a tuturor elevilor.

<https://www.ero.govt.nz/publications/wellbeing-for-success-draft-evaluation-indicators-for-student-wellbeing/section-two-wellbeing-indicator-framework/>

PROFESORUL ÎN CONTEXTUL SOLICITĂRILOR ACTUALE – METODE ȘI TEHNICI DE GESTIONARE A STRESULUI PROFESIONAL

prof. învă. primar Codreanu Andreea Mădălina
Liceul Tehnologic „Constantin Angelescu” Ianca, Brăila
Structura Grădinița Cu P. N. Ianca, Brăila

Într-o societate caracterizată printr-o evoluție rapidă a cunoașterii și tehnologiei, globalizare și multiculturalitate, idealul educațional suportă modificări considerabile, prin urmare se impun schimbări la nivel de sistem, respectiv de proces educațional.

Delors, J. 2000, p.77 remarcă faptul că cei patru piloni ai educației sunt- „a învăța să știi, a învăța să faci, a învăța să trăiești împreună cu alții și a învăța să fii”, accentul punându-se pe dezvoltarea omului, „în toată bogăția personalității sale, a complexității formelor sale de expresie și a diverselor sale opțiuni ca individ, membru al familiei și al comunității, cetățean și producător creator al unei tehnici sau spirit novator”.

De asemenea tot acesta remarcă faptul că importanța rolului pe care îl deține profesorul, ca agent al schimbării, care promovează înțelegerea și toleranța, n-a fost niciodată mai clară ca în perioada contemporană. (Delors, J, 2000, p.119).

Toate acestea se pot produce doar printr-o reformă reală a mentalității. M. Fullan numește profesorul „o forță a schimbării”, rezultat din puterea personalității sale. Dar orice schimbare trebuie mai întâi înțeleasă și promovată de profesor.

Societatea actuală impune o multitudine de schimbări care țin de toleranța, flexibilitatea, capacitatea de adaptare, respectiv creativitatea profesorului.

În contextul reformelor educaționale din ultimii ani, problema statutului profesional al cadrului didactic este mult mai discutată și necesită o redefinire a acestuia ținându-se cont de noile responsabilități care îi revin profesorului. (Coșa, 2011, p.18)

Paradigmele moderne interpretează rolul profesorului într-un cadru mult mai complex, conform acestora, statutul cadrului didactic este asemănat celui de membru al unei structuri organizaționale definite, precum școala și al unei comunități, aceasta putând fi profesională sau locală, solicitând și o acceptare diferită a rolurilor și a identităților profesionale. (Iucu, R, Pânișoară, I.O, 2000, p.27)

Pedagogia postmodernă este dominantă de paradigma socio-constructivistă, care pune accentual pe organizarea situațiilor și a contextelor care provoacă la învățare, solicită profesorului noi competențe de relaționare, trăsături de personalitate absolute necesare în societatea în care trăim, acestea fiind formate încă din școală. (Coșa, 2011, p.19).

Numeroasele schimbări au avut efecte considerabile asupra științelor educației, implicit a statutului și a rolului cadrelor didactice.

Activitatea didactică a profesorului modern, depășește evidențierea unor calități personale ale acestuia, apreciate prin terminii de: vocație, talent, măiestrie, prin faptul că presupune însușirea unui sistem complex de cunoștințe teoretice, formarea unor deprinderi, abilități, competențe, calități și asumarea unor roluri, într-o manieră riguroasă și controlată, ceea ce reprezintă profesionalismul său.

Statutul cadrului didactic indică poziția ocupată de acesta în structura socială, corespunzându-i atât drepturi, cât și obligații. Iar rolul reprezintă aspectul dinamic și situațional al statutului de cadru didactic, în aplicarea drepturilor și obligațiilor profesionale.

Formarea și afirmarea profesorului ca personalitate conștientă, rațională, responsabilă și motivată rezultă din învățarea, exersarea și perfecționarea rolurilor acestuia.

Eficiența realizării rolurilor depinde și de gradul în care profesorul conștientizează faptul că prescripțiile sunt mai clar definite sau nu, că sunt mai mult sau mai puțin motivate și dorite. Și nu-n ultimul rând eficiența acestora depinde de relația conștientizată și respectată între percepția proprie și așteptările celorlalți. (Tomșa, 2005, p.268)

Chiș, V, 2001 prezintă funcțiile cadrelor didactice ca fiind următoarele: proiectarea activității didactice, realizarea predării și dirijarea actului de învățare, evaluarea didactică completată de consultanță și îndrumare pentru elevi și părinți, desfășurarea unor activități administrative, servicii în comunicare și dezvoltarea personală.

O clasificare a funcțiilor didactice asemănătoare cu cea prezentată anterior este următoarea: (Coșa, L, E, 2011, p.21)

- funcții referitoare la proiectarea, implementarea și evaluarea activității didactice
- cunoașterea elevilor și consilierea lor școlară și profesională
- cooperarea cu celelalte cadre didactice, părinții și participarea cadrelor didactice la dezvoltarea instituțională a unității școlare
- organizarea și conducerea socială a clasei de elevi
- organizarea și conducerea activității extracurriculare a elevilor
- perfecționarea profesional-științifică a cadrelor didactice

În raport cu obiectivele instructiv-educative și cu realizarea acestora, literatura pedagogică enumeră următoarele roluri ale cadrului didactic: planificare, organizare, control, îndrumare, evaluare, monitorizare, consiliere, decizie (Tomșa, 2005, p. 268)

Adrian Nicolau descrie rolurile profesorilor ca fiind următoarele :

1) *rolul de educator*, acesta fiind foarte important, deoarece profesorul trebuie să se dedice formării și dezvoltării tinerelor generații;

2) *organizator al procesului de predare-învățare-evaluare* profesorul modern trebuie să fie un profesionist, un foarte bun cunoscător atât al domeniului de specialitate, cât și al celui psihopedagogic;

3) *partener al educației* se referă la relațiile pe care profesorii trebuie să le stabilească împreună cu alți factori educativi, cum ar fi părinții, respective alte instituții educative, acestea contribuind la educarea optimă a elevilor.

4) *membru al corpului profesoral* fiecare cadru didactic trebuie să: participe activ la nivelul organizației, să colaboreze cu colegii la creșterea actului educativ și la menținerea climatului optim educativ în școală; aibă o atitudine responsabilă față de propria pregătire și față de pregătirea elevilor. (Cosma, T, 2013)

Rolurile cadrului didactic sunt deschise formării și dezvoltării aflate într-o continuă adaptare cerințelor tot mai crescute ale societății, respectiv elevilor.

Ideea adaptării activității didactice la solicitările multiple - sociale, educaționale, respectiv manageriale este surprinsă mult mai bine în conceptul ‘profesionalism deschis’.

(Coșa, L, E, 2011, p.22-23)

Profesia, respectiv locul de muncă reprezintă un aspect important pentru fiecare persoană, dar de cele mai multe ori acestea constituind și un factor de stres.

Stresul profesional este recunoscut din ce în ce mai mult ca fiind unul dintre cele mai serioase pericole pentru sănătate și frecvent factor ce determină insatisfacția profesională, productivitatea scăzută, absenteismul crescut al angajaților (Cummins 1990, Spielberger & Reheiser 1995).

Calmul și gândirea pozitivă ne ajută în situațiile dificile întâmpinate la locul de muncă și au o influență favorabilă asupra climatului de lucru și a colegilor.

Modul în care fiecare persoană evaluează factorul de stres generează nivelul stresului, astfel această evaluare se transpune sub formă de gânduri care se activează în momentul apariției situațiilor stresante.

În continuare voi prezenta câteva metode prin care putem descoperi/ redescoperi optimismul:

Învăță să spui ,da’, de exemplu în momentul în care un profesor este solicitat să participe cu elevii la o competiție. Primul reflex este acela de a refuza; important este să cerem timp de gândire și să luăm în considerare și posibilitatea de a răspunde pozitiv la solicitări.

Apropiete de persoanele optimiste, deoarece acestea te vor ajuta să-ți schimbi modul de a gândi, acesta realizându-se involuntar prin imitare.

Repetă afirmația- Voi reuși!, în momentul în care te simți încordat și lipsit de putere, de exemplu ai de raportat o situație în 24 de ore, prin inducerea gândirii pozitive ve reuși să te mobilizezi și să finalizezi sarcinile fără instalarea stărilor tensionante.

Vizualizează tot ce poate fi mai rău, apoi tot ce este bine. De exemplu vrei să aplici un proiect, i-l redactezi și la final te gândești că proiectarea nu este bună și nu va fi aprobat, apoi gândește că acesta este bine realizat și cu siguranță o să aibă succes.

Adaptează-te la realitate. De exemplu în cadrul activității metodice un profesor dorește să realizeze materialul didactic necesar desfășurării lecțiilor și să completeze fișele de evaluare ale elevilor; în același tip managerul solicită raportarea unei situații urgente. Cu alte cuvinte planificarea ta este perturbată, ca atare există o soluție să vezi partea bună a lucrurilor, să nu-ți induci o stare de tensiune, ci să schimbi prioritățile, adaptându-te la realitate.

Exersează-ți voința, filozoful Alain susține că optimismul ține de voință, trebuie să-ți propui să vezi partea pozitivă a lucrurilor și mai puțin pe cea negativă, astfel te vei încadra în grupul persoanelor optimiste. (Blum, R, 2011, p.63-65)

În momentul în care dorim să ne atingem obiectivele trebuie să ne exprimăm ferm, dar nu agresiv, punctul de vedere, adoptând un comportament de afirmare necesitând uneori insistență și hotărâre. (Legeron, P, 2003, p.294)

Bibliografie:

1. Blum, R, 2011, 'Psihologia pozitivă', Editura Lider, București (Traducere de Anca Irina Ionescu
2. Chiș, V, 2001, 'Activitatea profesorului între curriculum și evaluare', Editura Presa Universitară Clujeană
3. Coșa, L.E, 2011, 'Managementul stresului la profesori', Editura Etna, Târgu Mureș
4. Delors, J, 2000, 'Comoara lăuntrică', Raportul pentru UNESCO al Comisiei Internationale pentru educatie in sec. XXI, Editura Polirom, Iași
5. Legeron, P, 2003, 'Cum să te aperi de stres', Editura Trei, București
6. Pânișoară I.O, Iucu. R, 2000, 'Formarea personalului didactic', Editura UMC, București
7. Tomșa, G, 2005, 'Psihopedagogie preșcolară și școlară', Editura, C.N.I Coresi, București (Supliment al revistei Învățământul preșcolar)

STAREA DE BINE A ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMANTUL PRIMAR

prof. învă. primar Perianu Daniela
prof. învă. primar Pantazi Camelia
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

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.

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 relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare.

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.

Se apreciază că mediul școlar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoțională și capacitatea de învățare când:

- ✓ este cald, prietenos și recompensează învățarea;
- ✓ promovează în special cooperarea și mai puțin competiția;
- ✓ oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă;
- ✓ încurajează activitățile creative;
- ✓ încurajează dezvoltarea de proceduri și regulamente care interzic pedeapsa fizică și promovează
- ✓ interacțiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă și între personalul școlii și elevi prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărțuirea și violența;

Am observat că adesea starea de bine este mult mai pronunțată în timpul activităților extrașcolare, deoarece au mult mai multă libertate de acțiune în mod creator, de a-și exprima propriile păreri fără a fi îngrădiți de reguli și de a coopera. În cele ce urmează o să prezentăm câteva din activitățile extracurriculare ce le-am parcurs în acest an școlar ,până în momentul de față, la care elevii noștri au participat cu interes .



Prima activitate a fost „Nigel si Luna” o poveste în care este relatat cum personajul principal nu avea curajul de a-și împărtăși visele nimănui în afară de Lună. La fel ca și Nigel, cu toții am visat să fim eroi și eroine și am vrut să putem spune lumii întregi despre planurile noastre. Însă am avut curajul să o facem?

În această activitate, copiii învață o lecție despre curajul de a-și împărtăși visele.

Cea de a doua activitate, ce a fost ținută doar la clasa pregătitoare, a fost sărbătorirea Halloween-ului. La aceasta activitate au fost implicați și părinții elevilor. Copiii au venit costumați și împreună cu părinții au creat diverse creații specifice.

O altă activitate la care elevii au fost foarte încântați a fost Cod week. Elevii au fost dornici în a realiza cât mai mult și interesante desene.

În săptămâna Educației globale toți elevii au militat pentru pace și fiecare a acționat în modul propriu, cu propriile opinii și păreri, ecestea fiind expuse prin desene.



Nu putea lipsi, bineînțeles, prezența noastră la teatrul de păpuși, unde elevii clasei I au vizionat fascinați piesa de teatru „Fram, ursul polar”, iar cei de la pregătitoare D-I Goe.

La elevii clasei I este în derulare proiectul Școala Siguranței- Tedi și ABC-ul emoțiilor. Au îndrăgit personajele și e o reală încântare când îi anunț că vom lucra cu Tedi sau când știu că vor învăța despre o nouă emoție.



STAREA DE BINE ȘI STRUCTURA DIMENSIONALĂ A MANAGEMENTULUI CLASEI DE ELEVI

profesor consilier școlar, Stoica Nicoleta
Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională, Brăila

Starea de bine e un concept ce ține de sănătatea ființei umane. Omul este o ființă umană care se dezvoltă în plan biologic, psihologic și social. Prin urmare, pentru a atinge starea de bine, e necesar să realizăm un echilibru între acțiunile specifice componentelor fiziologice, emoționale, mentale și relaționale ale interacțiunii omului cu mediul.

În mediul școlar, starea de bine, poate fi atinsă atunci când acțiunile tuturor actorilor implicați (elevi, părinți, personalul unității școlare), acționează în scopul îndeplinirii nevoilor individuale și de grup ale clasei/colectivului de elevi și a cadrelor didactice. Pentru obținerea randamentului școlar al elevilor, avem nevoie de cadre didactice dedicate, părinți implicați, un mediu academic securizat, o cultură organizațională care să încurajeze și să susțină inovarea și creativitatea. Motivația elevului este un element cheie în obținerea unor rezultate școlare ridicate, iar aceasta trebuie stimulată permanent. La vârstă școlară mică, motivația este predominant extrinsecă, iar rezultate școlare ale elevilor sunt un efect al modului în care cadrul didactic reușește să creeze la nivelul clasei mediul optim pentru învățare. Atingerea stării de bine în mediul școlar se rezumă, de fapt, la realizarea unui mediu optim pentru învățare, care în conceptul managementului clasei ține de structura dimensională a grupului. Iată câteva repere pentru obținerea stării de bine la nivelul clasei, pornind de la cele cinci dimensiuni ale grupului de elevi.

Dimensiunea ergonomică a grupului

✓ Disponibilitatea mobilierului în clasă trebuie să încurajeze interacțiunea și activismul elevilor. Pentru obținerea stării de bine, indicat este: să fie evitată disponibilitatea mobilierului în format prelegere și utilizată cât mai mult disponibilitatea în semicerc/cerc/oval; banca și scaunul să aibă dimensiunea potrivită înălțimii copiilor, astfel încât poziția să fie confortabilă, evitând apariția unor emoții precum frustrarea, ca efect al neputinței; catedra cadrului didactic să fie la nivelul elevilor, pentru a încuraja interacțiunea dintre el și elevi (colaborare și cooperare); amenajarea clasei să cuprindă elemente de joc cu mesaje scurte și motivaționale; disponibilitatea mobilierului să poată permite realizarea de activități atât individuale dar și pe grupe; fiecare elev să aibă aceeași vizibilitate la tablă și resursele utilizate, raportat la nevoile individuale ce țin de dezvoltarea fiziologică/biologică.

Dimensiunea psihologică a grupului

✓ Capacitatea de învățare a fiecărui elev este diferită. Elevul este fericit atunci când rezultatele muncii sale sunt apreciate și nu doar prin calificative. Calificativele au doar o componentă calitativă, rece și lipsită de emoție, pe când lauda, încurajarea și susținerea efortului elevului prin cuvinte calde și pozitive, întăresc și stimulează depunerea efortului necesar pentru dobândirea cunoștințelor. Aprecierea muncii elevului trebuie realizată pentru orice progres oricât de mic ar fi acesta, iar atunci când elevul nu înregistrează progres are nevoie de cât mai mult sprijin educațional și emoțional, de adaptarea stilului de lucru al

cadrului didactic și de colaborarea cu părinții. În multe clase de elevi, avem integrați copii cu cerințe educaționale speciale, care au curriculum adaptat și necesită utilizarea unor modalități diferite de lucru pentru achiziția cunoștințelor din programă. În plan relațional și emoțional, toți elevii din clasă au nevoie de utilizarea acelorași modalități de dezvoltare emoțională. Consider că, pentru o clasă din școala de masă, un elev cu cerințe educaționale speciale reprezintă un atu, o oportunitate pentru dezvoltarea competențelor socio-emoționale a tuturor.

Dimensiunea socială a grupului

✓ Clasa este un grup social, ce oferă copiilor posibilitatea să învețe să relaționeze, să rezolve conflicte, să gestioneze emoții, să lege prietenii, să coopereze/colaboreze și cu cei cu care nu au interese comune, să dezvolte antipatii pe care apoi să învețe să le gestioneze cu diplomatie. Grupul social, clasa, este o provocare pentru cadrul didactic ce este nevoit să își folosească și să își dezvolte abilități necesare coordonării și modelării echilibrului relațional de la nivelul clasei, pentru a asigura starea de bine. O clasă conflictuală, în care elevii sunt interesați doar de competiția academică, nu va atinge starea de bine a echilibrului și respectului reciproc pentru munca depusă.

Dimensiunea normativă a grupului

✓ Respectarea unui set de norme, reguli, reglează desfășurarea activității didactice dar și interacțiunile dintre elevi. La începutul nivelului primar, normele explicite trebuie să fie simple, formulate concis la obiect și să vizeze comportamentele esențiale. Normele se adaptează în funcție de nevoile clasei și se modifică ori de câte ori este necesar. Normele explicite pot fi interiorizate de grup atât de bine încât să nu mai fie resimțite ca fiind o constrângere, ci asumate ca valori normative, ceea ce duce la instalarea coeziunii de grup, implicit a stării de bine. Dificultatea cadrului didactic apare atunci când norme implicite funcționează în paralel cu norme explicite, fiind un semnal al instalării unui conflict care poate fi generat de conținutul normelor explicite ce nu sunt relevante pentru clasă sau dificultatea cadrului didactic de a motiva elevii să respecte regulile. Normele implicite sunt ca o carte de vizită a grupului clasă, ele evidențiind cultura organizațională de la nivelul grupului și arătându-ne prezența sau absența stării de bine.

Dimensiunea operațională a grupului

✓ Adaptarea intervenției la nivelul clasei este elementul cheie al operaționalizării activității pentru obținerea rezultatelor dorite. Înainte de a alege strategia de intervenție e necesar să definești problema întâmpinată și rezultatele așteptate. Strategiile de intervenție utilizate frecvent de cadrele didactice sunt: strategia de dominare (relaționare asimetrică, comportamente autoritare), negocierea (explicită, deschisă sau implicită când elevii se comportă în așa fel încât determină cadrul didactic să accepte anumite lucruri), fraternizarea (cadrul didactic se aliază cu elevii), ritualul și rutina (acțiuni standard și uniforme, predictibilitate ridicată), terapia ocupațională (mișcarea ca formă de intervenție) și susținerea morală (asocierea reușitei școlare cu cea socială). Pentru atingerea stării de bine a elevilor, fie în plan individual, fie la nivelul clasei, e necesar să utilizăm strategii diferite în funcție de caracteristicile situației asupra căreia dorim să intervenim. Scopul intervenției este acela de a obține conformarea, complianța, internalizarea comportamentelor adaptative mediului școlar.

Dimensiunea inovatoare a grupului

✓ Inovația a apărut ca o nevoie generată de schimbare. Nevoile grupului se

schimbă permanent, fiind de fapt o adaptare a acestuia la noutate. Succesul cadrului didactic în procesul de intervenție din perspectiva managementului clasei este condiționat de capacitățile inovatoare ale acestuia. Inovația înseamnă să personalizezi un set de norme și reguli specifice unui grup, care să coreleze cu nevoile sociale și educaționale ale fiecărui individ, respectiv ale clasei de elevi. Succesul realizării și implementării unei strategii inovative are la bază cunoașterea elevilor și a orizonturilor acestora.

BIBLIOGRAFIE:

1. Cosmovici A. și Iacob L., Psihologie școlară, Ed. Polirom, Iași, 1999
2. Crețu, C., Psihopedagogia succesului, Ed. Polirom, Iași, 1997
3. Iucu, R.B., Managementul clasei de elevi. Aplicații pentru gestionarea situațiilor de criză educațională, Ed. Polirom, Iași, 2006

STAREA DE BINE A ȘCOLARULUI

prof. învă. primar, Meiroșu Giorgia
Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Brăila

Starea de bine înseamnă a te simți împlinit și a funcționa bine, pe mai multe planuri: cognitiv, emoțional, social, fizic și spiritual. Este un construct larg biopsihosocial, corelat cu satisfacția în viață, stima de sine, implicarea socială și sistemul de valori al unei persoane.

Starea de bine este strâns legată de învățare și motivație. Nu putem da un randament maxim în ceea ce facem, dacă nu avem o stare bună din punct de vedere psihic, emoțional, social și fizic. Astfel, starea în care de aflăm poate influența pozitiv sau negativ activitatea tuturor. Este un lucru valabil și pentru locul în care un copil își petrece o foarte mare parte din timp: ȘCOALA.

Pentru ca activitatea instructiv-educativă să își realizeze scopul, este necesar ca școlarului să îi fie creată starea de bine sau „well being”. Starea de bine a elevilor le influențează capacitatea de a-și atinge întregul potențial școlar. Calitatea relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare. În acest sens, au fost realizate mai multe studii de către cercetătorii contemporani. Concluziile acestor studii este, pe scurt, că elevii care simt că aparțin unei comunități școlare ce îi sprijină și îi valorizează și cei care au parte de relații bune cu părinții, profesorii și colegii au rezultate mai bune la învățătură și sunt mai fericiți. Raportul cuprinde datele pentru fiecare țară participantă, inclusiv pentru România, care nu stă foarte bine la acest capitol.

Cel mai important rol pentru a crea un mediu propice pentru starea de bine a elevului îi revine profesorului, dar și managerului școlii. Școlile fericite sunt cele care le asigură copiilor:

- ✓ relații pozitive în comunitatea școlară,
- ✓ atitudine pozitivă a profesorilor,
- ✓ respect pentru diversitate și diferențe,
- ✓ valori și practice pozitive și colaborative,
- ✓ condiții de lucru pentru profesori,
- ✓ profesori competenți și empatici,
- ✓ volum de muncă rezonabil,
- ✓ colaborare și lucru în echipă,
- ✓ metode de predare-învățare care motivează,
- ✓ libertatea și creativitatea celor care învață,
- ✓ rezultate și realizări,
- ✓ activități extrașcolare,
- ✓ echipă între profesori și elevi în procesul de învățare,
- ✓ conținut relevant și util,
- ✓ starea de bine mintală,
- ✓ un mediu școlar cald și prietenos,

- ✓ inexistența bullyingului,
- ✓ spații deschise și verzi pentru joacă și învățare,
- ✓ leadership și viziune,
- ✓ disciplină pozitivă,
- ✓ sănătate, condiții sanitare și nutriție,
- ✓ management democratic al școlii.

Așadar, după crearea unui mediu prietenos, pentru adaptarea la viața școlară, profesorul trebuie să intervină în procesul didactic cu jocuri de dezvoltare personală, care să implice toți elevii, să îi facă să își exprime emoțiile, dorințele, propriile păreri și convingeri. Poate interveni, de asemenea, cu povești terapeutice, pe care le vor analiza și adapta la diferite situații, jocuri de rol, dramatizări.

Exemple de jocuri care pot aduce o stare de bine în colectivul de elevi:

➤ **„Mașina de spălat cu complimente”** (Este un joc de grup recomandat grupurilor de elevi care deja se cunosc de mai mult timp. Se așază elevii pe două linii, față în față, creându-se astfel un culoar de trecere prin mijloc. Pe rând va trece fiecare copil prin acest culoar și se va opri la fiecare coleg. Obiectivul jocului este să îl spălăm cu complimente pe colegul care trece prin mașina de spălat. Vom spune lucruri pozitive, gânduri frumoase sau chiar aprecieri pe care nu le știau. Urmăriți schimbarea stării elevului atunci când trece prin mașina de spălat. Adresați la final simpla întrebare: Cum te simți după ce ai trecut prin mașina de spălat? Și veți simți vibrația bucuriei pure.) - O idee preluată de la „Profesoara de joacă”

➤ **„Turnul stimei de sine”** (Este o activitate care are ca obiectiv descoperirea, verbalizarea și scrierea punctelor noastre tari, abilităților și chiar a adjectivelor pozitive. Este foarte important cum desfășurăm activitatea, mai mult decât rezultatul în sine. Se pun piesele pe masă și se arată exemplul profesorului, astfel: prima piesă cuprinde numele –IOANA- și următoarea cel mai comun și simplu aspect, dar extrem de important OM. Se aleg piese mici și mari și le spunem copiilor cum suntem: organizată, curajoasă, iubitoare .. ei pot adăuga alte însușiri ale profesorului. Ce sentiment frumos să vezi părți din tine prin ochii lor și să le adaugi în turnul stimei tale de sine. După exemplul învățătorului, unde a fost primit ajutor de la copii, se începe exercițiul împreună. Copiii comunică oral ceea ce vor să scrie pe piese, e tare plăcut când confirmă cei din jur și adaugă câte o observație. Acest joc contribuie la ridicarea stimei de sine, conștientizarea a ceea ce ne face pe noi unici. Emoțiile de la final sunt minunate. Fiecare copil citește cu voce tare cuvintele scrise pe turn. Exemplu: **SUNT PETRU, SUNT OM, SUNT SPORTIV, SUNT COPIL, SUNT ...**)- O idee preluată de la „Profesoara de joacă”

Avantajele unui mediu școlar pozitiv constau în bunăstarea și fericirea și o mai bună calitate a vieții celor implicați în procesul instructiv-educativ. Indirect, poate avea ca rezultat performanțe academice mai bune. De asemenea, poate modifica unele aspecte negative ale vieții școlare prin reducerea intimidării și hărțuirii, injuriilor și absenteismului școlar. Are potențialul de a diminua stereotipiile, teama, anxietatea, depresia și pierderea motivației. Sentimentele de bunăstare în timpul copilăriei pun temelii solide pentru o bună sănătate la maturitate.

STAREA DE BINE/ “WELL BEING” A ELEVULUI LA ȘCOALĂ

prof. înv. primar, Ion Ramona
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

“Oamenii vor uita ce ai spus, vor uita ce ai făcut, dar nu vor uita niciodată cum i-ai făcut să se simtă” (Maya Angelou)

În contextual schimbărilor accelerate ale lumii, al progresului tehnologic, degradării mediului, intoleranței sporinde, care pun în pericol sănătatea, observăm pe plan global o preocupare în creștere pentru starea de bine. La nivel de școală, elevii simt repercusiunile acțiunii lumii, care a devenit mai competitive, focalizată pe teste, mai stresată ca niciodată.

Ce este starea de bine? În ultima perioadă, conceptul de sănătate a evoluat: astăzi este pe larg recunoscut faptul că starea de bine nu poate fi atinsă doar prin aportul și succesele științei despre sănătate, ci și prin eforturi și alegeri inteligente în ceea ce privește stilul de viață.

Întrucât starea de bine poate fi îmbunătățită prin caracterul și comportamentele formate în copilărie și adolescență, școala are un rol crucial în inocularea comportamentelor sănătoase, prin cultura școlară și relațiile interpersonale construite în acest mediu. Rolul educatorului modern este să depășească disocierea tradițională dintre dimensiunile cognitivă și emoțională.

Starea de bine a copilului la școală - Este viziunea Rodawell, o viziune despre școală, în care, fiecare elev este văzut ca o persoană autonomă ce beneficiază de un context favorabil dezvoltării unor relații de calitate cu profesorii și colegii, dar și învățării prin explorarea mediului înconjurător, fizic și social. n Rodawell credem că putem încuraja starea de bine a unui copil prin promovarea autonomiei acestuia, relațiilor de calitate și învățării prin explorarea mediului într-un context incluziv. Sunt patru dimensiuni asupra cărora vom focaliza acțiunile intervenției noastre. Este o viziune susținută atât de cercetări în domeniul psihologiei educaționale, cât și de rezultatul practicilor pedagogice ale colegilor danezi, partenerii noștri din proiect.

În practica pedagogică daneză se prefigurează tot mai mult o perspectivă în care copilul este privit ca o persoană competentă și capabilă să participe la viața școlară, ulterior în lumea socială, ca cetățean activ. Autonomia în învățare este capacitatea unei persoane de a avea control asupra propriei învățări, individuale sau în colaborare cu alții. Decenii întregi de cercetări în psihologia educațională au arătat că un elev autonom își va asuma mai multă responsabilitate pentru acțiunile sale. A oferi copiilor capacitatea de a alege este un gest simplu, dar cu efecte importante pentru dezvoltarea acestora. Un copil se va simți mai angajat într-o activitate aleasă dintr-o listă de opțiuni, oferită de profesor, devenind, totodată, capabil să se concentreze pentru o perioadă mai lungă de timp la activitatea desfășurată. În plus, este stimulată motivația pentru a persista în finalizarea sarcinii respective.

Totuși, un profesor ce încurajează autonomia nu este un profesor care își va lăsa elevii „de capul lor”. Mai degrabă, adultul din clasă păstrează în minte următoarele întrebări:

Ar putea copilul să facă singur acest lucru?

Ce ar putea învăța realizând singur această sarcină?

Când își va răspunde, profesorul va putea oferi granițe clare și opțiuni, dintre care un copil va putea alege. Copilul poate fi privit ca o persoană capabilă să învețe, în timp ce adultul păstrează responsabilitatea pentru dezvoltarea sa.

Cum poate fi încurajată autonomia într-o clasă? Elevii pot învăța să își stabilească obiective simple de învățare, pot alege reguli sau tipuri de activități, colegii de echipă, locul în care să lucreze sau timpul de lucru. Muzica și tematica serbărilor, culoarea decorațiunilor din școală, materialele utilizate. În toate situațiile, cadrul didactic este cel care oferă opțiunile și posibilitățile de dezvoltare ale copilului. Așa că, îmbrăcatul sau alegerea culorilor în care să coloreze pot fi pentru preșcolarul mic situații autentice și valoroase de învățare. Reprezintă momentele în care învață ceva extraordinar: să devină autonom, punându-și singur hăinuța sau luând riscantă decizie de a colora florile din desenul său, în negru și nu în roșu, așa cum o fac ceilalți.

Relațiile de calitate, bazate pe respect și grijă reciprocă, sunt esențiale pentru că favorizează un mediu în care învățarea devine eficientă. Este vorba despre cultivarea unor relații pozitive cu adulții din școală, profesorii, dar și colegii, ceilalți copii. Ce face ca o relație să fie pozitivă? Susținerea, încurajarea și acceptarea, printre altele.

În același timp, neînțelegerile și chiar conflictele, între elev și profesor sau între elevi, sunt uneori inevitabile, dar relevante învățării. Sunt genul de situații ce pot fi utilizate ca lecții de viață, din care fiecare, atât profesorul cât și elevul, învață lucruri noi despre sine și celălalt: despre propriul stil de comunicare sau despre valori sociale dezirabile.

Așadar, profesorul are puterea să definească și să stabilească cele mai potrivite acțiuni, în timp ce copilul este încurajat să se privească ca un individ capabil să înțeleagă, la rândul său, implicațiile situației în care se află. Insistăm pe ideea că, promovarea unui climat prietenos transformă învățarea. Există cercetări care arată că procesele emoționale sunt necesare pentru ca abilitățile și cunoștințele achiziționate la școală să se transfere în situațiile noi din viață.

Ne putem gândi la situația în care, atunci când facem un tur al unui muzeu, ne așteptăm ca ghidul să ne ajute să înțelegem ceea ce vedem într-o atmosferă pozitivă și prietenoasă: să ne încurajeze să explorăm, să privim cu atenție, să punem întrebări, astfel încât să ne lărgim orizontul cunoașterii, fără frica de a greși sau a fi judecat. În același mod, într-o atmosferă pozitivă, profesorii îi pot ajuta pe copii să înțeleagă lumea complicată în care trăiesc.

Este important și necesar să începem a recunoaște rolul pe care mediul fizic îl are în susținerea calității vieții. Unul dintre determinanții stării de sănătate este mișcarea fizică, iar relația dintre activitățile fizice și rezultatele școlare a fost pusă în evidență de cercetări din ultimele decenii. Copiii au nevoie de activități de învățare care să le ofere prilejul să petreacă mai mult timp la aer, să fie activi, nu doar cognitiv, ci și fizic. Când spunem mediu de învățare, ne referim atât la spațiu – clase, holuri, clădiri, laboratoare sau curtea școlii – dar și modalitățile în care acestea sunt utilizate, tipul de relații pe care le încurajează. Mediul de învățare implică deci, și o dimensiune socială. În organizarea și explorarea acestuia, copilul poate descoperi, de exemplu, comunitatea din care face parte. Când școala permite elevilor să contribuie la dezvoltarea comunităților din care fac parte, oferă copiilor șansa de a se simți

responsabili pentru starea de bine a comunității. Se pun astfel, bazele dezvoltării unui adult implicat în viața socială.

Cum promovăm învățarea prin explorarea mediului? De exemplu, curtea școlii poate fi amenajată astfel încât să permită elevilor să facă mișcare fizică în siguranță, iar profesorilor să desfășoare activități didactice în aer liber într-un mediu curat și stimulat. Spații verzi, grădinile, colțurile amenajate pentru joacă, foișoare, nisipul, apa, copacii, materialele reciclate sunt doar câteva dintre elementele care pot promova învățarea prin explorarea mediului înconjurător, dar și siguranța elevului.

BIBLIOGRAFIE:

Leșco G. Raport sumar al studiului de evaluare a comportamentelor de sănătate ale copiilor de vârstă școlară. https://issuu.com/aureliaguzun/docs/raport_17_ro_en_ru
<https://rodawell.fpse.unibuc.ro/modelul-rodawell/starea-de-bine/#tab-id-4>

BINELE LA ȘCOALĂ

prof. învă. primar, Petrescu Mirela
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

„Va exista întotdeauna ceva mult mai urgent decât protejarea stării de bine a copiilor. Dar niciodată nu va exista ceva mai important.” (UNICEF Office of Research-2013)

Starea de bine la școală, un termen frecvent utilizat, este momentul/ ora /ziua în care, ca elev, uiți că mama te-a trezit cu greu de dimineață ca să nu întârzi la prima oră, că ieri te-ai chinuit cam mult la problema de la matematică, uiți de tableta cu jocuri și de jucăriile de-acasă și exclami cu bucurie” Ura! Azi, la școală, a fost super!” Ce satisfacție mai mare pe un profesor decât să audă aceste vorbe de la elevii săi?! Ce mulțumire mai mare pentru un părinte decât să știe că al său copil nu simte școala ca un stres?



Deși starea de bine a elevilor depinde nu doar de modul în care cadrul didactic își desfășoară demersul didactic, ci și de acea stare de bine cu care copilul vine de-acasă- climatul familial, starea de sănătate, condițiile de locuit, educația primită în familie, responsabili pentru starea de bine a elevilor în școală suntem noi, dascălii lor. Zilnic ne întrebăm cum putem cultiva această stare de bine pozitiv- emoțională la elevii noștri și încercăm să găsim soluții pentru a crea un climat favorabil învățării, pentru că într-o atmosferă destinsă, relaxantă, elevii noștri sunt mai receptivi și mai creativi.

Bucuria sau prezența emoțiilor pozitive, poate ameliora starea de bine a unui elev iar învățarea are loc mai eficient.

Modalitățile prin care putem atinge acest deziderat sunt, desigur, diverse și inepuizabile: un zâmbet cu care să-i întâmpinăm pe copii, o glumă, o încurajare, un cântec vesel- mai nou cu ajutorul percuției corporale sau cu diverse obiecte care scot sunete, un cerc al mâinilor îndemânate în care valorificăm abilitățile copiilor, o poveste cu mesaj terapeutic, un joc nou în aer liber, o activitate pe echipe sau una la care să participe și un membru al familiei, o piesă de teatru școlar, o excursie tematică, o predare/ evaluare mai ”altfel”, o aniversare la școală, un mediu sigur, nonviolent, un ambient eficient și prietenos în care elevul să se simtă ” ca acasă” etc...

Un aspect deloc neglijabil este faptul că responsabile pentru această stare de bine sunt buna cunoașterea a elevilor, a problemelor dar și a pasiunilor acestora, comunicarea eficientă cu ei și familiile lor. Toate acestea conduc și la starea de bine a profesorului, fără de care actul didactic nu ar mai fi un succes. Ea nu este doar o problemă profundă a acestora, ci are un impact major asupra rezultatelor la învățătură ale elevilor, a dezvoltării copiilor.



Starea de bine a profesorilor poate însemna și o bună colaborare cu colegii de catedră, timp petrecut împreună, climatul de încredere reciprocă, împărtășirea unor bune practici, sentimentul de apreciere pentru ideile proprii, spirit de conducere în comun.



Toate aceste direcții sunt fundamentale pentru a-i susține pe elevi să învețe, să aibă succes în învățare, să devină persoane competente și capabile să participe activ la viața școlară și, ulterior, la cea a societății.

PROIECT EDUCAȚIONAL „CITIM ÎMPREUNĂ”

prof. înv. primar Brumă Georgiana,
Școala Gimnazială „George Coșbuc” Brăila

Motto: „Citește! Citind mereu, creierul tău va deveni un laborator de idei și imagini din care vei întocmi înțelesul și filozofia vieții.”

Mihai Eminescu

Titlul: „Citim împreună”

Coordonator proiect: prof. BRUMĂ GEORGIANA

Echipa de organizare: 3 cadre didactice din școală, bibliotecarul școlii

Colaboratori: 3 cadre didactice de la grădiniță

Resurse umane: 7 cadre didactice, bibliotecarul școlii, 100 de elevi

Bugetul proiectului: resurse proprii

Perioada de desfășurare: ianuarie-aprilie 2022

ARGUMENT

Literatura de specialitate prezintă numeroase exemple, studii, etc. despre importanța lecturii. Unele studii demonstrează că lectura prelungește viața omului și cu cât omul citește mai mult, cu atât trăiește mai mult, altele că lectura cărților bune face omul mai bun, că lectura poate ajuta omul să se însănătoșească mai repede, există chiar un curent care se ocupă de biblioterapie. Un studiu publicat în „Economic Journal” și realizat de economiștii Giorgio Brunello, Guglielmo Weber și Christoph Weiss de la Universitatea din Padova demonstrează importanța cărților și cât de mult înseamnă să le oferim copiilor acces la lectură de la vârste cât mai fragede. Copiii înconjuțați de cărți au șansa de a câștiga mai mult ca adulții, demonstrează studiul care a implicat 6000 de subiecți din nouă țări europene. Cercetarea arată că persoanele, care au crescut înconjurate de un număr mare de cărți, au înclinația naturală de a învăța cât mai mult pe parcursul vieții, curiozitate intelectuală și capacitatea de a se adapta mai ușor, în timp ce pentru persoanele, care nu s-au bucurat de avantajul lecturii în copilărie, provocările intelectuale sunt, în general, destul de greu de depășit. „Este important să le oferi copiilor cărți și să-i încurajezi să citească, pentru că asta va avea, cu siguranță, efecte pozitive asupra performanțelor lor școlare și le va oferi condiții socio-economice avantajoase”, mai spun realizatorii cercetării publicate în „Economic Journal”.

Lectura este importantă deoarece dezvoltă mintea. Mintea este un mușchi. Este nevoie de exercițiu. Înțelegerea cuvântului scris este un mod în care mintea crește în capacitatea sa. Învățând copiii mici să citească, îi ajutăm să-și dezvolte abilitățile lingvistice. De asemenea, lectura îi ajută să învețe să asculte. Citirea este modul în care descoperim lucruri noi. Cărțile, revistele și chiar Internetul sunt instrumente de învățare excelente, care necesită abilitatea de a citi și de a înțelege cele citite. O persoană care știe să citească se poate

educa în orice domeniu de activitate în care este interesat. Citirea dezvoltă imaginația, partea creativă a oamenilor. Atunci când le citești copiilor, oprește-te din citit și întreabă ce cred ei că se va întâmpla în continuare. Provocați-i să se gândească la povești. Citirea este fundamentală în dezvoltarea unei imagini bune despre persoana proprie. Non-cititorii sau cititorii slabi au adesea opinii slabe despre ei înșiși și abilitățile lor. Citirea ajută la extinderea vocabularului. Citirea este importantă deoarece cuvintele – vorbite și scrise – reprezintă piatra de temelie a vieții.

MOTIVAȚIE: Necesitatea conștientizării beneficiilor lecturii în dezvoltarea omului, în adaptarea lui la cerințele vieții cotidiene.

SCOPUL: Proiectul educațional își propune să stimuleze lectura în rândul copiilor, atât la școală/grădiniță cât și în familie.

OBIECTIVE SPECIFICE:

- ✓ Stimularea dragostei și a unei atitudini pozitive față de lectură
- ✓ Crearea unei percepții pozitive din partea grupului țintă față de carte și citit
- ✓ Încurajarea aptitudinilor literare și artistice ale copiilor talentați
- ✓ Creșterea implicării părinților în activitatea școlii, în beneficiul elevului

GRUPUL ȚINTĂ: cadre didactice din unitatea școlară; bibliotecarul școlii; părinți; preșcolari, elevi.

RESURSE:

Umane: elevi ai școlii și ai grădiniței, cadre didactice, bibliotecar, părinți

Materiale: cărți, creioane colorate, carioci, lipici, foarfece, hârtie colorată

Financiare: resurse proprii

MODALITĂȚI DE REALIZARE: întâlniri, expoziție

ETAPELE PROIECTULUI:

- Promovarea proiectului
- Întocmirea documentației necesare
- Planificarea activităților
 2. Desfășurarea activităților planificate
 3. Evaluarea proiectului
 4. Diseminarea proiectului: pagina web a școlii

PLANIFICAREA ACTIVITĂȚILOR DESFĂȘURATE

NR. CRT	DATA	TEMA	MIJLOACE DE REALIZARE	RESPONSABILI/PERSOANE IMPLICATE
1.	ianuarie	Lansarea proiectului	-informarea elevilor și a părinților	-toate cadrele didactice implicate în proiect

2.	februarie	Recomandare de lectură	-vizită la biblioteca școlii -prezentarea de cărți potrivite pentru lectură	- cadrele didactice de la învățământul primar -bibliotecarul școlii
3.	2 februarie	Citim împreună	-o oră de lectură simultană	-cadrele didactice de la învățământul primar
4.	februarie martie	Cei mari citesc celor mici	-citirea unor texte preșcolarilor de către școlari	-cadrele didactice implicate în proiect -elevii clasei a IV-a
5.	februarie	Citesc, mă dezvolt	-citirea unei cărți pe parcursul lunii februarie -prezentarea conținutului cărții citite într-o manieră atractivă (desene, colaje)	-cadrele didactice de la învățământul primar
6.	martie	Cărți pentru bibliotecă	-organizarea unui târg „Tâgul măștișorului” -achiziționarea de cărți atractive pentru elevi cu banii obținuți din vânzarea produselor -donarea de cărți către bibliotecă de către elevi ai școlii	-cadrele didactice implicate în proiect -elevi
7.	aprilie	Evaluarea proiectului	-expoziție pe holurile școlii cu lucrările realizate de elevi (desene, colaje)	-cadrele didactice implicate în proiect

REZULTATE AȘTEPTATE

Schimbări de comportament al copiilor (atitudinea față de lectură)

Creșterea gradului de atractivitate a școlii, în condițiile revenirii la școala fizică

Realizarea unei expoziții cu lucrările elevilor

MANAGEMENTUL STRESULUI LA ELEVII DE CLASA A VIII-A

Prof. Gr. Did. I Vlad Carmen Valentina
Școala Gimnazială „Ion Creangă” Brăila

Mediul școlar este stresant, dar se poate utiliza o varietate largă de strategii de gestionare și control a surselor de stres și a efectelor acestora. Diferențele individuale influențează elevii în modalitățile de înfruntare a stresului, iar răspunsurile la stres vor fi diferite și specifice fiecărei persoane. De aceea, strategiile de control ale stresului și personalitatea pot juca un rol moderator în diminuarea stării de stres sau a acțiunii factorilor stresanți.

au constatat următoarele:

Focalizarea pe problemă și suportul familial și social pot avea o influență pozitivă în diminuarea stresului la elevii de clasa a VIII-a;

Recunoașterea meritelor/ încurajarea, climatul organizațional al clasei și echilibrul timp liber/ muncă intelectuală, corelează pozitiv cu încrederea în sine și stima de sine ridicată, implicit cu succesul școlar;

De asemenea, recunoașterea meritelor dezvoltă și competență de autoevaluare (notele profesorilor sunt din ce în ce mai apropiate de cele autoevaluate), ceea ce slăbește presiunea necunoscutelor legate de examinarea externă de la evaluarea națională (lucrările vor fi corectate în alt județ, de profesori necunoscuți);

Balanța viață personală/ muncă intelectuală corelează pozitiv cu satisfacția lucrărilor/ sarcinilor de lucru, cu starea mentală, simptomele fizice și nivelul de energie;

Focalizarea pe problemă corelează pozitiv și cu flexibilitatea, cu optimismul elevilor de a face față provocărilor examenului;

De asemenea, satisfacția față de grupul organizațional corelează pozitiv cu sociabilitatea, atmosfera de lucru din clasă (liniștită, calmă, de încredere) contribuind la un nivel mărit de concentrare și la obținerea unor rezultate mai bune;

Elevii optimiști, echilibrați, perseverenți, energici, toleranți la frustrare prezintă un grad mai mare de implicare față de grupul organizațional și simt că munca le îmbunătățește stima de sine și calitatea vieții, în comparație cu cei care prezintă toleranță scăzută la frustrare, sunt instabili, susceptibili și emotivi.

Identificarea predictorilor pentru efectele la stresul educațional la elevii de clasa a VIII-a

Pe baza analizei anterioare, mi-am propus identificarea acelor diferențe individuale și strategiilor de gestionare a stresului, care pot avea rol predictor pentru perceperea efectelor la stres:

Factorii de personalitate cumulați sunt predictorii pentru efectele la stres în general; un nivel echilibrat/ optim la factorii de personalitate determină perceperea unui nivel moderat de stres;

Mecanismele de gestionare a stresului (în special focalizarea pe problemă și balanța timp liber/ muncă) sunt predictorii pentru efectele la stres în general;

Dimensiunile controlului și a influenței personale sunt predictorii pentru efectele pozitive ale stresului;

Echilibrul, balanța viață personală/ muncă este predictor pentru satisfacția muncii/ rezultatul obținut, starea mentală și nivelul de energie;

Nerăbdarea este predictor pentru deteriorarea sănătății fizice;

Sociabilitatea este predictor pentru efecte pozitive ale stresului educațional, stare mentală, încredere personală și nivel de energie.

Strategii de gestionare a stresului educațional la elevii de clasă a VIII-a

Odată realizată diagnoza stresului educațional în pragul primului examen important din viața de elev, urmează structurarea intervențiilor pentru managementul, gestionarea stresului:

Astfel, în ceea ce privește îmbunătățirea climatului la nivel organizațional, se recomandă:

- ✓ dezvoltarea unei culturi organizaționale de suport și stimulativă față de elevi (de către managerul școlii, consilierul educativ al școlii, dirigintele clasei de elevi etc);
- ✓ creșterea coeziunii grupului (ex. prin activități extracurriculare de tip excursii tematice, cenacluri literare, activități de voluntariat etc);
- ✓ îmbunătățirea comunicării asertive;
- ✓ folosirea mai frecventă a aprecierilor și recompenselor față de reușitele și eforturile școlare ale elevilor.

Pentru a reduce presiunea cauzată de specificul solicitant al activităților elevului de clasă a VIII-a, se recomandă:

- ✓ atitudinea deschisă în relația profesor - elev;
- ✓ menținerea elevilor ocupați pe tot parcursul orei;
- ✓ planificarea și organizarea lecției din timp;
- ✓ îmbunătățirea resurselor materiale și aplicarea metodelor activ-participative, la nivelul întregii clase;
- ✓ intercalarea evaluării scrise cu evaluarea orală.

În ceea ce privește relațiile interpersonale și colegiale, se propune:

- ✓ exprimarea opiniilor și a sentimentelor față de colegi în mod asertiv;
- ✓ discutarea problemelor cu colegii, încurajarea suportului emoțional colegial;
- ✓ păstrarea permanentă a legăturii cu familia elevului (părinți/ tutori);
- ✓ oferirea de informații-suport cu privire la examenul de evaluare națională și implicarea permanentă a profesorului diriginte;
- ✓ organizarea, cel puțin periodic lunar, a unor activități extracurriculare de deconectare și relaxare.

BIBLIOGRAFIE

- 1.C. Spencer, *În armonie cu tine însuși*, Ed. Acvila, Oradea, 1999;
- 2.P. Drucker, *Despre decizie și eficacitate*, Ed. Meteor Press, București, 2006;
- 3., „Consiliere și dezvoltare profesională”, Manual pentru clasa a VIII-a, Ed. Art Libris, 2019;
- 4.w.w.w. coaching.ro

Lucrările elevilor

