



UNIUNEA EUROPEANĂ



„PREDARE PENTRU SCHIMBARE” – POCU/73/6/6/106572

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

## Raport stagii de practică exemple de bună practică

Versiune 2

### Cuprins

A7.3- Citirea unei povești terapeutice către cel puțin 3 elevi.....	2
A7.4 – Desfășurarea cu cel puțin 3 elevi a unui exercițiu de relaxare.....	4
A8.5 - Desfășurarea jocurilor: Schimbarea și Ghicește emoția.....	6
A8.6 – Monitorizarea emoțiilor într-o săptămână la școală.....	10

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.



INSPECTORATUL ȘCOLAR  
JUDEȚEAN CLUJ





UNIUNEA EUROPEANĂ



Raportului stagiilor de practică include exemple de bună practică identificate, în anul școlar 2018-2019. Raportul include detalii despre activități educaționale derulate în cadrul stagiilor de practică aferente programului de formare - „Evaluarea și dezvoltarea personală a copiilor și elevilor”. În raport sunt incluse exemple ce pot fi replicabile și de alte cadre didactice din unitățile școlare partenere, sau din alte unități școlare.

### **A7.3- Citirea unei povești terapeutice către cel puțin 3 elevi**

- **Cadru didactic: Giurgiu Ioana Sanda**
- **Unitate școlară: Școala Gimnazială Călățele**

#### **Obiective:**

1. Stimularea imaginației și creativității;
2. Dezvoltarea abilităților de rezolvare a problemelor;
3. Încurajarea efortului de dezvoltare personală;
4. Valorizarea calităților.

**Nivel de vârstă:** 8-11 ani

**Metodă:** povestirea

**Materiale necesare:** animale de pluș, foi de hârtie, instrumente de scris

**Durată:** 45 minute

#### **Descrierea desfășurării:**

Am așzat pe o masă diferite jucării de pluș și am invitat elevii să își aleagă 2 sau trei dintre acestea. Le-am sugerat să le pună nume la alegere și apoi să creeze o poveste în care personajele principale să fie animăluțele alese de ei. Povestea poate să pornească de la diferite emoții negative simțite de personaje și să conțină modalități de rezolvare a problemelor, de a ajunge la emoții pozitive. Elevii au scris poveștile imaginate pe foi. După finalizare le-au prezentat în fața clasei.

#### **Observații, concluzii:**

Cele mai multe dintre povești au ca temă centrală prietenia și modul în care prietenii te pot ajuta fie să depășești emoțiile negative, fie să rezolvi probleme cu care te confrunți la un moment dat. A fost și o poveste referitoare la dărnicia lui Moș Crăciun și una referitoare la solidaritate și modul în care comunitatea poate ajuta o familie care trece prin dificultăți. O fetiță a scris chiar despre plecarea părinților în străinătate și situația dramatică în care copiii rămân singuri și neajutorați, găsind ajutor la prieteni.

La momentul de prezentare în fața clasei unii au fost mai reținuți decât alții, dar toate poveștile au fost apreciate.

- **Cadru didactic: Tripon Mihaela Dorina**
- **Unitate școlară: Școala Gimnazială Specială Transilvania, Baci**

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



**Denumirea activității:** „Harnicul Matei”- Poveste terapeutică

**Grupul țintă:** 6 elevi

**Scop:** Dezvoltarea limbajului expresiv; Valorizarea propriilor calități

**Durată:** 20 minute

**Descriere:** A fost utilizat Jocul „Învăț să povestesc”. Fiecare elev a primit 3 imagini care reprezentau diferite acțiuni realizate de copii (spălatul vaselor, împachetatul hainelor etc). Profesorul prezintă titlul poveștii și îl descrie pe scurt pe Matei, băiețelul în jurul căruia se va crea povestea.

Fiecare elev privește cu atenție imaginile și încearcă să le lege de subiectul poveștii propuse de profesor. În acest fel, elevii creează o poveste terapeutică în care este descris băiețelul Matei și sora lui, precum și activitățile realizate de aceștia pe parcursul unei zile.

**Evaluare:** Elevii au fost entuziasmați de activitatea propusă și s-au implicat activ în construcția poveștii. La finalul activității, povestea este reluată pe scurt și se notează calitățile lui Matei. Se dorește în acest fel să se facă o paralelă între calitățile lui Matei și cele ale fiecărui elev participant.

**Concluzii după aplicare:** Copii s-au antrenat cu ușurință în crearea poveștii. Au fost foarte atenți la modul în care formulau propozițiile pentru ca povestea să aibă continuitate, ba chiar se completeau unul pe celălalt. La sfârșitul activității au ajuns la concluzia că majoritatea activităților pe care le face Matei într-o zi le fac și ei, aceasta dându-le un sentiment de satisfacție și mândrie că și ei au activități comune cu băiatul din poveste.

**Propuneri/sugestii de îmbunătățire:** Timpul atribuit activității ar trebui să fie mai lung. Ar fi util să aibă loc măcar o dată pe săptămână o altfel de activitate care ajută la formarea unor deprinderi de exprimare, colaborare, ascultare și stimularea încrederii în sine.

**Impresii personale:** Activitatea a fost interesantă, elevii au fost captați și implicați încă de la început. Acest tip de activitate se poate face pe diferite teme. Pe lângă faptul că aceste povești duc la stimularea creativității și imaginației elevului, ele au și rolul de a pune copilul în contact cu nevoile, dorințele și problemele sale. Copilul se identifică deseori cu personajul din poveste și găsește soluții posibile la problemele sale.

- **Cadru didactic:** Ardelean Anca Adelina
- **Unitate școlară:** Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Cluj-Napoca

**Povestea lui Andrei**

**Problema vizată:** Influența anturajului

**OBIECTIVE:**

- Să-și dezvolte deprinderi de cooperare pentru găsirea împreună a soluțiilor la diverse situații-problemă
- Să se implice în soluționarea unei probleme
- Să perceapă greșelile și micile nereușite ca un mijloc de dezvoltare personală
- Să-și folosească imaginația și memoria într-o manieră creativă

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



**Mărimea grupului:** 10 participanți

**Nivel de vârstă:** 13-14 ani

**Durată:** 40 minute Materiale necesare: foi albe, carioci

**Metode și procedee :** povestirea, conversația dirijată, problematizarea

**Descrierea desfășurării activității:**

- Se discută despre anturajul pozitiv vs. anturajul negativ.
- Elevii sunt rugați să împărtășească o situație în care anturajul i-a influențat în mod negativ și o situație când au fost influențați în mod pozitiv de către prieteni. Se extrag învățături.
- Li se propune elevilor să creeze, în echipă, o poveste cu învățătură pornind de la tema anturajului.
- La sfârșit, elevii sunt invitați să-și prezinte povestea și învățătura în fața clasei.

**Observații:** Elevii s-au implicat cu interes deosebit în rezolvarea sarcinii, au comunicat, și-au împărtășit experiențele și au valorizat cu adevărat învățăturile extrase din experiențele de viață.

#### **A7.4 – Desfășurarea cu cel puțin 3 elevi a unui exercițiu de relaxare**

- **Cadru didactic:** Ștefan Ionela Ileana
- **Unitate școlară:** Centru de Resurse pentru Educație Incluzivă/Integrată Cluj-Napoca

#### **Exercițiu relaxare musculară progresivă Jacobson**

**Durata** 30 min

**Scopul** este de a oferi participanților posibilitatea de a se relaxa.

**Număr de participanți:** 10 elevi, Elevi cu deficiență ușoară și moderată

**Vârsta participanților** între 13 - 16 ani

#### **Descriere și desfășurare**

“Așază-te cât mai comod pe scaunul pe care stai. Închide ochii și concentrează-te asupra respirației. Inspiră și expiră de trei ori profund.. expirând de fiecare dată încetișor, prelung.

Te invit să îți concentrezi atenția asupra pumnului drept și să îl încordezi pentru aproximativ 5 secunde, foarte bine... 1, 2, 3, 4, 5. Acum relaxează pumnul și observă diferența dintre relaxare și tensiune. Observă senzația de căldură, ușurare, plăcere, pe măsură ce relaxezi pumnul.

Te invit să repeți exercițiul. Încordează pumnul... Bine... Relaxează...

Încordează acum întreg brațul drept pentru cinci secunde... (de această dată nu se mai numără cu voce tare 1, 2, 3, 4, 5). Foarte bine.

Acum relaxează brațul drept. Te rog să observi căldura, ușurarea și plăcerea care se produce pe măsură ce relaxezi brațul drept.

Încordează brațul stâng... Bine... relaxează și observă căldura, ușurarea, plăcerea pe măsură ce relaxezi întregul braț stâng...

Încordează acum ambele brațe. Observă încordarea în brațe... (1, 2, 3, 4, 5). Foarte bine, acum relaxează brațele... Repetă din nou această secvență... Încordează ambele brațe... foarte bine; relaxează brațele... și observă căldura, ușurarea și plăcerea care se produc în momentul în care relaxezi brațele.

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Încordează acum brațele și umerii de câteva ori... Încordează... Foarte bine, acum relaxează brațele și umerii. Brațele și umerii sunt relaxați. Observă căldura, ușurarea și plăcerea care produc pe măsură ce relaxezi brațele și umerii. Brațele și umerii se relaxează tot mai mult și mai mult...

Te invit să te concentrezi asupra mușchilor frunții. Încordează fruntea ca și cum te-ai încrunta și ridică sprâncenele... Menține încordarea și apoi relaxează fruntea... Observă căldura, ușurarea, plăcerea care se produc pe măsură ce ai relaxat fruntea... Tot mai mult, din ce în ce mai mult...

În acest moment observă diferența dintre starea de încordare și cea de relaxare... Bine... Diferența dintre starea de încordare și cea de relaxare...

Încordează pleoapele, concentrează-te asupra senzației de încordare din jurul ochilor și apoi relaxează-le... tot mai mult și mai mult.

Simți relaxarea plăcută, ușurarea și căldura ce fac pleoapele să devină grele. Tot mai grele...

Apleacă ușor capul pe spate, menține poziția... apoi relaxează ușor gâtul și ceafa, aplecând capul în față... astfel încât bărbia să atingă pieptul... Bine... Întoarce ușor capul spre stânga și spre dreapta, ...încet și relaxează gâtul, ceafa...

Senzația de relaxare te cuprinde tot mai mult... și mai mult...

O senzație de căldură, plăcere și relaxare îți cuprinde palmele, brațele, fața, ochii, gâtul și ceafa... Bine... tot mai mult și mai mult.

Brațele, umerii, capul, gâtul sunt tot mai relaxate, din ce în ce mai relaxate.

Senzația de relaxare pătrunde mai jos și cuprinde toracele, abdomenul și picioarele.

Inspiră profund, menține-ți respirația, încordează ușor toracele, apoi expiră și relaxează toracele. Relaxează și observă senzația de căldură, ușurare plăcere,... Bine...

Concentrează-te asupra abdomenului. Încordează mușchii trăgând abdomenul înapoi... ca și când ai vrea să îl aduci cât mai aproape de coloana vertebrală... Relaxează abdomenul.

Concentrează-te asupra diferenței dintre încordare și relaxare... te invit din nou să relaxezi abdomenul tot mai mult, din ce în ce mai mult...

Încordează acum coapsele, gambele și labele picioarelor... concentrează-te asupra încordării și apoi relaxează coapsele, gambele și labele picioarelor... Bine... picioarele sunt tot mai relaxate, mai mult și mai mult... relaxate.

Lasă încordarea să părăsească corpul tău... observă căldura, ușurarea, plăcerea ce s-au instalat... Bine... căldura, ușurarea, plăcerea.

Imaginează-ți acum că un val de relaxare caldă, ușoară și plăcută străbate prin tot corpul tău, începând din vârful capului și penetrând fiecare mușchi, peste tot.. până la picioare. Bucură-te de starea de calm, de destindere, în timp ce tensiunea a părăsit corpul... Corpul este în acest moment liniștit calm și relaxat. Am să te las în continuare să trăiești o stare plăcută de calm, destindere, de pace interioară.

Revenire: Te invit să revii din călătoria ta aici, încet, respirând adânc, 5... 4... 3... 2... 1... deschizând ochii, simțindu-te calm, odihnit, relaxat...

Mișcă brațele, picioarele... ești alert și gata de continuarea programului zilnic”.

**Discuții pe baza exercițiului:** Cum v-ați simțit? Cine a reușit să urmărească formatorul? Când a-ți reușit să vă relaxați? Etc.

#### ➤ **Cadru didactic: Duca Călin**

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



➤ **Unitate școlară: Școala Gimnazială Ploscoș**

**Denumirea activității:** „Dragonul buclucaș.”

**Grupul țintă:** școlarii claselor V-VIII

**Scop:** Exercițiu de relaxare.

**Durață:** 5 min.

**Descriere:** Elevii sunt așezați în sir indian, unul în spatele celuilalt.

Poziția de plecare a brațelor este diferită la fiecare elev în timp ce cursa pe care o urmează brațele este aceeași. La semnal sonor se pleacă cu pași mici în ritm lent, se inspiră pe nas și se expiră pe gură. Brațele elevilor imită aripile unui dragon care zboară.

**Evaluare:** se realizează în sir toată clasa, prin scuturarea ușoară a brațelor și a picioarelor, prin adresarea de întrebări - „Cum te-ai simțit în calitate de dragon fermecat?”/ Ce ti-a plăcut ora asta la sport”

**Concluzii după aplicare:** Obiectivul de relaxare și revenire după efort a fost atins cu succes.

**Propuneri/sugestii de îmbunătățire:** Pentru diversificare se pot folosi tricouri colorate pentru realizarea cât mai artistică a dragonului.

**Impresii personale:** Cel mai bun efect îl are la clase cu un număr mai mare de elevi.

### **A8.5 - Desfășurarea jocurilor: Schimbarea și Ghicește emoția**

➤ **Cadru didactic:** Cristea Adriana Silvia Monica

➤ **Unitate școlară:** Centru de Resurse pentru Educație Incluzivă/Integrată Cluj-Napoca

Joc de masă pentru dezvoltarea emoțiilor - Emoționel

**Adresabilitate:**

- elevi din ciclul primar;

- joc pentru 2-4 jucători;

**Instrucțiuni:**

1. Aruncă zarul și mută pionul atâtea căsuțe câte indică zarul.
2. Recunoaște emoția din căsuță
3. Imită emoția din căsuță și spune când și de ce te-ai simțit astfel. (Ex: Eu mă simt fericit când merg cu bicicleta, pentru că mă întâlnesc cu prietenii mei)
4. Dacă nu reușește să imite corect emoția din căsuță, merge înapoi tot atâtea căsuțe câte a înaintat ultima dată.
5. Primul jucător care ajunge la sfârșit și care reușește să mimeze „Victoria” este învingător.

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



- **Cadru didactic: Preda Vasile Radu**
- **Unitate școlară: Centru de Resurse pentru Educație Incluzivă/Integrată Cluj-Napoca**

**Denumire joc de cunoaștere-** "Desenează emoția"

Clasa: a IV-a C (deficiență mintală ușoară)

**Obiective:**

- localizarea fiecărei emoții pe corp
- atribuirea unei culori emoției localizate
- atribuirea unei intensități prin cuantificarea emoției
- exprimarea unei propoziții (a unor gânduri) care sunt activate în momentul trăirii emoției

Strategia didactică: Metode: explicația, demonstrația, conversația

**Materiale didactice:** carioci, fise

**Desfășurarea jocului:**

Fiecare elev care participă la activitate, va primi o coală cu corpul uman. Elevii sunt invitați să se gândească la o emoție, de exemplu bucurie (urmând a se discuta și alte emoții, tristețe, frică, furie). Elevii vor mima emoția, iar apoi vor preciza unde resimt, din punct de vedere somatic emoția respectivă. În momentul în care localizează emoția, vor fi invitați să aleagă o culoare care să fie reprezentativă pentru emoția discutată. Elevii sunt invitați să coloreze emoția pe zona identificată anterior iar apoi să-i dea o notă de la 1-10, în funcție de cât de intens resimte acea emoție.

Evaluare: Aprecieri globale și individuale. Elevii sunt întrebați: Ce le-a plăcut? Ce au descoperit? Ce emoție ar dori să o crească/scadă ca intensitate

Concluzii/ impact: Interesul manifestat pe toată durata activității, precum și entuziasmul autoevaluării propriilor emoții, i-a determinat pe elevi să solicite desfășurarea unor activități asemănătoare cel puțin o dată pe zi.

Impresii personale: elevii au fost încântați de acest joc, manifestând dorința de a relua activitatea

**Sugestii de îmbunătățire:**

- Adaptarea activității în funcție de particularitățile psihoindividuale ale elevilor și specificul dizabilității fiecărui elev în parte.
- Accesul la o gamă variată de materiale didactice necesare desfășurării activității didactice.

- **Cadru didactic: Bătinaș Floarea-Lăcrămioara**

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



➤ **Unitate școlară: Școala Gimnazială Cămărașu**

**DENUMIREA JOCULUI:** „Borcanul cu emoții”

**TIPUL/CATEGORIA JOCULUI:** joc dezvoltare emoțională

**CATEGORIA DE VÂRSTĂ:** 3-6 ani

**SCOPUL JOCULUI:** identificarea propriilor emoții

**OBIECTIVELE JOCULUI:**

- să recunoască emoțiile (bucurie, tristețe, frică, furie)
- să-și identifice propriile emoții
- să-și exprime starea emoțională explicând de ce simte bucurie, tristețe/furie/frică

**MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT:** borcan de plastic cu capac, jetoane cu emoții.

**DESCRIEREA/DESFĂȘURAREA JOCULUI:** După sosirea copiilor la grădiniță, educatoarea propune copiilor să se joace un joc special, care se numește „Borcanul cu emoții”. Pe o măsuță sunt așezate mai multe jetoane care reprezintă mai multe emoții: bucurie, tristețe, frică, furie. Educatoarea roagă copiii să aleagă emoția corespunzătoare cu ceea ce ei simt în acel moment și să o introducă în borcanul special amenajat, borcanul emoțiilor. Fiecare copil motivează emoția aleasă și ce i-a provocat această emoție. Exemplu: Sunt bucuros că astăzi am primit o banană de la bunica!

După ce toți copiii și educatoarea au introdus în borcan emoția lor, acesta se golește pe măsuță și se observă care emoție a fost resimțită de către mai mulți copilași. Aceea este declarată emoția zilei. Dacă se întâmplă ca emoția zilei să fie una negativă, atunci copiii și educatoarea găsesc împreună o soluție pentru a o transforma în una pozitivă. Copiii aleg emoția zilei și enumeră câteva lucruri care ne fac să ne simțim bucuroși, fericiți, mulțumiți.

**EVALUAREA JOCULUI:** aprecierile pozitive, aplauzele

**CONCLUZII:** ne propunem ca jocul să îl desfășurăm în fiecare zi de grădiniță

**SUGESTII DE ÎMBUNĂTĂȚIRE:** achiziționarea unor jetoane cu emoții înfiliate pentru o mai lungă rezistență a acestora. Se poate aplica și pentru clasele mai mari dacă se introduc în joc mai multe emoții.

**IMPRESII PERSONALE:** creează o stare de bine

- **Cadru didactic: Mereu Rodica Cristina**
- **Unitate școlară: Școala Gimnazială Palatca**

**Denumirea activității:** Joc de emoție

**Grupul țintă:** clas a III-a

**Scop:** conștientizarea emoțiilor, exprimarea emoțiilor și etichetarea corectă a emoțiilor

**Durată:** 15 minute

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.







UNIUNEA EUROPEANĂ



**Descriere:** Ghicește emoția

Participanții stau, formând două rânduri. Un voluntar (profesorul) lipește pe spatele elevului din primul rând, un bilețel pe care este scris o emoție. Elevul trece încet printre cele două rânduri. Ceilalți participanți trebuie să mimeze emoția scrisă pe bilet, iar elevul care trece trebuie să ghicească emoția scrisă pe bilet. Jocul continuă până când toți participanții trec printre cele două rânduri.

**Evaluare:** Cum v-ați simțit? V-a plăcut jocul?

**Concluzii după aplicare:** Elevilor le-a plăcut mult acest joc.

**Impresii personale:** Acest joc i-a ajutat pe elevi să recunoască mai multe emoții și să știe să le exprime.

- **Cadru didactic:** Stănică Iolanda Cristina
- **Unitate școlară:** Centrul de Pedagogie Curativă Simeria Veche

**Denumire joc:** Schimbarea

**Obiectivul jocului:** a ajunge la cooperare prin comunicare pentru a reuși crearea unei expresii artistice, creative, a favoriza perceperea propriului corp.

**Desfășurare:** Jocul a decurs în liniște. S-a derulat în perechi, în care unul dintre elevi este "lutul" (modelul) și celălalt e "sculptorul". Modelul lasă sculptorul să-și miște mâinile, picioarele, corpul, pentru a construi sculptura. Comunicarea a fost nonverbală.

La final am realizat "expoziția", fiecare grup a dat un nume lucrării, apoi fiecare a spus ce a simțit, ce a vrut să construiască, cum a decurs comunicarea etc.

**Denumire joc:** Ghicește emoția

Emoțiile le exprimăm în mod diferit, dar nu întotdeauna suntem înțeleși, deoarece aceleași emoții nu le exprimăm toți la fel.

Cu ajutorul acestui joc ajutăm copilul să înțeleagă că fiecare om are emoții și că acestea pot fi exprimate în multe feluri, îi ajutăm să înțeleagă de unde vin emoțiile, să nu le fie frică de ele, să găsească propriile modalități prin care să le exprime autentic, să înțeleagă ce simte celălalt.

**Obiectivul jocului:** conștientizarea emoțiilor, exprimarea emoțiilor și identificarea corectă a emoțiilor.

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Materiale: Cartonașele cu emoții / zar imagini cu emoții

Desfășurare: fiecare participant a rostogolit zarul cu imagini/emoții, a identificat emoția numind-o, iar apoi a mimat emoția identificată.

La discuțiile finale fiecare participant a recunoscut că este o modalitate bună de recunoaștere și exprimare a emoțiilor.

### **A8.6 – Monitorizarea emoțiilor într-o săptămână la școală.**

- **Cadru didactic: Gavriloaie Anuța**
- **Unitate școlară: Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Cluj-Napoca**

#### **Obiective:**

1. Să identifice emoțiile resimțite pe parcursul unei săptămâni
2. Să identifice gradul de intensitate al emoțiilor simțite
3. Să descrie situațiile în care au simțit emoții pozitive sau negative

**Mărimea grupului:** 3 participanți (elevii clasei Pregătitoare și eleva clasei I)

**Nivel de vârstă:** 8-10 ani

**Durata:** o săptămână (cinci zile de școală, două zile acasă (sâmbăta și duminica))

**Materiale necesare:** creioane colorate, fișe Termometrul emoțiilor

#### **Descrierea desfășurării activității:**

Elevii au fost ghidați să-și identifice emoțiile și să descrie situațiile în care au simțit emoțiile respective, apoi să-și dea seama, cât de puternică, moderată sau scăzută a fost trăirea afectivă (emoția). Profesorul a solicitat elevilor să deseneze pe fișe „emoțiile” gradul de intensitate al emoțiilor din fiecare zi, oferindu-le culori diferite, le-a sugerat să respecte culorile în funcție de nivelul acesteia (scăzut, mediu, puternic). Pentru zilele de sâmbătă și duminică, monitorizarea emoțiilor s-a realizat cu ajutorul părinților

**Observații/concluzii:** Emoția predominantă a elevilor este bucuria. Elevii sunt bucuroși când se află, socializează cu colegii, se implică în activități de joc cu bucurie și entuziasm.

M. A., emoție: bucurie

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



M A. Începe săptămâna cu o bucurie de nivel puternic – este fericită că a venit la școală, în special pentru activitățile ei preferate (pictura, puzzle, jocurile muzicale).. Bucuria scade ca intensitate a doua zi, când i se solicită să respecte programul să realizeze sarcinile date de către profesor(eleva refuzând să intre în sarcină sau abandonează sarcina dată, aici apare frustrare(crize de furie).Eleva Miercuri trăirile afective reprezentând emoția de bucurie sunt la nivel mai redus, deoarece intervine oboseala fiind solicitată și implicată în mai multe activități de tip școlar (activități de dimineață. Terapii ,logopedie ), programul lung până la prânz după-masă. datorită faptului că e ziua când copilul lucrează atât cu kinetoterapeuta, cât și cu logopeda. Joi bucuria revine , la o intensitate mai ridicată, deoarece multe din activitățile de terapie se realizează în aer liber, activități mai dinamice care implică mișcarea. Vineri bucuria scade din nou, datorită programului încărcat de la școală (terapii de logopedie, de consiliere,kinetoterapie), astfel solicitând foarte mult eleva. , intervine oboseala. În week-end sentimentul de bucurie crește în intensitate, deoarece părinții îi dau posibilitatea să realizeze activitățile ei preferențiale sau o duc la fermă la bunici acolo unde sunt animalele ei preferate.

Eleva preferă activitățile independente (pictura, realizarea de puzzle bucurie puternică).

G. D., emoție: bucurie, veselie

G.D. este un copil VESEL în general, foarte hiperactiv.Începutul săptămânii este predominant de o bucurie la nivel mediu , deoarece elevul simte oboseală,dacă activitățile în weekend sunt mai variate (ieșiri pe munte, ieșire la țară la bunici). Marți bucuria , veselia lui devine intensă, se bucură foarte mult atunci când activitățile implică jocul de mișcare, jocuri muzicale, jocuri în aer liber .Iese foarte ușor din sarcină, abandonează sarcina (iese pe hol, se plimbă prin clasă, se întinde pe jos , prefăcându-se că este bolnav ).Bucuria lui scade în intensitate atunci când i se aplică sancțiuni pentru acest tip de comportamente, sau când este redirecționat spre sarcină. Joi și vineri emoțiile variază ca și activitate, evidențiindu-se o creștere a bucuriei , deoarece se apropie weekendul , iar mama îl va recompensa cu tableta (jocuri pe tabletă), dacă în cursul săptămânii și- a respectat promisiunea făcută mamei.Sâmbăta bucuria lui devine intensă, deoarece are parte de activitățile lui preferate (jocuri la calculator, mișcare în aer liber, în parc, la țară). Duminica bucuria scade ca și intensitate deoarece , s-a instalat oboseala ,sâmbăta fiind solicitat în activități foarte intense.

R.A. emoțiilor: bucurie

R.A- este o fetiță cu Sindrom Down, emoția care predomină este bucuria, veseli. Este o personalitate deschisă, sociabilă, iubitoare. Luni bucuria este la un nivel mediu, deoarece. Marți , miercuri și joi bucuria crește, deoarece activitățile sunt diversificate , adaptate în funcție de nivelul intelectual al acestuia. Se realizează parteneriate cu alte clase, activități la care eleva participă cu bucurie și entuziasm. Vineri starea de entuziasm și bucurie scade în intensitate , deoarece s-a instalat oboseala acumulată pe parcursul săptămânii.

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Weekendul e plin de activități variate pentru eleva care îi aduc confort emoțional și bucurie(jocuri cu familia, activități recreative.

- **Cadru didactic: Farkas Elisabeta**
- **Unitate școlară: Școala Gimnazială Suatu**

Elevul	DESCRIERE	LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI
B.M. 15 ani	SITUAȚIA	Nu este lăsat să se joace fotbal în pauză	O discuție asupra curățeniei ce trebuie păstrată în clasă	Neparticipare la activitățile din oră	Se bate cu un coleg	Nu se pregătește pentru ore
	EMOȚIA INTENSITATEA	furie Emoție puternică	indiferență Emoție scăzută	plictiseală Emoție scăzută	supărare Emoție puternică	dezinteres Emoție scăzută
T.L. 13 ani	SITUAȚIA	Vizita la grădina botanică	O discuție asupra curățeniei ce trebuie păstrată în clasă	Primește laude pentru activitățile realizate	Realizează o lucrare frumoasă	Neparticipare la activitățile din oră
	EMOȚIA INTENSITATEA	extaz Emoție puternică	supărare Emoție medie	bucurie Emoție puternică	bucurie Emoție puternică	plictiseală Emoție scăzută
F.M. 11 ani	SITUAȚIA	Curs de dans	O discuție asupra curățeniei ce trebuie păstrată în clasă	Ia notă bună	Confecționează decorațiuni pentru clasă	Se pregătește de weekend
	EMOȚIA INTENSITATEA	bucurie Emoție medie	supărare Emoție medie	extaz Emoție puternică	fericire Emoție medie	extaz Emoție puternică
B.L. 14 ani	SITUAȚIA	Neparticipare la activitățile din oră	O discuție asupra curățeniei ce trebuie păstrată în clasă	Neparticipare la activitățile din oră	Se bate cu un coleg	Nu se pregătește pentru ore
	EMOȚIA INTENSITATEA	plictiseală Emoție scăzută	indiferență Emoție scăzută	plictiseală Emoție scăzută	supărare Emoție puternică	dezinteres Emoție scăzută
C.D.. 11 ani	SITUAȚIA	Un coleg l-a jignit	Este lăudată pentru comportament	O discuție asupra curățeniei ce trebuie păstrată în clasă	Ia notă bună	Nu se pregătește pentru ore
	EMOȚIA INTENSITATEA	supărare Emoție puternică	bucurie Emoție puternică	supărare Emoție medie	bucurie Emoție puternică	dezinteres Emoție scăzută

Inspectoratul Școlar Județean Cluj, Strada Argeș nr. 24, Cluj – Napoca  
tel: 0264.594.672, fax: 0264.592.832, email: cluj@isjcj.ro, www.isjcj.ro.