

PROMEHS

Promovarea sănătății mentale în școală

Manualul profesorului pentru învățământul primar și preșcolar



Promovarea sănătății mintale în școală. Manualul profesorului pentru învățământul primar și preșcolar

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Universitatea
Ștefan cel Mare
Suceava

Ilaria Grazzani (coord.)

**Promovarea sănătății mintale
în școală.
Manualul profesorului pentru
învățământul primar și
preșcolar**

**Diana Sînziana Duca
(coord. ediție în limba română)**

**EDITURA UNIVERSITĂȚII „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
2022**

Notă: Sprijinul Comisiei Europene pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru modul de utilizare a informațiilor conținute în această publicație.

Toate drepturile rezervate. Nici o parte a acestei publicații nu poate fi reprodusă sau transmisă sub nici o formă sau prin orice mijloace, electronice sau mecanice, inclusiv fotocopierea, înregistrarea sau orice sistem de stocare sau recuperare a informațiilor, fără permisiunea prealabilă în scris din partea autorilor.

Pentru mai multe informații despre PROMEHS vizitați site-ul nostru:

<https://www.promehs.org/>

ISBN 978-973-666-739-8

Numele autorilor manualelor PROMEHS

Universitatea din Milano - Bicocca (Italia)

Coordonator Proiect Ilaria Grazzani

Alessia Agliati
Elisabetta Conte
Valeria Cavioni
Sabina Gandellini
Veronica Ornaghi
Francesca Micol Rossi
Mara Lupica Spagnolo

Traducătorul manualelor:

Francesca Micol Rossi
Universitatea din Rijeka (Croatia)
Sanja Tatalović Vorkapić
Akvilina Čamber Tambolaš
Korana Lisjak
Lidija Vujičić

Traducătorii manualelor:

Matea Butković
Petra Sapun Kurtin
Andrijana Simčić

Consiliul local al orașului Rijeka – (Croatia)

Lana Golob

Universitatea din Patras (Grecia)

Maria Poulou (coordonator PROMEHS)
Spyridoula Karachaliou
Theodoros Komineas
Baso Kotsana
Theoni Mavrogianni
Fotis Papatthanassopoulos
Asproula Sotiropoulou
Ioanna Theodoropoulou
Maria Vogka
Stamatis Voulgaris

Traducătorii manualelor:

Ioanna Theodoropoulou

Universitatea din Letonia (Letonia)

Baiba Martinsone
Ilze Damberga

Ieva Stokenberga
Inga Supe

Biroul Regional Școlar din Sigulda

Vineta Inberga

Traducătorul manualelor:

Aija Poikāne-Daumke

Universitatea din Malta (Malta)

Carmel Cefai
Paul Bartolo
Liberato Camilleri
Mollie O’Riordan

Universitatea din Lisabona (Portugalia)

Celeste Simões
Lúcia Canha
Ana Fonseca Félix
Margarida Gaspar de Matos
Paula Lebre
Camélia Murgo
Anabela Santos
Dória Santos
Margarida Santos

Traducătorul manualelor:

Margarida Santos

Universitatea Ștefan cel Mare din Suceava (Romania)

Aurora Adina Colomeischi
Petruta Paraschiva Rusu
Diana Sînziana Duca

Traducătorii manualelor:

Florina-Veronica Andronic
Florin Hrebenciuc
Ancuța Moroșanu

Inspectoratul Școlar al Județului Suceava (Romania)

Lidia Acostoiaie
Gabriela Scutaru
Tatiana Vintur

Parteneri asociați

European Network for Social and Emotional Competence (ENSEC)
General Director of Welfare - Lombardy Region (Italy)
European Association for Developmental Psychology (EADP)
Italian Association of Psychology, Developmental and Educational Sector (Italy)
Health promoting schools Network in Lombardy Region (Italy)
Department for Family Policies, Parenting and Equal Opportunities – Lombardy Region (Italy)
The Alliance for Childhood European Network Group
Rutgers Social-Emotional and Character Development Lab (USA)

Ilustrator: Chiara Carolina Colombo
www.facebook.com/lastriadipinta

Icons de la <https://www.flaticon.com/>

Suceava, România
Anul publicării 2022

Cuprins

Introducere	10
Despre PROMEHS	10
Scopuri	10
Cadru teoretic	10
Principii	11
Materiale curriculare	12
Ghid introductiv	12
Tema 1: Promovarea învățării sociale și emoționale	15
■ Subiectul 1.1: Conștiința de sine	15
Obiectivul 1: Optimizarea abilității de a identifica și numi emoțiile de bază și complexe	15
Activitatea 1: Cei trei purceluși	15
Activitatea 2: Experimentarea emoțiilor complexe	18
Obiectivul 2: Dezvoltarea încrederii în sine, a autoeficacității și a stimei de sine	20
Activitatea 1: Copacul bunătății	20
Activitatea 2: Raftul meu	22
Obiectivul 3: Dezvoltarea capacității de a înțelege relația dintre emoții, gânduri și comportamente	24
Activitatea 1: Cutia emoțiilor	24
Activitatea 2: Cartonașele cu emoții	26
■ Subiectul 1.2: Managementul sinelui	28
Obiectivul 1: Îmbunătățirea strategiilor de gestionare eficientă a emoțiilor	28
Activitatea 1: Cuburile sunt ale mele	28
Activitatea 2: Alege	30
Obiectivul 2:	32
Activitatea 1: Nu-mi place să joc fotbal !	32
Activitatea 2: Urmărirea țelului	34
■ Subiectul 1.3: Conștientizare socială	36
Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a prelua perspectiva celorlalți și de a empatiza	36
Activitatea 1: Un act întâmplător de bunătate	36
Activitatea 2: Mă simt inferior	38
Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală	40

Activitatea 1: E timpul de petrecere	40
Activitatea 2: Eu sunt cel diferit	43
■ Subiectul 1.4: Abilități de relaționare	45
Obiectivul 1: Dezvoltarea abilității de a coopera și a împărți	45
Activitatea 1: Mai buni împreună!	45
Activitatea 2: Fii un bun prieten și nu-i marginaliza pe ceilalți!	47
Obiectivul 2: Dezvoltarea abilității de a crea, menține și repara prietenii	49
Activitatea 1: Cercul de Prieteni	49
Activitatea 2: Prietenul la nevoie se cunoaște	51
Obiectivul 3: Dezvoltarea abilității de a dezvolta strategii eficiente de gestionare a comunicării și asertivității	53
Activitatea 1: Jocul complimentelor	53
Activitatea 2: Comunicare interpersonală	55
Obiectivul 4: Dezvoltarea abilității de a gestiona pozitiv dezacordul și de a rezolva conflictul cu ceilalți	57
Activitatea 1: Aceeași situație, reacții diferite	57
Activitatea 2: Roata soluțiilor	60
Obiectivul 5: Dezvoltarea abilității de a cere și oferi ajutor	63
Activitatea 1: S.O.S, am nevoie de ajutorul tău!	63
Activitatea 2: Micii detectivi	66
■ Subiectul 1.5: Luarea de decizii responsabile	68
Obiectivul 1: Dezvoltarea abilității de a înțelege și respecta normele și regulile la școală, acasă, în societate	68
Activitatea 1: Respectul are un efect pozitiv	68
Activitatea 2: Alegeri sănătoase	70
Obiectivul 2: Dezvoltarea abilității de a face față problemelor etice aplicând procese de luare a deciziilor	73
Activitatea 1: Minciuna are picioare scurte. De ce este important să spunem adevărul?	73
Activitatea 2: O recompensă nemeritată. Oprește-te și gândește-te la consecințe	75
Tema 2: Promovarea rezilienței	77
■ Subiectul 2.1: Gestionarea dificultăților psihosociale	77
Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona tranziții și schimbări	77
Activitatea 1: Un nou copil în familie!	77
Activitatea 2: Sch-sch-schimbări!	79

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona fenomene de bullying și cyberbullying	81
Activitatea 1: Nu fi bătaș!	81
Activitatea 2: Ce zici de fenomenul cyberbullying?	83
Obiectivul 3: Dezvoltarea capacității de a gestiona dificultățile școlare	85
Activitate 1: Vreau să învăț ! Vreau să mă joc!	85
Activitatea 2: A fi în pantofii altcuiva	87
Obiectivul 4: Dezvoltarea capacității de a gestiona presiunile negative din partea colegilor și izolarea/respingerea socială	89
Activitatea 1: Nod uman	89
Activitatea 2: E OK să spui NU !	91
■ Subiectul 2.2: Gestionarea experiențelor traumatizante	93
Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona pierderea și doliul	93
Activitatea 1: Mi-e dor de tine !	93
Activitatea 2: Rămas bun...	95
Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona bolile cronice	97
Activitatea 1: E OK să fii diferit	97
Activitatea 2: Cu toții contăm la fel de mult	99
Tema 3: Prevenția problemelor comportamentale	101
■ Subiectul 3.1: Abordarea problemelor de internalizare	101
Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona depresia	101
Activitatea 1: Când tristețea vine...	101
Activitatea 2: Descoperind importanța tristeții	103
Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona anxietatea și fobia școlară	105
Activitatea 1: Nu mă părăsi!	105
Activitatea 2: Simptomele fricii	107
Obiectivul 3: Dezvoltarea capacității de a gestiona retragerea socială	109
Activitatea 1: Ușa închisă	109
Activitatea 2: Lasă-mă în pace	111
Obiectivul 4: Dezvoltarea capacității de a gestiona problemele somatice	113
Activitatea 1: Domnul/ Doamna Greață	113
Activitatea 2: Dialog între cap și stomac	115
■ Subiectul 3.2: Abordarea problemelor de externalizare	117
Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona hiperactivitatea	117
Activitatea 1: Ce agitație! Păstrează-ți calmul...	117

Activitatea 2: Cele mai bune strategii de calmare	119
Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona comportamentul agresiv și antisocial	121
Activitatea 1: Comportament necontrolat	121
Activitatea 2: “Cuvintele potrivite!”	123
■ Subiectul 3.3: Gestionarea comportamentelor de risc	125
Obiectivul 1: Identificarea și prevenirea comportamentelor de risc care pot provoca vătămări corporale	125
Activitatea 1: Recunoașterea riscului...	125
Activitatea 2: Sari!	127
Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona violența școlară	129
Activitatea 1: Ce faci?	129
Obiectivul 3: Identificarea și gestionarea dependențelor de Internet și jocuri video	131
Activitatea 1: Pierderea controlului	131



Despre PROMEHS

PROMEHS – *Promoting Mental Health at Schools (Promovarea sănătății mintale în școli)* este un proiect Erasmus +, Acțiunea Cheie 3, co-finanțat de Comisia Europeană (2019-2022) și conceput pentru a dezvolta, implementa și evalua un curriculum de promovare a sănătății mintale în școli. Proiectul va crea o conexiune a programelor școlare validate științific cu instituțiile de învățământ, conectând astfel cercetarea, practicile și politicile educaționale.



Scopuri

- Oferirea unui cadru sistematic pentru elaborarea și implementarea unui curriculum validat științific cu privire la sănătatea mintală în școli;
- Îmbunătățirea sănătății mintale a elevilor, profesorilor și familiilor;
- Sprijinirea efortului cadrelor didactice, directorilor școlilor și a factorilor decizionali de a integra promovarea sănătății mintale în politicile educaționale naționale și internaționale.

PROMEHS este primul curriculum de promovare a sănătății mintale elaborat în colaborare de cercetători, factori decizionali și asociații științifice din 7 țări europene, respectiv Croația, Grecia, Italia, Letonia, Malta, România și Portugalia.



Cadru teoretic

Sănătatea mintală este o stare de bine în cadrul căreia individul își descoperă propriile abilități, poate face față provocărilor normale ale vieții, poate lucra productiv și eficient și este capabil să contribuie la comunitatea sa (OMS, 2005, p.12)

În ultimii douăzeci de ani, prezența dificultăților legate de sănătatea mintală la copii și adolescenți a crescut la nivel mondial, devenind una dintre principalele cauze ale dizabilității (OMS, 2003). Dificultățile de sănătate mintală au un impact nefavorabil semnificativ asupra diferitelor aspecte ale dezvoltării elevilor, cu un impact negativ asupra adaptării școlare, concentrării, realizărilor generale și relațiilor sociale.

PROMEHS recunoaște importanța îmbunătățirii condițiilor de viață și a mediilor care sprijină sănătatea mintală în contextul școlar, permițând copiilor, personalului școlar, familiilor și comunităților să adopte și să mențină o funcționare emoțională optimă, în vederea favorizării incluziunii sociale.

Cadru PROMEHS (fig. 1) - care se bazează pe cercetările existente privind inițiativele școlare - reprezintă sănătatea mintală în cadrul școlii din trei perspective. Primele două aspecte vizează promovarea factorilor protectivi ai sănătății mintale, în special, învățarea socială și emoțională (SEL) și reziliența, în timp ce al treilea aspect este legat de prevenirea dificultăților sociale, emoționale și comportamentale.

Învățarea socială și emoțională

Învățarea socială și emoțională este procesul prin care copiii și adulții înțeleg și gestionează emoțiile, își fixează și ating obiective pozitive, simt și manifestă empatie față de ceilalți, stabilesc și mențin relații pozitive și iau decizii responsabile (Domitrovich, Weissberg & Gullotta, 2015).

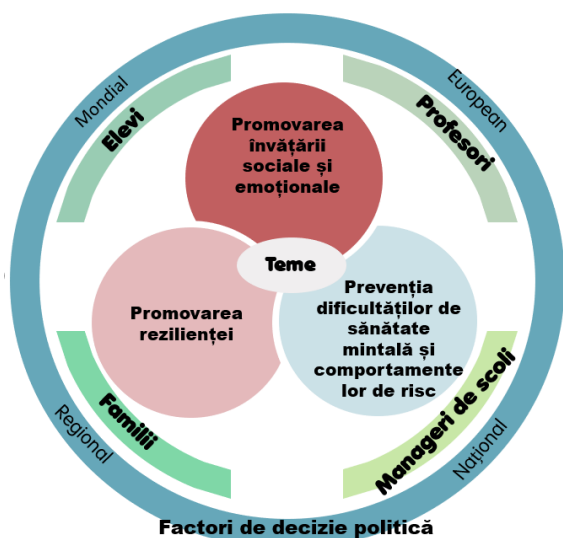


Figura SEQ Figure * ARABIC 1 – Cadrul conceptual

Reziliența

Reziliența este abilitatea de a depăși și a te adapta pozitiv la provocări și adversități (Masten, 1994).

Problemele sociale, emoționale și comportamentale

Dificultățile sociale, emoționale și comportamentale cuprind un spectru larg de comportamente dificile și solicitante, care depășesc normele referitoare la vârsta copiilor. Pot fi catalogate ca fiind comportamente de internalizare (direcționate către sine), externalizare (direcționate către mediul extern) și comportamente cu risc (Achenbach, Ivanova, & Rescorla, 2017).



Principii

Principiul descris mai jos a ghidat dezvoltarea și implementarea PROMEHS.

Promovare și prevenție: activitățile vizează promovarea dezvoltării sociale și emoționale sănătoase și prevenirea și rezolvarea problemelor de comportament ale elevilor și ale personalului școlar.

Validare științifică: Rezultatele vor fi evaluate printr-o procedură riguroasă de cercetare realizată de Universitatea din Malta, cu ajutorul unui cercetător independent

folosind instrumente valide și fidele. Datele referitoare la eficiența programului vor fi colectate de la elevi, profesori și părinți înainte (pre-test) și după implementare (post-test). Rezultatele a 2 grupuri vor fi comparate: primul grup va include persoanele care au participat la implementarea curriculum-ului PROMEHS (grup experimental), iar al doilea grup va include persoanele care nu au participat la implementare (grup de control). Cercetătorul va estima modul în care ambele grupuri s-au schimbat de la pre-test la post-test pentru a identifica impactul PROMEHS în timp.

Abordarea la nivelul întregii școli:

curriculum-ul recunoaște importanța colaborării dintre elevi, profesori, familii, directori de școli, părți interesate ale comunității și factorii de decizie. Cadrul propus evidențiază colaborarea sistemică existentă în contextele de dezvoltare ale elevilor și profesorilor.

Abordarea SAFE:

dezvoltarea activităților PROMEHS s-a bazat pe abordarea S.A.F.E. (Durlak și colab., 2015), care evidențiază faptul că activitățile trebuie să fie *Secvențiate* (conectate și coordonate pentru a favoriza dezvoltarea abilităților de-a lungul anilor, potrivite vârstei), să includă forme *Active* de învățare (pentru a ajuta elevii să stăpânească noi abilități și pentru a aplica noi competențe în alte contexte decât cel școlar), să fie *Focalizat* (accentuând dezvoltarea unei competențe specifice) și să vizeze abilitățile în mod *Explicit* (profesorii trebuie să le explice clar).

Integrare: Pentru a avea cele mai bune beneficii, abilitățile vizate trebuie abordate în domeniile și disciplinele de bază ale curriculumului școlar în timpul practicilor zilnice.

Abordarea incluzivă: PROMEHS își propune să îmbunătățească implicarea de succes a elevilor în viața școlară, inclusiv implicarea acelor care întâmpină probleme temporare sau ușoare de sănătate mintală. Activitățile sunt dezvoltate pentru a pune în

valoare cultura, background-ul și experiența tuturor elevilor, inclusiv a celor care provin din medii socio-economice diferite.

Educația și îndrumarea profesorilor:

cercetările sugerează că profesorii competenți din punct de vedere social și emoțional își pot înțelege și gestiona emoțiile proprii și ale celorlalți mai bine, au abilități mai bune de consolidare a relațiilor și raportează un nivel mai ridicat de auto-eficacitate în predare (Jennings & Greenberg, 2009). Din acest motiv, implementarea PROMEHS necesită formare inițială și continuă a cadrelor didactice, precum și activități de mentorat. Această formare va contribui la îmbunătățirea sănătății mintale, abilităților sociale și emoționale ale profesorilor, precum și strategiilor și abordărilor acestora în promovarea stării de bine a elevilor și familiilor.

Implicarea activă a familiei: școlile și familiile trebuie să coopereze pentru a dezvolta sănătatea mintală a copiilor. Acest lucru poate fi posibil numai dacă școala și familiile împărtășesc aceleași păreri și urmăresc aceleași obiective. Manualele PROMEHS pentru elevi și părinți sunt într-adevăr concepute pentru a consolida abilitățile și comportamentele pe care elevii le deprind la școală. Activitățile elevilor pentru acasă, care implică și membrii familiei, îi vor ajuta pe elevi să aplice noile competențe și acasă.

Sustenabilitate: Pentru a maximiza impactul și sustenabilitatea rezultatelor proiectului, inițiativele privind sănătatea mintală trebuie să fie legate de politicile educaționale existente și sprijinite de factorii de decizie politică la nivel local, național sau internațional. În acest fel, acestea ar putea fi aplicate în contexte mai largi.



Materiale curriculare

PROMEHS este compus dintr-o serie de manuale și resurse destinate cadrelor didactice, elevilor, familiilor, directorilor școlilor și factorilor de decizie politică.

Pentru cadre didactice

- Curs de formare susținut de liderii proiectului și compus din activități teoretice și practice axate pe promovarea abilităților sociale și emoționale, a rezilienței și prevenirii problemelor de sănătate mintală.
- Manualul profesorului pentru promovarea sănătății mintale a elevilor - versiunea pentru grădiniță și școală primară.
- Manualul profesorului pentru promovarea sănătății mintale a elevilor - versiunea pentru școli gimnaziale și licee.
- Manual pentru promovarea propriei sănătăți mintale a profesorului.

Pentru elevi

- Manualul elevului pentru promovarea propriei sănătăți mintale - versiunea pentru grădiniță și școală primară.
- Manualul elevului pentru promovarea propriei sănătăți mentale - versiunea pentru școli gimnaziale și licee.

Pentru familii

- Întâlniri gestionate de liderii proiectului și axate pe modul de promovare a sănătății mintale acasă.
- Manual pentru părinți în scopul promovării sănătății mintale acasă.

Pentru directorii de școală și decidenții din educație

- Întâlniri gestionate de liderii proiectului și concentrate pe modul de promovare a sănătății mintale.
- Ghid pentru directorii școlilor și factorii de decizie politică, în vederea promovării sănătății mintale în școli.



Ghid introductiv

Bun venit în curriculumul PROMEHS!

PROMEHS adoptă o abordare la nivelul întregii școli, recunoscând importanța lucrului în colaborare între elevi, profesori, familii, lideri de școală, părți interesate din comunitate și factori de decizie politică.

Curriculumul PROMEHS include trei teme, și anume promovarea învățării sociale și emoționale, promovarea rezilienței și prevenția problemelor sociale, emoționale și comportamentale (Figura 1). Aceste teme se aplică elevilor de la toate grupele de vârstă.

- Întrebări de auto-reflecție pentru aprofundarea discuției.
- Activități practice folosind diferite metodologii.
- Explicarea scopurilor activităților.
- Instrucțiuni despre cum să integrați abilitățile vizate în orele zilnice ale profesorilor.
- Resurse suplimentare.

Următoarele recomandări sunt sugerate în timpul implementării activităților:

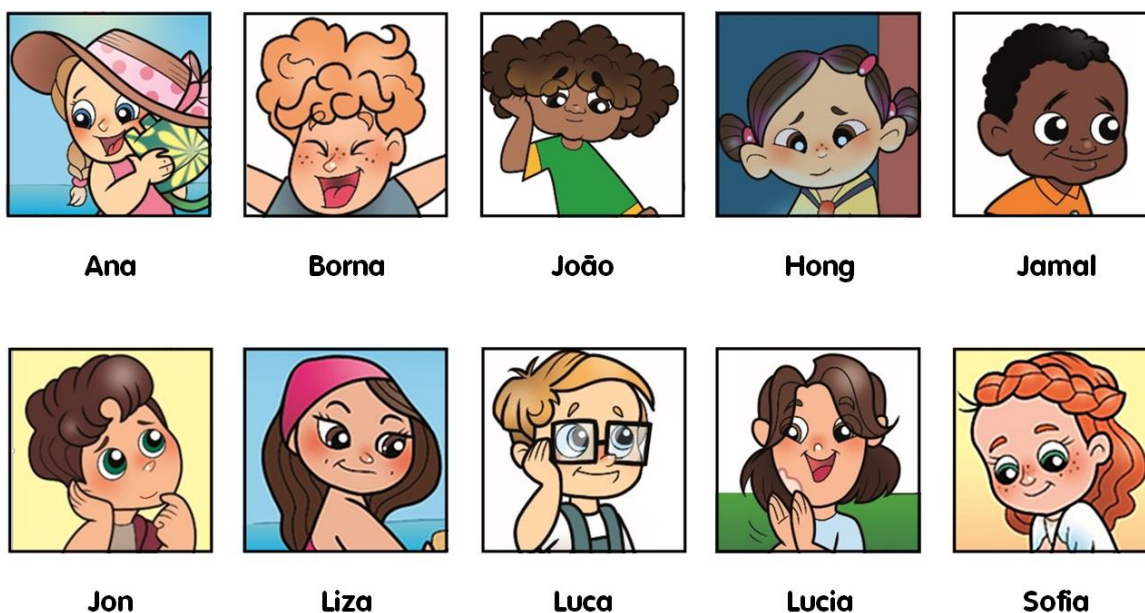


Figura 2 – Personajele PROMEHS

Fiecare temă include un set de subiecte. Fiecare subiect este definit de un număr de obiective care descriu abilitățile specifice promovate în cadrul activităților, ce sunt scrise complet adecvat fiecărui nivel de vârstă. Profesorul este invitat să selecteze activități în funcție de două niveluri de complexitate: de bază sau avansat.

Fiecare sesiune poate dura 1 sau 2 ore. Activitățile includ povestiri atractive, jocuri, activități motorii, cântece, resurse online, etc. Fiecare activitate prezintă o scurtă descriere a rezultatelor învățării elevilor, vârsta vizată, nivelul de dificultate și materialele necesare. În fiecare activitate sunt incluși următorii pași:

- Povestii scurte despre unul sau mai multe personaje PROMEHS (Figura 2)

- **Selectarea activităților.** Ordinea activităților, așa cum este prezentată în acest manual, nu reflectă ordinea obligatorie de implementare. Profesorului i se recomandă să aleagă o activitate pe baza nevoilor sociale și emoționale ale elevilor sau în funcție de un conținut academic specific al unei discipline școlare.
- **Abordarea SAFE.** Desfășurarea acestor activități s-a bazat pe

abordarea S.A.F.E. Acronimul S.A.F.E. subliniază că activările la clasă trebuie să fie Secvențiate (conectate și coordonate pentru a stimula dezvoltarea abilităților de-a lungul anilor, pentru a fi adecvate vârstei de dezvoltare), să includă forme Active de învățare (pentru a ajuta elevii să stăpânească noi abilități și să aplice noi competențe în alte situații în afara contextului școlar), să fie Focalizate (punând accent pe dezvoltarea unei competențe specifice) și să vizeze abilitățile în mod Explicit (profesorii trebuie să le explice clar).

- **Susținerea conversației.** Fiecare activitate a fost concepută pentru a îmbunătăți conversația elevilor folosind o serie de întrebări ample. În consecință, profesorul este încurajat să susțină conversația elevilor pentru a reflecta în continuare asupra subiectului (de exemplu, întrebând „Ce ați învățat astăzi?” la sfârșitul activității). Mai mult, profesorul poate cere elevilor să reflecte și să descrie schimbările și realizările lor legate de competența abordată, după o perioadă de timp (de exemplu, la sfârșitul semestrului).
- **Manualul elevilor.** Fiecare rezultat al învățării cuprins în manualul profesorului poate fi abordat și acasă de către elevi, împreună cu părinții lor, folosind manualul elevului. Ca atare, la finalul activității, profesorul poate sugera elevilor să finalizeze activitatea respectivă pe manualul elevilor pentru a generaliza competența abordată la școală și în alte contexte de dezvoltare și anume mediul de acasă. Odată terminată activitatea de acasă, profesorul poate invita elevii să-și împărtășească munca la școală.
- **Integrate.** Pentru a avea cele mai bune beneficii, abilitățile vizate trebuie abordate în cadrul disciplinelor de

bază ale curriculumului școlar în timpul practicilor zilnice.

Referințe

- Achenbach, T. M., Ivanova, M. Y., & Rescorla, L. A. (2017). Empirically based assessment and taxonomy of psychopathology for ages 1½ - 90+ years: Developmental, multi-informant, and multicultural findings. *Comprehensive Psychiatry, 79*, 4-18.
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (2015). *Handbook of Social and Emotional Learning. Research and Practice*. New York: The Guilford Press.
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research, 79*(1), 491-525.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M. C. Wang, & E. W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects* (pp. 3-25). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Tema 1: Promovarea învățării sociale și emoționale

Învățarea socială și emoțională este procesul prin care copiii și adulții înțeleg și își gestionează emoțiile, își fixează și ating obiectivele pozitive, simt și manifestă empatie față de ceilalți, stabilesc și mențin relații pozitive și iau decizii responsabile.

Subiectul 1.1: Conștiința de sine

Capacitatea de a recunoaște cu acuratețe propriile emoții, gânduri și valori și modul în care acestea influențează comportamentul. Capacitatea de a evalua cu acuratețe propriile puncte forte și propriile limite, cu un sentiment puternic de încredere, optimism și o mentalitate de creștere.

Obiective

1. Optimizarea abilității de a identifica și numi emoțiile de bază și complexe
2. Dezvoltarea încrederii în sine, a autoeficacității și a stimei de sine
3. Dezvoltarea capacității de a înțelege relația dintre emoții, gânduri și comportamente

Obiectivul 1: Optimizarea abilității de a identifica și numi emoțiile de bază și complexe

Activitatea 1: Cei trei porceluși



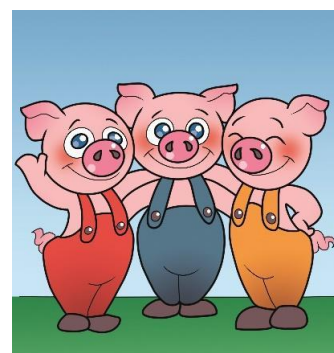
Rezultat	La sfârșitul activității, elevii vor putea identifica, exprima și eticheta emoțiile de bază (bucurie, furie, frică, tristețe).
Grup țintă	Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani
Nivel	De bază
Materiale	Creioane colorate, hârtii, computer și proiector
Etapele activității	

Profesorul cere elevilor să asculte povestea „Cei trei porceluși”. Puteți utiliza următorul videoclip de pe YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=2s7cz6p7jew>



Cutiuța cu povești

Borna și prietena sa Lucia au decis să urmărească pe YouTube basmul lor preferat, „Cei trei porceluși”. Acest cunoscut basm este despre trei porceluși care au decis să-și construiască case și dificultățile pe care le-au avut în timpul acestei încercări.



- La sfârșitul animației, profesorul pune elevilor următoarele întrebări:

1. Cum credeți că s-au simțit purcelușii în timp ce își construiau casele? Ce vă face să credeți asta ?
2. Cum credeți că s-au simțit primii doi purceluși când lupul le-a distrus casa? Ce vă face să credeți asta ?
3. Cum credeți că s-a simțit lupul atunci când nu a reușit să distrugă ultima casă? Ce vă face să credeți asta ?
4. În general, ce emoții ați identificat în animație?
 - Profesorul împarte elevii în patru grupe. Fiecare grup trebuie să deseneze și să coloreze pe o foaie de hârtie pentru a înfățișa o emoție din următoarele patru: bucurie, furie, frică, tristețe. Aceste foi vor fi cartonașele emoțiilor. Apoi, profesorul poate să amestece cartonașele și să atribuie fiecărui elev, pe rând, un cartonaș după aceste instrucțiuni: cei cu cartonașele verzi trebuie să „jocă” purcelușul fericit, cei cu cartonașele roșii „jocă” lupul rău furios, cei cu cartonașele albastre „jocă” purcelușul înspăimântat, cei cu cartonașul galben „jocă” purcelușul trist. Apoi, profesorul îi șoptește unui elev o emoție (de exemplu, bucurie, furie, frică, tristețe) și elevul trebuie să încerce să arate acele emoții cu o expresie facială, postură, voce sau mimică. Elevul poate juca rolul și ceilalți trebuie să afle și să spună ce emoție joacă.
 - Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a identifica și eticheta emoțiile de bază (bucurie, furie, frică, tristețe).

Graficul de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii sunt capabili să identifice emoțiile de bază, cum ar fi bucuria, furia, frica, tristețea în animație.
2. Elevii sunt capabili să numească emoțiile de bază, cum ar fi bucuria, furia, frica, tristețea în animație.
3. Elevii sunt capabili să exprime emoții de bază (bucurie, furie, frică, tristețe) non-verbal (de exemplu, prin postură, voce, mimică).

- Profesorul explică scopul activității, care este dezvoltarea abilității de a putea identifica, exprima și numi emoțiile de bază (bucurie, furie, frică, tristețe). Profesorul îi poate ajuta pe elevi să identifice emoțiile de bază (pentru ei înșiși și pentru ceilalți) și să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor (de exemplu, să observe și să recunoască propriile emoții în timp ce se joacă, precum și emoțiile prietenilor lor).



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

Puteți susține capacitatea copiilor de a identifica, exprima și numi emoțiile de bază în fiecare zi obișnuită (de exemplu, la sosirea la școală sau înainte de plecare, în timpul mesei).

Puteți susține capacitatea copiilor de a identifica, exprima și numi emoțiile de bază în timpul jocului de cooperare (de exemplu, atunci când se joacă cu prietenii) sau când se joacă singuri.

Puteți susține capacitatea copiilor de a identifica, exprima și numi emoțiile de bază atunci când se confruntă cu succes sau eșec în timpul unei activități motorii/ fizice.



Alte resurse:

Cărți:

- Oops—a-Daisy. Scrisă de Claire Freedman (2004).
- The giving tree. Scrisă de Shel Silverstein (1964).
- Elmer. Scrisă de David McKee (1968).

Filme/Videoclipuri:

- Bert – o familie adorabilă. Este o poveste despre o sămânță care își caută grupul de apartenență și se confruntă cu respingerea din partea celorlalți în timp ce o face, pentru că ea este diferită.
<https://www.youtube.com/watch?v=EBzEHK2IXYA>
- Strada Sesame: Dacă vesel se trăiește. Este o melodie despre fericire și cum poate fi exprimată.
<https://www.youtube.com/watch?v=5015skRvqs8>

Activitatea 2: Experimentarea emoțiilor complexe



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea identifica, exprima și numi emoții complexe.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Cartonașe cu emoții complexe, zaruri colorate, hârtie



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Liza și cea mai bună prietenă a ei, Ana, se joacă pe plajă. Construiesc un castel de nisip. Îl decorează cu pietre și scoici. Este cu adevărat frumos. Ele continuă să îl facă și mai înalt. „Ce castel înalt avem” spun ele. Deodată, un val mare se sparge pe malul mării și distruge castelul. Ce dezastru! Acestea decid să îl reconstruiască puțin mai departe de apă. „Ce castel minunat avem”, spun ele, „Este mult mai bun ca înainte”. Chiar construiesc și o groapă în jurul castelului care face legătura cu marea. S-au uitat la castelul lor și s-au simțit cu adevărat mândre că au construit un castel atât de frumos!



- La sfârșitul poveștii, profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Cum credeți că s-au simțit fetițele în timp ce își construiau castelul?
 2. Cum credeți că s-au simțit fetițele când valul le-a distrus castelul?
 3. Ce ați face în aceeași situație?
 4. Cum s-au simțit după ce au reconstruit castelul? De ce?
 5. V-ați simțit vreodată mândri? Când?
- Profesorul poate explica mai întâi elevilor semnificația emoției complexe¹ unde „orice emoție este un agregat de două sau mai multe alte emoții. De exemplu, ura poate fi considerată o fuziune a furiei, fricii și dezgustului, în timp ce iubirea îmbină tandrețea, plăcerea, devotamentul și pasiunea. Cuprinzând majoritatea experiențelor afective, emoțiile complexe includ, printre altele, uimire, dezgust, jenă, invidie, recunoștință, vinovăție, gelozie, mândrie, remușcare, rușine și îngrijorare. ”
- Profesorul pregătește un zar care are șase laturi colorate diferite. Fiecare latură este legată de una dintre următoarele emoții complexe: 1. mândrie; 2. rușine, 3. jenă, 4. gelozie, 5. vinovăție; 6) recunoștință.

- Profesorul împarte elevii în șase grupe (sau perechi în funcție de numărul total de elevi și emoții). Fiecare grup/ pereche are un cartonaș colorat care reflectă cele 6 emoții complexe.
- Profesorul spune expresia „Vreau să se joace...” și rostogolește zarurile colorate. Grupul/ perechea cu culoarea potrivită vine în centru și realizează emoția cartonașului cu o expresie facială, postură corporală și ton. Ceilalți ar trebui să numească emoția.
- Apoi, profesorul cere elevilor să scrie individual sau să povestească o scurtă poveste despre acea emoție specifică (de ex. „Într-o zi am fost surprins pentru că am găsit o bomboană veche în buzunar!”).
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a identifica, exprima și numi emoții complexe.

Grafic de evaluare formativă

1. Elevii pot identifica emoții complexe (de exemplu, dezamăgire, emoție, surpriză) din poveste.
2. Elevii pot numi emoții complexe în poveste.
3. Elevii pot exprima emoții complexe prin expresia facială, postura corpului și tonul vocii.
4. Elevii pot recunoaște existența mai multor emoții într-o singură situație.

- Profesorul explică elevilor obiectivul activității care este dezvoltarea capacității de a identifica, exprima și numi emoții complexe proprii și ale celorlalți. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor (de exemplu să-și observe și să recunoască emoțiile proprii și ale prietenilor lor în timp ce se joacă) și poate schimba, de asemenea, emoțiile pe zar selectând alte emoții complexe (cum ar fi remușcarea, dezgustul etc).



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

La literatură și istorie, puteți susține capacitatea copiilor de a identifica, exprima și numi emoții complexe atunci când vorbiți despre personaje istorice (de exemplu, Christopher Columb) sau eroii mitologiei (de exemplu, Odysseus din insula Cyclops) și emoțiile pe care le-au simțit în aventurile lor.

Puteți susține capacitatea copiilor de a identifica, exprima și numi emoții complexe în timpul unui joc cu reguli specifice, atunci când copiii pot experimenta emoții diferite.



Alte resurse:

Filme/Videoclipuri:

- Arborele generos. Acesta este un videoclip despre dragoste, despre a oferi fără să aștepti nimic în schimb și despre împărtășirea sentimentelor între un băiat și un copac.
<https://www.youtube.com/watch?v=1TZCP6OqRIE>
- Simfonia Prostiei- Cei trei purceluși. Acest videoclip este despre binecunoscutul basm „Cei trei purceluși”.
<https://www.youtube.com/watch?v=Olo923T2HQ4>
- "Inside out". Scris și regizat de Pete Doctor și Ronnie del Carmen și produs de Jonas Rivera- este un film despre tânăra Riley care, după ce s-a mutat din Midwest la San Francisco, află că emoțiile ei – Bucuria, Teama, Furia, Dezgustul și Tristețea – sunt în contradicție în legătură cu modul în care se poate integra cel mai bine într-un oraș nou, o casă și o școală nouă
<https://www.youtube.com/watch?v=SvoycpSKClw>

¹ Definiție a Asociației Americane de Psihologie, disponibilă la următorul link:

dictionary.apa.org/complex-emotion

Obiectivul 2: Dezvoltarea încrederii în sine, a autoeficacității și a stimei de sine

Activitatea 1: Copacul bunății



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să-și identifice abilitățile și lucrurile la care sunt buni, precum și să le recunoască la colegii de clasă.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază

Materiale

Afișe cu copaci cu patru/ cinci ramuri desenate pe o hârtie (aproximativ jumătate de metru înălțime), hârtii cu fructe și frunze de decupat (cinci mere sau orice alt fruct, copac/ patru frunze)



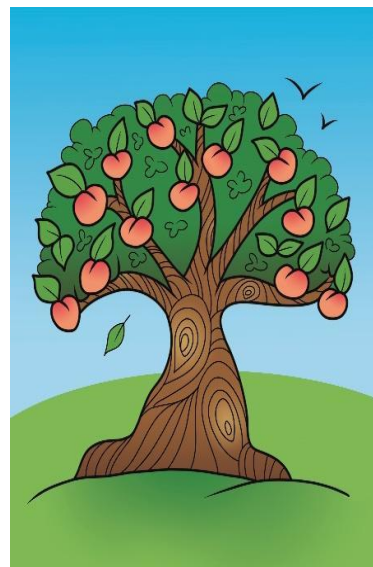
Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Lucia și Liza împărtășesc cu cei mai buni prieteni ai lor experiența unui joc foarte distractiv, „Arborele bunății”. Fetele le-au spus colegilor: „Ar fi frumos să îl jucăm împreună. În primul rând, trebuie să desenăm un copac cu cinci ramuri și să-l umplem cu fructe și frunze. Apoi, toți trebuie să desenăm lucruri frumoase despre noi pe fiecare dintre ele”. Colegii lor de clasă erau foarte curioși să se joace și să descopere lucrurile frumoase pe care le gândeau prietenii lor despre ei.



- Profesorul le spune elevilor că vor juca același joc. Mai întâi, elevii sunt împărțiți în grupuri mici (până la 4 sau 5 elevi) și fiecare primește un afiș al copacului (ar trebui să aibă patru sau cinci ramuri, câte una pentru fiecare copil al grupului). În plus, fiecărui copil i se oferă o hârtie care prezintă frunze și fructe și li se cere să le decupeze.
- Pe rând, șoptesc la urechea profesorului un lucru la care cred că sunt buni. Profesorul îl notează pe fructul de hârtie, iar copilul este invitat să-și deseneze autoportretul, apoi îl lipește pe ramura sa.
- Apoi, fiecare copil șoptește la urechea profesorului un lucru bun despre un copil din grup. Din nou, profesorul îl notează pe frunza de hârtie. Fiecare copil poate desena ceva în această frunză. Unul câte unul, copiii își lipesc frunzele pe ramurile prietenilor (fiecare ramură va avea un fruct

și trei/ patru frunze). Asigurați-vă că toți copiii din clasă au calități pozitive descrise de colegii de clasă.

- La final, profesorul citește cu voce tare toate cuvintele frumoase pe care le-au spus copiii și pune următoarele întrebări:
 1. Ce părere aveți despre aceste lucruri la care ați descoperit că sunteți buni? V-ați gândit vreodată că vă pricepeți la atâtea lucruri?
 2. Cum vă simțiți auzind toate aceste lucruri bune de la prietenii voștri?
 3. Vreți să le spuneți ceva prietenilor voștri?
- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevului de a dezvolta încrederea în sine, autoeficacitatea și stima de sine.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot identifica abilitățile și lucrurile la care sunt buni.
2. Elevii pot identifica abilitățile și lucrurile la care colegii lor sunt buni.
3. Elevii pot numi și exprima ce simt în ceea ce privește propriile caracteristici identificate de colegii lor.

- Profesorul explică obiectivul activității, respectiv acela de a învăța mai multe lucruri despre ei înșiși și propriile lor capacități, precum și de a identifica lucruri la care colegii lor sunt buni. De fapt, fiecare copil trebuie încurajat să-și dezvolte încrederea în sine, stima de sine și autoeficacitatea.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

Puteți susține încrederea în sine a copiilor, respectul de sine și autoeficacitatea atunci când, în fiecare zi obișnuită, copiilor li se oferă anumite sarcini de responsabilitate (de exemplu, îngrijirea unei jucării pentru a evita ca aceasta să fie ruptă; distribuirea materialelor în clasă; coordonarea unui grup în prima linie la ora prânzului la cantină).

Puteți susține încrederea în sine, stima de sine și autoeficacitatea copiilor atunci când copiii cooperează cu alți copii sau/ și adulți.



Alte resurse:

Filme/Videoclipuri:

- Stima de sine - cântec pentru copii. Annie și Rocco cântă această melodie despre cât de puternic, curajos, inteligent și amabil poate fi oricare dintre noi și cum fiecare este bun la lucruri diferite și poate fi mai bun prin învățarea și interacțiunea cu ceilalți.

<https://www.youtube.com/watch?v=ySNrWiq9zk8>

Activitatea 2: Raftul meu



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să-și identifice calitățile și caracteristicile personale, precum și să le recunoască la colegii de clasă.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Afișe pentru a desena o bibliotecă, post-it-uri



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să citească următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Jamal și Sofija tocmai au terminat de jucat un joc de societate intitulat „Raftul meu”. Sofija a spus: „Nu mi-aș fi putut imagina că sunt bună la organizarea lucrurilor”. Jamal a adăugat: „Și ești, de asemenea, foarte amabilă cu oamenii pe care nu îi cunoști prea bine! Este într-adevăr un joc minunat, ar trebui să-l jucăm din nou curând! ”.



- Profesorul le spune elevilor că vor juca același joc. Mai întâi, elevii sunt împărțiți în grupuri mici (până la 4 sau 5 elevi) sau în perechi, în funcție de numărul total de elevi. Fiecare grup desenează o bibliotecă cu multe rafturi pe un afiș (ar trebui să aibă un raft pentru fiecare copil al grupului). În plus, fiecărui copil i se oferă un bilet de tip post-it.
- Fiecare elev scrie pe post-it două calități/ caracteristici personale bune pe care le au (de exemplu, amabil, respectuos, altruist) și le lipește pe propriul raft.
- Apoi, fiecare elev scrie o calitate bună sau o caracteristică personală a fiecărui membru al grupului și o lipește pe raftul fiecărui membru.
- La sfârșit, fiecare copil citește cu voce tare toate cuvintele drăguțe pe care ceilalți copii le-au scris despre el/ ea. Profesorul le cere să răspundă, pe rând, la următoarele întrebări:
 1. Ce cuvinte îți plac cel mai mult pentru a-ți descrie calitățile personale?
 2. Te-ai gândit vreodată că ai atâtea calități bune? Care calitate/ caracteristică personală te-a surprins cel mai mult? Poți să-mi dai un exemplu în care ai folosit-o?
 3. Cum te simți auzind aceste lucruri bune despre tine, de la prietenii tăi?
 4. Există ceva ce ai vrea să spui și să împărtășești cu prietenii tăi?
- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevului de a dezvolta încrederea în sine, autoeficacitatea și stima de sine.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot identifica calități bune/ caracteristici personale despre sine.
2. Elevii pot identifica calități bune/ caracteristici personale despre colegii de clasă.
3. Elevii pot reflecta asupra propriilor calități/ caracteristici personale.
4. Elevii pot numi și exprima cum se simt în ceea ce privește propriile calități/ caracteristici identificate de colegi.

- Profesorul explică obiectivul activității, respectiv acela de a învăța mai multe lucruri despre ei înșiși și propriile lor capacități, precum și de a identifica lucruri la care colegii lor sunt buni. De fapt, fiecare copil trebuie încurajat să-și dezvolte încrederea în sine, stima de sine și autoeficacitatea.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

La literatură, puteți susține încrederea în sine, stima de sine și autoeficacitatea, solicitând elevilor să scrie un eseu despre sentimentele lor atunci când cineva (de exemplu, prieten, profesor și părinte) laudă una dintre calitățile sale pozitive.

La Istorie, puteți susține încrederea în sine, stima de sine și autoeficacitatea elevilor, acordând atenție bunelor caracteristici ale personajelor istorice (de exemplu, bunătatea unui rege, determinarea unui explorator).



Alte resurse:

Videoclipuri/Filme:

- Rățușca cea urâtă, este un basm bine cunoscut al lui Andersen care vorbește despre transformarea personală și ce înseamnă să te simți diferit și să crezi că nu ești suficient de bun (chiar dacă acest lucru nu este adevărat). O mică pasăre suferă abuzuri din partea altora din jurul său din cauza aspectului său, până când se maturizează într-o lebedă frumoasă.
<https://www.youtube.com/watch?v=TyrmcD8Yml0>
- Fii încrezător, povești morale scurte pentru copii. Acest videoclip este despre eșec, care aparține vieții tuturor și care ar trebui privit ca o șansă de a deveni mai buni și de a ne antrena pentru a ne îmbunătăți punctele slabe. Critica și comentariile proaste ale altora nu trebuie să ne dezamăgească; mai degrabă ar trebui să ne motiveze să muncim din greu pentru a le demonstra că greșesc.
https://www.youtube.com/watch?v=EsNRVm3YR_I

Obiectivul 3: Dezvoltarea capacității de a înțelege relația dintre emoții, gânduri și comportamente

Activitatea 1: Cutia emoțiilor



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să recunoască faptul că emoțiile lor și ale altora sunt legate de gânduri și comportamente.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Șase cartonașe, o cutie



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Liza și cea mai bună prietenă a ei Ana au mers cu părinții la o plimbare în parcul din apropiere. Ele erau foarte fericite. Cântau, săreau și se alergau una după alta. Când s-au simțit obosite, s-au întins sub un copac. „Sunt atât de fericită Liza”, a spus Ana. „Mă simt minunat să te am ca prietena mea, Ana”, a spus Liza. Deodată, Ana se ridică strigând „Un păianjen! Păianjen!” Liza a început să râdă și a exclamat „De ce ești atât de fricoasă. Păianjenii nu te pot mânca de vie!”. Ana izbucni în lacrimi.



- La sfârșitul poveștii, profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Cum credeți s-au simțit fetițele la începutul plimbării? Ce vă face să credeți asta?
 2. Cum credeți că s-au simțit fetițele în timp ce stăteau întinse sub copac? De ce?
 3. În opinia voastră, cum s-a simțit Ana când Liza a râs de ea? Ce vă face să credeți asta?
 4. Ce părere aveți despre comportamentul Lizei?
- Profesorul așază elevii într-un cerc și le arată o cutie numită „Cutia emoțiilor”. În interiorul cutiei există 6 cartonașe care spun: „amuzăți-vă”, „arătați afecțiune”, „fiți amabili”, „fiți furioși”, „invitați la joacă” și „arătați teamă”. Elevul A stă în centrul cercului, în timp ce un alt elev B alege un cartonaș din cutie și îl dă profesorului. Profesorul șoptește conținutul cartonașului către elevul A, care joacă rolul conținutului. Elevul B acționează în consecință față de elevul A. Elevul B este rugat să identifice comportamentul elevului A și să-și exprime propriile sentimente sau gânduri. Profesorul îi întreabă pe ceilalți elevi cum s-ar comporta, s-ar simți sau ar gândi dacă ar fi într-o situație similară.

- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a înțelege relația dintre emoții, gânduri și comportamente.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege sentimentele personajelor din poveste.
2. Elevii pot expune emoțiile, gândurile și comportamentul personajelor.
3. Elevii pot identifica comportamentele colegului de clasă.
4. Elevii pot numi propriile sentimente.
5. Elevii pot stabili un raport între propriile sentimente, gânduri și comportamente.
6. Elevii pot înțelege și numi emoțiile resimțite de colegul de clasă.

- Profesorul explică obiectivul activității, care este recunoașterea propriilor emoții, gânduri și modul în care acestea influențează comportamentul. Profesorul poate ajuta elevii să identifice comportamentele și conexiunea cu emoțiile și gândurile (pentru ei și pentru ceilalți) și să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

Puteți promova înțelegerea copiilor cu privire la relația dintre emoții, gânduri și comportamente atunci când gândesc înainte de a acționa sau când nu acordă atenție emoțiilor altora (de exemplu, atunci când se bat cu un coleg pentru o jucărie).

Puteți promova înțelegerea copiilor despre relația dintre emoții, gânduri și comportamente atunci când vorbesc despre un moment fericit în care fac ceva ce le place sau despre o situație dificilă prin care au trecut.

Puteți promova înțelegerea copiilor despre relația dintre emoții, gânduri și comportamente ajutându-i să înțeleagă că atunci când fac ceva ce le place se simt mai bine și au gânduri pozitive, iar când simt emoții dificile (rele), au gânduri negative și uneori fac lucruri care nu sunt potrivite, cum ar fi să lovească o altă persoană când sunt furioși sau să arunce lucruri.



Alte resurse:

Cărți:

- The Selfish Giant (1888). Scrisă de Oscar Wilde.
- Hansel și Gretel (1812). Scrisă de W. and J. Grimm.

Filme/videoclipuri:

- „The gift” se referă la faptul că o fetiță se simte tristă în legătură cu certurile părinților și gândurile sale despre cum să îmbunătățească relația dintre părinți.
<https://www.youtube.com/watch?v=XyMQ-cgJrJo>
- The present” este o poveste care descrie comportamentele unui băiat și a unui câine, ambii cu un handicap, cât și modul în care reacționează la acesta.
<https://www.youtube.com/watch?v=WjqiU5FgsYc>

Activitatea 2: Cartonajele cu emoții



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea înțelege că emoțiile și comportamentele pot fi declanșate de cauze interne și externe.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Opt cartonaje



Etapele activității

Profesorul citește următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Luca a invitat toți colegii de clasă la ziua lui de naștere și se aștepta să vină toată lumea. João și Lucia au fost foarte încântați și foarte nerăbdători să-și întâlnească prietenii și să se joace. Le plac și torturile aniversare! Dar, când au ajuns la petrecere, și-au dat seama că sunt singurii prezenți, nu a venit niciunul dintre ceilalți copii. Luca a izbucnit în lacrimi. Era atât de trist. „Nu contează”, a spus Lucia, „Vom avea cea mai frumoasă petrecere!”



- La sfârșitul poveștii, profesorul adresează următoarele întrebări:
 1. Cum credeți că João și Lucia s-au simțit în drum spre petrecerea lui Luca? De ce?
 2. Cum credeți că s-au simțit când și-au dat seama că prietenii lor nu sunt la petrecere? De ce?
 3. Cum credeți că s-a simțit Luca când și-a dat seama că restul colegilor de clasă nu au venit la petrecere? De ce?
 4. Ce părere aveți despre comportamentul colegilor săi?
 5. Ce părere aveți despre reacția Luciei de la sfârșit?
- Profesorul așază elevii într-un cerc și le arată următoarele 8 cartonaje: „Ești dezamăgit” (2 cartonaje), „Ești surprins” (2 cartonaje), „Ești emoționat” (2 cartonaje) și „Ești fericit”(2 cartonaje).
- Apoi, profesorul împarte elevii în două grupuri. Un elev al primului grup alege un cartonaj și arată emoția non-verbal (de exemplu, postură, expresie facială, sunete etc.). Elevii din celălalt grup ar trebui să identifice emoția (dezamăgire, surpriză, emoție, fericire) și să explice care elemente non-verbale (de exemplu, ochi, gură etc.) îi fac să creadă că exprimă emoția. Apoi, se pot gândi, în grup, la situații din viața reală în care au simțit acea emoție.
- Profesorul ține scorul scriindu-l pe tablă. Grupul care identifică cele mai multe emoții câștigă.
- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevilor de a înțelege relația dintre emoții, gânduri și comportamente.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege sentimentele personajelor din poveste.
2. Elevii pot expune emoțiile, gândurile și comportamentele personajelor.
3. Elevii pot distinge între diferite cauze ale emoțiilor (de exemplu, cauze interne și externe).
4. Elevii pot recunoaște propriile emoții și modul în care acestea influențează comportamentul lor.
5. Elevii pot identifica conexiunea dintre emoțiile, gândurile și comportamentele celorlalți.

- Profesorul explică scopul activității, acela de a putea recunoaște relația dintre emoții, gânduri și comportamente, precum și ideea potrivit căreia, cauzele interne și externe pot declanșa emoții și comportamente.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

La literatură, îi puteți ajuta pe copii să înțeleagă relația dintre emoții, gânduri și comportamente cerându-le să scrie un eseu despre gândurile și emoțiile lor într-o anumită ocazie și motivele pentru care au experimentat acele emoții.

La muzică, puteți ajuta copiii să înțeleagă relația dintre emoții, gânduri și comportamente atunci când ascultă unele versuri.



Alte resurse:

Filme/videoclipuri:

- Toy Story 4 (2019). Regizat de Josh Cooley. În acest film Woody și prietenul său de mult pierdut Bo Peep, trec printr-o mare aventură, în care își dau seama că sunt despărțiți de două lumi diferite, când vine vorba de ceea ce simt și își doresc de la viață ca și jucărie.
- Spider-Man: Into Spider-Verse (2018). Regizat de Bob Persichetti, Peter Ramsey și Rodney Rothman. Este o versiune recentă a omului păianjen, în care personajul principal simte presiunea așteptărilor celorlalți, dar și îndoielile sale personale.

Subiectul 1.2: Managementul sinelui

Capacitatea de a gestiona cu succes propriile emoții, gânduri și comportamente în diferite situații, demonstrând capacitate de automotivare eficientă. Capacitatea de a stabili și de a lucra în direcția obiectivelor personale și academice.

Obiective

1. Îmbunătățirea strategiilor de gestionare eficientă a emoțiilor
2. Dezvoltarea perseverenței, motivației și angajamentului față de obiectivele personale și academice

Obiectivul 1: Îmbunătățirea strategiilor de gestionare eficientă a emoțiilor

Activitatea 1: Cuburile sunt ale mele



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea identifica, selecta și utiliza strategii pentru a gestiona eficient emoții puternice, cum ar fi furia.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Hârtii, creioane colorate



Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Borna și Jamal se joacă în liniște împreună în sala de clasă construind un castel minunat. Deodată, Jamal începe să strige: „Acesta este al meu! Dă-mi-l înapoi!”. Borna se întoarce spre el și îi spune „Nu ai nevoie de atâtea cuburi! Le-ai luat pe toate, nu este corect!”.

Jamal se enervează foarte tare, ia un cub și îl aruncă în castel.

Ce dezastru, castelul este acum stricat! Profesorul se apropie de ei și le cere să pună cuburile în cutie, apoi adună grupul pentru a discuta despre cele întâmplate între cei doi elevi.



- Profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. De ce credeți că Jamal este supărat la început?
 3. Ce ați face dacă ați fi Jamal?

4. Ce părere aveți despre răspunsul lui Borna?
 5. Ce ați face dacă ați fi Borna?
 6. Ce părere aveți despre reacția lui Jamal la final?
 7. Ce faceți când vă simțiți supărați pe ceva?
- Profesorul creează perechi de elevi. Fiecare pereche își imaginează o situație care i-a înfuriat și cum au reușit s-o gestioneze. Apoi fac un desen despre asta. La sfârșit, profesorul îi întreabă pe elevi:
 1. Când v-ați simțit furioși? De ce?
 2. Ce ați făcut când v-ați simțit furioși?
 3. Cum v-ați simțit după?
 4. O să folosiți aceeași strategie când vă veți simți furioși?
 5. Ar putea această strategie să fie eficientă pentru alți colegi? De ce?
 - Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevului de a-și gestiona cu succes emoțiile și comportamentele atunci când este supărat.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot afla strategii pentru a-și gestiona furia.
2. Elevii pot înțelege impactul strategiilor de reglementare a furiei asupra propriilor emoții și comportamente.
3. Elevii pot identifica o strategie eficientă pentru a gestiona o emoție puternică.

- Profesorul explică scopul activității, respectiv acela de a reflecta asupra capacității de a gestiona cu succes emoțiile și comportamentele cuiva atunci când cineva este supărat. Profesorul întărește importanța reglării furiei în viața lor personală și pentru propria lor stare de bine în contexte diferite.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

Puteți ajuta copiii să folosească strategii eficiente pentru a gestiona emoțiile atunci când se ceartă cu colegii sau atunci când manifestă suferință când se despart de părinți dimineața.

Puteți îmbunătăți strategiile eficiente de gestionare a emoțiilor atunci când copiii se confruntă cu dificultăți în anumite sarcini la școală.



Alte resurse:

Cărți:

- The Mad Family gets them mads out. Scrisă de Lynne Namka (1995).

Filme/videoclipuri:

- Cum să controlați furia/ tehnici de gestionare a furiei. Videoclipul explică copiilor cum să gestioneze furia în moduri bune.

<https://www.youtube.com/watch?v=5nPj8gtQfJl>

- Pericolele furiei. Această scurtă animație descrie comportamentele a două păsări supărate.

<https://www.youtube.com/watch?v=KoMxM9JbKdY>

- Nu vă supărați. Este vorba despre un băiat de tâmplar căruia îi este greu să-și stăpânească furia și nu reușește să-și facă treaba.

<https://www.youtube.com/watch?v=8vzSckg8jk8>

- "Just Breathe". Un videoclip cu copii care explică ce simt când sunt supărați și ce fac pentru a se liniști.

<https://www.youtube.com/watch?v=RVA2N6tX2cg>

Activitatea 2: Alege



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea identifica, selecta și utiliza strategii pentru a gestiona eficient eșecul și dezamăgirea.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Stilou, hârtie



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să citească sau să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

John era bolnav și a rămas acasă două săptămâni. Când s-a întors la școală, toată lumea l-a întâmpinat, dar când a început ora de matematică despre înmulțire, și-a dat seama că nu putea înțelege nimic. S-a simțit foarte dezamăgit... El avea două opțiuni:

1. Putea să creadă că nu are rost să încerce să înțeleagă lecția, așa că ar putea începe să deseneze pe manualul său... doar așteptând să sune clopoțelul. La urma urmei, el ar putea trăi fără să știe înmulțirea.

2. El ar putea decide să încerce să înțeleagă cât mai mult și să ceară ajutor de la colegii săi sau profesorul său. La urma urmei, ar putea folosi o parte din timpul său liber pentru a înțelege înmulțirea și unul dintre prietenii săi l-ar putea ajuta.



- Profesorul adresează elevilor următoarele întrebări:
 1. Despre este vorba în această poveste?
 2. Cum credeți că s-a simțit John când a aflat că nu poate înțelege înmulțirea?
 3. Care au fost reacțiile posibile ale lui John?
 4. Ce ați face în locul lui?
- Profesorul împarte elevii în grupuri de patru: doi dintre ei trebuie să aleagă opțiunea „A” și celelalte două grupuri opțiunea „B” a poveștii.
- Profesorul analizează împreună cu elevii cele două strategii diferite din poveste, discută consecințele fiecărei alegeri și încearcă să găsească strategii diferite.
- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a-și gestiona cu succes emoțiile și comportamentele atunci când sunt dezamăgiți.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege impactul strategiilor de reglementare a eșecului și dezamăgirii asupra propriilor emoții și comportamente.
2. Elevii pot face distincția între strategii eficiente și ineficiente.
3. Elevii pot identifica și utiliza strategii eficiente pentru a gestiona eșecul și dezamăgirea.

- Profesorul explică obiectivul activității care reflectă capacitatea de a gestiona cu succes emoțiile și comportamentele unei persoane atunci când este dezamăgită. Profesorul întărește importanța gestionării dezamăgirii în viața personală și pentru propria stare de bine în contexte diferite.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

Într-un joc, puteți susține capacitatea copiilor de a gestiona dezamăgirea atunci când se confruntă cu un eșec sau nu sunt capabili să atingă un obiectiv.

La fiecare materie, puteți susține capacitatea copiilor de a gestiona dezamăgirea atunci când întâmpină unele dificultăți în sarcini.



Alte resurse:

Filme/ Videoclipuri

- Coco (2017). Regizat de Lee Unkrich și Adrian Molina. Acest film spune o poveste despre un băiat care vrea să cânte, chiar dacă familia lui nu-l susține.
- Gestionarea dezamăgirilor. Acest videoclip vorbește despre Jimmy și comportamentele sale atunci când se simte dezamăgit pentru că vrea ceva ce nu poate avea.

[https://www.youtube.com/watch?v= Rx3POBXbKQ](https://www.youtube.com/watch?v=Rx3POBXbKQ)

Obiectivul 2: Dezvoltarea perseverenței, motivației și angajamentului față de obiectivele personale și academice

Activitatea 1: Nu-mi place să joc fotbal !



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea înțelege de ce este important să fie persistenți și să nu renunțe atunci când lucrurile sunt grele.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Hârtie, creion, creioane colorate



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

După un meci de fotbal, Luca și João discută cu privire la prestația lor. Luca crede că nu este la fel de bun ca João, pentru că la ultimul meci nu a marcat niciun gol. Luca este trist și se gândește să nu mai joace fotbal. João încearcă să-l convingă că nu trebuie să renunțe la fotbal pentru că îi place foarte mult și se va simți singur dacă nu mai joacă împreună cu Luca.



- Profesorul le cere elevilor să reflecteze și să răspundă la următoarele întrebări:
 1. De ce este trist Luca?
 2. De ce nu vrea să mai joace fotbal?
 3. Ce îi spune João despre asta?
- Profesorul le cere copiilor să încerce să-și imagineze că sunt în pielea lui Luca:
 1. Cum v-ați simți?
 2. Ce ați crede?
 3. Ce ați face?
 4. Ați fost vreodată într-o situație similară, în care v-ați gândit să renunțați?
 5. Credeți că Luca ia o decizie bună, renunțând?
- Profesorul îi invită pe elevi să încerce să continue povestea găsind posibile modalități de a-l ajuta pe Luca să se răzgândească, subliniind că este important să nu renunțe și să decidă să exerseze mai mult pentru a-și îmbunătăți abilitățile la fotbal.
- Profesorul ascultă ideile elevilor și scrie toate sugestiile pe tablă.
- Împreună cu elevii, profesorul creează un final al poveștii, empatizând cu consecințe pozitive pe care le poate avea Luca dacă nu renunță (de exemplu, poate petrece mai mult timp cu prietenul său John, dacă joacă în aceeași echipă și dacă el îi cere ajutorul pentru a se perfecționa).

- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevilor de a dezvolta perseverența, motivația și angajamentul față de obiectivele personale și academice și de a folosi această capacitate în diferite contexte din viața lor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii recunosc emoțiile și sentimentele trăite de personaje atunci când se confruntă cu dificultăți.
2. Elevii recunosc ce gânduri apar atunci când întâmpină dificultăți.
3. Elevii înțeleg importanța de a rămâne concentrat într-o sarcină fără a fi descurajați, indiferent de dificultăți, deși uneori poate fi dificil.

- Profesorul termină activitatea consolidând obiectivul activității, care urmărește dezvoltarea perseverenței, motivației și angajamentului, în special pentru acele sarcini care ar putea fi mai dificile. Profesorul îi poate ajuta pe copii să înțeleagă că nu ar trebui să renunțe atunci când lucrurile sunt dificile, iar perseverența îi poate ajuta să învețe și să se perfecționeze.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

Puteți dezvolta perseverența, motivația și angajamentul copiilor față de obiectivele personale și academice atunci când citiți povești în clasă în care personajele se confruntă cu dificultăți și experimentează o lipsă de motivație.

Puteți dezvolta perseverența, motivația și angajamentul copiilor față de obiectivele personale și academice atunci când elevii dvs. experimentează eșecuri sau când se confruntă cu sarcini dificile. Ați putea să îi ajutați să consolideze ideea că perseverența, mai ales atunci când fac greșeli, face parte din procesul de învățare și îi va ajuta să se perfecționeze.



Alte resurse:

Cărți:

- The Quiltmaker's Gift. Scrisă de Jeff Brumbeau (2000).
- The Quiltmaker's Journey. Scrisă de Jeff Brumbeau (2004).

Filme/Videoclipuri:

- Girafele nu pot dansa. Acest videoclip este despre o girafă neîndemânică care încearcă să danseze, dar toată lumea râde de ea. A renunțat până când apare un greiere și o încurajează. În cele din urmă a reușit!

<https://www.youtube.com/watch?v=vZjsLK5vwNU>

Activitatea 2: Urmărirea țelului



Rezultat La sfârșitul activității, elevii vor putea să își stabilească și să lucreze la obiective personale și academice, fără să renunțe.



Grup țintă Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel Avansat



Materiale Hârtie, stilou



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Sofija ține premiul în mână foarte încântată. La urma urmei, este un lucru mare să câștigi premiul întâi la un concurs național de cântece școlare și toate acestea datorită Luciei! Sofija și Lucia sunt cele mai bune prietene încă de la grădiniță. Sofija este foarte timidă, în timp ce Lucia nu. De când erau mici, Sofija cânta în camera ei când se jucau împreună. „Ai o voce minunată”, i-a spus Lucia, „Trebuie să te alături corului școlii”. Totuși, Sofija nu avea chef să cânte în fața altora. Într-o zi, Lucia a decis să vorbească cu profesorul de muzică despre talentul Sofiei. Profesoara a vorbit cu Sofija și a convins-o să se alăture corului. De atunci, a început să învețe și să-și exerseze cântatul. După ce a câștigat mai multă încredere în cor, ea a urmat sfatul Luciei „trebuie să te înscrii pentru a cânta singură într-un concurs”. Și acum, un prim premiu!



- Profesorul cere elevilor să răspundă la următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. Ce părere aveți despre atitudinea Sofijei?
 3. Ce ați face în locul ei?
 4. Ce credeți că s-ar fi întâmplat dacă Lucia nu i-ar fi vorbit profesorului de muzică despre Sofija?
 5. Cum se simte Sofija după ce a câștigat competiția?
- Profesorul le cere elevilor să se gândească la un vis pe care îl au sau la un țel pe care ar dori să îl atingă. Apoi, elevii sunt invitați să reflecteze individual la următoarele întrebări:
 1. Ce faceți pentru a-l atinge?
 2. Există obstacole care vă opresc?

3. Ce ar trebui să faceți pentru a monitoriza și a verifica dacă vă îndreptați către atingerea acestui obiectiv?
 4. Ce semnale vă spun că mergeți în direcția corectă?
 5. Ce ar trebui să faceți dacă visul vostru pare greu de realizat?
- Profesorul poate cere elevilor să scrie un eseu despre asta.
 - Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevilor de a dezvolta perseverența, motivația și angajamentul față de obiectivele personale și academice și de a folosi aceste capacități în diferite contexte din viața lor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot reflecta, pot stabili un obiectiv și pașii necesari pentru a-l atinge (personal sau academic).
2. Elevii pot înțelege că, deși uneori este greu să atingi anumite obiective (personale sau academice) din cauza unor obstacole, ar trebui să persevereze.
3. Elevii pot lucra pentru un obiectiv și monitoriza progresul în atingerea acestuia.

- Profesorul termină activitatea consolidând obiectivul activității, care este acela de a dezvolta perseverența, motivația și angajamentul față de obiectivele personale și academice, consolidând faptul că a nu renunța atunci când lucrurile sunt grele poate dezvolta învățarea pentru elevi.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile mele de predare?

La ora de Comunicare, puteți dezvolta perseverența, motivația și angajamentul cerându-le elevilor să scrie un eseu despre un obiectiv și pașii pe care îi urmează pentru a-l atinge.

La ora de educație fizică, puteți dezvolta perseverența, motivație și angajament atunci când copiii arată atitudini diferite față de atingerea obiectivelor (de exemplu, copiii care renunță, în timp ce alții încearcă să se perfecționeze).

La fiecare materie, puteți dezvolta perseverența, motivație și angajament atunci când copiii trebuie să facă față dificultăților.



Alte resurse:

Filme/Videoclipuri:

- The Deaf Frog. Acesta este un videoclip despre o broască surdă care reușește să urce pe un deal anevoios pentru că nu a putut auzi sfaturile tuturor celor care au descurajat-o.
<https://www.youtube.com/watch?v=bYoO4fccnCc>
- The Little Mouse who wanted to touch a Star. Această poveste vorbește despre un șoricel, a cărui ambiție este să atingă o stea
<https://www.youtube.com/watch?v=pWMRX3pz7Hk>

Subiectul 1.3: Conștientizare socială

Capacitatea de a prelua perspectiva celorlalți și de a empatiza cu alții, inclusiv cu cei din medii și culturi diverse.

Capacitatea de a înțelege normele sociale și etice pentru comportamente

Obiective

1. Dezvoltarea capacității de a prelua perspectiva celorlalți și de a empatiza Dezvoltarea capacității de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală

Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a prelua perspectiva celorlalți și de a empatiza

Activitatea 1: Un act întâmplător de bunătate



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să accepte perspectiva celorlalți și să simtă empatie față de ceilalți, prin fapte care demonstrează bunătate.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Computer, proiector

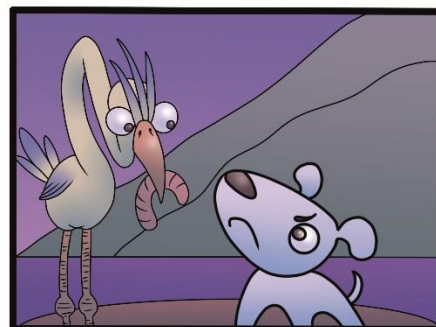
Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste. Puteți utiliza videoclipul de pe youtube intitulat „O poveste scurtă - trebuie să vedeți amabilitatea”, disponibil la acest link:

<https://www.youtube.com/watch?v=8Wi0UWLeT9I>



Cutiuța cu povești

Ana este foarte încântată de un videoclip pe care l-a vizionat ieri pe YouTube. Este despre un câine care merge la pescuit cu stăpânul său. Un cocostârc începe să fure peștele din barcă și câinele încearcă totul pentru a alunga pasărea. La final, câinele înțelege de ce cocostârcul avea nevoie de pește.



- La sfârșitul videoclipului, profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Care a fost problema cocostârcului?
 3. Ce a făcut câinele la început? Și la sfârșit? De ce și-a schimbat comportamentul?
- Apoi, profesorul le cere copiilor să reflecteze la următoarele întrebări:
 1. Ce părere aveți despre poveste?
 2. Ce înseamnă pentru voi cuvântul „bunătate”?
 3. Puteți numi un lucru sau un cuvânt „bun” pe care îl faceți sau îl spuneți în fiecare zi?

4. Puteți numi un lucru sau un cuvânt care nu semnifică deloc „bunătate”?
- Profesorul pune elevii într-un cerc și le cere, pe rând, să simuleze un comportament empatic față de un coleg. Fiecare comportament este analizat. Apoi, același joc se repetă simulând comportamente non-empatice față de colegi. Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a dezvolta susținerea perspectivei și empatia prin acte de bunătate.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege perspectiva celorlalți și comportamentele care rezultă.
2. Elevii pot distinge între comportamentele empatice și non-empatice.
3. Elevii pot înțelege că bunătatea este legată de înțelegerea perspectivei și empatie.
4. Elevii se pot pune în locul altora.

- Profesorul explică scopul activității care reflectă capacitatea elevilor de a dezvolta înțelegerea perspectivei și empatia prin acte de bunătate, pentru a-și îmbunătăți relațiile cu ceilalți. Profesorul poate ajuta elevii să empatizeze cu ceilalți și să transfere aceste abilități în contexte diferite din viața lor (de exemplu, ajutarea unui prieten sau a unui coleg de clasă într-o situație dificilă).



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Puteți dezvolta preluarea perspectivei și empatia prin acte de bunătate începând de la jocuri de cooperare, în care copiii pot observa sentimentele celorlalți și pot acționa în consecință.

Puteți dezvolta preluarea perspectivei și empatie prin acte de bunătate atunci când copiii își descriu experiențele personale acasă sau la școală.

Puteți dezvolta preluarea perspectivei și empatia prin acte de bunătate atunci când copiii au dificultăți în a împărtăși lucruri (de exemplu, jucării, cărți etc.) sau unele dificultăți în gestionarea argumentelor (de exemplu, tind să reacționeze cu o anumită agresivitate).

Puteți dezvolta preluarea perspectivei și empatia prin acte de bunătate atunci când vorbiți despre oameni sau creaturi din întreaga lume, pentru a dezvolta acceptarea, dragostea și compasiunea pentru ceilalți.



Alte resurse:

Cărți:

- A Sick Day for Amos McGee. Scrisă de Philip C. Stead (2010).

Filme/ Videoclipuri:

- Colour your world with Kindness. Acest videoclip arată cum mici acte de bunătate pot face lumea mai bună.

<https://www.youtube.com/watch?v=rwelE8yyY0U>

- Kindness Animation Happiness. Videoclipul arată câteva comportamente bune care pot apărea în viața de zi cu zi.

<https://www.youtube.com/watch?v=cGDfXjamCsA>

- A True Act of Kindness. Acest videoclip vorbește despre un robot care decide să-și dea o parte din picior unui câine robot care are dificultăți în mișcare. Animația este fără dialog.

<https://www.youtube.com/watch?v=WG8B6R6Qt80>

Activitatea 2: Mă simt inferior



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să-și dea seama că a te pune în locul celorlalți este un mod eficient de a interacționa cu alte persoane în viața de zi cu zi și de a îmbunătăți relațiile cu ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale



Etapile activității

Profesorul le cere elevilor să citească sau să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Jamal este foarte trist. S-a certat cu prietena sa Liza, iar acest lucru i-a frânt inima. John îl găsește așezat pe o bancă.

Hong: Ești bine?

Jamal: Nu, nu sunt ok, am avut o ceartă cumplită cu Liza.

Hong: Oh, asta nu-i bine, cum te pot ajuta?

Jamal: Nu poți face nimic... Nu vreau să mai vorbesc cu ea niciodată...

Hong: Oh... nu știu ce să spun....

Se apropie un alt prieten de-al lor.

John: Bună băieți! Ce se întâmplă?

Hong: Jamal s-a certat cu Liza.

John: Ah! Nu e bine... Vrei o înghețată?

Jamal: Nu, mulțumesc.

John: Ce zici dacă ne-am juca de-a v-ați ascunselea?

Ana se alătură.

Ana: despre ce vorbiți?

John: Jamal s-a certat cu Liza.

Ana: Oh! Păcat, măcar ne are pe noi!

Hong: Nu este asta ideea. Este foarte trist că s-au certat; la urma urmei erau prieteni. Știu cum este să nu vorbești cu un prieten Jamal... Să ne îmbrățișăm!



- Profesorul adresează elevilor următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. Cum s-a simțit Jamal? Ce s-a întâmplat pentru a-l face să se simtă așa?
 3. Ce părere aveți despre sugestiile lui Hong, John și a Anei?

4. Credeți că l-au ajutat pe Jamal? Cum?
- Profesorul împarte elevii în grupuri de patru și le cere să joace povestea pe roluri. Fiecare elev va fi un personaj din poveste. După jocul de rol, profesorul pune fiecărui grup următoarele întrebări:
 1. Cum v-ați simțit în locul lui Jamal?
 2. Ce ați făcut ca prieteni ai lui Jamal?
 3. Ce altceva ați putea face ca prieten al lui Jamal?
 4. Vi s-a întâmplat ceva similar? Cum v-ați simțit? Ce au făcut prietenii voștri?
 - Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevilor de a dezvolta preluarea perspectivei și empatia.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege perspectiva celuilalt.
2. Elevii pot fi empatici față de prieteni.
3. Elevii se pot ajuta reciproc în modul corect.
4. Elevii pot respecta nevoile și sentimentele celorlalți.

- Profesorul explică scopul activității care reflectă capacitatea elevilor de a dezvolta preluarea perspectivei și empatia. Profesorul poate ajuta elevii să empatizeze cu ceilalți și să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor (de exemplu, să ajute un prieten sau un coleg de clasă într-o situație dificilă)



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La literatură, puteți dezvolta capacitatea de a prelua perspectiva și a empatiza atunci când cereți elevilor să identifice situațiile în care personajele dintr-o poveste au arătat empatie sau preluarea perspectivei.

La Geografie, puteți dezvolta preluarea perspectivei și empatia atunci când cereți elevilor să se gândească la oamenii care trăiesc în țări care se confruntă cu conflicte de război.

La Istorie, puteți dezvolta preluarea perspectivei și empatia atunci când cereți elevilor să-și imagineze de ce personajele istorice au acționat într-un mod specific.



Alte resurse:

Cărți:

- You, me, and empathy. Scrisă de J. Sanders (2017).
- All Are Welcome de A. Penfold (2018).

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală

Activitatea 1: E timpul de petrecere



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să ia în considerare și să empatizeze cu alții care provin din medii și culturi diferite. În plus, vor putea înțelege atitudinile respectuoase față de ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Imagini alb-negru cu alimente și haine tradiționale, hârtie, creioane, creioane colorate



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Astăzi este o zi foarte dificilă pentru Luca. A trebuit să meargă la școală purtând ochelari pentru prima dată. Este foarte îngrijorat de asta, se simte inconfortabil. În momentul în care intră în clasă, João arată spre el și îi spune: „Hei Luca, arăți ca un bunic”. Începe să râdă împreună cu mulți copii. Luca se simte jenat. Își lasă capul în jos și se duce liniștit către bancă. Profesorul se apropie și îi spune: „Ce drăguț arăți cu noii tăi ochelari. Ți se potrivesc foarte bine. Sunt sigur că acum poți vedea mai bine”. Apoi, se întoarce spre copii și întreabă: „Nu ești de acord cu mine, João? Nu arată Luca frumos cu noii săi ochelari?”



- Profesorul le cere elevilor să răspundă la următoarele întrebări:
 1. Despre ce este povestea?
 2. De ce a râs João de Luca?
 3. Cum s-a simțit Luca când João a râs?
- Apoi profesorul întreabă:
 1. Cum v-ați simți în locul lui Luca?
 2. Ce-ați face în locul lui Luca?
 3. Cum v-ați simți în legătură cu atitudinea lui João?

- Profesorul sugerează organizarea unei petreceri cu tema „Zi specială de celebrare a diferitelor culturi”. Profesorul aduce imagini alb-negru care înfățișează cântece, haine sau mâncare tradiționale din diferite regiuni sau țări (de exemplu, Italia, Japonia, Mexic, Asia și Africa). Fiecare copil poate alege o singură imagine și poate colora acea imagine pentru a identifica diferențele culturale dintre oamenii care trăiesc în diferite țări. În plus, copiii pot aduce și alte imagini cu ajutorul părinților, arătându-și tradițiile. Apoi, profesorul le cere copiilor să împartă o hârtie în trei coloane și să deseneze individual:

1. Mâncarea preferată.
2. Hainele pe care și-ar dori să le probeze.
3. Cântecele preferate.

- În final, profesorul întreabă copiii:

Ce cuvinte și atitudini respectuoase puteți folosi pentru a comunica ceea ce vă place sau nu?

- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevilor de a aprecia și valorifica diversitatea individuală, socială și culturală.

Graficul de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege că anumite persoane din medii culturale diferite pot avea tradiții diferite.
2. Elevii pot înțelege sentimentele și emoțiile celorlalți atunci când sunt judecați sau criticați pentru diversitatea lor individuală, socială sau culturală.
3. Elevii pot găsi cuvinte respectuoase pentru a comunica cu oameni care provin din medii individuale, sociale și culturale diferite.
4. Elevii pot acționa cu respect față de ceilalți, indiferent de diferențele lor.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală și de a transfera aceste abilități în diferite contexte din viața lor. Înțelegerea și acceptarea diversității este crucială pentru o coexistență civilizată cu alte persoane.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Puteți susține capacitatea copiilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală atunci când aveți în clasă elevi din medii culturale diferite și fiecare poate vorbi despre propriile experiențe personale.

Puteți susține capacitatea copiilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală atunci când atrageți atenția asupra diversităților individuale din viața de zi cu zi (de exemplu, copii cu ochelari de vedere, cu nevoi speciale, copii din diferite țări etc.).

Puteți susține capacitatea copiilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală atunci când vorbiți despre modul în care trăiesc oamenii în întreaga lume.

Puteți susține capacitatea copiilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală atunci când vorbim despre respect față de ceilalți, indiferent de tradițiile sociale și culturale ale acestora.

Alte resurse:

Cărți:

- Colours of us. Scrisă de Karen Katz (1999).
- It's ok to be different. Scrisă de Todd Parr (2001).
- The Invisible Boy. Scrisă de Trudy Ludwig (2013).
- We all sing with the same voice. Scrisă de S. Philip Miller and Sheppard M. Greene (2001).

Filme/ Videoclipuri:



- Whoever you are. Acest videoclip subliniază că, chiar dacă arătăm diferit în exterior, din cauza culturii noastre sau a diferențelor individuale, cu toții avem unele asemănări.
<https://www.youtube.com/watch?v=f0J6tKoT53Y>
- We are one. Această carte video arată că toate creaturile vii, indiferent de locul în care trăim, suntem cu toții diferiți, dar și la fel, și că împărtășim puncte comune cu alții, de exemplu, sentimente și nevoi.
https://www.youtube.com/watch?v=ten8VG_LRNg

Activitatea 2: Eu sunt cel diferit



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea înțelege, respecta și aprecia diversitatea între oamenii din întreaga lume, precum și să înțeleagă și să accepte norme sociale și etice comportamentale.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Computer, proiector, accesorii (de ex., bentiță, voal, ochelari etc.)



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să citească sau să asculte următoarea poveste folosind videoclipul de pe YouTube intitulat „A fi diferit este frumos”, disponibil la următorul link: <https://www.youtube.com/watch?v=KJ1ygFknjYo>



Cutiuța cu povești

Jamal urmărește pe YouTube o animație care evidențiază frumusețea diferențelor și învață să ne respectăm unii pe ceilalți.



- La sfârșitul videoclipului, profesorul discută cu elevii următoarele întrebări:
 1. Despre ce este povestea?
 2. Ce părere aveți despre diversitate?
 3. Există elevi diferiți de voi în școala noastră? Ce îi face diferiți?
 4. Cum credeți că se simt acești elevi cu privire la diferențele lor?
- Profesorul le cere elevilor să joace jocul „Eu sunt diferit”. În primul rând, le cere elevilor să închidă ochii și să pună accesorii diferite fiecărui copil (de exemplu, o bentiță cu unicorn sau diavol, un voal, o fustă, ochelari de vedere, un cartonaș lipit de spate) sau să scoată un accesoriu (de ex., un pantof, șorț etc.). Profesorul poate lăsa un singur elev cu accesorii pe care le are deja.
- Profesorul le cere elevilor să deschidă ochii și să se observe cu atenție pe ei înșiși și pe ceilalți (cineva va avea caracteristici care nu sunt direct vizibile).
- Profesorul întreabă elevii:
 1. Cum v-ați simțit când ați fost priviți de colegii voștri?
 2. V-ați simțit judecați? De ce?
 3. După părerea voastră, cum s-au simțit colegii voștri când au fost priviți?
 4. Ce părere aveți despre colegul vostru care nu a primit niciun accesoriu? Ați observat că a fost singurul care a fost diferit în clasă (din cauza absenței unui accesoriu)?

- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua capacitatea elevilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală și culturală.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege sentimentele și emoțiile oamenilor atunci când se simt priviți și judecați pentru diversitatea lor.
2. Elevii pot înțelege că a fi diferit este relativ și dependent de caracteristicile oamenilor din jurul nostru.
3. Elevii pot accepta și aprecia diferențele ca element pozitiv al vieții de zi cu zi.
4. Elevii pot accepta diferențele, arătând norme sociale și etice comportamentale.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală și de a transfera aceste abilități în diferite contexte din viața lor. Înțelegerea și acceptarea diversității este crucială pentru o coexistență civilizată cu alte persoane.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La literatură, puteți ajuta la aprecierea și la valorizarea diversității individuale, sociale și culturale atunci când cereți elevilor să scrie un eseu sau să citească o carte despre diversitate.

La geografie, puteți dezvolta capacitatea elevilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală atunci când vorbiți despre țări și culturi din întreaga lume.

La muzică, puteți dezvolta capacitatea elevilor de a aprecia și valoriza diversitatea individuală, socială și culturală atunci când vorbiți despre muzica lumii (muzică etnică).



Alte resurse:

Cărți:

- The strange love of the white horse and the poplar tree. Scrisă de Christos Boulotis (2011).

Filme/ Videoclipuri:

- Jack the blackbird and Jim the seagull. Acest videoclip vorbește despre diversitate și despre cum o putem dobândi cu toții prin cunoașterea diferitelor culturi.

<https://www.youtube.com/watch?v=fbReXp8-YMM>

Subiectul 1.4: Abilități de relaționare

Capacitatea de a stabili, menține și repara relații sociale. Capacitatea de a comunica, asculta și coopera, cu ceilalți, negocia și rezolva conflicte în mod constructiv și capacitatea de a căuta și oferi ajutor atunci când este nevoie.

Obiective

1. Dezvoltarea abilității de a coopera și a împărți
2. Dezvoltarea abilității de a crea, menține și repara prietenii
3. Dezvoltarea abilității de a dezvolta strategii eficiente de gestionare a comunicării și asertivității
4. Dezvoltarea abilității de a gestiona pozitiv dezacordul și de a rezolva conflictul cu ceilalți
5. Dezvoltarea abilității de a cere și oferi ajutor

Obiectivul 1: Dezvoltarea abilității de a coopera și a împărți

Activitatea 1: Mai buni împreună!



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să pună în practică abilitățile de cooperare într-o situație de joacă și să exerseze împărțirea unor jucării.



Grup țintă

Elevi cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Cuburi Lego colorate



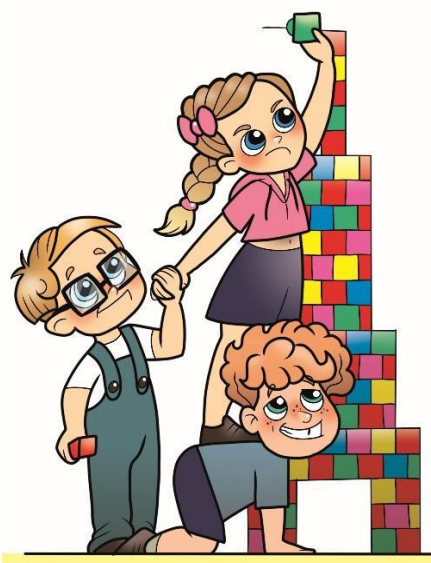
Etapile activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea situație:



Cutiuța cu povești

Ana vrea să construiască un turn înalt de cuburi. Dar înainte ca ultima piesă să fie pusă, turnul se prăbușește și Ana se supără. Luca vede jocul Anei și vine să o ajute. El îi dă Anei cuburile sale și împreună construiesc un turn înalt cu o bază mai solidă. Acum, turnul este exact ceea ce și-a dorit Ana, dar tot trebuie să pună ultima piesă și nu poate ajunge în vârf. Borna vine cu ideea de a urca pe un scaun pentru a adăuga ultima piesă. Ține scaunul Anei pentru a putea pune ultimul cub în siguranță. Acum, Ana și prietenii ei se bucură că au lucrat împreună



la cel mai înalt turn de cuburi pe care le-au făcut vreodată.

- Pornind de la acest scenariu, profesorul le cere elevilor să reflecte asupra următoarelor:
 1. Descrierea situația (Ce s-a întâmplat ?);
 2. Descrierea caracteristicilor fiecărui personaj implicat (Ce vrea Ana să facă? Când intervine Luca? Dar Borna? Cum se comportă fiecare personaj? Cum se simt copiii după ce au lucrat împreună?);
 3. Identificarea altor comportamente similare întâlnite la școală (Când vă jucați împreună, cum o faceți? Cine împarte jucăriile? Cui nu-i place să împartă jucăriile? Ce pierdeți dacă împărțiți jucăriile cu alți copii? Ce câștigați dacă împărțiți jucăriile cu alți copii?).
- Profesorul le dă copiilor cuburi Lego pentru a construi un castel. Fiecare copil are câteva cuburi, așa că trebuie să coopereze și să împartă materialele.
- Profesorul modelează cooperarea prin propriul comportament (de exemplu „Am niște cuburi roșii”, „Avem nevoie de mai multe cuburi”, „Cine vrea să pună cuburile împreună?”, „Unde le punem?”, „Să construim un castel mare sau două mici? ”), astfel încât copiii să înceapă să interacționeze și să coopereze. Copiii sunt apreciați de profesor pentru comportamentele de cooperare manifestate în timpul activității. Profesorul nu va ajuta la construirea castelului, ci va facilita doar interacțiunea și cooperarea dintre ei.
- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua abilitățile de cooperare ale elevilor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii dezvoltă abilități de cooperare adecvate cu colegii lor.
2. Elevii dezvoltă abilitatea de a se implica în jocuri cu ceilalți.
3. Elevii practică abilități de cooperare în situații de joc.
4. Elevii împart jucării în scopul de a se juca împreună cu un scop comun.
5. Elevii se bucură de rezultatul cooperării cu ceilalți.

- Profesorul explică obiectivul activității care este acela de a putea coopera și de a împărți, ceea ce ne poate ajuta în situații când noi sau alții avem nevoie de ajutor și de a crea lucruri noi (de ex. Jocuri). Este foarte important să cooperăm și să împărțim în viața de zi cu zi.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

În jocuri și sport, copiii sunt capabili să reflecteze asupra importanței fiecărui jucător dintr-o echipă și să înțeleagă importanța cooperării și a muncii în echipă pentru a câștiga.

Puteți vorbi despre comportamentele de ajutor pe care multe animale le manifestă între ele (de ex. Albinele dintr-un stup).



Alte resurse:

Cărți:

- TEAMWORK Isn't My Thing, and I Don't Like to SHARE! (BEST ME I Can Be! Book 4), Kindle Edition, de Julia Cook.

Videoclipuri:

- Lucrăm împreună ca o echipă. Acest videoclip vorbește despre colegii de clasă care își unesc forțele și lucrează împreună pentru a construi un turn din cuburi.

<https://www.youtube.com/watch?v=TZqFYtWCWXg>

Activitatea 2: Fii un bun prieten și nu-i marginaliza pe ceilalți!



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea identifica consecințele marginalizării și importanța acceptării și a prieteniei.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Dispozitiv electronic (laptop, tv) cu conexiune la internet



Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste folosind videoclipul intitulat „Rățușca cea urâtă” disponibil la acest link: <https://www.youtube.com/watch?v=DTwjy65o2UE>



Cutiuța cu povești

Lucia și Liza urmăresc pe YouTube povestea „Rățușca cea urâtă”, de Hans Christian Andersen. Lucia și Liza urmăresc pe YouTube povestea „Rățușca cea urâtă”, de Hans Christian Andersen și o povestesc prietenilor lor și discută cu ei despre emoțiile și sentimentele rățuștei. Știi povestea asta? Ți-ar plăcea să o urmărești cu colegii tăi și apoi să discuți cu ei?



- Pornind de la această poveste, profesorul cere elevilor să reflecteze asupra următoarelor:
 1. Cum au numit-o celelalte animale pe Rățușca cea Urâtă?
 2. Cum se simte Rățușca cea Urâtă? (tristă, singură, respinsă)
 3. De ce ar râde cineva de oamenii care arată diferit de ei?
 4. Modul în care cineva arată la exterior determină cine este?
 5. Rățușca are prieteni?
 6. Credeți că există suficient spațiu pentru ca lebedele și rațele să poată înota în același iaz?
 7. Credeți că o lebedă ar trebui să se concentreze mai mult asupra modului de a fi cea mai bună lebedă, fără a judeca rațele?
 8. V-ați simțit vreodată ca Rățușca cea Urâtă? Cum a fost pentru voi?
- Profesorul discută despre marginalizare, toleranță și prietenie.
 1. Profesorul întreabă elevii sensul cuvintelor „marginalizare” și „toleranță”
 2. Profesorul discută consecințele marginalizării și modalitățile de a o combate în cadrul grupurilor. Profesorul poate întreba elevii: „Ce am putea face pentru a ajuta un prieten marginalizat?”
- 3. Profesorul le cere elevilor să dea un exemplu sau să spună o poveste despre toleranță și să-și reprezinte o imagine despre conceptul discutat.

Graficul de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot explica consecințele marginalizării.
2. Elevii înțeleg ce este toleranța și de ce este importantă.
3. Elevii învață să trateze colegii cu respect.

- Profesorul explică obiectivul activității care este acela de a înțelege toleranța și consecințele marginalizării. Profesorul explică că este important să apreciem fiecare persoană pentru ceea ce este, prin unicitate și originalitate.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Limbă și comunicare, puteți susține toleranța și prietenia prin utilizarea poveștilor și prin îmbunătățirea vocabularului elevilor cu privire la marginalizare, discriminare, toleranță și prietenie.

La Desen, puteți cere elevilor să pregătească un poster referitor la toleranță și prietenie.



Alte resurse:

Cărți:

- Little blue and little yellow, de Leo Lionni

Videoclipuri:

- Respect. Acest videoclip vorbește despre colegii de clasă care discută despre importanța unui comportament adecvat și a respectului față de ceilalți.
<https://www.youtube.com/watch?v=k-6ws8LZECU>
- Ce face un bun prieten?
https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=avHdx18pi_U
- Sesame Street: Let's be friends. Acest videoclip este un musical care vorbește despre cum să devii prieten cu ceilalți și despre cum este o prietenie.
https://www.youtube.com/watch?v=BQBY_li1Ypc#action=share

Obiectivul 2: Dezvoltarea abilității de a crea, menține și repara prietenii

Activitatea 1: Cercul de Prieteni



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea iniția relații de prietenie vorbind despre ei înșiși și ascultându-i pe ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Cartonașe cu sfaturi pentru discuție (mâncarea preferată, animale de companie pe care le ai, desene animate preferate, animale care îți plac, culoare preferată, luna în care sărbătorești ziua ta de naștere, jocul preferat, povestea preferată, activitate preferată); un microfon (jucărie); 3 cartonașe (1 - unele; 2 - toate; 3 - niciuna) -



Etapile activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Hong și John sunt obișnuiți să se joace împreună. Locuiesc în același cartier și se întâlnesc de obicei la locul de joacă. Își împart jucăriile și își așteaptă rândul să se dea în leagăn. Într-o zi, John o întâlnește pe Sofija, prietena lui de la grădiniță. Când Hong ajunge la locul de joacă, John îi spune: „Nu mai vreau să fiu prietenul tău. Ești mai puțin amuzantă decât Sofija. Acum Sofija este cea mai bună prietenă”. Hong este supărată și plânge.



- Profesorul discută cu elevii adresându-le următoarele întrebări:
 1. Ce s-a întâmplat în această poveste?
 2. De ce crezi că John nu a mai vrut să se joace cu Hong?
 3. Ce crezi că ar putea face John diferit ?
- Profesorul poate pune trei copii să se comporte ca Hong, John și Sofija, folosind tehnica jocului de rol.
- Profesorul poartă o scurtă discuție despre ceea ce fac de obicei prietenii.
- Profesorul anunță copiii că vor juca un joc numit „Cine este prietenul meu”, astfel încât fiecare copil să vorbească despre sine și să îi asculte cu atenție pe alții pentru a afla asemănările dintre ei.
- Copiii stau în cerc (cercul prieteniei) și vor avea în centrul cercului cartonașe cu sfaturi pentru discuție. Muzica va cânta, iar copiii vor pasa microfonul unul altuia. Când muzica se oprește, copilul care are microfonul alege un cartonaș și vorbește despre el însuși în funcție de subiectul sugerat în cartonaș (culoarea preferată: Culoarea mea preferată este roșu.) Apoi, copilul

întreabă restul clasei: Cui îi place mai mult culoarea roșie? Profesorul ar putea explora ideea întrebându-i pe elevi de ce le place culoarea respectivă. Copiii ar putea observa că au lucruri comune de împărtășit cu ceilalți. Fiecare copil va alege într-unul sau două rânduri un cartonaș, răspunzând și văzând cine împărtășește aceeași preferință.

- Profesorul va lăuda abilitățile de participare și comunicare ale copiilor (acordarea atenției, exprimarea, povestirea despre ei înșiși, ascultarea prietenilor)
- A doua parte a jocului constă în împărțirea grupului în perechi. Fiecare pereche va primi trei cartonașe (niciuna, unele, toate). Ei ridică cartonașele folosite în partea anterioară a jocului și le sortează în funcție de preferințele membrilor grupului, indicând acele lucruri care nu plac nimănui, unora le plac și tuturor le place (de exemplu: unui copil îi place roșu, celuilalt îi place verde, apoi asociază această preferință cu cartonașul denumit unele).
- La sfârșitul activității, toți copiii care stau în cerc pot vorbi despre ceea ce au aflat despre colegii lor în timpul activității. Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a iniția prietenia prin auto-exprimare și ascultare.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot vorbi despre ei înșiși.
2. Elevii pot asculta un alt coleg vorbind despre sine.
3. Elevii pot împărtăși interese comune.
4. Elevii își pot aștepta rândul, pentru a cunoaște preferințele celuilalt.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a dezvolta prietenia exprimându-se. Profesorul explică faptul că unii copii pot avea dificultăți în a-și face prieteni atunci când sunt mai puțin conștienți de simpatiile și de antipatiile celorlalți.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate ?

La Limbă și comunicare, puteți susține prietenia citind și discutând povești despre prieteni și despre modul în care se construiesc relațiile de prietenie.

La Științe, puteți susține prietenia prin gruparea copiilor în funcție de interesele lor comune.



Alte resurse:

Cărți:

- How to Be a Friend: un ghid pentru crearea de prieteni și păstrarea lor (Dino Life Guides for Families), Brown & Brown (2002)
- Alice's Adventures in Wonderland, Lewis Carroll

Filme:

- Finding Nemo, scrisă și regizată de Andrew Stanton, produsă de Pixar Animation Studio, este o poveste despre Nemo, un tânăr pește clovn care trăiește cu tatăl său Marlin, dar dornic să exploreze viața din jurul oceanului. Dory, un pește albastru care are pierderi de memorie, îl însoțește în diferite aventuri și devin prieteni foarte apropiați.
- Thomas & Friends. Regizat de David Stoten (2015-2017). Aceste videoclipuri urmăresc aventurile unui grup de prieteni de locomotive și vehicule rutiere antropomorfizate care locuiesc pe insula fictivă Sodor.

Activitatea 2: Prietenul la nevoie se cunoaște



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea recunoaște valoarea prieteniei în viața lor.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Pagină goală (A4), creion, stilou sau creion colorat, frânghie sau covor, minge



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Jamal și João sunt foarte buni prieteni. Ei petrec mult timp împreună jucându-se, plimbându-se prin parc sau pur și simplu vorbind. De asemenea, sunt în aceeași clasă la școală. Uneori își petrec timpul împreună făcându-și temele sau împărțind sarcini comune într-o activitate de grup. Ei au încredere unul în celălalt și se bucură de timpul lor petrecut împreună. Părinții lor sunt fericiți de prietenia lor.

Într-o zi, la școală, au făcut un test foarte important. Ar fi trebuit să aibă propriul caiet pentru a scrie răspunsurile. Jamal și-a uitat caietul acasă și era disperat pentru că nu-și putea face testul.

João a observat grijile prietenului său și a încercat mai întâi să-l calmeze, așa că îi împrumută un caiet de rezervă. Jamal a fost ușurat și amândoi au fost fericiți.



- Profesorul cere elevilor să reflecteze individual la următoarele întrebări:
 1. Ai experimentat vreodată ceva similar cu Jamal sau João?
 2. Ce ai făcut?
 3. Ce părere ai despre comportamentul lui João?
 4. Ce alte lucruri ai putea face?
 5. Ce înseamnă prietenia?
- Profesorul poate propune un joc de spargere a gheții - „În aceeași parte a drumului”. Elevii stau în picioare în aceeași parte; există o linie (imaginară sau doar o frânghie sau o margine a covorului); elevii vor trece dacă răspund cu DA la următoarele întrebări: Cineva care are o pisică; Cineva care a vizitat o țară străină; Cineva care a vizitat trei țări străine; Cineva căruia îi place ciocolata; Cineva care iubește călătoriile; Cineva căruia îi place să aibă grijă de natură; Cineva care iubește matematica; etc. Elevii vor trece și se vor întoarce în funcție de alegerile lor, în funcție de situația lor specifică. Ei pot vedea că sunt pe aceeași parte a drumului cu oameni diferiți din contexte diferite. Ei pot observa că împărtășesc același teren cu ceilalți.
- Profesorul va purta o discuție despre lucrurile pe care oamenii le au în comun și despre modul în care acestea ar putea contribui la dezvoltarea și menținerea prieteniei.
- Următoarea activitate: „JOCUL OK și jocul care nu este OK”. Copiii stau în cerc și își pasează câte o minge, în timp ce muzica se aude. Când muzica se oprește, elevul care are mingea ar trebui să primească o propoziție și să-și spună părerea despre aceasta. Afirmatiile ar putea fi

astfel: Împărțirea unei mingi; A lua lucrurile cuiva; A împinge pe cineva; Jucatul împreună; Plânsul când ești trist; A striga la cineva; Lovirea unei mingi; Ajutarea cuiva; Aruncarea lucrurilor; Lovirea cuiva; Joaca singur; Discuția despre o problemă. Profesorul ar putea adăuga orice propoziție în funcție de specificul clasei. Elevul ar trebui să analizeze comportamentul legat de o relație de prietenie și să stabilească dacă este un comportament OK sau nu.

- Următoarea activitate se numește „MÂINI AJUTĂTOARE”. Fiecare elev va avea o bucată de hârtie goală (A4) și va desena conturul propriei mâini. Pe fiecare deget va scrie o acțiune pe care o va face pentru a ajuta un prieten astăzi. Elevii vor lucra în grupuri de câte patru.
- Profesorul va purta o discuție despre prieteni și prietenie.
 1. Poți spune numele unui prieten?
 2. Ce vă place să faceți împreună?
 3. Ai ajutat vreodată un prieten la ceva? Ce ai făcut?
 4. Ai avut vreodată ajutor de la un prieten? Ce a făcut prietenul tău pentru tine?
 5. Cum te-ai simțit când i-ai ajutat pe ceilalți?
 6. Cum te simți când ai primit ajutor de la ceilalți?
 7. De ce este importantă prietenia pentru noi?
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua abilitățile elevilor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot spune ce fac prietenii și de ce sunt importanți.
2. Elevii pot reflecta și vorbi despre sentimentele lor în cadrul unei relații de prietenie.

- Profesorul explică obiectivul activității care constă în dezvoltarea abilităților necesare pentru inițierea și menținerea prieteniei.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La literatură, puteți promova prietenia cerându-le elevilor să scrie un dialog între două personaje care erau prietene; sau pentru a descrie o relație de prietenie pe care au întâlnit-o în timp ce citeau literatură.

La Științe Sociale puteți promova prietenia, cerându-le elevilor să-și împărtășească opinia despre relațiile strânse/ pozitive, cerându-le să identifice beneficiile unei prietenii; cerându-le să facă un eseu liber cu tema Prietenia în viața mea.



Alte resurse:

Cărți:

- Charlotte's Web, White, E. B. (1952)
- Wonder, Palacio, R. J. (2012)
- Bridge of Terabithia, Peterson, Katherine. (2003).

Filme/ Videoclipuri:

- Charlotte's Web, spune povestea unui porc numit Wilbur și a prieteniei sale cu un păianjen de hambar, Charlotte. Când Wilbur riscă să fie ucis de fermier, Charlotte scrie mesaje pentru a-l salva.

<https://www.youtube.com/watch?v=zS3qOr0zAJg>

- Wonder, în regia lui Stephen Chbosky, spune povestea lui "Auggie" Pullman, un băiat cu o afecțiune medicală, cu fața desfigurată. Experimentând situația de bullying la școală, el descoperă valoarea unui prieten care îl protejează.
- Friendship. Acest videoclip este despre un tată și fiul său care dezvoltă o relație strânsă cu un animal de la fermă.

<https://www.youtube.com/watch?v=SJnDXCg91KM>

Obiectivul 3: Dezvoltarea abilității de a dezvolta strategii eficiente de gestionare a comunicării și asertivității

Activitatea 1: Jocul complimentelor



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea folosi comunicarea asertivă în relațiile lor.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale



Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

João și Borna sunt prieteni și merg la aceeași grădiniță. În timpul zilei se joacă împreună. Într-o zi, João a ieșit afară purtând un tricou verde și galben foarte frumos. Borna a fost impresionat de tricou și a spus: „Ce tricou superb ai, João! Îmi place acea culoare! Îmi amintește de echipa braziliană de fotbal! “. João se simțea jenat pentru că nu știa că verde și galben erau culorile Braziliei. Borna a spus un pic jenat: „Îmi pare rău, dar este în regulă! De asemenea, nu știu nici culorile Portugaliei.



- Profesorul discută cu elevii următoarele întrebări:
 1. Ce s-a întâmplat în această poveste?
 2. Știți de ce João s-a simțit jenat?
 3. De ce credeți că și Borna s-a simțit jenat?
 4. Ați experimentat vreodată o situație similară, în care ați fost jenați după ce s-a spus ceva despre voi?
- Joc de rol: Profesorul pune doi copii să se comporte ca Ana și Luca. Profesorul le spune copiilor că vor juca „Jocul Complimentelor”, astfel încât fiecare copil să ofere și să primească un compliment. Copiii stau în cerc. Unul dintre ei va sta în centrul cercului, iar ceilalți vor spune ceva frumos, un compliment pentru colegul din centru. Apoi se vor schimba și un alt copil va rămâne în mijloc și așa mai departe. Copilul din mijloc va spune „Mulțumesc” după fiecare compliment primit. Copiii sunt încurajați să fie sinceri și să privească în ochii colegilor cu care vorbesc.
- Odată ce jocul s-a terminat, profesorul poartă o discuție despre cum ne simțim atunci când transmitem și primim mesaje pozitive.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua capacitatea elevilor de a gestiona comunicarea și asertivitatea.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot comunica clar și trimite mesaje pozitive unui coleg.
2. Elevii pot asculta și primi un mesaj pozitiv de la un alt coleg.
3. Elevii își pot împărtăși gândurile.
4. Elevii pot să-și aștepte rândul, să privească în ochii celorlalți.

- Profesorul explică obiectivul activității care este utilizarea comunicării asertive. Profesorul poate ajuta elevii să transfere aceste abilități în contexte diferite din viața lor, gândindu-se la importanța comunicării într-un mod pozitiv și clar.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Limbă și comunicare, puteți susține comunicarea asertivă utilizând liste de mesaje frumoase pe care oamenii le-ar putea împărtăși.

La științe, puteți susține comunicarea afirmativă prin încurajarea unei comunicări cinste a faptelor științifice și prin încurajarea împărtășirii știrilor din lumea științifică.



Alte resurse:

Cărți:

- The Mouse, the Monster and Me: Assertiveness for Young People by Pat Palmer (2009)
- Alice's Adventures in Wonderland, de Lewis Carroll

Filme:

- Finding Nemo, scrisă și regizată de Andrew Stanton, produsă de Pixar Animation Studio, este o poveste despre Nemo, un tânăr pește clovn care trăiește cu tatăl său Marlin, dar dornic să exploreze viața din jurul oceanului. Dory, un pește albastru care are pierderi de memorie, îl însoțește în diferite aventuri și devin prieteni foarte apropiați.

Activitatea 2: Comunicare interpersonală



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să-și comunice propriile sentimente și idei folosind mesaje de tipul aserțiunii “EU”.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Stilou, creion, pagină goală (A4)



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Liza și Lucia sunt prietene bune și petrec mult timp împreună jucându-se sau doar vorbind. Într-o zi, Lucia a primit o vizită, o verișoară din străinătate. Din ziua aceea, Lucia părea să nu o mai vadă pe Liza. Liza s-a simțit respinsă și a devenit foarte tristă. A plâns mult. Nu a spus nimic. Doar a suferit.



- Profesorul cere elevilor să reflecteze individual la următoarele întrebări:
 1. Ai experimentat vreodată ceva similar cu Liza?
 2. Ce ai făcut?
 3. Ce părere ai despre comportamentul Lizei?
 4. Ce părere ai despre comportamentul Luciei?
 5. Ce putea face Liza, ca să nu mai sufere?
- Profesorul explică trei scenarii posibile:
 1. Comportamentul Lizei arată o atitudine pasivă și de aceea se simte tristă.
 2. Liza s-a enervat și a strigat Luciei. Aceasta înseamnă că atitudinea Lizei a fost agresivă.
 3. Liza ar putea fi sinceră și să-i spună Luciei ce simte cu adevărat.
- Profesorul explică beneficiile asertivității în comunicare și prezintă tehnica comunicării asertive: aserțiunea “EU”. Ce ar trebui să facă o persoană? Aserțiunea sau afirmația “EU” înseamnă că vă asumați responsabilitatea și controlul, nu învinuiți pe alții, vă explicați sentimentele, clarificați problema și prezentați opțiunile. Tehnica este explicată:
 1. Descrieți comportamentul care nu vă place, subliniați comportamentul despre persoana respectivă: *Când nu te mai joci cu mine...*
 2. Exprimă-ți propriile sentimente, ca o consecință a aceluia comportament: *mă simt ignorat și respins...*
 3. Descrieți consecințele comportamentului la nivel personal: *pentru că mi se pare că nu mai sunt merit...*

4. Opțiuni prezente: și aș vrea să găsim timp pentru a vorbi împreună.
Aserțiunea "EU": Există o problemă legată de.... Mă simt... pentru că... și mi-ar plăcea... (de ex. Există o problemă legată de a fi ales ultimul la jocul din pauză. Mă simt trist și disprețuit pentru că se pare că altora nu le place să se joace cu mine și aș dori să înțeleg de ce se întâmplă acest lucru).

- Profesorul roagă șase voluntari să joace următoarele scenarii:
 1. Atitudinea pasivă a Lizei
 2. Atitudinea agresivă a Lizei
 3. Atitudinea asertivă a Lizei

Restul clasei va privi cu atenție și observa diferențele.

- Profesorul va purta o discuție despre beneficiile comunicării asertive. Elevii vor fi rugați să scrie mesaje asertive, folosind aserțiunea "EU". Scenariile sunt:
 1. Colegul îți ia mâncarea din ghiozdan fără să întrebe. Ți-e foame.
 2. Tu și colegii ați stabilit să mergeți la cinema la o anumită dată și oră. Între timp aceștia schimbă ora și nu îți spun. Mergi acolo și aștepti. Ce faci?
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua abilitățile de comunicare asertivă ale elevilor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii își pot comunica opinia, credințele și valorile în cadrul grupurilor.
2. Elevii pot asculta și aprecia opiniile, credințele și valorile altora.
3. Elevii pot folosi aserțiunea "EU" pentru a vorbi despre propriile sentimente.
4. Elevii pot identifica consecințele unui comportament specific și pot oferi opțiuni.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a dezvolta abilități de comunicare asertivă, de a comunica propriile sentimente folosind aserțiunea "EU". Profesorul poate ajuta elevii să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor, gândindu-se la importanța comunicării asertive în propria lor viață.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate ?

La literatură, puteți susține o comunicare asertivă cerând elevilor să scrie un dialog folosind aserțiunea "EU".

La Științe Sociale puteți susține comunicarea asertivă cerând elevilor să reflecteze asupra drepturilor copiilor (ai dreptul să spui „nu”, ai dreptul să te răzgândești, ai dreptul de a greși, ai dreptul să-ți spui părerea, ai dreptul să simți emoții diferite (inclusiv furia) și să le exprimi în mod corespunzător, ai dreptul să fii tratat cu respect).



Alte resurse:

Cărți:

- Cool, Calm, and Confident: A Workbook to Help Kids Learn Assertiveness, de Lisa M Schab (2015)
- The On-Again, Off-Again Friend: Standing Up for Friend de Wiley Blevins, R W Alley

Videoclipuri:

- Exemple de asertivitate. Acest videoclip prezintă diferite părți ale filmelor unde este posibil să observați diferite moduri de comunicare.

<https://www.youtube.com/watch?v=FFjGGZecO04>

Obiectivul 4: Dezvoltarea abilității de a gestiona pozitiv dezacordul și de a rezolva conflictul cu ceilalți

Activitatea 1: Aceeași situație, reacții diferite



Rezultat La sfârșitul activității, elevii vor putea găsi soluții pentru rezolvarea conflictelor, folosind cooperarea.



Grup țintă Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel De bază



Materiale Situații problemă, marionete



Etapetele activității

- Profesorul prezintă situații problemă folosind marionete.



Cutiuța cu povești

Prima situație problemă

Jamal și Sofija se joacă împreună.

Jamal smulge o jucărie din mâna Sofije.

Sofija: Dă-mi jucăria înapoi!

Jamal: Nu ți-o dau. Este a mea!

Sofija: Nu, e a mea!

Jamal o împinge pe Sofija.

Scenariu alternativ pentru prima situație problemă

Jamal și Sofija se joacă împreună. Jamal smulge o jucărie din mâna Sofije.

Sofija: Te rog să-mi dai jucăria.

Jamal: Nu ți-o voi da. Este a mea!

Sofija: O să mă joc cu Ana. Ea nu ia jucăriile altora.



A doua situație problemă

Luca râde de Ana pentru că nu desenează foarte bine.

Luca: Uite cât de urât este desenele tău!

Ana: Nu este adevărat.

Luca: Desenul meu e mai frumos.

Ana rupe desenul lui Luca.

Scenariu alternativ pentru a doua situație problemă

Luca râde de Ana pentru că desenul ei este urât.

Luca: Uite ce urât ai desenat!

Ana: Nu este adevărat.

Luca: Desenul meu este mai frumos!

Ana: Desenăm ceva împreună?

Luca: Da, să desenăm un castel. Îți voi arăta cum să îl faci.

- După ce s-au prezentat situațiile anterioare, profesorul le cere elevilor să identifice reacțiile emoționale ale personajelor:
 1. Cum s-a simțit Sofija când Jamal i-a smuls jucăria?
 2. Cum s-a simțit Ana când Luca a râs de desenul ei?
- Profesorul identifică cu elevii situațiile în care personajele au răspuns corespunzător. („Când crezi că s-a descurcat bine Sofija/ Ana?”). Profesorul nu impune copiilor alegerea corectă, ci mai degrabă îi ajută pe copii cu sugestii să obțină răspunsul corect.
- Profesorul grupează copiii în grupe de 2. Ei efectuează prin joc de rol răspunsurile adecvate pentru fiecare dintre situațiile propuse. Ei interpretează fiecare rol folosind marionete. În cele din urmă, fiecare grup de 2 merge în fața întregii clase și interpretează una dintre situațiile propuse.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua copiii. Profesorul evaluează capacitatea copiilor de a identifica răspunsurile emoționale în situații conflictuale, de a diferenția între răspunsurile adecvate sau inadecvate și de a exercita comportamente adecvate în gestionarea conflictelor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii își pot comunica părerea într-un grup.
2. Copiii pot asculta și aprecia opiniile altora.
3. Copiii pot identifica răspunsuri emoționale în situații conflictuale.
4. Copiii pot face diferența dintre răspunsurile adecvate sau inadecvate.
5. Copiii pot folosi comportamente adecvate în gestionarea conflictelor.

- Profesorul explică scopul activității, cel de a reflecta la modul de gestionare a conflictelor și a situațiilor problemă. Profesorul îi poate ajuta pe copii să transfere aceste abilități în contexte diferite din viața lor, gândindu-se la importanța identificării emoțiilor în anumite situații conflictuale, la gestionarea răspunsurilor și comportamentelor, la dezvoltarea abilităților pentru a găsi soluții eficiente și adecvate pentru situații problemă.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Limbă și comunicare, puteți integra discuții despre gestionarea conflictelor și alternative pentru a răspunde la situații problemă citind povești sau vizionând filme cu personaje iubite de copii. Puteți pune întrebări oferindu-le copiilor oportunitatea de a reflecta asupra diversității reacțiilor. De exemplu, "Dacă ai fi prințesă, ce ai face dacă un coleg ți-ar lua jucăria?" sau „Dacă ai fi un vrăjitor înțelept, ce ai face dacă un coleg ar râde de tine?”

La Om și Societate, puteți aborda problema gestionării conflictelor prin discuții în care copiii împărtășesc experiențe personale. Astfel, vor avea ocazia să reflecteze asupra diversității situațiilor și răspunsurilor, fiind încurajați în același timp să găsească modele de comportament alternative și eficiente.



Alte resurse:

Cărți:

- The story of The Three Little Pigs. Basn repovestit de Flora Annie Steel (1922)
- The Ugly Duckling, de Hans Christian Andersen (1843)

Filme/ Videoclipuri:

- Thomas & Friends. Regizat de David Stoten (2015-2017). Aceste videoclipuri urmăresc aventurile unui grup de prieteni de locomotive și vehicule rutiere antropomorfizate care locuiesc pe insula fictivă Sodor.

- Getting along with others. Acest videoclip este despre un copil care suferă consecințele de a-și pune întotdeauna nevoile și dorințele pe primul loc și de a nu face față dezacordului. Apoi învață și își schimbă comportamentul cu ajutorul bunicii sale.

<https://www.youtube.com/watch?v=Te6ftlq9tDA>

Activitatea 2: Roata soluțiilor



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea identifica o problemă dintr-o situație descrisă, pentru a exersa perspectiva celorlalți, pentru a identifica alternative adecvate de comportament verbal și nonverbal și pentru a exersa alternative comportamentale.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Fișe de lucru, creion sau stilou.



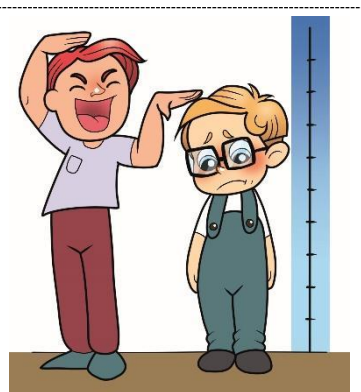
Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea situație:

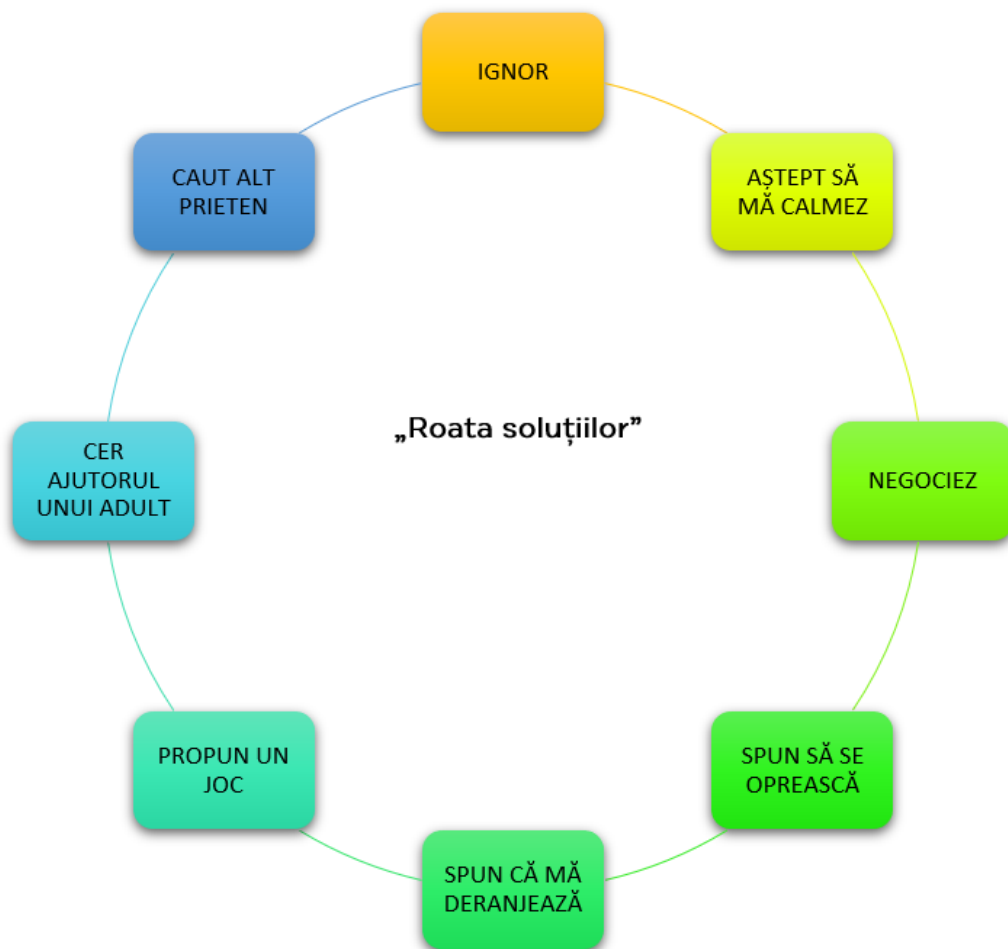


Cutiuța cu povești

Luca este mai scund decât ceilalți copii din clasă. Colegii săi râd de el și ori de câte ori îl văd, strigă „Uite, piticul a venit la școală!”



- Profesorul le cere elevilor să reflecteze individual la următoarele întrebări:
 1. Cum te-ai simți dacă ai fi în locul lui Luca?
 2. Ce crezi că este greșit în comportamentul colegilor lui Luca?
 3. Cum te-ai fi comportat?
- Profesorul le explică elevilor că orice situație conflictuală poate fi rezolvată prin diverse alternative. Profesorul prezintă și explică „Roata soluțiilor”. Copiii sunt rugați să găsească răspunsuri la întrebarea „Cum te-ai comporta în locul lui Luca?”, folosind „Roata soluțiilor”.
- Profesorul împarte elevii în grupuri și împarte fișa de lucru „Roata soluțiilor”. Pentru situațiile descrise, profesorul le cere elevilor să identifice care este problema; cum s-ar simți dacă s-ar afla în acea situație și cum ar rezolva-o. Apoi, profesorul le cere elevilor să identifice cel puțin o soluție pentru fiecare exemplu și pentru asta vor folosi „Roata soluțiilor”.



FIȘA DE LUCRU - „Roata soluțiilor”		
SITUAȚII	Întrebări	Răspunsuri
Ana a luat pălăria lui John și a aruncat-o. Atunci Sofia a călcat intenționat pălăria lui John.	Cum te-ai simți dacă ai fi în locul lui John?	
	Ce crezi că este greșit în comportamentul Anei? Dar al Sofiei?	
	Cum te-ai comporta în locul lui John?	
Luca vine cu o motocicletă de jucărie la școală. John vrea să se joace cu jucăria, iar el îl împinge pe Luca spunând: „Dacă nu îmi dai motocicleta de jucărie, te voi bate”.	Cum te-ai simți dacă ai fi în locul lui Luca?	
	Ce crezi că este greșit în comportamentul lui John?	
	Cum te-ai comporta în locul lui Luca?	

- Profesorul poate acorda elevilor 15 minute pentru a lucra în grupuri, apoi invită un reprezentant al fiecărui grup să prezinte soluțiile pe care le-au identificat.
- Profesorul poate utiliza graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua abilitățile elevilor de gestionare a conflictelor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot identifica problema din situații.
2. Elevii pot exersa perspectivele altora în situația descrisă.
3. Elevii pot identifica alternativele adecvate folosind roata soluțiilor
4. Elevii pot exersa alternative comportamentale.

- Profesorul explică obiectivul activității care este dezvoltarea capacității de identificare a unei probleme, exersarea perspectivei celorlalți într-o situație și identificarea alternativelor adecvate de comportament verbal și nonverbal. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor, gândindu-se la importanța gestionării reacțiilor de furie și a rezolvării conflictelor în mod pașnic.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La literatură, puteți susține abilități responsabile de gestionare a conflictelor, cerându-le elevilor să scrie despre o experiență de viață în care au experimentat un conflict. Puteți cere să reflecteze asupra propriilor atitudini, reacții și comportamente și asupra impactului acestora asupra celorlalți.

La Educație civică, puteți cere elevilor să discute situații conflictuale pe care le-au văzut la alții și cum pot aplica diverse soluții pentru rezolvarea conflictelor.



Alte resurse:

Cărți:

- The Ugly Duckling de Hans Christian Andersen (1843)
- Thomas & Friends. Regizat de David Stoten (2015-2017). Aceste videoclipuri urmăresc aventurile unui grup de prieteni de locomotive și vehicule rutiere antropomorfizate care locuiesc pe insula fictivă Sodor.

Videoclipuri:

- Rezolvarea conflictului. În acest videoclip, două personaje vorbesc despre soluționarea conflictelor și despre modalitățile de abordare a acestuia.
<https://www.youtube.com/watch?v=EABFiCZJy8>
- Kelso's Choice in Action- Rezolvarea conflictelor pentru copii. În acest videoclip sunt prezentate diferențele dintre problemele mari și cele mici și modul de abordare a acestora.
<https://www.youtube.com/watch?v=yBRWZef6oks>

Obiectivul 5: Dezvoltarea abilității de a cere și oferi ajutor

Activitatea 1: S.O.S, am nevoie de ajutorul tău!



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor învăța cum pot cere ajutorul. De asemenea, ei vor putea exersa abilitatea și generaliza utilizarea acesteia în diferite locuri și cu persoane diferite.



Grup țintă	Copii cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani
Nivel	De bază
Materiale	Tablă
Etapele activității	

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste. Textul poveștii conține între paranteze câteva sfaturi pentru ca profesorul să înțeleagă și să explice mai bine scopurile activității elevilor.



Cutiuța cu povești

*John îi vede pe ceilalți prieteni jucându-se împreună și crede că vrea să se joace.
John: Este un joc foarte frumos. Pot lua cuburile să mă joc cu voi? (cere altora să se alăture jocului)*

Sofija: Da, desigur, vino cu noi.

John: Am nevoie de o mulțime de cuburi albe, dar îți voi da cuburile mari pentru a construi blocul. (oferă ajutor și împarte cuburile cu ei)

Jamal: Mă puteți ajuta să găsesc un semafor?

John: Iată-!! L-am găsit! (oferă ajutor)

Jamal: Mulțumesc. (mulțumește pentru ajutor) Vreți să construim un pod împreună?

John: Da. Eu fac stâlpii podului și voi puneți piesele împreună. (Cooperează și stabilește rolul fiecăruia).



- Pornind de la acest scenariu, profesorul le cere elevilor să reflecte la următoarele:
 1. Descrieți ce s-a întâmplat în poveste;
 2. Descrieți caracteristicile fiecărui personaj implicat. Puteți folosi următoarele întrebări pentru elevii dvs.: Ce vrea John să facă? Dar Sofija și Jamal? Cum se comportă fiecare personaj atunci când are nevoie de ceva? Cum cer ajutor?
 3. Identificați alte comportamente similare întâlnite la școală. Puteți folosi următoarea întrebare pentru elevii dvs.: Cum solicitați ajutor atunci când aveți nevoie de el?
- Profesorul le cere copiilor să identifice lucrurile pe care le pot finaliza fără ajutor și lucrurile pentru care au nevoie de ajutor. Răspunsurile pentru lucrurile pe care le pot face fără ajutor pot include jocuri video, pregătirea patului etc. Răspunsurile pentru lucrurile unde au nevoie de ajutor pot include utilizarea computerului, spălarea vaselor, călcarea hainelor etc.
- Profesorul discută cu copiii cum au învățat să facă lucrurile fără ajutor și cine i-a ajutat atunci când au avut nevoie de asistență. După acea discuție, profesorul îi întreabă pe copii:
 1. Cum decideți sau nu să cereți ajutor?
 2. Cui îi cereți ajutor?
 3. Cum puteți crește șansele de a obține ajutorul de care aveți nevoie?

- Profesorul oferă elevilor pași comportamentali pentru abilitatea „de a solicita ajutor”. Pașii pot fi afișați pe un panou de anunțuri.

Pași comportamentali pentru abilitatea de „A solicita ajutor”

1. Privește persoana;
2. Întreabă persoana dacă are timp să te ajute;
3. Explică clar tipul de ajutor de care ai nevoie;
4. Mulțumește-i persoanei pentru ajutor.

- Profesorul cere elevilor să ofere motive pentru care consideră că ar putea fi important să ceară ajutor folosind acești pași. Iată câteva exemple de motive de utilizat în cazul în care elevii au dificultăți de gândire pe cont propriu:
 1. Oamenii ar putea fi mai dispuși să vă ajute atunci când întrebați folosind acești pași;
 2. Persoana pe care o întrebați va înțelege exact ceea ce aveți nevoie și vă poate ajuta mai repede.
- Profesorul grupează copiii în grupe de 2 și le spune elevilor să ceară ceva de la partenerul lor folosind pașii învățați. De asemenea, vor schimba rolul. Apoi împărtășesc cum s-au simțit în fiecare situație.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua copiii. Profesorul evaluează capacitatea copiilor de a exersa cerând ajutor, de a oferi ajutorul și de a generaliza utilizarea acestei abilități în diferite locuri și la persoane diferite.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii își pot comunica opinia în cadrul grupurilor.
2. Copiii pot asculta și aprecia opiniile altora.
3. Copiii pot cere ajutor și oferi ajutor într-un mod adecvat.
4. Copiii pot exersa comportamente adecvate în diferite situații.

- Profesorul explică scopul activității care reflectă modul de a cere și de a oferi ajutor într-un mod adecvat.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Limbă și comunicare, folosind un personaj dintr-o poveste cu care elevii sunt familiarizați (de ex. Pinocchio), cereți elevilor să denumească un moment din poveste când personajul ar fi putut cere ajutor și nu a făcut-o. Rugați elevii să schimbe finalul poveștii pentru a arăta ce s-ar fi întâmplat dacă personajul ar fi cerut ajutor.

La Științe, în timpul unui experiment științific cu mai multe părți, puteți face ca fiecare grup să conducă o parte diferită a experimentului și să le spuneți elevilor să solicite ajutor de la alte grupuri pentru a finaliza activitatea de laborator. Puteți trece în revistă etapele abilității, puteți discuta de ce este important să folosiți abilitatea și să exersați atunci când este posibil.



Alte resurse:

Cărți:

- The Adventures of Pinocchio, scris de Carlo Collodi
- The Recess Queen scris de Alexis O’Neill și Laura Huliska-Beith
- The Juice Box Bully scris de Bob Sornson și Maria Dismondy
- Videoclipuri:
- Asking for help. Acest videoclip este despre un elev care spune cum se cere ajutor.

https://www.youtube.com/watch?v=pL_OwrsXmNA

- Ask politely. Acest videoclip este despre un copil care își dorește un balon și nu are cel mai bun comportament pentru a-l cere, iar prietenii lui îi spun cel mai bun mod de a-l cere.

<https://www.youtube.com/watch?v=9Y62VXBL44w>

Activitatea 2: Micii detectivi



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea identifica principalele caracteristici ale comportamentelor de intimidare/ agresiune, să facă diferența între rolurile de agresor, victimă și observator, să identifice consecințele inacțiunii observatorului pentru a încuraja comportamentele de intimidare. De asemenea, vor putea să înțeleagă cât de important este ajutorul în aceste situații. Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Grup țintă



Nivel

Avansat



Materiale

Fișă de lucru



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea situație:



Cutiuța cu povești

Situația are loc în holul unei școli. Sunt prezente mai multe grupuri de elevi. Este prima pauză și o gașcă de prieteni se plimbă pe holul școlii. Din partea opusă, Hong apare cu sandvișul în mână. Un băiat a exclamat: „Uite cine vine! Ochii de migdale! Uită-te la ea, să vedem ce mănâncă...”

Hong se oprește și băiatul se apropie de ea. Îi ia sandvișul și începe să-l mănânce. În jurul lor, restul copiilor par să nu observe ce se întâmplă.



- Pornind de la acest scenariu, profesorul cere elevilor să reflecteze la următoarele:
 1. Descrieți situația: ce s-a întâmplat?;
 2. Descrieți caracteristicile fiecărui personaj implicat: agresorul (porecle, amenințări, îi ia sandwich-ul colegei sale, se simte puternic pentru că își umilește colega); victima (este neajutorată, se teme, nu are încredere în colegii ei pentru că nu au ajutat-o, se simte tristă), martorii (nu iau atitudine, refuză să se implice, preferă să se prefacă că nu au văzut, se simt vinovați față de colega lor);
 3. Identifică alte comportamente similare pe care le-ai putea întâlni la școală.
 4. Cum ar putea victima să facă față acestei situații? Și martorii? Ce ar fi putut face?
 - Profesorul propune o discuție cu privire la următoarele situații care sunt analizate comparativ:
 1. A râde de modul în care cineva arată sau de a spune cuiva că o haină nu i se potrivește bine;
 2. A lovi pe cineva în hol din greșeală vs. a lovi pe cineva ori de câte ori treci pe lângă el/ ea;
 3. A evita un coleg când se apropie în timpul unei pauze vs. să spui că nu vrei să te joci cu el/ ea pentru că nu știe să se comporte.

- Profesorul împarte clasa în grupuri și solicită fiecărui grup să joace rolul uneia dintre situațiile anterioare, la care trebuie să adauge o modalitate de a oferi ajutor pentru a face față acesteia. După jocul de rol, clasa discută despre opțiunea aleasă de grup.
- Profesorul, în timpul discuției, pune accentul pe caracterul intenționat, în mod repetat și pe dorința agresorului de a obține controlul asupra celuilalt.
- Profesorul discută cu elevii de ce martorii acestor incidente refuză să se implice în astfel de situații. Se subliniază faptul că o reacție de frică este firească, dar este important să știm că agresorii își pierd curajul atunci când ceilalți elevi își apără colegii.
- Profesorul poate utiliza diagrama de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și evalua abilitățile de gestionare a conflictelor de către elevi.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii își pot comunica opinia, convingerile și valorile în cadrul grupurilor.
2. Elevii pot asculta și aprecia opiniile, credințele și valorile altora.
3. Elevii pot identifica principalele caracteristici ale comportamentelor de intimidare/ agresiune.
4. Elevii pot face diferența între rolurile de agresor, victimă și observator.
5. Elevii pot identifica consecințele inacțiunii observatorului pentru a încuraja comportamentele de intimidare.
6. Elevii pot oferi ajutor și se pot implica atunci când alți colegi au nevoie.

- Profesorul îi face pe elevi conștienți de faptul că martorii la situații de intimidare joacă cel mai important rol în intervenția în astfel de condiții. Grupul dezaprobării trimite un mesaj de sancțiune socială împotriva celor care intimidează, ceea ce duce în timp la descurajarea acestor comportamente.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Științe puteți discuta despre comportamentele de ajutor pe care multe animale le au între ele, mai ales în situații de pericol.

La Istorie puteți da exemple de situații în care, în caz de pericol, ajutorul oferit este foarte important și uneori decisiv.



Alte resurse:

Cărți:

- Stick and Stone de Beth Ferry
- Stand Tall, Molly Lou Melon de Patty Lovell

Videoclipuri:

- The Meanest Girl in Second Grade. Acest videoclip este despre o fată care a fost cu adevărat răutăcioasă. Această poveste învață despre intimidare.

https://www.youtube.com/watch?v=QFWfFCmjH_s

- Film de scurt metraj animat împotriva agresiunii. Această poveste de animație spune cum se poate opri agresiunea.

<https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4>

Subiectul 1.5: Luarea de decizii responsabile

Capacitatea de a face alegeri constructive privind comportamentul personal și interacțiunile sociale bazate pe standarde etice, măsuri de siguranță și norme sociale. Evaluarea realistă a consecințelor, luând în considerare impactul asupra stării de bine personale și a celorlalți.

Obiective

1. Dezvoltarea abilității de a înțelege și respecta normele și regulile la școală, acasă, în societate
2. Dezvoltarea abilității de a face față problemelor etice aplicând procese de luare a deciziilor

Obiectivul 1: Dezvoltarea abilității de a înțelege și respecta normele și regulile la școală, acasă, în societate

Activitatea 1: Respectul are un efect pozitiv



Rezultat

La finalul activității, elevii vor înțelege ce înseamnă respectul și importanța respectului față de sine și față de ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Povestea „Gura mea este un vulcan”, de Julia Cook și Carrie Hartman” (sau o poveste similară), dispozitiv conectat la internet, pagină de colorat.



Etapetele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Arată acest lucru respect? De ce?/De ce nu?

1. Prima situație problemă

Jamal și Borna joacă fotbal. Echipa lui Borna câștigă. Jamal este atât de trist încât începe să plângă. Borna nu se poate bucura de victoria echipei sale.

• Scenariu alternativ:

Jamal și Borna joacă fotbal. Echipa lui Borna câștigă. Jamal îl felicită pe Borna și spune: „Foarte bun joc, Borna! Felicitări!” Borna este foarte fericit.

2. A doua situație problemă

Hong și Sofija se joacă împreună în curtea școlii. Sofija vede o fată care nu are cu cine să se joace. Nu îi pasă de fată și continuă să se joace cu Hong.

• Scenariu alternativ:

Hong și Sofija se joacă împreună în curtea școlii. Sofija vede o fată care nu are cu cine să se joace. Sofija spune: „Hong, uite, fata aia este singură, să-i cerem să vină să se joace cu noi”.

3. A treia situație problemă:



Ana este în clasă și o ascultă pe doamna Mary citind o poveste. Ana are o întrebare, așa că o întrerupe pe profesoară și începe să vorbească.

● **Scenariu alternativ:**

Ana este în clasă și o ascultă pe doamna Mary citind o poveste. Ana are o întrebare, așa că așteaptă până când profesoara termină povestea și apoi ridică mâna și spune: „Scuzați-mă, doamnă Mary, există ceva ce nu am înțeles în poveste.”

- Profesorul le cere copiilor să identifice comportamentele respectuoase și nerespectuoase în cele trei povești. Copiii vor reflecta asupra următoarelor întrebări: Arată acest lucru respect? De ce? De ce nu?
- Profesorul discută elemente legate de respect și relații.
- Profesorul pune câteva întrebări care dezvăluie modul în care respectul este important pentru a obține aprecierea celorlalți și pentru a menține prietenii lungi și pozitive.
- Profesorul poate citi povestea „My mouth is a volcano, de Julia Cook și Carrie Hartman”. Această poveste este despre un băiat care îi întrerupe pe ceilalți când vorbesc. Puteți găsi informații suplimentare despre povestea acestui videoclip intitulat „Gura mea este un vulcan” la acest link: <https://www.youtube.com/watch?v=v0g2TaG7Eac>. Dacă povestea nu este disponibilă, profesorul poate selecta o altă poveste similară). Profesorul le cere elevilor să răspundă la următoarele întrebări:
 1. Care sunt persoanele pe care Louis le întrerupe?
 2. Cum se simt persoanele atunci când sunt întrerupte?
 3. Ce ar fi putut face altfel?
- Profesorul discută bunele maniere și formulele pentru scuze.
- Profesorul le oferă copiilor o pagină de colorat din povestea „Gura mea este un vulcan”, de Julia Cook și Carrie Hartman.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot explica ce este respectul;
2. Elevii înțeleg de ce respectul este important pentru ei și pentru ceilalți;
3. Elevii învață să trateze prietenii și adulții cu respect;
4. Elevii înțeleg că pot lua decizia de a fi respectuoși, sau de a răni sentimentele altora.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a reflecta asupra abilității de a înțelege ce înseamnă respectul și importanța respectului pentru sine și pentru ceilalți.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Limbă și comunicare, puteți promova respectul folosind povești și îmbunătățind vocabularul privind respectul și politețea.

La Estetică și creativitate, puteți promova respectul oferindu-le elevilor pagini de colorat despre respect, cântând cântece despre respect sau jucând un rol într-un spectacol legat de respect.

Alte resurse:

Cărți:

- My mouth is a volcano, de Julia Cook și Carrie Hartman

Videoclipuri

- Puppet Show, Sesame Street: Respect. Acest videoclip este despre respect. <https://www.youtube.com/watch?v=GOzrAK4qOSo>
- Reguli școlare. Acest videoclip este despre reguli și importanța acestora. <https://www.youtube.com/watch?v=RyLzsQKfPB0>



Activitatea 2: Alegeri sănătoase



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea să gândească critic asupra consecințelor etice ale opiniilor, atitudinilor și comportamentelor lor și să ia decizii bazate pe considerente morale.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Dispozitive electronice conectate la internet



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

1. Prima situație problemă

John se află cu părinții săi într-un magazin alimentar. Ei aleg niște alimente pentru pachetul de prânz de la școală. John vrea să cumpere șuncă, pâine albă, ciocolată și biscuiți. Mama lui îi explică că este important să mănânce și legume și fructe la prânz și că nu ar trebui să cumpere prea multe dulciuri. El se enervează foarte tare și începe să plângă în magazin.

Scenariu alternativ

John se află cu părinții săi într-un magazin alimentar. Ei aleg niște alimente pentru pachetul de prânz de la școală. John vrea să cumpere șuncă, pâine albă, ciocolată și biscuiți. Mama lui îi explică că este important să mănânce și legume și fructe la prânz și că nu ar trebui să cumpere prea multe dulciuri. El își ascultă mama, îi înțelege părerea și acceptă să facă alegeri sănătoase. Deci, cumpără pâine integrală, piept de pui, roșii, banane și o ciocolată.



2. A doua situație problemă

Luca trebuie să aducă la școală câteva gustări pentru un eveniment școlar. Luca vrea ca părinții săi să aducă chipsuri, pizza și Coca-Cola. Tatăl său încearcă să-l convingă pe Luca că ar trebui să aducă ceva mai sănătos, precum o plăcintă cu legume pregătită de mama sa, fructe și apă. Luca crede că colegii săi nu vor mânca plăcinta cu legume și își vor bate joc de el. El decide să cumpere singur niște chipsuri și Coca-Cola.

Scenariu alternativ

Luca trebuie să aducă la școală câteva gustări pentru un eveniment școlar. Luca vrea ca părinții săi să aducă chipsuri, pizza și Coca-Cola. Tatăl său încearcă să-l convingă pe Luca că ar trebui să aducă ceva mai sănătos, precum o plăcintă cu legume

pregătită de mama sa, fructe și apă. Luca crede că este important ca și colegii să mănânce alimente sănătoase și el este de acord cu părinții săi.

3. A treia situație problemă

Liza vine acasă de la școală și mama ei îi spune că prânzul este gata în 15 minute. Deoarece îi este foarte foame, decide să mănânce niște ciocolată pe care o are în camera ei. A avut dureri de stomac.

Scenariu alternativ

Liza vine acasă de la școală și mama ei îi spune că prânzul este gata în 15 minute. Liza merge la bucătărie și o ajută pe mama ei să termine prânzul. Știe că, dacă mănâncă ceva dulce înainte de prânz, va avea dureri de stomac.

- Se discută despre modul în care alegerile pe care le facem ne afectează sănătatea.
- Profesorul discută cele trei situații problemă și cere elevilor să identifice situațiile în care copiii au luat decizii responsabile și să discute consecințele pe termen lung ale acestor decizii asupra sănătății lor.
- Profesorul le cere copiilor să ofere alte exemple de alegeri sănătoase.
- Profesorul cere elevilor să reflecteze la următoarele întrebări:
 1. Care sunt produsele tale preferate de mâncat/ băut?
 2. Cum te simți când mănânci/ bei prea mult?
 3. Când mănânci, de obicei ți-e foame?
 4. Ce se întâmplă când mănânci prea multe dulciuri?
 5. Ce se întâmplă când nu mănânci legume și fructe?
- Profesorul le cere copiilor să vizioneze pe YouTube următorul videoclip intitulat „Piramida alimentară” disponibil la acest link: <https://www.youtube.com/watch?v=0KbA8pFW3tg>
- Pe baza acestui videoclip, profesorul cere elevilor să reflecteze asupra următoarelor aspecte:
 1. Câte grupe de alimente există în Piramida Alimentară?
 2. Ce cantitate din fiecare grupă ar trebui să mănânci?
 3. Ce grupă alimentară servește ca bază a piramidei?
 4. Ce grupe de alimente din piramidă îți plac mai mult?
 5. De ce grupă alimentară ai cel mai mult nevoie?
 6. Crezi că ai o dietă sănătoasă? De ce sau de ce nu?
 7. Ce fel de alimente care sunt considerate sănătoase îți place să mănânci?
 8. De ce crezi că există atât de mulți copii supraponderali?
 9. De ce crezi că pare să existe o legătură între a te uita la televizor și a mânca nesănătos?
 10. Care este diferența dintre tipurile de grăsimi din nuci și pește și cele care se găsesc adesea în gogoși sau prăjituri?
- Profesorul îi întreabă pe elevi despre importanța alegerilor noastre zilnice asupra sănătății noastre.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot evalua consecințele deciziilor lor alimentare asupra sănătății lor.
2. Elevii recunosc grupe alimentare specifice.
3. Elevii pot identifica alegeri sănătoase având în vedere impactul asupra sănătății lor.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a face alegeri sănătoase. Profesorul poate ajuta elevii să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor, gândindu-se la importanța unei decizii responsabile pentru sănătate.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La literatură, puteți promova luarea unor decizii responsabile, cerându-le elevilor să citească mai multe despre obiceiurile sănătoase și rugându-i să scrie propoziții cu câteva cuvinte date legate de alegeri alimentare sănătoase, cum ar fi legume, piramida alimentară, ciocolată, copii supraponderali.

La Lucru Manual, puteți promova un stil de viață sănătos, cerând elevilor să scoată grupe de alimente sănătoase din Piramida Alimentară și să planteze semințe de legume.



Alte resurse:

Cărți:

- Healthy plates: Eating healthy, de Valerie Bodden
- Eat Your Greens, Goldilocks!, de Steve Smallman și Bruno Robert
- Kids'Fun and Healthy Cookbook, de Nicola Graimes

Videoclipuri:

- Dietă sănătoasă. Acest videoclip este despre importanța alimentației sănătoase și despre ce înseamnă și implică o dietă echilibrată.

<https://www.youtube.com/watch?v=mMHVEFWNLMc>

Obiectivul 2: Dezvoltarea abilității de a face față problemelor etice aplicând procese de luare a deciziilor

Activitatea 1: Minciuna are picioare scurte. De ce este important să spunem adevărul?



Rezultat

La finalul activității, elevii vor înțelege importanța onestității și consecințele minciunii pentru sine și pentru ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Dispozitive electronice conectate la internet, pagină de colorat.



Etapele activității

- Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste intitulată „Băiatul care a strigat lupul” disponibilă pe acest link: <https://www.youtube.com/watch?v=dlflr5b5VgQ>



Cutiuța cu povești

João și Jamal urmăresc pe YouTube fabula „Băiatul care a strigat Lupul” și îi place foarte mult. Ți-ar plăcea să urmărești și tu fabula?



- Profesorul discută de ce este important să spui adevărul și dă exemple de onestitate (a spune adevărul, a face ceea ce spui că vei face) și exemple de necinste (a minți, a fura, a înșela).
- Profesorul pune câteva întrebări (de exemplu, cum se simt părinții tăi când spui adevărul? Ce fac ei? Și când îți ordonezi jucăriile?) care dezvăluie cât de importantă este onestitatea pentru a câștiga aprecierea celorlalți și pentru a menține relații lungi și pozitive.
- Profesorul le oferă copiilor o pagină de colorat din fabula „Băiatul care a strigat lupul”.
- Profesorul descrie 2 situații și îi invită pe copii să joace un scurt joc de rol:
 1. Mama Anei a spus: „Fără biscuiți până după prânz”. Ana era atât de flămândă încât a luat un biscuit și l-a mâncat în timp ce mama ei nu o urmărea. Când mama ei s-a întors, a observat că un biscuit dispăruse. - Ana, ai mâncat un biscuit? „Da, am făcut-o”, a răspuns Ana.
La final, profesorul poate întreba: A spus Ana adevărul? Ce simte Ana? Discutați cât de important este ca Ana să spună adevărul, în ciuda faptului că nu a ascultat-o pe mama ei. Comportamentul Anei a fost similar cu cel al băiatului din poveste? (uneori copiii mint pentru că vor să facă pe placul adulților, sunt confunzi, vor să evite problemele sau consecințele, dar a spune întotdeauna

adevărul este important ca oamenii să creadă în noi; pentru că trebuie să fim responsabili pentru acțiunile noastre și adevărul este răsplătit chiar dacă uneori pare să aibă consecințe negative)

2. Borna picta în camera sa folosind acuarele. Accidental a murdărit covorul. A pus o pătură peste covor, unde colorase, astfel încât mama să nu vadă.

La final, profesorul poate întreba: Este Borna cinstit? Cum se simte? Ce ar trebui să facă, după părerea ta? Care ar putea fi consecințele în viitor pentru Borna pentru că nu a spus adevărul?

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot explica ce este onestitatea.
2. Elevii înțeleg de ce este important să spună adevărul pentru sine și pentru ceilalți.
3. Elevii devin mai conștienți de modul în care gândesc și simt cu privire la adevăr și minciuni.
4. Elevii înțeleg că pot lua o decizie: fie să mintă, fie să spună adevărul.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a înțelege importanța onestității și consecințele minciunii pentru sine și pentru ceilalți. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să devină mai conștienți de modul în care gândesc și simt cu privire la adevăr și minciuni.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Limbă și comunicare, puteți promova luarea deciziilor responsabile și onestitatea folosind povești și fabule și îmbunătățind vocabularul pentru descrierea persoanelor oneste și sincere.

La Estetică și creativitate, puteți promova luarea deciziilor responsabile și onestitatea, cerându-le elevilor să coloreze personaje oneste din povești, cântând cântece despre adevăr sau să joace un rol într-o piesă legată de onestitate.



Alte resurse:

Cărți:

- The Boy Who Cried Wolf, B.G. Hennessy
- Harriet and the Garden, Nancy Carlson
- David gets in trouble, David Shannon
- The Empty Pot, Demi

Videoclipuri:

- „Nu minți, spune întotdeauna adevărul”. Această melodie este despre Tommy, care sparge un borcan de fursecuri și apoi dă vina pe fratele său, dar apoi mama îi spune lui Tommy să spună adevărul și vorbește despre importanța de a spune întotdeauna adevărul.

<https://www.youtube.com/watch?v=8L9DZ4B87Qo>

Activitatea 2: O recompensă nemeritată. Oprește-te și gândește-te la consecințe



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea să gândească critic asupra consecințelor etice ale opiniilor, atitudinilor și comportamentelor lor și să ia decizii bazate pe considerente morale.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Ziare, dispozitive electronice conectate la internet



Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Părinții Luciei i-au promis că, dacă va reuși să obțină nota maximă la testul de matematică, îi vor cumpăra o tabletă. John, care stă lângă ea, obține întotdeauna nota maximă la testele de matematică, așa că Lucia a decis să copieze răspunsurile în timpul următorului test, astfel încât părinții ei să-i cumpere tableta. Obține nota maximă și părinții ei au răsplătit-o cu o tabletă nouă. Începe să se simtă foarte vinovată și rușinată, așa că decide să le spună părinților că nu merită premiul.



- Discutați despre importanța onestității și responsabilității pentru copii în relațiile lor cu părinții și profesorii.
- Profesorul cere elevilor să reflecteze la următoarele întrebări:
 1. Cum te-ai simți dacă cineva primește un premiu pentru care tu te străduiești din greu, dar eltrișează? Cum îți va influența relația cu persoana respectivă?
 2. Discutați despre faptul că, atunci când copiii sunt sinceri, părinții și profesorii cred că pot face alegeri bune.
 3. Discutați despre alte exemple ale importanței onestității: de ex. „Ce se întâmplă dacă îi spui profesorului tău că mergi la baie, dar de fapt te joci pe telefon pe coridor?”
 4. "Poți da alte exemple de situații în care ai făcut ceva ce nu a fost corect. Cum te-ai simțit? Ce ai făcut?"
- Profesorul citește povestea „Oala goală” de Demi, despre un băiat recompensat de împăratul chinez pentru onestitatea sa. Povestea poate fi găsită în mai multe limbi, dacă nu este disponibilă, puteți folosi o poveste similară. Profesorul cere elevilor să reflecteze asupra următoarelor aspecte:
 1. Ce a făcut Ping într-un mod diferit față de ceilalți copii?

2. Cum s-a simțit Ping când aducea oala goală împăratului?
3. De ce l-a ales împăratul pe Ping să fie succesorul său?
4. Scrie despre un moment în care ai ales să fii sincer.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot evalua consecințele deciziilor asupra stării de bine personale și a celorlalți.
2. Elevii recunosc problemele etice specifice și emoțiile din povești.
3. Elevii pot identifica decizii responsabile având în vedere impactul asupra stării de bine personale și a celorlalți.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a reflecta asupra proceselor de luare a deciziilor în problemele etice. Profesorul poate ajuta elevii să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor, gândindu-se la importanța consecințelor prevăzute ale opiniilor, atitudinilor, comportamentelor și valorilor lor asupra celorlalți.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Literatură, puteți promova luarea unor decizii responsabile, cerând elevilor să citească mai multe povești, inclusiv despre emoții morale și să scrie un eseu pentru a-și exprima opinia cu privire la trișatul la testele școlare.

La Arte și creativitate, puteți promova luarea unor decizii responsabile, cerându-le elevilor să decupeze/deseneze personaje pozitive din poveștile discutate în clasă și să creeze afișe pentru clasă (de ex. Care este lucrul corect de făcut? Cu exemple de decizii corecte/ responsabile și decizii greșite/ iresponsabile sau afiș în care să descrie valorile morale, de ex. onestitate, respect, bunătate, răbdare, grijă).



Alte resurse:

Cărți:

- The Empty Pot de Demi
- Lying up a storm de Julia Cook
- The Berenstain bears and the truth, de Stan și Jan Berenstain
- Good people everywhere de Lynea Gillen

Videoclipuri:

- „Povești morale și povești de culcare pentru copii”. Acest videoclip conține poveștile despre prințul broască; vulpea și barza; calul și melcul; și șacalul care salvează leul.
<https://www.youtube.com/watch?v=IBI8ByusbFE>
- „Cea mai bună colecție de povești pentru copii”. Acest videoclip conține poveștile despre găscă care a depus ouă de aur; Jack și vrejul de fasole; Rapunzel; cei trei purceluși; Leul și soarele; băiatul care a strigat lupul; câinele și osul; Furnica și greierele; vulpea și capra; iepurele și broasca țestoasă; și corbul isteț
https://www.youtube.com/watch?v=NeQzY6_Eqyk
- „Fabulele lui Esop - Povestiri scurte pentru copii”. Acest videoclip spune povestea despre o vulpe, o broască țestoasă și o pisică, care împreună intenționează să scape de la vânători.
<https://www.youtube.com/watch?v=KplFpXpvMIU>
- „Spectacol de păpuși - Decizii. A face alegerile corecte”. Acest videoclip este despre doi prieteni care decid ce să facă în timpul zilei, încercând să ia deciziile corecte.

Tema 2: Promovarea rezilienței

Reziliența este capacitatea de a depăși și a te adapta pozitiv la provocări și adversități.

Subiectul 2.1: Gestionarea dificultăților psihosociale

Capacitatea de a înfrunța și de a depăși dificultățile și obstacolele cauzate de factorii psihologici și mediul social din jur, care afectează negativ sănătatea mentală a elevului.

Obiective

1. Dezvoltarea capacității de a gestiona tranziții și schimbări
2. Dezvoltarea capacității de a gestiona fenomene de bullying și cyberbullying
3. Dezvoltarea capacității de a gestiona dificultăți școlare (dizabilități de învățare, rezultate slabe la învățătură)
4. Dezvoltarea capacității de a gestiona presiunile negative din partea colegilor și izolarea/ respingerea socială

Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona tranziții și schimbări

Activitatea 1: Un nou copil în familie!



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor putea să-și recunoască emoțiile și comportamentele în situații noi și vor putea găsi o strategie adecvată de gestionare care să ușureze dezvoltarea n rol.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Povești, păpuși



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Astăzi, Luca este trist. Nu vrea să se joace cu ceilalți și stă singur. „Ce se întâmplă?”, întreabă Ana, iar Luca răspunde supărat: „Mama spune că vine un nou copil în familia noastră! Mami nu poate avea alt copil! Eu sunt copilul ei! ” Ana îi spune: „Dar e frumos când ai un frate mai mic sau o soră mai mică! Poți să te joci cu ei! ” dar Luca nu este de acord: „Nu! Ei doar plâng și mami și tati nu se vor mai juca cu mine! ”



- Profesorul întreabă elevii:
 1. Despre ce este vorba în această poveste?
 2. Ce crezi că simte Luca? Încearcă să ne arăți cum se simte folosind expresiile faciale.
 3. Cum te-ai simți?
- Profesorul îi încurajează pe copiii care nu au frați să împărtășească cum s-ar simți dacă ar afla că vor deveni frate/ soră mai mare și copiii care au frați să împărtășească cum s-ar simți dacă ar afla că vor avea un alt frate/ o altă soră. Încercați să îi încurajați pe copii să vorbească despre întreaga experiență, subliniind emoțiile lor și învățându-i cum să-și exprime acele emoții
- Profesorul încurajează jocul simbolic cu păpușile în care copiii trebuie să aibă grijă de copil (hrănire, spălare...)
- Profesorul poate propune copiilor să deseneze alte situații noi (schimbarea casei, a școlii sau a țării, un nou animal de companie, un nou profesor,...)
- Profesorul poate folosi graficul de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii își pot recunoaște emoțiile într-un nou rol.
2. Copiii își pot recunoaște comportamentele într-un nou set de roluri.
3. Copiii pot înțelege comportamentele și emoțiile altora într-un cadru nou.
4. Copiii pot găsi soluția, care nu îi afectează pe ei sau pe ceilalți, pentru emoțiile negative pe care le experimentează într-un cadru nou.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Activitatea poate fi realizată în sub formă de cerc pentru a încuraja interacțiunea copiilor; poate fi citită copiilor o carte despre un nou copil (sau alte situații noi) fiind organizați sub formă de cerc sau înainte de somn; poate fi integrat jocul cu păpușile (adică jocul simbolic) ca activitate de timp liber sau prezentat ca activitate de joc.



Alte resurse:

- platformă de cărți pentru părinți cu cărți pentru copii despre a avea un frate/o soră.

<https://www.pbs.org/parents/thrive/childrens-books-about-a-new-baby-sibling>

Cărți:

- Boss Baby de Marla Frazee Vârsta: 6-9 Nivel de lectură: cititor independent
- How to Be a Baby... by Me, the Big Sister de Sally Lloyd-Jones (autor) și Sue Heap (grafician) Vârsta: 3-6 Nivel de lectură: Începător
- I Used to Be the Baby de Robin Ballard Vârsta: 0-3 Nivel de lectură: Pre-Cititor; Julius, Baby of the World de Kevin Henkes Vârsta: 3-6 Nivel de lectură: Începător
- Once Upon a Baby Brother de Sarah Sullivan (autor) și Tricia Tusa (grafician) Vârsta: 3-6 Nivel de lectură: Începător
- There's Going to Be a Baby de John Burningham și Helen Oxenbury Vârsta: 3-6 Nivel de lectură: Începător
- Will It Be a Baby Brother? de Eve Bunting (autor) and Beth Spiegel (grafician) Vârsta: 3-6 Nivel de lectură: Începător

Activitatea 2: Sch-sch-schimbări!



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor putea să-și recunoască emoțiile și comportamentele în situații noi și vor putea alege o strategie adecvată de gestionare pentru a face față schimbărilor în mod eficient.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Hârtii, pixuri, creioane colorate, materiale pentru afișe (poster, lipici, pixuri)



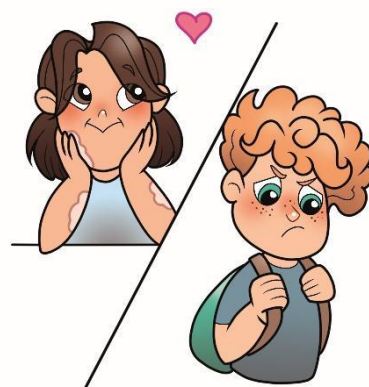
Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Toamna a sosit și Borna și Lucia au schimbat școala. Lucia este foarte fericită și abia așteaptă să cunoască noi prieteni. Borna, în schimb, nu este fericit, pentru că îi lipsesc prietenii din vechea școală. Nu vrea să meargă la școală, așa că stă în clasă toată ziua și nu vorbește și nu se joacă cu noii colegi. Ar prefera mult să se întoarcă la vechea școală cu toți prietenii săi și să se joace toată ziua.



- Profesorul întreabă elevii:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Cum se simt Lucia și Borna?
 3. De ce crezi că se simt așa?
 4. Îți amintești cum te-ai simțit când te-ai aflat într-o situație similară, de exemplu, când ai trecut de la grădiniță la școala primară?
 5. Îți amintești ce te-a ajutat să treci prin această schimbare?
 6. Cum l-ați ajutat pe Borna?
- Profesorul împarte elevii în grupuri mai mici și le cere să își imagineze cel mai bun prieten schimbând școala. Elevii trebuie să-și imagineze cum s-ar simți cel mai bun prieten al lor și ce ar putea face pentru a ușura tranziția aceluia prieten.
- Discutați în grupuri. Grupurile pot realiza un afiș în care descriu modalități bune de a face față tranzițiilor. Fiecare grup își prezintă gândurile, iar profesorul subliniază strategiile bune pentru a face față tranzițiilor.

- La cursurile cu elevi de nouă și zece ani, profesorul le poate cere să scrie o scurtă poveste în care trebuie să-și imagineze cel mai bun prieten schimbând școala, cum s-ar simți și ce ar face pentru a ușura tranziția aceluși prieten.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor	
1.	Copiii își pot recunoaște emoțiile într-o situație de schimbare.
2.	Copiii își pot recunoaște comportamentele într-o situație de schimbare.
3.	Copiii pot înțelege comportamentele și emoțiile altora într-o situație de schimbare.
4.	Copiii pot alege o strategie adecvată pentru a face față în mod eficient schimbărilor.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate ?

La Științele naturii, prin subiecte privind adaptarea ființelor vii.

La Limbă prin diferite cărți în care copiii experimentează scenarii noi și necunoscute.



Alte resurse:

- platformă cu sugestii de cărți pentru copii. Disponibilă în limba engleză.
<https://www.thoughtco.com/childrens-picture-books-about-starting-school-627520>

Cărți:

- "I Am Too Absolutely Small for School" de Lauren Child (Candlewick, 2004.)
- "First Grade Jitters" de Yan Nascimbene (Harper, Edit. HarperCollins, 1982, 2010.)
- "First Day Jitters" de Judy Love (Charlesbridge, 2000.)
- "Chu's Day," de Neil Gaiman (Harper, Edit. HarperCollins, 2014.)

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona fenomene de bullying și cyberbullying

Activitatea 1: Nu fi bătăuș!



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor fi capabili să recunoască un comportament care le rănește sentimentele și să răspundă la acesta într-un mod care să nu le facă rău nici lor, nici celorlalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Păpuși, hârtie, creioane colorate



Etapele activității

Profesorul interpretează următorul scenariu folosind păpuși:



Cutiuța cu povești

Liza, John și alți copii se joacă la locul de joacă. Deodată, John o împinge pe Liza și ea cade. John începe să țipe la Liza:

„Ești proastă! Pleacă de aici! Nu te poți juca cu noi !! ”

Liza începe să plângă și se îndepărtează încet.

John continuă să țipe la ea.



- Profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Despre ce este vorba în această poveste?
 2. Crezi că John se poartă frumos?
 3. Ce crezi că simte Liza?
 4. Cum te-ai simți?
 5. Ce ar trebui să facă Liza?
 6. Ce ar trebui să facă John?
 7. Ce ai face?
- Profesorul îi încurajează pe copii să folosească expresii faciale atunci când vorbesc despre emoțiile lor. Accentul este pus pe sensibilizarea copiilor cu privire la emoțiile bune și rele care au loc atunci când se insultă sau se intimidează reciproc.
- Profesorul le dă copiilor hârtii și creioane colorate și le cere să facă un desen care să exprime cum se simt atunci când cineva face ceva care le rănește sentimentele.
- Profesorul alege doi copii și dă fiecăruia câte o păpușă. Ei repetă scenariul anterior și încearcă să adauge un final în care Liza răspunde agresorului într-un mod adecvat. Alți copii pot sugera ce poate face Liza și profesorul încurajează răspunsuri bune în timp ce explică de ce unii copii îi

hărțuiesc pe alții, explicând că uneori acești copii se confruntă și cu dificultăți, deși nu au dreptul să rănească sentimentele altora.

- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii pot recunoaște comportamentele care rănesc sentimentele noastre și ale celorlalți.
2. Copiii pot recunoaște emoțiile pe care le trăiesc atunci când sunt hărțuiți.
3. Copiii pot alege cum să răspundă în mod eficient la comportamente inadecvate într-un mod care să nu le facă rău nici lor, nici celorlalți.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Activitatea poate fi efectuată în cerc, pentru a încuraja interacțiunea copiilor (povestiri, păpuși).

Desenul poate fi integrat ca activitate de artă și colorare; jocul de păpuși poate fi continuat ca o activitate de timp liber, dar după activitatea jocului de păpuși care a fost prezentată în cerc.

În plus, un întreg scenariu de joacă ar putea fi dezvoltat cu copiii, astfel încât după joacă, alte activități conexe ar putea fi efectuate în grup.



Alte resurse:

- platformă de cărți pentru părinți cu cărți pentru copii despre a avea un frate/o soră. Disponibilă în limba engleză.

<https://www.bestcounselingdegrees.net/self-esteem-books-children/>

<https://www.littleparachutes.com/category/issues/bullying/>

Cărți:

- Amazing Grace de Mary Hoffman
- Ballerino Nate de Kimberly Brubaker Bradley
- Chrysanthemum de Kevin Henkes
- Flight School de Lita Judge
- Will You Be My Friend? de Molly Potter
- Witches and Fairies de Eva Montanari
- The Bad Tempered Ladybird de Eric Carle

Activitatea 2: Ce zici de fenomenul cyberbullying?



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor fi capabili să recunoască formele de cyberbullying și să răspundă la acesta într-un mod adecvat, care să nu îi rănească nici pe ei, nici pe ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Hârtii, stilouri, materiale pentru afișe (poster, lipici, stilouri)



Etapele activității

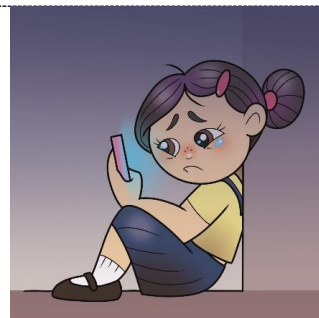
Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Hong stă acasă, își face temele, când telefonul ei începe să sune. Cineva i-a trimis un Snapchat! Este unul dintre colegii ei de clasă pe nume Peter!

O deschide și acolo, peste ecran, apare mesajul: „Ești grasă și urâtă! Te urăsc, sper să te transferi la vreo altă școală, ca să nu trebuiască să mă mai uit la tine ”.



- Profesorul cere elevilor să reflecteze la următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. Ce crezi că simte Hong?
 3. Ce crezi că l-a determinat pe Peter să facă așa ceva?
 4. Ce ar trebui să facă Hong?
 5. Cum te-ai simți dacă ți s-ar întâmpla asta?
 6. Ce ai face dacă ți s-ar întâmpla asta?
 7. Ce faci dacă un prieten de-al tău îți spune că i se întâmplă asta?
- Profesorul le cere elevilor să ridice mâinile dacă folosesc următoarele rețele de socializare: Snapchat, Viber, Whatsapp, Facebook/ Messenger, Instagram, Youtube, Twitter, TikTok sau alte rețele de socializare.
- Profesorul îi întreabă pe elevi dacă au experimentat evenimente negative cu alte persoane pe orice rețea de socializare, cum ar fi insulte directe, împărtășirea fotografiilor lor online fără consimțământul lor, ridiculizarea lor în grupurile Viber sau orice situație similară. Elevii care au astfel de povești pot împărtăși cu restul clasei.
- Profesorul îi întreabă pe elevi: ce putem face într-o astfel de situație pentru a opri agresiunea cibernetică? De asemenea, există ceva ce putem face pentru a preveni acest lucru?
- Profesorul încurajează discuția dintre elevi despre strategiile bune și rele; clasa discută care sunt strategiile bune și care sunt rele și de ce.
- În grupuri, elevii pot realiza un poster despre hărțuirea cibernetică și sublinia de ce este rău cyberbullyingul, cum putem să îl oprim și cum putem să îl prevenim.

- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesori

1. Copiii pot recunoaște formele de cyberbullying.
2. Copiii pot recunoaște efectele negative ale agresiunii cibernetice asupra unei persoane.
3. Copiii pot alege o strategie eficientă și răspunde la cyberbullying într-un mod adecvat, care să nu le facă rău nici lor, nici celorlalți.
4. Copiii pot întreprinde acțiuni pentru a preveni și a se proteja împotriva cyberbullyingului.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate ?

La Limbă, profesorul poate ajuta elevii să găsească cărți în care sunt descrise povești despre modalități de succes și constructive de a face față insultelor și relațiilor negative.

La Informatică, atunci când aflați despre internet și despre pericolele prezente acolo, includeți și cyberbullyingul ca subiect



Alte resurse:

Cărți:

- Cărți despre agresiune
- Cărți care acoperă subiectul agresiunii, scrise fie din punctul de vedere al victimei, fie al făptuitorului. Unele cărți sugerează modalități practice de prevenire a agresiunii, în timp ce altele încearcă să explice posibilele motive pentru care oamenii îi agresează pe alții.

<https://www.littleparachutes.com/category/issues/bullying/>

Exemple de cărți ilustrate în Little Parachutes despre agresiune:

- Don't be a Bully, Billy! de Phil Roxbee Cox
- Manners in School de Arianna Candell
- Tyrannosaurus Drip de Julia Donaldson
- I Don't Care!: Learning About Respect de Brian Moses
- Everybody Matters: A First Look at Respect for Others de Pat Thomas

30 dintre cele mai bune cărți pentru copii despre stima de sine

- Cărțile din această listă sunt 30 dintre cele mai bune cărți pentru copii, tematice în ceea ce privește respectul de sine, valoarea personală și păstrarea sincerității proprii. Fiecare carte a fost aleasă cu atenție pentru mesajul său general, cel mai important, dar și povestea, ilustrațiile și popularitatea generală atât în rândul copiilor, cât și al părinților.

<https://www.bestcounselingdegrees.net/self-esteem-books-children/>

Obiectivul 3: Dezvoltarea capacității de a gestiona dificultățile școlare

Activitate 1: Vreau să învăț ! Vreau să mă joc!



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor deveni conștienți de sentimentul de frustrare trăit într-o situație de eșec și vor putea alege o strategie eficientă pentru a face față eșecului.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Mănuși groase, foarfece, hârtii, mărgelile mici



Etapetele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

João juca baschet și s-a rănit la mână atât de tare încât nu a putut să o miște. S-a dus să vadă un medic împreună cu părinții săi, iar doctorul a spus că are mâna ruptă. Trebuie să poarte ghips ceva timp. João nu poate să deseneze, să se joace, să sară până când nu i se vindecă mâna.



- Profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. Cum crezi că se simte João acum că nu se poate juca?
 3. Dacă tu, precum Joao, nu te-ai putea juca sau desena, cum te-ai simți?
- Apoi, profesorul le spune elevilor că vor încerca să simuleze cum este viața lui João acum că nu își poate folosi mâna. Profesorul le oferă mănuși groase, pe care elevii trebuie să le poarte și le cere elevilor să taie forme complexe sau le cere să manipuleze mărgelile mici în timp ce poartă mănușile. Scopul acestei activități este ca, copiii să devină conștienți de frustrarea pe care o trăiesc atunci când nu pot îndeplini sarcina.
- Dacă copiii se supără prea tare, profesorul oprește activitatea și împreună încep să numere invers de la 10 la zero. Profesorul îi poate ajuta, de asemenea, să-și dea seama că aceasta este o sarcină dificilă și poate dacă ar cere ajutor, ar deveni mai ușor. Profesorul susține că João ar putea avea nevoie de ajutor pentru anumite sarcini în perioada de recuperare. În clasă, alți colegi ar putea avea nevoie de asistență pentru anumite sarcini tot timpul și acest lucru este în regulă. Profesorul îi poate invita să descopere modalități de a ajuta colegii care ar putea avea nevoie de ajutor în anumite situații.
- După activitate, profesorul vorbește cu elevii despre modul în care s-au simțit și vorbește despre alți copii care au de-a face cu dizabilități toată viața lor.

- După această activitate, care poate provoca sentimente negative, este important să evocați din nou sentimente bune, de ex. profesorul poate cere copiilor să joace jocul lor preferat.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii pot vedea lumea dintr-o perspectivă diferită.
2. Copiii pot recunoaște sentimentul de frustrare ca urmare a eșecului lor.
3. Copiii pot alege o strategie eficientă pentru a face față eșecului.
4. Copiii înțeleg eșecurile altora și pot oferi sprijin.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate ?

Activitatea poate fi realizată în cerc pentru a încuraja interacțiunea copiilor (povestirea și reflectarea după activitate);

Activitatea de tăiere cu mănuși groase poate fi integrată ca activitate de joc și poate fi continuată și ca activitate de timp liber.



Alte resurse:

- platformă de cărți pentru părinți cu cărți pentru copii despre cum să facă față eșecului. Disponibilă în limba engleză.
<https://bookroo.com/books/topics/coping-with-failure>
- Rosie Revere, Engineer de Andrea Beaty
- The Paper Bag Princess de Robert Munsch
- She Persisted de Chelsea Clinton
- Beautiful Oops! de Barney Saltzberg
- How to Catch a Star de Oliver Jeffers

Activitatea 2: A fi în pantofii altcuiva



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor putea să înțeleagă cum este să fii în „pielea altcuiva” și să alegi cum să sprijini nevoile sau dificultățile altora.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Orice lucru care poate acoperi ochii elevilor și îi poate împiedica să vadă în mod corespunzător (de exemplu, ochelari de soare întunecați, panglică de legat la ochi)



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Luca și-a petrecut vacanța într-un sat mic și își împărtășește experiența cu prietenii săi. Vorbește despre petrecerea timpului cu alți copii și cu verișoara sa, Laura. El spune că verișoara sa este aproape oarbă și că de multe ori trebuie să-i explice unde trebuie să meargă sau unde sunt lucrurile și adesea identifică obiectele atingându-le.



- Profesorul întreabă elevii:
 1. Despre ce este vorba în această poveste?
 2. Care sunt dificultățile Laurei la școală?
 3. Dacă ai fi la școala Laurei, ce ai putea face pentru a o ajuta?
- Profesorul le spune apoi elevilor că vor încerca să simuleze ceea ce este viața pentru Laura.
- Profesorul înmânează fiecărui elev ochelari de soare întunecați/ panglică pentru legat la ochii prin care nu se poate vedea. Apoi, profesorul le spune elevilor că trebuie să meargă prin clasă și să-și recunoască prietenii doar atingându-i. Când activitatea este terminată, li se cere să exprime modul în care i-au recunoscut pe ceilalți. Scopul este ca, copiii să experimenteze nevoile și dificultățile celorlalți și modul în care se descurcă cu acestea.
- După activitate, dacă există un elev cu dizabilități, profesorul îl invită dacă vrea să vorbească despre cum îi place să fie susținut și tratat de ceilalți. Învățați-vă elevii că, deși fiecare copil poate avea forme, culori, abilități și dimensiuni diferite; înfățișare diferită, putem face lucrurile diferit, în interior, suntem cu toții la fel.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii pot vedea lumea din perspectiva altor oameni.
2. Copiii pot recunoaște sentimentul de frustrare ca urmare a unei anumite dizabilități.
3. Copiii pot înțelege cum este să ai o anumită dizabilitate și pot oferi sprijin.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Sport, prin diferite exerciții fizice.

La Lucru Manual, prin diferite tehnici și încercări de a crea ceva nou.

La Muzică, prin diferite tehnici și încercări de a crea ceva nou.

La Științele Naturii, stabilind punctele forte și potențialele diferitelor ființe vii, vorbiți despre ceea ce acele ființe pot și nu pot face.

La cursurile de cultură civică sau portugheză, ei pot scrie un proiect cu un plan de sprijinire a colegilor cu dizabilități de la școala lor.



Alte resurse:

Cărți:

- The Invisible Boy de Trudy Ludwig
- Pete & Pickles de Berkeley Breathed
- Bluebird de Bob Staake
- Each Kindness de Jacqueline Woodson
- The Name Jar de Yanksook Choi

Obiectivul 4: Dezvoltarea capacității de a gestiona presiunile negative din partea colegilor și izolarea/respingerea socială

Activitatea 1: Nod uman



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor putea recunoaște relațiile pozitive și negative într-un grup. De asemenea, vor putea recunoaște importanța unui individ într-o echipă.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Spațiu liber



Etapile activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Unii copii joacă dodgeball (joc în care jucătorii formează un cerc și încearcă să lovească adversarii din cerc cu o minge mare) și încearcă să aleagă echipe. Căpitanii aleg și evită s-o aleagă pe Sofija. Nu este prima dată, copiii se joacă rar cu ea, o evită în cea mai mare parte și, atunci când trebuie să se joace cu ea, o aleg întotdeauna ultima.



- Profesorul întreabă elevii:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Ce crezi că simte Sofija?
 3. Cum ai ajuta-o pe Sofija?
 4. Cum te-ai simți dacă ai fi cel dat la o parte?
 5. Ce ai face?
- Profesorul le cere elevilor să formeze un cerc și să stea umăr la umăr. Fiecare membru al grupului ar trebui să așeze o mână în mijlocul cercului și să apuce o altă mână. În acest fel, participanții vor forma un „nod uman”. După formarea nodului, profesorul instruieste grupul să încerce să se descurce, dar fără să-și dea drumul unul altuia. Scopul este ca, elevii să lucreze împreună și să încerce să desfacă nodul. Profesorul îi încurajează să vorbească unul cu celălalt.
- După activitate, profesorul subliniază cum uneori trebuie să lucrăm împreună pentru a ne atinge obiectivul.
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii pot recunoaște relațiile pozitive și negative într-un grup.
2. Copiii pot recunoaște importanța unui individ într-o echipă.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

Activitatea poate fi realizată în cerc pentru a încuraja interacțiunea copiilor (povestirea).

Nodul uman (sau alte activități similare) poate fi integrat ca joc și activitate motorie și poate fi, de asemenea, continuat ca activitate de timp liber.



Alte resurse:

Cărți:

- Those Shoes de Maribeth Boelts
- A Bad Case of Stripes (Scholastic Bookshelf) de David Shannon
- Kindness Starts With You de Jacquelyn Stagg
- Elmer (Elmer Books) de David Mckee

Activitatea 2: E OK să spui NU !



Rezultat

La finalul acestei activități, elevii vor putea recunoaște forme de presiune negativă a colegilor și respingerea/ izolarea socială. Aceștia vor putea alege o strategie adecvată pentru a face față presiunii negative din partea colegilor și respingerii/ izolării sociale.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Pixuri, creioane, markere, materiale pentru afișe (afișe, lipici, foarfece etc.)



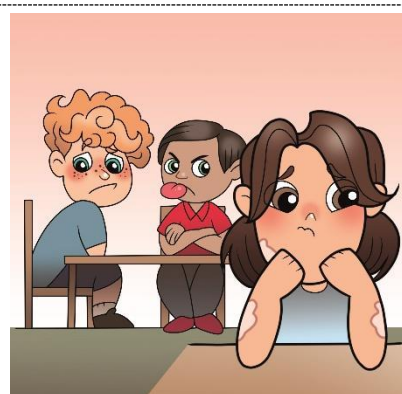
Etapile activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Borna are un nou prieten și îi place mult să se joace cu el. Noul său prieten, Andrew nu-i place atât de mult de Lucia. Andrew crede că Lucia este ciudată pentru că are niște pete pe piele. Deci, Andrew îi spune lui Borna să nu o invite la petrecerea lui de ziua de naștere. Lui Borna îi place Lucia, dar vrea să-i facă pe plac lui Andrew, așa că decide să nu o invite pe Lucia la petrecerea lui de ziua de naștere.



- Profesorul întreabă elevii:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. De ce a decis Borna să nu o invite pe Lucia la petrecerea lui de ziua de naștere?
 3. Cum s-a simțit Borna în acea situație? A avut de ales?
 4. Îți poți imagina cum se simte Lucia pentru că nu a fost invitată la petrecerea de ziua lui Borna?
 5. Ați face același lucru pe care l-a făcut Borna? Motivați-vă răspunsul.
- Profesorul îi întreabă pe elevi dacă au experimentat vreodată situații similare atunci când s-au simțit „presați” de prietenii lor să facă ceva ce nu doreau cu adevărat să facă și cum au gestionat situația. De asemenea, profesorul întreabă dacă au experimentat vreodată să fie dați la o parte în mod intenționat, așa cum a pățit Lucia în această poveste. Cum s-au simțit copiii în acea situație și ce au crezut despre asta?
- Copiii vorbesc despre experiențele lor, iar profesorul subliniază modalitățile bune și rele de a gestiona presiunea negativă a colegilor și respingerea/ izolarea socială.
- Profesorul cere copiilor să sugereze strategii mai eficiente pentru aceste situații și contexte similare.
- În grupuri mici, copiii pot realiza un afiș cu modalități bune și rele de a face față presiunii colegilor și un afiș cu modalități bune și rele de a gestiona respingerea/ izolarea socială.
- Profesorul poate folosi graficul de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii pot recunoaște formele de presiune negativă a colegilor și de respingere/ izolare socială.
2. Copiii pot recunoaște consecințele negative ale presiunii colegilor și ale respingerii/ izolării sociale.
3. Copiii pot alege o strategie adecvată pentru a face față presiunii negative din partea colegilor și respingerii/ izolării sociale.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

La Lucru Manual, creați un tablou de grup pentru a promova construirea echipei și munca cooperativă prin diferite tehnici și încercări de a crea ceva nou
La Științele naturii, atunci când aflați despre interconectivitate și interdependența tuturor ființelor vii, includeți și acest subiect



Alte resurse:

Cărți:

- The Seeds of Friendship de Michael Foreman
- The Lonely Book de Kate Bernheimer
- Sad the Dog de Sandy Fussell
- The Only Child de Guojing
- Leo: A Ghost Story de Mac Barnett

Film:

- În căutarea lui Nemo de Pixar Animation Studios și Walt Disney Pictures

Subiectul 2.2: Gestionarea experiențelor traumatizante

Capacitatea de a face față emoțiilor negative și de recuperare în urma evenimentelor traumatizante din viață, care pot provoca daune fizice, emoționale sau psihologice, recâștigându-se starea de bine emoțională

Obiective

1. Dezvoltarea capacității de a gestiona pierderea și doliul
2. Dezvoltarea capacității de a gestiona bolile cronice

Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona pierderea și doliul

Activitatea 1: Mi-e dor de tine !



Rezultat

Elevii vor putea să-și recunoască emoțiile și comportamentul într-o situație de pierdere și să înțeleagă importanța sprijinului social în timp ce se confruntă cu pierderea.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Cărți ilustrate care vorbesc despre pierderi - la alegerea profesorului



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Astăzi, John nu se joacă cu alți copii. Stă singur și trist.

Ana vine la el și întreabă ce s-a întâmplat. John spune că este foarte trist deoarece câinele său, Bongo, a murit. Nu va mai putea să se joace niciodată cu el și îi este deja dor de el.



- Profesorul adresează următoarele întrebări:
 1. Despre ce este vorba în această poveste?
 2. Cum se simte John?
 3. Cum l-ai ajuta pe John?
- După o scurtă discuție, profesorul citește o carte ilustrată la alegere, care vorbește despre pierderi și care intenționează să calmeze și să relaxeze copilul (de exemplu, Čarobne svjetiljke, Lămpi magice).
- Profesorul discută despre carte. Iată mai jos câteva exemple ale principalelor puncte de discuție:
 1. Se poate întâmpla să pierzi ceva sau pe cineva
 2. A vorbi despre lipsa cuiva poate ajuta

3. Chiar dacă nu sunt lângă un prieten sau lângă cineva iubit, este bine să ne gândim la lucrurile bune pe care le-am făcut împreună.
 4. Este ok să te simți trist și să plângi atunci când îți iei rămas bun de la cineva sau îți e dor de cineva
- Profesorul poate folosi graficul formativ de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Copiii își pot recunoaște emoțiile într-o situație de pierdere.
2. Copiii pot recunoaște faptul că este normal să se simtă triști într-o situație de pierdere.
3. Copiii pot recunoaște importanța sprijinului social în timp ce se confruntă cu pierderea.
4. Copiii pot folosi strategii eficiente atunci când se confruntă cu pierderea.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

Activitatea poate fi realizată în cerc pentru a încuraja interacțiunea copiilor (povestire și reflecție)



Alte resurse:

Cărți:

- Ida, Always de Caron Levis și Charles Santoso
- The Fall Of Freddie The Leaf de Leo Buscaglia
- Goldfish Ghost de Lemony Snicket și Lisa Brown

Filme:

- **Up**. Scris de Bob Peterson, Pete Docter, Tom McCarthy, Ronnie del Carmen, în regia lui Pete Docter, produsă de Jonas Rivera, este o poveste despre un bătrân pe nume Carl Fredricksen al cărui vis a fost întotdeauna să meargă în America de Sud, așa că atașează de casa lui mii de baloane ca să poată călători acolo cu casa lui. Călătoria sa este alături de Russell, un Boy Scout, unde prietenia lor, evoluează pe măsură ce trece timpul și pe măsură ce întâlnesc noi prieteni. (2009)
- **Finding Nemo**, scris și regizat de Andrew Stanton, produs de Pixar Animation Studio, este o poveste despre Nemo, un tânăr pește-clovn care trăiește cu tatăl său Marlin, dar dornic să exploreze viața din jurul oceanului. Dory, un peștișor albastru care are o pierdere de memorie, îl însoțește în diferite aventuri și devin prieteni foarte apropiați (2003).
- **The Lion King**. Regizat de Roger Allers și Rob Minkiff, produs de Don Hann, este o poveste despre un tânăr prinț leu, Simba, care este gonit de unchiul său rău care pretinde că și-a ucis tatăl. Simba este obligat să meargă la Savanah unde crește și se confruntă cu provocări cum ar fi să decidă să-l înfrunte pe unchiul său și să-și ceară drepturile sau să trăiască cu temerile sale (1994).

Activitatea 2: Rămas bun...



Rezultat

Copiii vor putea să-și recunoască emoțiile și comportamentul într-o situație de pierdere, să recunoască importanța sprijinului social în timp ce gestionează pierderi și să poată utiliza strategii eficiente pentru a face față pierderii.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale



Etapele activității

Profesorul cere elevilor să asculte următoarea poveste.



Cutiuța cu povești

Liza a fost foarte tristă în ultima vreme. Pisica ei, Luna, a fost grav bolnavă și a murit în urmă cu câteva zile. Liza este distrusă. Plânge tot timpul și nu vrea să stea cu prietenii ei. Luca vrea să o ajute pe Liza, așa că se oferă să facă ceva distractiv pentru a o face să se simtă mai bine.



- Profesorul adresează elevilor următoarele întrebări:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Cum se simte Liza?
 3. Ce i-ai spune Lizei?
 4. Cum ați încerca să o ajutați? Ați face ceva similar, așa cum a făcut Luca în poveste?
- Discuție de grup cu privire la modul în care ar ajuta pe cineva care se confruntă cu pierderea - este important ca elevii să-și dea seama că ar trebui să-i lase pe alți elevi să se întristeze, dar totuși să încerce să-i includă în discuție
- Profesorul trebuie să sublinieze următoarele:
 1. Uneori trebuie să-i lași pe oamenii pe care îi iubești să facă ceea ce vor, chiar dacă asta nu te include pe tine
 2. Pierderea cuiva este adesea o formă a unui nou început
 3. Vorbind în continuare despre oamenii pe care îi iubești, te asiguri că „trăiesc mai departe” în gândurile și inima ta
 4. Prietenia și dragostea rămân puternice, chiar dacă acea persoană nu mai este cu tine
 5. Este bine să te simți trist și să plângi când îți iei rămas bun de la cineva
- Profesorul poate folosi graficul formativ de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii își pot recunoaște emoțiile și comportamentele într-o situație de pierdere.
2. Elevii pot recunoaște importanța sprijinului social în timp ce se confruntă cu pierderea.
3. Elevii pot utiliza strategii eficiente pentru a face față pierderilor.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Natura: orice subiect care se referă la ciclurile de viață din mediu (plante, animale etc.) și la decesele experimentate de fiecare specie

Limbă: citiți o carte despre pierderea cuiva drag și susțineți discuțiile în jurul ei.



Alte resurse:

Cărți:

- The Invisible String de Patrice Karst
- I'll Always Love You de Hans Wilhelm
- Someone I Love Died de Christine Harder Tangvald
- The Grandpa Tree de Mike Donahue
- Sammy in the Sky de Barbara Walsh

Filme:

- **Up.** Scris de Bob Peterson, Pete Docter, Tom McCarthy, Ronnie del Carmen, în regia lui Pete Docter, produsă de Jonas Rivera, este o poveste despre un bătrân pe nume Carl Fredricksen al cărui vis a fost întotdeauna să meargă în America de Sud, așa că atașează de casa lui mii de baloane ca să poată călători acolo cu casa lui. Călătoria sa este alături de Russell, un Boy Scout, unde prietenia lor, evoluează pe măsură ce trece timpul și pe măsură ce întâlnesc noi prieteni. (2009) Johnson, M., Kosove, A., Johnson, B. & Hancock, J. L. (producători) & Russel, J. (regizor). (2000). My Dog Skip [Motion Picture]. SUA: Walt Disney Studios.
- **The lion king.** Regizat de Roger Allers și Rob Minkiff, produs de Don Hann, este o poveste despre un tânăr prinț leu, Simba, care este gonit de unchiul său rău care pretinde că și-a ucis tatăl. Simba este obligat să meargă la Savanah unde crește și se confruntă cu provocări cum ar fi să decidă să-l înfrunte pe unchiul său și să-și ceară drepturile sau să trăiască cu temerile sale (1994).

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona bolile cronice

Activitatea 1: E OK să fii diferit



Rezultat

Elevii pot recunoaște diferențele individuale dintre ei, emoțiile diferite care apar din cauza diferențelor menționate, pot dezvolta toleranță și utilizeza strategii pentru gestionarea bolilor cronice



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Păpuși, materiale necesare pentru crearea „Centrului Medical”



Etapele activității

Profesorul interpretează următorul scenariu folosind păpuși:



Cutiuța cu povești

În timp ce se joacă, Ana începe să respire greu. Se oprește din joc, scoate o cutie colorată din buzunar, o pune la gură și inspiră. După ceva timp, începe să se joace din nou. Prietenii ei cred că este interesantă cutia colorată și o întreabă pe Ana despre asta și ce face cu ea. Ana spune că uneori are probleme cu respirația și că acea cutie este medicamentul care o ajută să respire normal.



- Profesorul începe o conversație cu copiii și subliniază:
 1. Despre ce vorbim în această poveste?
 2. Cum se simte Ana?
 3. În ce fel este ea diferită de ceilalți?
 4. Cum se poate ajuta Ana singură?
 5. Cum o putem ajuta?

Profesorul explică apoi o anumită boală (de exemplu astm)

- Profesorul creează un „Centru medical” în clasă și încurajează copiii să se prefacă că joacă un rol: un copil este pacientul și trebuie să se prefacă că are astm, în timp ce alți copii sunt „medici”
- Pe timpul jocului, profesorul le permite să învețe despre anumite boli și poate instrui copiii cum ar trebui să acționeze dacă întâlnesc pe cineva cu o boală cronică (fiți mai atenți la un coleg de clasă cu o boală cronică, întrebați dacă are nevoie de ceva), vorbește cu un profesor când îți dai seama că un coleg de clasă nu se simte bine etc.)
- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot recunoaște diferențele individuale dintre ei
2. Elevii pot recunoaște comportamente diferite datorate anumitor boli cronice, fiind învățați despre anumite boli.
3. Elevii dezvoltă empatie față de persoanele cu boli cronice sau de altă natură.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță ?

Activitatea poate fi realizată în timpul cercului pentru a încuraja interacțiunea copiilor (povestirea).

Jocul cu păpuși poate fi integrat ca un joc și poate fi, de asemenea, continuat ca o activitate de timp liber.



Alte resurse:

Cărți:

- When Will I Feel Better?: Understanding Chronic Illness de Robin Prince Monroe
- Taking Diabetes to School de Kim Gosselin
- Cody the Allergic Cow: A Children's Story of Milk Allergies de Nicole Smith
- I Have Asthma de Jennifer Moore-Mallinos
- My Travelin' Eye de Jenny Sue KostECKI-Shaw

Activitatea 2: Cu toții contăm la fel de mult



Rezultat

Elevii pot recunoaște diferențele individuale dintre ei și emoțiile diferite care apar din cauza acestor diferențe. Sunt capabili să aleagă o strategie care să-i ajutesă abordeze și să acționeze față de persoanele cu boli cronice și vor dezvolta empatie față de persoanele cu boli cronice sau de altă natură.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Verișoara lui Hong se află într-un scaun cu rotile și are o afecțiune numită paralizie cerebrală. Nu poate merge, dar își poate folosi mâinile, vorbi și gândi ca restul copiilor de vârsta ei. Lui Hong îi place să stea cu ea pentru că este întotdeauna într-o dispoziție excelentă și îi place să râdă. Verișoara lui Hong iubește, de asemenea, să picteze și este foarte bună la asta. Unii copii nu știau cum să se apropie de ea la început, așa că s-a simțit dată deoparte pentru o vreme, dar pe măsură ce trecea timpul, și-au dat seama că este la fel ca ei și au găsit în ea un prieten grozav.



- Profesorul începe o conversație cu următoarele întrebări:
 1. Despre ce vorbește povestea?
 2. În ce fel se diferențiază verișoara lui Hong de ceilalți?
 3. Cum este verișoara lui Hong la fel ca alții?
 4. Poți să spui ce simte?
 5. Îți poți imagina cum s-a simțit atunci când ceilalți copii au exclus-o? Și ce simți când ești exclus?
 6. Cum ați aborda-o pe verișoara lui Hong?
 7. Ce jocuri și activități ați putea face cu verișoara lui Hong?
- Profesorul îi întreabă pe elevi dacă au întâlnit vreodată o persoană cu dizabilități și cum s-au simțit și s-au comportat în acea situație anume. Elevii își împărtășesc experiențele cu restul clasei.
- Profesorul subliniază modul în care ar trebui să abordăm și să acționăm față de persoanele cu dizabilități, subliniind că nu suntem atât de diferiți unul de celălalt și că „toți contăm la fel”.

- Profesorul poate folosi graficul de evaluare formativă de mai jos pentru a observa și a evalua înțelegerea copiilor asupra subiectului:

Grafic de evaluare formativă pentru profesor	
1.	Elevii pot recunoaște diferențele individuale dintre ei.
2.	Elevii pot recunoaște emoțiile pozitive sau negative care apar din cauza diferențelor individuale.
3.	Elevii pot decide cum să abordeze și să acționeze față de persoanele cu boli cronice.
4.	Elevii dezvoltă empatie față de persoanele cu boli cronice sau de altă natură.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Natura: Atunci când învățați despre corpul uman, poate fi inclus și subiectul bolilor cronice.

Comunicare și limbaj: dacă vorbiți despre o carte ale cărei personaje sau autori sunt cunoscuți pentru tratarea bolilor cronice, menționați-o și vorbiți despre aceasta.



Alte resurse:

Cărți:

- Angel Donor de Jennifer Gladen
- The Lion Who Had Asthma de Jonathan London,
- What's Wrong With Timmy? de Maria Shriver,
- Chemo to the Rescue: A Children's Book About Leukemia de Mary Brent,
- Nathan's Wish: A Story about Cerebral Palsy de Laurie Lears

Film:

- **Heidi.** Scrisă de Jack Olesker și Johanna Spyri, în regia lui Toshiyuky Hirume și Takashi Masunaga, produsă de Mark Taylor și Jennifer Blohm, spune o poveste despre Heidi, o fată care se mută în Alpi pentru a locui cu bunicul ei. Se îndrăgostește de viața la munte, totuși se mută la Frankfurt împreună cu mătușa ei pentru a servi ca însoțitoare și apoi pentru cea mai bună prietenă a ei, Clara, o fată cu dizabilități. Dar apoi lucrurile se schimbă și Clara îi dă lui Heidi un bilet înapoi în Alpi (1995).

Tema 3: Prevenția problemelor comportamentale

Problemele comportamentale ale copiilor includ comportamente dificile și solicitante care sunt în afara normelor pentru vârsta lor. Acestea pot avea ca rezultat o expresie simptomatică a unei inadaptări emoționale

Subiectul 3.1: Abordarea problemelor de internalizare

Capacitatea de a gestiona dificultățile de sănătate mintală care sunt dezvoltate într-o mare măsură în cadrul individului. Tulburările de internalizare constau în probleme care se bazează pe simptome supracontrolate; aceste probleme se pot manifesta atunci când copiii încearcă să mențină un control nepotrivit sau o reglare inadecvată a emoțiilor lor.

Obiective

1. Dezvoltarea capacității de a gestiona depresia
2. Dezvoltarea capacității de a gestiona anxietatea și fobia școlară
3. Dezvoltarea capacității de a gestiona retragerea socială
4. Dezvoltarea capacității de a gestiona problemele somatice

Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona depresia

Activitatea 1: Când tristețea vine...



Rezultat

La sfârșitul activității, elevii vor putea să înțeleagă tristețea și ce se poate întâmpla în interiorul și în afara corpului lor atunci când vine tristețea. De asemenea, vor putea identifica strategii pentru a repara acțiuni ofensatoare față de ceilalți.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Foi de hârtie, creioane colorate, markere



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Este ora prânzului. Liza este la masă cu colegii săi de clasă: este tristă de câteva zile. Astăzi nu prea are pofta de mâncare și farfuria ei este încă plină. Liza este plictisită și enervată de confuzia din jur, în timp ce colegii ei râd, discută, mănâncă. Nu știe ce să facă și se simte inconfortabil. Pentru a atrage atenția cuiva ea ia paharul de la colegul de lângă ea și îl varsă pe farfuria lui. Colegul



de clasă începe să plângă și Liza înclină capul pe masă și plânge în tăcere, în timp ce profesorul o ceartă.

- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Unde este Liza?
 3. Ce face ea?
- Profesorul le cere elevilor să deseneze următoarele scenarii:
 1. Chipul Lizei după ce a vărsat paharul colegului său.
 2. Ce se întâmplă în capul, inima, stomacul Lizei după ce a vărsat paharul colegului ei?
- Profesorul cere elevilor (numai dacă doresc) să împărtășească și să comenteze desenele lor.
- Profesorul pune elevilor următoarele întrebări:
 1. Ce poate face Liza pentru a-și repara comportamentul? Crezi că colegii lor o pot ajuta într-un fel?
 2. Cum poate Liza să-și depășească tristețea?

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii își pot reprezenta experiența tristeții cu desenele lor
2. Elevii pot propune diferite soluții pentru a gestiona tristețea
3. Elevii pot propune diferite modalități de a ajuta un coleg de clasă sau un prieten care se simte trist

- Profesorul explică scopul activității, cel de a înțelege tristețea. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să înțeleagă ce se poate întâmpla în interiorul și în afara corpului lor atunci când simt tristețe și să identifice strategii pentru a repara acțiuni jignitoare față de ceilalți



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

Activitatea poate fi realizată în cerc pentru a încuraja interacțiunea copiilor (povestirea).

Jocul cu păpuși poate fi integrat ca un joc și poate fi, de asemenea, continuat ca o activitate de timp liber.



Alte resurse:

Cărți cu imagini:

- “When sadness is at your door” de Eva Eland

Film:

- **Inside out.** Scris și regizat de Pete Doctor și Ronnie del Carmen și produs de Jonas Rivera, este un film despre tânăra Riley care, după ce s-a mutat din Midwest în San Francisco, constată că emoțiile ei - bucuria, frica, furia, dezgustul și tristețea - sunt în conflict în legătură cu viața într-un oraș nou, o casă și o școală nouă.

Activitatea 2: Descoperind importanța tristeții



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea înțelege că tristețea nu este o emoție „rea” sau „greșită”, ci că, ca și alte emoții, are o funcție.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Reviste vechi, lipici, foarfece și câteva foi mari



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Jamal este foarte trist astăzi și nu vrea să facă nimic. Colegii săi îl întreabă ce are, dar el nu răspunde și stă cu brațele încrucișate pe bancă cu o expresie sumbră. Apoi începe să plângă. Hong, fără să spună nimic, se apropie de el și îl îmbrățișează. Puțin mai târziu, Jamal se simte mai bine.



- Profesorul verifică dacă elevii au înțeles povestea:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Cum se simte Jamal la început? Și la final?
 3. Ce se schimbă de la început până la sfârșit?
- Profesorul propune o activitate de emoție-colaj:
 1. Împărțiți elevii în grupuri de câte 5 (conform criteriilor considerate cele mai funcționale)
 2. Oferiți reviste vechi, lipici, foarfece și o foaie mare fiecărui grup
 3. Rugați elevii să reprezinte toate emoțiile pe care le simte Jamal în această poveste, tăind imaginile ziarelor. Ar trebui să lipească aceste imagini în partea stângă a foii. În partea dreaptă, cereți elevilor să decupeze și să lipească imagini ale acțiunilor și activităților care pot ajuta la depășirea tristeții.
 4. Agățați toate colajele pe un perete al clasei și rugați-i pe copii să se gândească dacă aceste emoții sunt „bune” sau „rele”, „frumoase” sau „urâte” cerând, de asemenea, să încerce să-și motiveze răspunsurile.
- Profesorul arată clipul filmului „Inside out” numit „Bucuria înțelege importanța tristeții” și cere elevilor să se gândească la importanța emoțiilor „negative” (care fac parte din noi și ar trebui acceptate și ascultate). În cele din urmă, cere elevilor să-și împărtășească ideile cu privire la aceasta.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot reprezenta cu un colaj o gamă largă de emoții legate de tristețe, fiind capabili să le identifice, să le clasifice și să le numească.
2. Elevii pot evoca modalități de a ajuta pe cineva să depășească tristețea.

3. Elevii recunosc rolul și importanța tristeții în clipul propus și pot oferi argumente bune pentru a susține acest lucru.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a înțelege că tristețea nu este o emoție „rea” sau „greșită”, ci, ca celelalte emoții, are o funcție. Profesorul poate ajuta elevii să transfere această abilitate în diferite contexte din viața lor, acasă sau la școală.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Desen: valoarea tristeții în pictură (Impresionismul și Van Gogh, modul în care artiștii folosesc culorile pentru a-și exprima emoțiile...)

Științe: funcția lacrimilor (dacă nu am avea lacrimi...)

Limba Italiană: înțelegere și analiză a textului poveștii



Alte resurse:

Cărți:

- “The Lion king” 1997

Filme:

- **Inside out.** Scris și regizat de Pete Doctor și Ronnie del Carmen și produs de Jonas Rivera, este un film despre tânăra Riley care, după ce s-a mutat din Midwest în San Francisco, constată că emoțiile ei - bucuria, frica, furia, dezgustul și tristețea - sunt în conflict în legătură cu viața într-un oraș nou, o casă nouă și o școală diferită.

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona anxietatea și fobia școlară

Activitatea 1: Nu mă părăsi!



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea numi unele dintre cauzele anxietății și fobiei școlare și vor putea identifica câteva strategii pentru a le face față.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Foi de hârtie, creioane



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Luca, ca în fiecare dimineață, simte nevoia să plângă atunci când trebuie să se despartă de tatăl său care îl duce la școală. Se agață de picioarele sale și refuză să-l întâmpine pe profesorul care îl invită să intre în clasă. Tatăl îi spune: "Trebuie să mă duc la servicii Luca, dă-mi drumul. Mergi la prietenii tăi, ei te așteaptă. Ziua va trece repede și vom fi din nou împreună în seara asta." Luca nu renunță... Simte că i se închide stomacul și îi este greață... nu vrea ca tatăl său să plece.



- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:
 1. Ce face Luca în această poveste?
 2. Ce spune tati?
 3. De ce crezi că Luca se comportă așa?
- Profesorul ia un afiș mare și îl împarte în două: pe o parte elevii sunt rugați să spună toate lucrurile frumoase despre școală care oferă/ aduc fericire; și, pe de altă parte, lucrurile pe care le simt ca fiind negative și pot provoca frică sau anxietate („lucruri care vă pot face nervoși sau lucruri de care vă temeți”). După finalizarea afișului, profesorul întreabă ce se poate face pentru a depăși lucrurile negative enumerate

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot face distincția între elementele pozitive și critice legate de viața școlară.
2. Elevii pot identifica câteva strategii pentru a-și gestiona temerile legate de școală.

- Profesorul explică scopul activității, care este acela de a numi unele dintre cauzele anxietății și fobiei școlare. Profesorul poate ajuta elevii să transfere această abilitate în diferite contexte din viața lor despre importanța și practicarea acesteia pentru a deveni mai puternici, astfel încât să fie gata să identifice câteva strategii pentru a face față anxietății.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

O reflecție similară ar trebui propusă ori de câte ori un elev se simte nesigur în a face ceva nou sau a încerca o activitate nouă.

Urmăriți videoclipuri sau citiți povești pentru copii, a căror temă este frica și anxietatea și abordați modalități de a le depăși.



Alte resurse:

Carte:

- Steve Herman (2018). "Help Your Dragon Deal With Anxiety: Train Your Dragon To Overcome Anxiety. O poveste drăguță pentru copii care să îi învețe cum să facă față anxietății, îngrijorării și fricii"

Videoclip:

- Tom are tulburare de anxietate de separare. Acest videoclip este despre un copil care are anxietate de separare, reprezentată printr-un desen animat cu un dragon.

<https://youtu.be/jEkFp0Ux4OQ>

Activitatea 2: Simptomele fricii



Rezultat

La finalul activității, elevii vor fi conștienți de faptul că o frică mare se poate transforma în anxietate și ar putea provoca disconfort fizic. Mai mult, elevii vor putea identifica strategii pentru a o depăși



Grup țintă



Nivel

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Materiale

Avansat



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



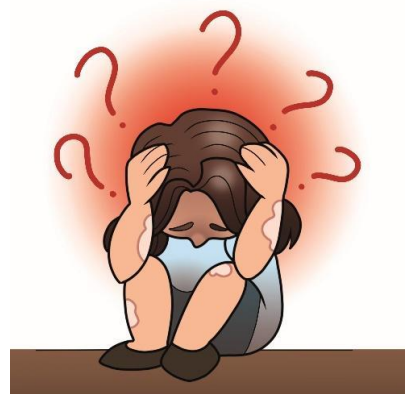
Cutiuța cu povești

Lucia este în mașină cu tatăl ei și sunt aproape de școală. A trecut ceva timp de când Lucia s-a simțit mai anxioasă la școală. Poate pentru că o colegă de clasă își bate joc de părul ei sau pentru că prietena ei Ana nu o mai bagă în seamă sau pentru că este dificil să urmezi instrucțiunile profesorilor. Adevărul este că nu mai vrea să meargă la școală. Se simte mult mai bine acasă.

Ca în fiecare dimineată, o mulțime de gânduri triste și înspăimântătoare îi trec prin minte: ce va spune colega despre părul ei?

În pauză, cu cine se poate juca? Dacă îi spune profesorului că este bolnavă, o va crede? Ce va fi dacă ceva rău i se întâmplă mamei sau tatălui ei în timp ce ea este la școală?

Lucia începe să aibă dureri de cap severe. Stomacul ei se strânge, o doare burta și îi vine să verse. A început să țipe, cerându-i tatălui ei să o ia acasă, dar el îi spune „Lucia, în fiecare dimineată este aceeași poveste! la școală, vei fi bine”. Lucia nu este de acord cu ceea ce spune tatăl ei, dar decide să tacă. De fiecare dată când merge la școală și se apropie se simte rău. Lucrurile se înrăutățesc.



● Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:

1. Ce se întâmplă în această poveste?
2. Cum se simte Lucia?
3. De ce se simte atât de rău Lucia?

● Profesorul împarte clasele în două grupuri:

1. În primul grup, elevii se gândesc (și scriu pe scurt) cum ar fi Lucia și ce ar face dacă tatăl ei ar lua-o acasă: care sunt avantajele și dezavantajele (ce se pierde și ce se câștigă) în acest caz?
2. În al doilea grup, elevii se gândesc (și scriu pe scurt) cum ar fi Lucia și ce ar simți dacă tatăl ei ar lăsa-o la școală: care sunt avantajele și dezavantajele (ce pierde și ce câștigă) în acest caz?

- Discutați într-un întreg grup ce este cel mai bun pentru Lucia și cum să o ajutați să facă față acestei frici.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege motivele bolii Luciei.
2. Elevii pot identifica metodele de a o ajuta pe Lucia să-și înfrunte temerile.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a-i conștientiza pe elevi că frica se poate transforma în anxietate și poate provoca disconfort fizic. Profesorul poate ajuta elevii să transfere această abilitate în diferite contexte din viața lor, subliniind câteva strategii pentru a depăși fricile.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Limbă: utilizați texte care abordează tema emoțiilor.

Istorie: legătura cu un personaj istoric căruia nu-i plăcea școala (de exemplu, Einstein). Artă: reprezentarea anxietății/ fricii cu tehnicile considerate cele mai potrivite



Alte resurse:

Carte:

- Steve Herman (2018). "Help Your Dragon Deal With Anxiety: Train Your Dragon To Overcome Anxiety. O poveste drăguță pentru copii care să îi învețe cum să facă față anxietății, îngrijorării și fricii"

Videoclip:

- Sentiment și emoție. Acest videoclip vorbește despre diferite emoții, modul în care acestea sunt exprimate și propune, de asemenea, diferite modalități de a le trata, disponibil în limba engleză cu subtitrări în toate limbile.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZJAEkDXtyQQ>

Obiectivul 3: Dezvoltarea capacității de a gestiona retragerea socială

Activitatea 1: Ușa închisă



Rezultat

La finalul activității, elevii vor recunoaște și distinge retragerea socială de o situație în care cei care doresc pur și simplu să rămână singuri o vreme. Mai mult, elevii vor putea identifica diferite strategii pentru a face față retragerii sociale a altora.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale



Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Este o zi de vacanță și este foarte cald. Colegii de școală ai lui Borna îl invită să meargă la înot, dar el spune că nu vrea. De câteva luni, el a preferat să rămână acasă, în camera sa cu ușa închisă. Chiar și la școală, în pauză, el rămâne adesea așezat la banca sa și dacă cineva îi cere să se joace, acesta refuză. Cu câteva zile în urmă, chiar l-au invitat la o petrecere cu ocazia unei zi de naștere, dar s-a prefăcut că este bolnav și nu s-a dus.



- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Ce crezi că se întâmplă cu Borna?
- Profesorul propune un joc de rol. Copiii sunt în perechi. În fiecare pereche, un copil joacă rolul lui Borna, iar celălalt joacă rolul unui prieten care vrea să-l ajute să iasă din izolare. Cei care joacă rolul prietenului vor trebui să găsească modalități de a-l distra pe Borna. Cei care joacă rolul lui Borna vor trebui să simuleze nevoia ei de a fi singuri. Când grupurile termină activitatea, toți sunt invitați să povestească despre modalitățile pe care le-au găsit pentru a-l ajuta pe Borna să se izoleze.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii știu să recunoască și să distingă când izolarea devine îngrijorătoare și necesită intervenție (diferit de acele situații în care pur și simplu se dorește să rămână singur o vreme).
2. Elevii găsesc strategiile potrivite pentru a face față altor situații de retragere socială.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a recunoaște și distinge retragerea socială de o situație în care cineva dorește pur și simplu să rămână singur o vreme. Profesorul

îi poate ajuta pe elevi să înțeleagă importanța strategiilor de a face față retragerii sociale a altora.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță ?

Orice situație zilnică în care elevilor le este greu să se relaționeze cu ceilalți și să se retragă din grup pentru a rămâne singuri.



Alte resurse:

Film:

- Un colind de Crăciun.

Cărți:

- The story of fish and snail de Deborah Freedman

Activitatea 2: Lasă-mă în pace



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea să relateze o experiență personală în care au simțit nevoia de a se izola și vor putea să-și imagineze modalități de a face față acestui sentiment. Mai mult, elevii vor putea să se gândească la o altă soluție pentru a ajuta un prieten să iasă din izolare.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Foi de hârtie, creioane colorate și markere



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Hong a lipsit de la școală câteva zile. Părinții ei sunt îngrijorați pentru că nu vorbește cu nimeni și își petrece toate zilele în camera ei cu ușa închisă. Dacă cineva întreabă: „Ce s-a întâmplat cu tine?”, Ea răspunde: „Nimic, vreau să fiu singură”. Colegii de clasă o sună acasă, dar nu vrea să răspundă. Hong simte un mare gol, temându-se că nimeni nu o poate înțelege. Singurul lucru care îi oferă consolare este un videoclip pe care îl urmărește în mod repetat pe telefon.



- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:
 1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Ce credeți că se întâmplă cu Hong?
 3. Vi s-a întâmplat vreodată? Când? Cine vrea să povestească? Cum v-ați simțit în acea situație? Care au fost emoțiile voastre? Și care erau gândurile voastre?
 4. După părerea voastră, ce se întâmplă în videoclipul pe care Hong îl urmărește în mod repetat? De ce îi oferă consolare?
- Profesorul împarte clasa în trei grupe. Fiecare grup a alcătuit un scenariu al videoclipului pe care îl urmărește Hong și îi explică de ce o ajută să se simtă mai bine. Scenariul trebuie reprezentat într-un desen.
- Fiecare grup se gândește la ce ar putea-o ajuta Hong în locul videoclipului.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot povesti un episod în care au simțit nevoia să se izoleze.
2. Elevii pot identifica modalități nesănătoase de a face față sentimentelor negative.

3. Elevii pot gândi diferite strategii pentru a ajuta pe cineva să iasă din izolare.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a relata o experiență personală în care au simțit nevoia de a se izola. Profesorul poate ajuta elevii să înțeleagă că există diferite soluții pentru a ajuta un prieten să iasă din izolare.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Istorie: importanța socializării în evoluția omului (importanța altora pentru supraviețuire).

Științe: animalele cooperează și colaborează (albine, furnici... toate speciile de animale foarte sociale).

Educație fizică: curse de ștafetă, jocuri de cooperare, jocuri de echipă.



Alte resurse:

Carte:

- Kyo Malar. (2012). Virginia Wolf.

Pagină de internet:

- Sugestii de cărți pentru copii despre depresie

<https://readingisbetterthanchocolate.com/discuss-depression-children/>

Obiectivul 4: Dezvoltarea capacității de a gestiona problemele somatice

Activitatea 1: Domnul/ Doamna Greță



Rezultat

La finalul activității, elevii vor fi înțeleși că, uneori, disconfortul fizic este legat de gândurile și imaginația noastră.



Grup țintă



Nivel

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani.



Materiale

De bază



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Este luni. Liza s-a jucat toată dimineața cu colegii ei, a făcut activitățile în mod normal și și-a mâncat prânzul. Cu toate acestea, acum Liza are o durere de cap teribilă și îi vine să verse. Îi spune profesorului, care îi sugerează să se întindă pe covorul moale și să închidă ochii.

Durerile de cap sau greța nu trec. Când mama ei vine să o ia la școală după-amiaza, Liza este palidă și, imediat ce urcă în mașină, varsă. De trei luni se simte rău în fiecare luni.



- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:

1. Ce se întâmplă în această poveste?
 2. Ce a făcut Liza la școală în această dimineață?
 3. Și apoi, ce se întâmplă cu ea?
- Profesorul propune următorul joc:
4. Să ne prefacem că greța Lizei devine o persoană (domnul/ doamna Greță... ce este, cum este? Bărbat/ femeie... înalt(ă)/ scund (ă)... gras (ă)/ slab (ă)... cum este/ culoarea părului lui/ei, ochii, ce poartă..., ce îi place să facă acestei persoane și ce nu îi place să facă...);
 5. Desenați personajul imaginat;
 6. Și apoi... imaginează-ți ce poate spune Liza acestui personaj pentru a-l face să se îndepărteze de corpul ei și de capul ei...
 7. Împărtașiți idei cu colegii de clasă.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii înțeleg că disconfortul fizic este legat de gânduri și imaginație.
2. Elevii pot găsi strategii pentru a evita gândurile negative.

- Profesorul explică scopul activității, care este acela de a înțelege că, uneori, disconfortul fizic este legat de gândurile și imaginația noastră. Profesorul poate ajuta elevii să transfere această abilitate în diferite contexte din viața lor, cum ar fi la școală sau acasă.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

Orice situație în care copiii prezintă disconfort din cauza unei boli fizice sau psihologice.



Alte resurse:

Carte:

“Look inside your body” de Louie Stowell.

Videoclip:

“Once upon a time...life”. Seria care îi duce pe copii și adulți într-o călătorie în lumea corpului uman. Învață cum sunt structurate organele metabolismului uman și cum funcționează acestea.

Activitatea 2: Dialog între cap și stomac



Rezultat

La finalul activității, elevii vor înțelege că există o legătură specială între minte și corp. De asemenea, vor înțelege că, uneori, dacă gândurile se schimbă, se schimbă și simptomele fizice.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Hârtie și creion/ stilou



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Este luni. Jamal face exercițiul la matematică și apoi ascultă explicațiile profesorului. La pauză, însă, nu are chef să mănânce o gustare și începe să se simtă rău. Greța devine atât de puternică încât vine și o durere de cap. Îi spune profesorului, care sugerează să se odihnească cu capul pe masă și să se relaxeze, dar greța nu a dispărut.



- Profesorul le cere copiilor să își împărtășească ideile în jurul acestor întrebări:
 1. Ce se întâmplă în această poveste? Ce simte Jamal?
 2. După părerea ta, de ce i se întâmplă asta lui Jamal doar luni?
- Profesorul împarte grupul clasei în perechi. În fiecare pereche un copil joacă rolul stomacului lui Jamal și un alt copil joacă rolul creierului lui:
 1. Imaginați-vă că creierul lui Jamal poate vorbi cu stomacul său: ce spune creierul lui Jamal stomacului său luna?
 2. Imaginați-vă că stomacul lui Jamal poate răspunde și se poate apăra de aceste lucruri pe care creierul său i le spune. La ce ar putea răspunde stomacul lui Jamal? Sau ce ar putea face pentru a se apăra de creier?
 3. Ce ar trebui să-i spună creierul lui Jamal stomacului pentru a lăsa să treacă greța?
 4. Fiecare pereche de elevi, după ce a jucat, scrie dialogul între creierul lui Jamal și stomacul său.

Gravic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege legătura dintre corp și minte.
2. Elevii pot înțelege impactul gândurilor asupra simptomelor corporale.

- Profesorul explică scopul activității, care este acela de a înțelege că există o legătură specială între minte și corp. Profesorul poate ajuta elevii să înțeleagă că, uneori, dacă gândurile se schimbă,

se schimbă și simptomele fizice (gândurile pozitive pot influența senzațiile pozitive ale corpului și gândurile negative se pot transforma în simptome neplăcute ale corpului).



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Științe: corpul uman, funcția creierului.

Limbă: text creativ - descrierea personajului „Jamal greață”. ""

Arta: construcția/ compoziția/ proiectarea unui personaj imaginar care poate reprezenta situația.



Alte resurse:

Carte:

- The Human Brain - Biology for Kids | Children's Biology Books (de Baby professor) – Corpul uman – Biologie pentru copii/ cărți de biologie pentru copii

Subiectul 3.2: Abordarea problemelor de externalizare

Capacitatea de a face față dificultăților de sănătate mintală care sunt dezvoltate într-o mare măsură către mediul copiilor. Problemele de externalizare pot fi rezultatul lipsei capacității de autocontrol sau a abilităților reduse de reglare emoțională și comportamentală

Obiective

1. Dezvoltarea capacității de a gestiona hiperactivitatea
2. Dezvoltarea capacității de a gestiona comportamentului agresiv și antisocial

Obiectivul 1: Dezvoltarea capacității de a gestiona hiperactivitatea

Activitatea 1: Ce agitație! Păstrează-ți calmul...



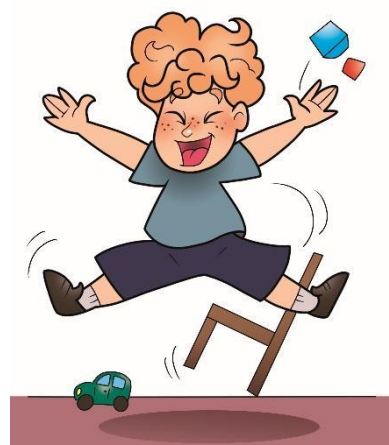
Rezultat	La finalul activității, elevii vor putea reflecta asupra strategiilor pe care le pot aplica pentru a se calma.
Grup țintă	Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani
Nivel	De bază
Materiale	Foi de hârtie, creioane, cartonașe de calmare
Etapile activității	

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste.



Cutiuța cu povești

Este ora 11.30. Profesorul cere să se facă ordine pentru că este ora prânzului. Este mult zgomot în clasă: o mulțime de jucării împrăștiate pe podea și copiii țipă. Profesorul ridică vocea pentru a fi auzit și îi spune lui Borna să-și aranjeze jucăriile. Borna începe să alerge în jurul clasei, se apropie de o cutie de construcții Lego și răstoarnă totul pe podea. Apoi se urcă pe un scaun și sare. Se apropie de copiii care ordonează niște cărți și le aruncă pe toate în aer. Profesorul îl trage înapoi și încearcă să-l oprească, dar el devine și mai agitat. Uneori Borna are probleme să acorde atenție, își mișcă rapid mâinile și picioarele și îi este greu să rămână nemișcat în același loc. Devine nervos în medii zgomotoase.



- Profesorul le cere elevilor să își împărtășească ideile într-un cerc, în jurul acestor întrebări:
 1. Poți descrie comportamentul lui Borna?

2. Cum crezi că se simte Borna?
3. Ce ar putea face profesorul pentru a-l liniști?
 - Profesorul cere elevilor să facă un desen care să ilustreze ce ar putea face profesorul lui Borna pentru a-l liniști. Fiecare elev face un desen și apoi îl explică altora, arătând cum profesorul l-ar putea liniști pe Borna.
 - Profesorul arată un set de cartonașe (cartonașe strategice calmante, <https://www.lizs-early-learning-spot.com/anger-management-23-calming-strategy-cards/> sau <https://www.twinkl.ca/resource/strategii-de-calmare-pentru-copii-i-aduli-fi-informativ-ro1-mc-25>) și înmânează un cartonaș tuturor elevilor.
 - Profesorul organizează o activitate de joc de rol: elevii realizează strategiile de calmare reprezentate pe cartonașe.
 - Profesorul poate folosi graficul de mai jos pentru a discuta cu elevii despre hiperactivitate și pentru a observa strategiile pe care le-ar putea folosi pentru a se calma singuri.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor	
1.	Elevii pot recunoaște sentimentele lui Borna.
2.	Elevii pot numi sentimentele și emoțiile.
3.	Elevii cunosc un anumit număr de strategii care pot fi folosite pentru a se calma.

- Profesorul explică scopul activității, care este acela de a înțelege comportamentul hiperactiv și de a reflecta asupra strategiilor pe care elevii le pot aplica pentru a se calma. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să numească sentimentele și emoțiile utile pentru a-i calma pe ceilalți.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

- Educație fizică - Faceți exerciții care alternează acțiunea cu momente de calm.
- Fiecare moment al zilei în care un copil este foarte agitat și îi este greu să se calmeze



Alte resurse:

Videoclipuri:

- Cum arată ADHD. Video care prezintă mai multe situații problemă ale unui copil hiperactiv. Disponibil în engleză, fără subtitrări.
<https://www.youtube.com/watch?v=zgkIMmsJRyo>
- Giuliana este specială. Acest videoclip este o carte pentru copii care povestește despre un copil hiperactiv. Oferă colegilor indicii pentru a face față acestor copii
https://www.youtube.com/watch?v=9v_DQa191uQ

Activitatea 2: Cele mai bune strategii de calmare



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea înțelege nevoile colegilor de clasă cu ADHD. Mai mult, vor putea găsi strategii pe care să le aplice pentru a se calma singuri.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Foi de hârtie, creioane, cartonașe de calmare



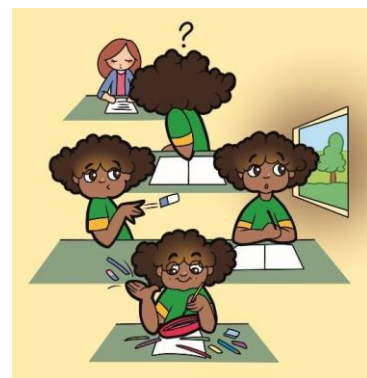
Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

Este ora 11.30. Profesorul tocmai a dat clasei testul la matematică. João a încercat să rezolve o problemă, dar nu este capabil să facă asta pentru că îi este greu să se concentreze și să-și păstreze atenția la test. Începe să se joace cu stilourile și creionul, se uită pe fereastră, se întoarce să se uite la colegii de clasă și aruncă radiera celui de lângă el. Profesorul îl vede și îl certă. João se calmează două minute, dar după aceea începe să se miște și să se joace din nou.



- Profesorul le cere elevilor să își împărtășească ideile într-un cerc, în jurul acestor întrebări:
 1. Cum se simte João?
 2. De ce se simte așa João?
 3. De ce aruncă radiera colegului său de clasă?
 4. De ce are nevoie?
 5. Ce ar putea face profesorul pentru a-l calma?
- Profesorul arată un set de cartonașe (cartonașe strategice calmante, <https://www.lizs-early-learning-spot.com/anger-management-23-calming-strategy-cards/>) și înmânează un cartonaș tuturor elevilor.
- Profesorul îi întreabă pe elevi cum s-ar putea simți João după aplicarea celor două strategii de calmare.
- Profesorul poate folosi graficul de mai jos pentru a evalua capacitatea elevilor în recunoașterea nevoilor lui João și în găsirea de strategii pentru a-l liniști.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege sentimentele și nevoile lui João.
2. Elevii pot numi sentimentele și emoțiile legate de ADHD.
3. Elevii înțeleg natura emoției lui João și motivul din spatele comportamentului său.
4. Elevii cunosc un anumit număr de strategii care pot fi folosite calmare.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Muzică: analizați melodii și texte muzicale cu ritmuri vii sau lente, intensități, tonuri, timbre și denumiți emoțiile evocate.

Limbă: descrie într-un text un loc care calmează și un loc care îi entuziasmează pe elevi.

Desen: creați o imagine fantezie care exprimă agitație și/ sau o imagine fantezie care exprimă calmul.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a înțelege nevoile și comportamentele colegilor de clasă cu ADHD. Profesorul poate ajuta elevii să găsească strategii pe care să le aplice pentru a se calma singuri și pentru a transfera aceste abilități în diferite contexte din viața lor.



Alte resurse:

Cărți:

- The survival guide for kids with ADHD by John F. Taylor (2006)
- Ghidul de supraviețuire pentru copii cu ADHD de John F. Taylor (2006)

Videoclipuri:

- Experiență copilului cu ADHD. Acest videoclip prezintă ADHD-ul din perspectiva copilului.

<https://www.youtube.com/watch?v=w4t4JFKDD6s>

- Ce este ADHD ?. Acest videoclip prezintă informații despre ADHD: cine este predispus; simptome; cauze; tratament etc.

<https://www.youtube.com/watch?v=9VfMLO7GdbA>

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona comportamentul agresiv și antisocial

Activitatea 1: Comportament necontrolat



Rezultat

La finalul activității, elevii vor fi conștienți de faptul că comportamentele agresive și antisociale se datorează furiei. De asemenea, vor putea identifica câteva strategii pentru a face față acestora.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Copiii se joacă și aleargă în curtea școlii. John nu găsește un joc care să-l intereseze cu adevărat, așa că trece de la un grup la altul, supărându-i pe colegii de școală: împinge, îi trage de păr, aruncă mici grămezi de pământ, ia obiecte cu care se joacă alți copii.

La un moment dat, se apropie de un grup de copii care lucrează de mult timp la construirea unui turn de nisip. Aleargă spre turn și sare pe el cu forță aplatizându-l. Copiii rămân la început fără cuvinte, apoi încep să se enerveze, cineva plânge, iar altul vrea să-l bată, dar John aleargă mai repede și reușește să scape.



- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. Ce face John?
 3. De ce distruge John turnul de nisip? Ce voia?
- Profesorul citește două posibile finaluri diferite ale poveștii:
 1. Copiii se îndepărtează de John, pentru că sunt obișnuiți cu comportamentul lui și încearcă să reconstruiască turnul fără să se uite, ignorându-l;
 2. Copiii se enervează foarte tare și îl spun profesorului care îl pedepsește pe John.
- Profesorul întreabă copiii: Care dintre cele două situații îl poate ajuta pe John să-și schimbe mai mult comportamentul?
- Profesorul susține discuția dintre copii și îi ajută să își împărtășească ideile.
- Profesorul propune un al treilea final al poveștii: „Profesorul vorbește separat cu John, îl ajută să reflecteze la ceea ce a făcut și cum s-au simțit colegii săi. Apoi, invită grupul să-l implice pe John în construcția turnului”.
- Profesorul cere elevilor să reflecteze asupra acestor întrebări:

1. Cum s-ar simți John în această a treia opțiune?
2. Cum s-ar simți colegii săi de clasă?

Grafic formativ pentru profesor

1. Elevii pot recunoaște sentimentele lui John
2. Elevii pot înțelege de ce John se comportă astfel.

- Profesorul explică scopul activității, care este acela de a conștientiza că comportamentele agresive și antisociale depind de furie. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să găsească strategii pe care să le aplice pentru a face față furiei și să recunoască sentimentele altora (de exemplu, așteptarea persoanei să se calmeze, să fie amabili și respectuoși și să încerce să vorbească după eveniment prevenind situații viitoare etc.).



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

În activitățile fizice, explorați activități de relaxare și activități care implică atingerea (pentru a vă sprijini reciproc, relaxa reciproc prin atingere sau masaj etc., îmbrățișări). De exemplu, clasa este împărțită în grupuri de doi. Elevii sunt răspândiți în jurul camerei, curții sau școlii. Când profesorul spune, trebuie să alerge spre colegii lor și să se îmbrățișeze.

Fiecare moment al zilei în care un copil este agresiv cu ceilalți.



Alte resurse:

Cărți:

- Cărți ilustrate de autoreglare. Puteți găsi un exemplu la acest link.
<https://www.pinterest.it/pin/6966574408373940/>
- Train Your Angry Dragon: Teach Your Dragon To Be Patient. O poveste drăguță pentru copii pentru a-i învăța pe copii despre emoții și gestionarea furiei de Steve Herman (2018).
- My mouth is a Volcano de Julia Cook (2008)

Activitatea 2: "Cuvintele potrivite!"



Rezultat

La finalul activității, elevii vor înțelege sentimentele și emoțiile din spatele comportamentelor agresive. Mai mult, vor putea găsi câteva cuvinte și acțiuni eficiente pentru a răspunde la comportamentele agresive ale colegilor lor.



Grup țintă

Elevii cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Foi de hârtie, creioane, post-it, creioane colorate, markere colorate



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

În timpul pauzei, Liza face multe probleme. Varsă sticla de suc pe scaunul lui Jamal, aruncă toate cărțile pe jos și sare pe ele, spune cuvinte urâte și aruncă o gumă înspre Jamal. În ultima vreme, astfel de episoade se întâmplă adesea. Când a fost întrebată: "de ce faci toate acestea? Ce au făcut prietenii tăi ca să te înfurie atât de tare?", Ea răspunde: "Sunt furioasă, toți sunt răi mine!"



- Profesorul le cere elevilor să-și împărtășească ideile în cerc, în jurul acestor întrebări:
 1. Ce se întâmplă în poveste?
 2. Ce face Liza?
 3. De ce este atât de furioasă?
- Profesorul împarte clasa în 5 grupe:
 1. În fiecare grupă, copiii se pun în pielea colegilor Lizei și își imaginează că răspund la ceea ce a spus („Sunt furios, toți sunt răi cu mine!); „Care sunt cuvintele potrivite? ”
 2. Fiecare grupă prezintă propriile răspunsuri.
 3. Răspunsurile sunt discutate cu profesorul și se decide care ar fi mai util Lizei pentru a-și schimba atitudinea.
- Profesorul le oferă copiilor niște post-it-uri.
- Fiecare copil îi scrie unul sau două CUVINTE POTRIVITE Lizei când se enervează, ceea ce o poate ajuta să se calmeze. Post-it-urile ar trebui să fie afișate pe peretele clasei.

Gravic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii înțeleg că Liza este supărată și de ce este agresivă.
2. Elevii se pot pune în locul prietenilor Lizei.
3. Elevii pot găsi un anumit număr de cuvinte și acțiuni eficiente pentru a o ajuta pe Liza.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a înțelege sentimentele și emoțiile din spatele comportamentelor agresive. Profesorul îi poate ajuta pe elevi să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor, gândindu-se la importanță și practicându-le pentru întărirea lor, astfel încât să găsească câteva cuvinte și acțiuni eficiente pentru a răspunde la comportamentele agresive ale colegilor.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Istorie: Explorați câteva conținuturi ale istoriei în care furia duce la un comportament agresiv și la momente dificile din istoria lumii. Cele mai sângeroase bătălii au fost deseori duse datorită mâniei unor oameni față de alții.

În orice situație frustrantă care poate provoca furie și agresivitate (de exemplu, imposibilitatea de a termina o sarcină, o notă proastă, un exercițiu dificil).



Alte resurse:

Film:

- “Peter Pan”. Regizat de Clyde Geronimi, Wilfred Jackson, Hamilton Luske și Jack Kinney, produs de Walt Disney, spune o poveste despre Wendy și frații ei care merg într-o lume magică numită Neverland, unde îl întâlnesc pe Peter Pan. (1953)

Subiectul 3.3: Gestionarea comportamentelor de risc

Capacitatea de a preveni copiii să manifeste comportamente riscante. Aceasta include comportamente care pot provoca leziuni psihice sau fizice, precum și efecte adverse cumulate care pot avea un impact negativ asupra dezvoltării fizice și psihice a copiilor.

Obiective

1. Identificarea și prevenirea comportamentelor de risc care pot provoca vătămări corporale
2. Dezvoltarea abilității de a gestiona violența școlară
3. Identificarea și gestionarea dependențelor de Internet și jocuri video

Obiectivul 1: Identificarea și prevenirea comportamentelor de risc care pot provoca vătămări corporale

Activitatea 1: Recunoașterea riscului...



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea înțelege comportamentele de risc și posibilele lor consecințe și vor identifica strategii pentru a le evita.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani



Nivel

De bază



Materiale

Foi de hârtie, creioane colorate, markere



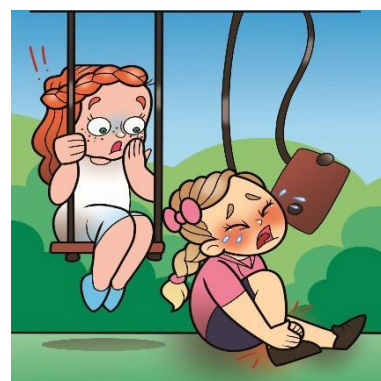
Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Ana și Sofia se joacă în parc. Este o zi frumoasă și se simt atât de norocoase pentru că sunt puțini copii, așa că leagănele sunt pentru ele. Ana începe să se balanseze, împingând cu picioarele pentru a se da în leagăn din ce în ce mai tare. Sofia încearcă să facă același lucru, dar își amintește recomandarea mamei sale de a nu se balansa prea repede, așa că decide să încetinească. Ana continuă să se lege din ce în ce mai repede, parcă ar vrea să ajungă la cer. Inima Anei bate atât de repede încât nu s-a simțit niciodată atât de fericită, ba chiar are pielea de găină! „Sofia, hai, fă la fel, este extraordinar !!” și pentru a-și impresiona prietena, ea sare de pe leagăn, dar cade și se rănește la gleznă. Mamele lor fug imediat către ele, Ana plânge, iar Sofia este cu adevărat îngrijorată.



- Profesorul verifică dacă copiii au înțeles povestea::
 1. Ce se întâmplă în această poveste? Ce face Ana?
 2. După părerea voastră, de ce își asumă Ana un astfel de risc?
 3. Ar fi putut Sofia să o convingă pe Ana să încetinească?
 4. Vi s-a întâmplat vreodată? Ați riscat vreodată în timp ce vă jucați sau ați văzut pe cineva făcând asta?
 5. Cum puteți evita comportamentul de risc atunci când prietenii sau colegii de clasă vă presează să o faceți? (spunând nu, afirmând că nu doriți să o faceți și alertând consecințele, spunând nu și propunându-vă să faceți altceva, îndepărtându-vă de el/ ea dacă continuă să insiste etc.).
- Profesorul cere un desen care să illustreze povestea. Apoi cere elevilor (numai dacă vor) să împărtășească și să comenteze desenele lor.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot înțelege comportamentele riscante și posibilele lor consecințe.
2. Elevii pot propune diferite soluții pentru a evita comportamentul riscant.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a înțelege comportamentele riscante sau posibilele lor consecințe. Profesorul poate ajuta elevii să transfere aceste abilități în diferite contexte din viața lor, ajutându-i pe elevi să identifice strategii pentru a evita riscul.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

O reflecție similară ar putea fi propusă ori de câte ori un copil se comportă într-un mod riscant

Citiți povești pentru copii în care este prezentă presiunea grupului și faceți o discuție și/ sau dramatizați povestea.



Alte resurse:

Filme:

- Prințesa și broscoiul. Scrisă de Ron Clements, John Musker și Rob Edwards, în regia lui Ron Clements și John Musker și produsă de Peter del Vecho, spune o poveste despre o fată pe nume Tiana care vrea să deschidă cel mai bun restaurant din New Orleans și despre un prinț broscoi care vrea să fie din nou om. Prințul broscoi o confundă pe Tiana cu o prințesă și când el o sărută, și ea se transformă în broască. Cei doi trebuie să găsească o modalitate de a deveni din nou oameni. (2009).

Videoclipuri:

- Discuții| Presiunea colegilor. Acest videoclip arată un adult care dezvoltă o conversație cu mai mulți copii pe tema presiunii colegilor.
<https://www.youtube.com/watch?v=FGv6sx0gOcc>
- Cum să-ți ajuți copilul să reziste presiunii colegilor - Desene animate cu o conversație între un adult și un copil despre presiunea colegilor, prezentând soluții pentru a face față acesteia.
<https://www.youtube.com/watch?v=RN24rtdAhxY>

Activitatea 2: Sari!



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea recunoaște comportamentele riscante și posibilele consecințe ale acestora



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale

Reviste vechi, lipici, foarfece și câteva foi mari



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

João și Jamal merg în parc pentru a-și încerca noile skateboard-uri. Există o pistă, creată special pentru această activitate, dar sunt prea mulți copii și nu vor să își aștepte rândul. João își amintește că lângă terenul de baschet există niște scări care duc spre terenurile de tenis. Așa că îi vine o idee. „Dacă avem un start, putem sări cu skateboard-urile noastre peste acele scări! Ia-ți telefonul și filmează, ca să postăm mai târziu!”.

De fapt, Jamal nu este de acord cu prietenul său, ar prefera să-și aștepte rândul la pista de skateboard, dar João este atât de insistent încât nu vrea să-l dezamăgească. El ia telefonul și spune „Ok, du-te când ești gata”. João este euforic, simte adrenalina care îi curge prin vene și inima îi bate atât de repede. Își ia avânt, sare peste scări. Este atât de fericit că ar putea să o facă, încât vrea să încerce din nou. Se simte puternic, aproape capabil să zboare. Face o alergare mai lungă, de data aceasta vrea să ajungă și mai departe. El se rănește la umăr. Nu reușește să sară, cade și se rănește la umăr.



- Profesorul verifică dacă elevii au înțeles povestea:
 1. Ce se întâmplă în această poveste? Ce vrea João să facă?
 2. După părerea voastră, de ce s-a comportat așa? Cum a vrut să se simtă?
 3. Vi s-a întâmplat vreodată așa ceva?
 4. Ce ar fi putut să facă sau să spună Jamal?
- Profesorul propune o activitate:
 1. Împarte copiii în grupe de 4 sau 5.
 2. Oferă reviste vechi, lipici, foarfece și o foaie mare fiecărui grup.

3. Roagă elevii să reprezinte un comportament care ar putea să-i facă să se simtă bine (emoții puternice care îi pot face să se simtă bine), dar în același timp i-ar putea pune într-o situație riscantă sau periculoasă. Apoi cereți elevilor să reprezinte un comportament care i-ar putea face să se simtă bine, fără a-i pune în pericol.
4. Profesorul atârnă toate afișele pe peretele clasei.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot recunoaște comportamentele de risc sau posibilele lor consecințe.
2. Elevii înțeleg cum se simt atât fizic, cât și emoțional atunci când au comportamente de risc (acordați atenție: accelerării bătăilor inimii, euforie...) și sunt capabili să identifice comportamentul având aceleași senzații, fără a se pune în pericol.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a recunoaște comportamentele de risc sau posibilele lor consecințe. Profesorul poate ajuta elevii să transfere aceste abilități în diferite contexte ale vieții lor. Scopul este de a evita posibilele leziuni și de a vă concentra asupra unui alt mod de a vă distra.



Cum îmi pot face elevii să înțeleagă acest lucru?

Educație fizică: profesorii îi pot convinge pe elevi să încerce activități fizice care activează semnale plăcute în corp și nu îi pun în situații de risc.

Științe: bătăile inimii și activarea corpului

Limbă: înțelegere și analiză textuală a poveștii.



Alte resurse:

Videoclipuri:

- Videoclipul intitulat „Viktoria Odintcova hangs from Skyscraper for Perfect Selfie” arată o fată care se pune în pericol doar pentru a obține selfie-ul perfect. Disponibil fără cuvinte.
<https://www.youtube.com/watch?v=JbWuTO0nLZ8>.
- Discuții| Presiunea colegilor. Acest videoclip arată un adult care dezvoltă o conversație cu mai mulți copii pe tema presiunii colegilor. Disponibil în engleză cu subtitrări în toate limbile.
<https://www.youtube.com/watch?v=FGv6sx0gOcc>
- Cum să-ți ajuți copilul să reziste presiunii colegilor - Acest videoclip este un desen animat cu o conversație între un adult și un copil despre presiunea colegilor, prezentând soluții pentru a face față acestora. Disponibil în engleză cu subtitrări în toate limbile.
<https://www.youtube.com/watch?v=RN24rtdAhxY>

Cărți:

- Aventurile lui Pinocchio de Carlo Collodi

Obiectivul 2: Dezvoltarea capacității de a gestiona violența școlară

Activitatea 1: Ce faci?



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea recunoaște diferite forme de violență școlară și consecințele acestora.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

De bază



Materiale

Reviste vechi, diferite materiale, instrumente muzicale, lipici, foarfece și câteva foi mari



Etapetele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste:



Cutiuța cu povești

Luca este un băiat timid. Îi place să deseneze și petrece pauzele creând benzi desenate scurte despre supereroi. Într-o zi, un coleg de clasă trece pe lângă desenul său și începe să-l tachineze. "Ce faci? Desenul tău este îngrozitor!" Luca se supără cu adevărat, dar îl ignoră și continuă să deseneze.



Versiunea 1:

"M-ai auzit?" spune colegul de clasă: „Nu te pricepi la asta. A acționa ca un mare artist este inutil, nu poți face asta, nu ești bun de nimic! Hei băieți, uitați-vă la noul Picasso!" continuă să râdă.

Versiunea 2:

"Esti surd?" spune colegul de clasă, smulgându-i foaia din mâini. Luca încearcă s-o recupereze, dar colegul de clasă îl îndepărtează și îi rupe desenul în bucăți mici.

- Profesorul se asigură că elevii au înțeles povestea și pune următoarele întrebări:
 1. Ce s-a întâmplat în prima versiune? Cum s-a simțit Luca?
 2. Ce s-a întâmplat în a doua versiune? Cum s-a simțit Luca?
 3. În ce poveste are loc un comportament violent?
 4. Ce este violența pentru voi?
- Profesorul ajută să înțeleagă că ambele versiuni au un comportament violent. Profesorul identifică, de asemenea, efectele ambelor forme de violență.
- Profesorul propune o activitate:
 1. Împărțiți copiii în grupe de 4 sau 5.
 2. Oferiți reviste vechi, lipici, foarfece, materiale diferite și o foaie mare fiecărui grup.
 3. Cereți elevilor mai multe exemple de violență, folosind diferite materiale sau limbaje (instrumente muzicale, alte materiale...).

4. La finalul activității profesorul va cere o prezentare a lucrării și va întreba: „Ați văzut vreodată vreun fel de violență în jurul vostru? Puteți să ne povestiți? Cum v-ați simțit în legătură cu asta?”

Grafic de evaluare pentru profesor

1. Elevii pot recunoaște diferite forme de violență școlară.
2. Elevii pot recunoaște consecințele violenței școlare.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a recunoaște diferite forme de violență în școli și consecințele acestora. Profesorul poate ajuta elevii să relateze aceste evenimente, astfel încât să se simtă în siguranță în mediul lor.



Cum pot integra acest obiectiv în activitățile de grădiniță?

Istorie: Violența de-a lungul istoriei

Desen: Violența și consecințele ei reprezentate în picturi și sculpturi

Tehnologie: violență pe internet și limbaj agresiv pe rețelele de socializare

Limbaj: Dreptul ființei umane împotriva oricărui tip de abuz



Alte resurse:

Video:

- Prevenirea violenței în școală - Acest videoclip este destinat copiilor pentru a informa despre diferite moduri de a acționa atunci când se confruntă cu situații de violență la școală. Disponibil în engleză, cu subtitrări în toate limbile.
<https://www.youtube.com/watch?v=9UomQE6H6Lo>

Obiectivul 3: Identificarea și gestionarea dependențelor de Internet și jocuri video

Activitatea 1: Pierderea controlului



Rezultat

La finalul activității, elevii vor putea recunoaște semnale de dependență de jocuri video, precum și efectele și consecințele lor fizice, psihologice și sociale.



Grup țintă

Elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani



Nivel

Avansat



Materiale



Etapele activității

Profesorul le cere elevilor să asculte următoarea poveste



Cutiuța cu povești

John iubește jocurile video. Bunicul său i-a dat jocul de război „Fortnite” și își petrece toată după-amiaza jucându-se. Îi place atât de mult încât și-ar dori să câștige tot timpul și zi după zi merge să doarmă mai târziu și mai târziu doar pentru a câștiga în continuare. Nici măcar nu observă orele care trec. Nu vrea să renunțe, dar începe să se simtă obosit și la școală se străduiește mult să se concentreze, se simte somnoros și nu vrea să facă nimic.

Într-o zi se prefacă că este bolnav doar pentru a evita școala și a continua să se joace. El a devenit bun acum și poate învinge toți dușmanii, nu vrea să iasă din joc pentru că s-ar putea să-l învingă. Prietenii lui au mers să-l vadă și l-au rugat să meargă cu bicicleta, dar el a spus „nu, mă joc pe calculator”. Același lucru s-a întâmplat a doua zi și în ziua următoare, în cele din urmă, au încetat să-i ceară să iasă cu ei. John continuă să se prefacă că se simte rău și spune că nu vrea să meargă la școală, dar nu are febră, așa că trebuie să meargă. În clasă este distras, singurul lucru la care se poate gândi este jocul său, strategiile sale și nu acordă atenție nici colegilor de clasă, nici profesorului său. Doarme din ce în ce mai puțin, mănâncă puțin, vrea doar să se joace. Părinții lui sunt îngrijorați, așa că decid să-i ia jocul video, dar John se enervează, plânge și strigă. Era pe punctul de a câștiga bătălia, când părinții lui l-au oprit și a pierdut totul.



- Profesorul verifică dacă elevii au înțeles povestea:
 1. Cum începe povestea?

2. Cum se schimbă comportamentul lui John de-a lungul poveștii?
 3. Ce părere au părinții, colegii de clasă și profesorul despre asta?
 4. Cum crezi că se simte John?
 5. Dacă John își petrece cea mai mare parte a timpului jucând jocuri video, are timp pentru alte lucruri?
- Profesorul propune o activitate:
 1. Împărțiți copiii în grupe de 4 sau 5.
 2. Cereți fiecărui elev să joace roluri diferite (John, mama sa, profesorul său, prietenii săi). Fiecare dintre ei va trebui să explice ce părere are despre comportamentul lui John, ce simt despre el și cum l-ar putea ajuta.
 3. La finalul activității profesorul va explica că acest comportament este un tip de dependență care ne privează de timp și spațiu pentru activități importante pentru creșterea noastră.

Grafic de evaluare formativă pentru profesor

1. Elevii pot recunoaște semnale de dependență de jocuri video și efectele lor fizice, psihologice și sociale.
2. Elevii pot înțelege punctul de vedere al oamenilor din jurul lui John.
3. Elevii propun diferite soluții pentru a-l ajuta pe John.

- Profesorul explică scopul activității care este acela de a recunoaște semnalele de dependență ale jocurilor video și efectele lor fizice, psihologice și sociale. Profesorul poate ajuta elevii să relateze aceste evenimente, încurajându-i să aibă grijă de ei înșiși și să aprecieze alte activități de petrecere a timpului liber.



Cum pot integra acest obiectiv în materiile predate?

Științe: vorbiți despre consecințele dependenței

Tehnologie: utilizarea corectă a jocurilor online

Educație fizică: semnale ale corpului (slăbiciune, pierderea poftei de mâncare, dificultăți de concentrare...)



Alte resurse:

Video:

- „Sunt dependent de jocurile video și nu mă pot controla” - Acest videoclip arată un adolescent vorbind despre cum a devenit dependent de jocurile video.

<https://youtu.be/gEPhz-iJCWA>.

