



DEZVOLTARE PERSONALĂ

Anca Veronica Tăut | Rodica Horvath

caiet de
aplicații

clasa

2

SINAPSIS®



DEZVOLTARE PERSONALĂ

Anca Veronica Tăut | Rodica Horvath

caiet de
aplicații

clasa **2**

SINAPSIS®



Design: Iuliu Duma
Ilustrații: Flavius Pătrașcu, Darius Zan, Laura Poară
Redactor: Corina Șaitiș

© Copyright 2014 Sinapsis Publishing Projects. Toate drepturile rezervate.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

TĂUT, ANCA VERONICA

Dezvoltare personală: caiet de aplicații: clasa a II-a /

Anca Veronica Tăut, Rodica Horvath. - Cluj-Napoca: Sinapsis
Publishing Projects, 2014

ISBN 978-606-8446-86-8

Horvath, Rodica

159.9(075.33)



 Like www.facebook.com/editura.sinapsis

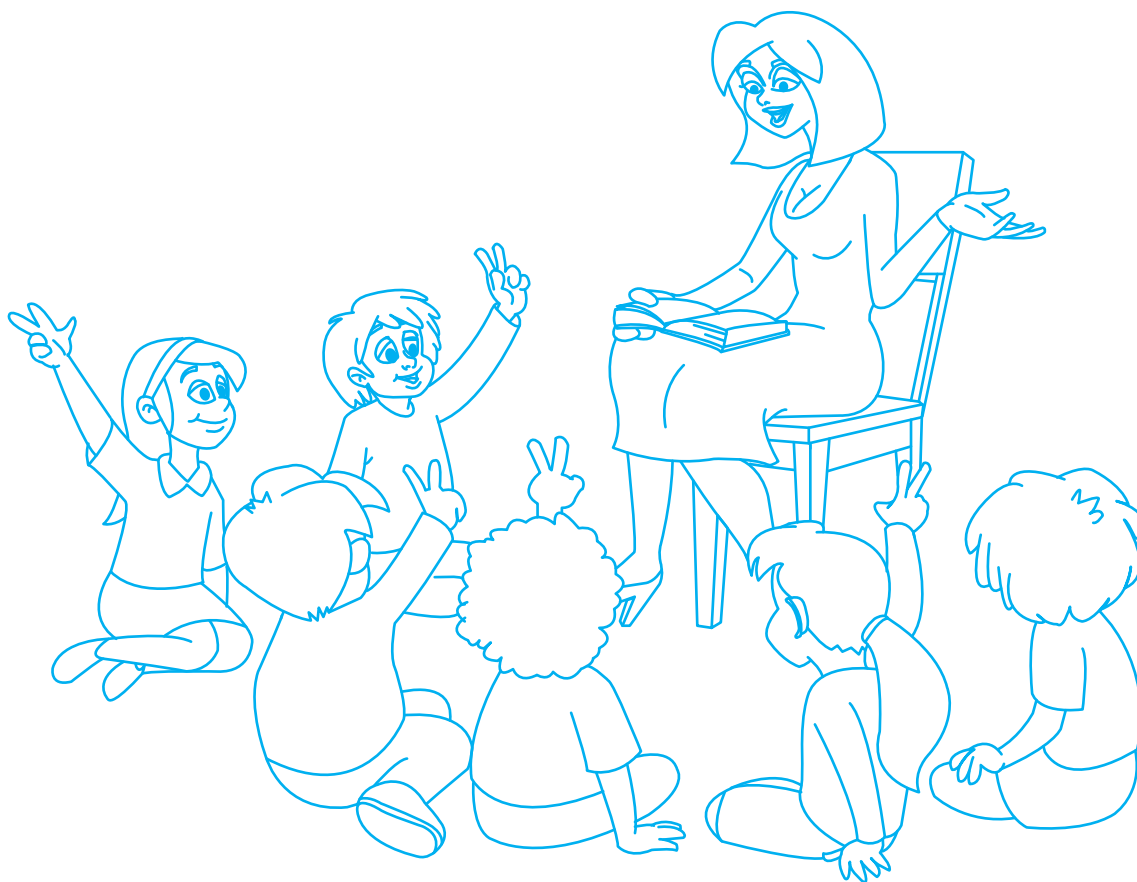
SINAPSIS®
www.sinapsis.ro

CPR 
Conceput și produs în România

CUPRINS

EU ȘI CEIALȚI	5
Amintiri din vacanță	5
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți	5
Sunt elev în clasa a doua!	7
Rutine și sarcini de lucru	7
Despre mine	9
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți	9
Acesta sunt eu!	11
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți	11
Vreau să mă cunosc mai bine!	13
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți	13
Fiecare om este o comoară	15
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți	15
Suntem diferiți. Diversitatea umană.	18
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți	18
RELAȚIILE MELE CU CEIALȚI	21
În clasă	21
Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare	21
Cooperarea în relațiile cu ceilalți	23
Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare	23
Cum îmi fac prieteni	25
Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare.	25
Competiția în relațiile cu ceilalți	27
Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare	27
Cum rezolvăm conflictele	29
Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare	29
Respectul în relațiile cu ceilalți	31
Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare	31
Emoțiile mele	33
Trăire și manifestare emoțională, starea de bine	33
Cum îmi controlez emoțiile	35
Trăire și manifestare emoțională, starea de bine	35
Cum comunicăm în clasă	37
Comunicare școlară eficientă	37
Comunicarea în familie	39
Comunicare școlară eficientă	39
Știu să comunic oriunde și oricând	41
Comunicare școlară eficientă	41
ÎNVĂȚ ORGANIZAT ȘI MĂ PREGĂTESC PENTRU VIAȚĂ	43
Cum învăț? (instrumente, persoane, contexte)	43
Abilități și atitudini în învățare	43
Stilul meu de învățare	45
Abilități și atitudini în învățare	45

Cum folosesc timpul?	47
Abilități și atitudini în învățare	47
Învățăm unii de la alții	49
Abilități și atitudini în învățare	49
Școala de ieri, școala de azi	52
Abilități și atitudini în învățare	52
La ce folosesc meseriile?	54
Explorarea meseriilor	54
Utilitatea meseriilor	56
Explorarea meseriilor	56
Ce vreau să devin când voi fi mare?	58
Explorarea meseriilor	58
STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS	60
Igiena personală	60
Autocunoaștere și stil de viață sănătos	60
Igiena	62
Autocunoaștere și stil de viață sănătos	62
Sosește vacanța mare	63
Autocunoaștere și stil de viață sănătos	63
BIBLIOGRAFIE	64
ANEXE	65
DIPLOMĂ	79



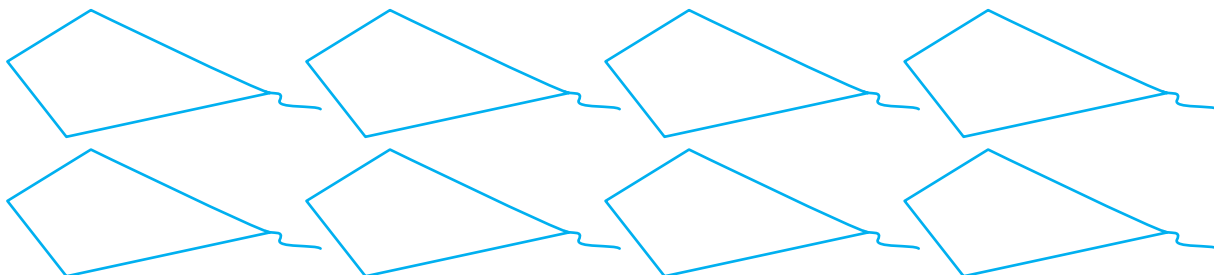
EU ȘI CEILALȚI

Amintiri din vacanță

Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți

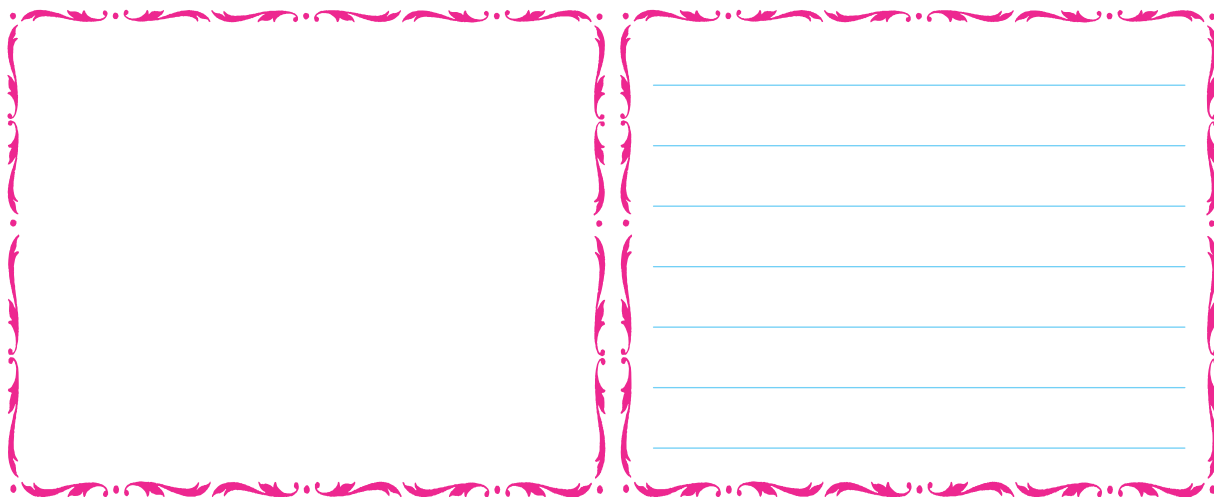
1 Ce descoperi?

Notează pe zmeie numele persoanelor cu care ți-ai petrecut vacanța. Dacă ți-ai făcut prieteni noi în vacanță, notează numele lor. Folosește culoarea preferată pentru a colora zmeiele.



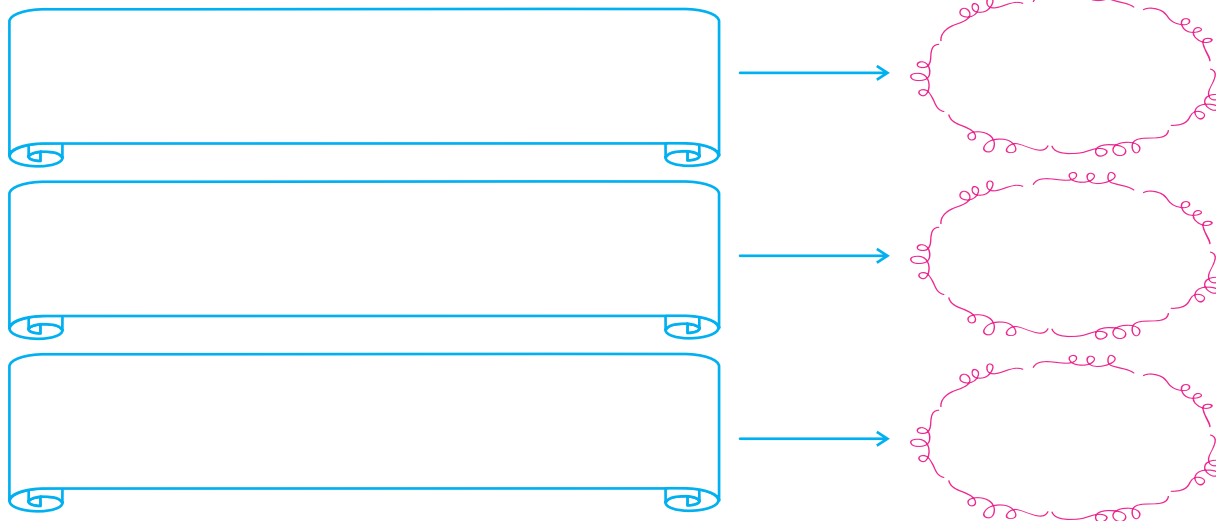
2 Ce părere ai?

Alege un loc preferat din vacanță. Desenează-l și prezintă-l în câteva enunțuri.



3 Ești atent?

Notează activități plăcute din vacanță și cu cine le-ai făcut.



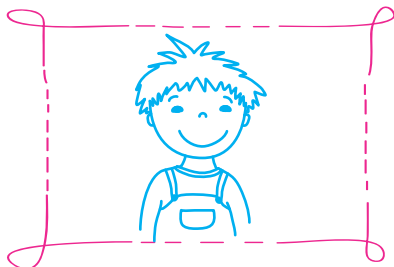
4 Te descurci singur?

Plictisici e prietenul copiilor care se plictisesc în vacanță. Propune, unor astfel de copii, activități care le-ar stârni interesul.

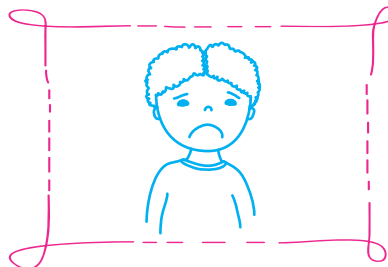


5 Cum te-ai simțit în vacanță?

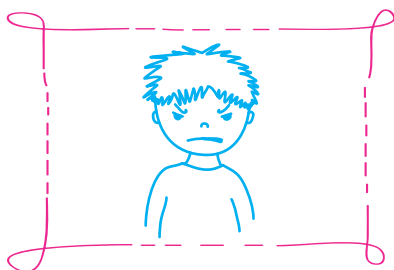
Completează enunțurile.



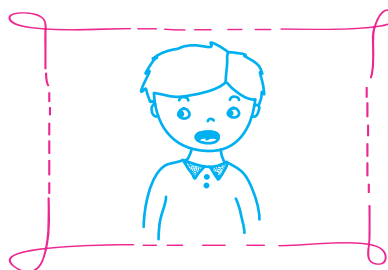
M-am simțit vesel când _____



M-am simțit trist când _____



M-am simțit furios când _____



M-am simțit speriat când _____

6 JOC: „În excursie cu automobilul“

Copiii se vor așeza în cerc. Câțiva copii vor primi denumirile părților componente ale unei mașini (ex. roți, motor, geam, parbriz, capotă, volan, portbagaj etc.). Un copil este povestitorul și își va imagina o poveste despre o excursie cu automobilul. Din când în când, el va menționa denumirile părților componente. „Părțile“ mașinii se vor apropia și vor asculta povestea. Când povestitorul va striga „pană!“, ei se vor așeza pe un loc din clasă. Cel care nu reușește va deveni povestitor.




Sunt elev în clasa a doua

Rutine și sarcini de lucru


1 Ce părere ai?

De ce rezultatele la învățătură ale celor doi copii nu sunt la fel de bune? Argumentează răspunsul.



Mă numesc Radu și sunt elev în clasa a II-a. În fiecare zi mă trezesc la ora 7.00, iau micul dejun și mă duc la școală. Sunt foarte atent și învăț foarte bine. Când mă întorc de la școală, iau prânzul, mă odihnesc puțin și îmi fac temele. După-masa mă joc cu prietenii mei în parc.

Radu învață foarte bine pentru că:



Mă numesc Tudor. Sunt elev în clasa a II-a. Ajung adesea la școală după ora 8. Îmi place să dorm mult și, recunosc, mă culc cam târziu seara. Rezultatele mele la învățătură nu sunt bune. La ore nu sunt foarte activ, deoarece mă simt mereu obosit. Îndată ce mă întorc acasă de la școală, mă joc pe calculator. E pasiunea mea.

Rezultatele lui Tudor nu sunt bune deoarece:

2 Ce descoperi?

Completează agenda cu activitățile pe care le desfășori într-o zi obișnuită de școală, în succesiunea corectă.

trezirea	culcarea	orele de curs	igiiena de dimineață	activitate de timp liber
cina	pregătirea temelor	micul dejun	prânzul	igiiena de seară

	Programul zilnic
ora 7.00	
ora 7.05	
ora 7.15	
orele 8.00 – 12.00	
ora 13.00	
orele 14.00 – 16.00	
orele 16.00 – 18.00	
ora 19.00	
orele 20.00 – 20.30	
ora 21.00	

3 Cât de des?

Marchează cu **X** în tabel situațiile care ți se potrivesc.

Activitățile	Foarte des	Des	Rar	Niciodată
Sunt punctual la școală.				
Mă odihnesc înainte de pregătirea temelor.				
Îmi iau micul dejun.				
Fac duș înainte de culcare.				
Îmi pregătesc ghiozdanul dimineața.				
Mă spăl pe dinți.				

4 Ești atent?

Ce activități de timp liber practici în afara programului de la școală?

- _____
- _____

Bifează activitățile de timp liber pe care dorești să le practici.



5 Te descurci singur?

- Realizează orarul tău de la școală.
- Caută în **Anexa 1** de la sfârșitul caietului.
- Decupează, lipește și colorează!

6 JOC: „Cât este ceasul, domnule lup?”

Copiii se vor așeza la capătul terenului de sport. „Lupul” va sta la celălalt capăt cu spatele la jucători. Când copiii întrebă „Cât este ceasul, domnule lup?”, lupul va spune o oră. Jucătorii vor înainta atâția pași cât indică ora. Uneori „lupul” va spune anumite instrucțiuni (Ex: „Ora prânzului”, „Ora temelor” etc.), moment în care copiii se reîntorc la linia de start. „Lupul” va fugi după copii, iar cel prins va deveni „lup”.

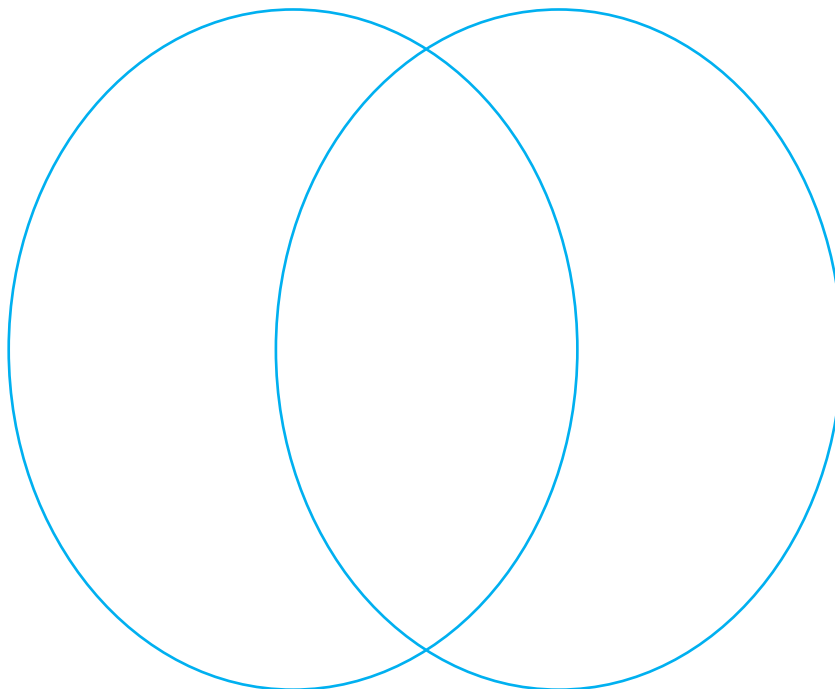


Despre mine

Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți

1 Ești atent?

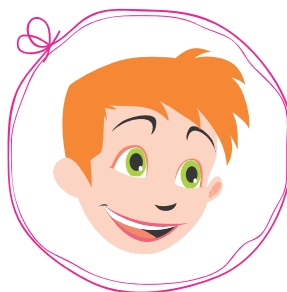
Observă imaginile și notează în diagrame asemănări și deosebiri între cei doi copii.



2 Ce descoperi?

Încercuiește varianta care ți se potrivește.

- Eu sunt băiat / fată.
- Sunt de statură înaltă / medie / scundă.
- Ochii mei sunt albaștri / căprui / negri / verzi.
- Am părul șaten / blond / brunet.
- Îmi place să port ținută sport / elegantă.



3 Întocmește o listă cu activități pe care îți face plăcere să le faci. Precizează și motivele.

Îmi place să _____	pentru că _____
Prefer să _____	deoarece _____
Ador să _____	fiindcă _____

4 Te descurci singur?

Completează harta inimii tale, respectând cerințele.



→ trei calități de-ale tale



→ trei lucruri pe care le faci bine



→ trei calități pe care le apreciezi la prietenii tăi



→ trei vise pe care dorești să le realizezi

5 Vrei să fii creativ?

Cârlionții

- Decupează din **Anexa 2** conturul care ți se potrivește și benzile de hârtie.
- Scrie pe benzi informații despre tine (familie, școală, mâncare preferată, culoare preferată, hobby, muzică).
- Răsuțește pe creion benzile și lipește cârlionții.

6 JOC: „Numele meu“

Scrie pentru fiecare literă a numelui tău câte o calitate care ți se potrivește.

Exemplu: **A** – atentă

L – liniștită

I – inteligentă

N – nerăbdătoare

A – amabilă



Acesta sunt eu!

Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți

- 1** **Ce descoperi?**
Completează pașaportul tău cu informațiile cerute.

PAȘAPORT	Desenează aici chipul tău sau lipește o poză! → 
Numele: _____	
Data nașterii: _____	
Locul nașterii: _____	
Adresa: _____	
Înălțime: _____	
Greutate: _____	
Culoarea ochilor: _____	
Culoarea părului: _____	
Semne particulare: _____	
Hobby: _____	
Mie îmi place: _____	
Mie nu îmi place: _____	

- 2** **Te descurci singur?**
Notează o destinație favorită spre care visezi să călătorești și întocmește o listă a lucrurilor pe care le-ai lua cu tine.

4 Puzzle-ul meu

Gândește-te la experiențele trăite de tine și scrie-le.

<p>Cea mai fericită zi din viața mea:</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Cea mai frumoasă amintire:</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Cea mai mare dezamăgire pe care am avut-o:</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>Cel mai înfricoșător moment:</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Cel mai important succes:</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Cel mai bun sfat pe care l-am primit:</p> <hr/> <hr/> <hr/>

5 Ce părere ai?

Ce lucruri sunt importante pentru tine? Dar neimportante? Notează-le mai jos.

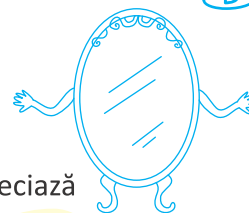
puțin importante

foarte importante

6 Vrei să fii creativ?

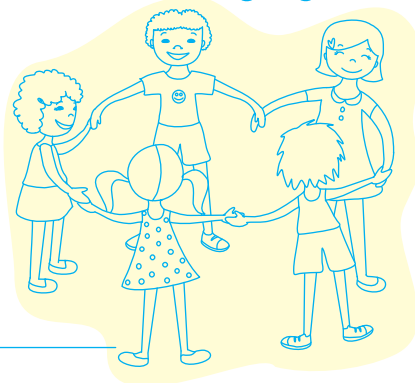
Oglinda plimbăreață

- Decupează și assemblează din **Anexa 3**, oglinda plimbăreață.
- Notează pe o față a oglinzii, trei calități cu care te mândrești, apoi cere colegului de bancă să noteze pe cealaltă față trei calități, pe care le apreciază cel mai mult la tine.



7 JOC: „Cine seamănă cu mine?”

Un copil va ieși în fața clasei și va ridica mâna dreaptă, spunând ceva despre el. (Ex. „Îmi place pizza.” sau „Îmi place să mă plimb cu bicicleta.”) Copilul care are aceeași preferință sau preocupare, se va prinde de mâna dreaptă și va continua. Jocul se sfârșește când toți copiii prinși de mână au format un cerc.



Vreau să mă cunosc mai bine!

Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți

1 Ce descoperi?

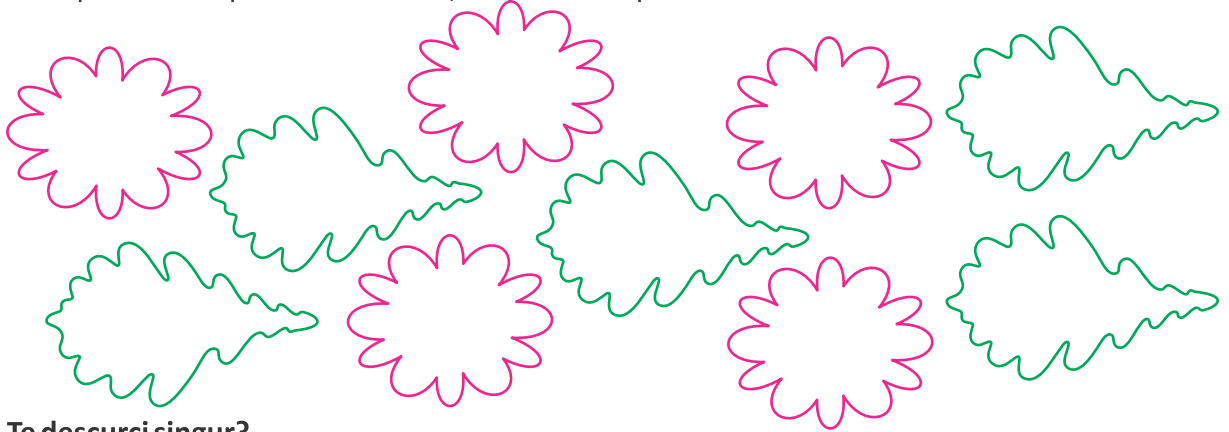
Alege un personaj din fiecare poveste, apoi scrie prin ce te asemeni și prin ce te deosebești de acesta.

Povestea	Personajul	Asemănare	Deosebire
Vrăjitorul din Oz			
Pinocchio			
Albă ca Zăpada și cei șapte pitici			
Prâslea cel voinic și merele de aur			
Fata babei și fata moșneagului			

2 Ești atent?

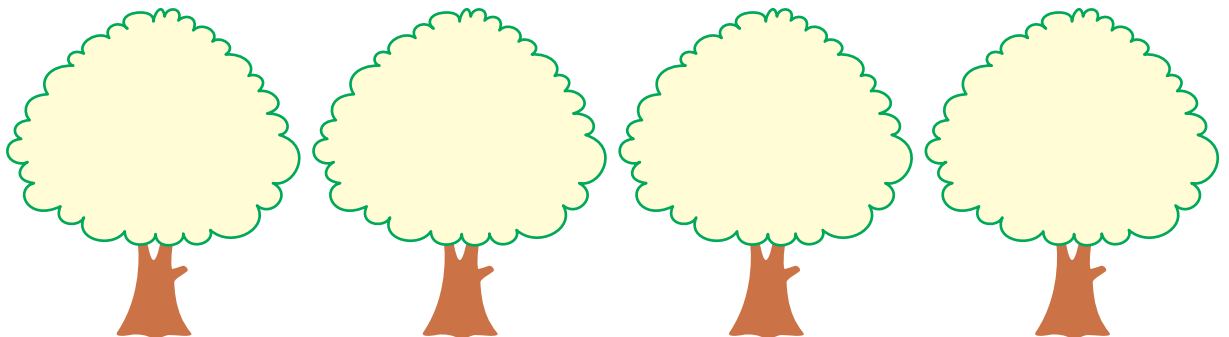
Orice persoană are calități, dar și defecte.

Scrie pe floricele punctele tale tari, iar pe frunze punctele tale slabe.



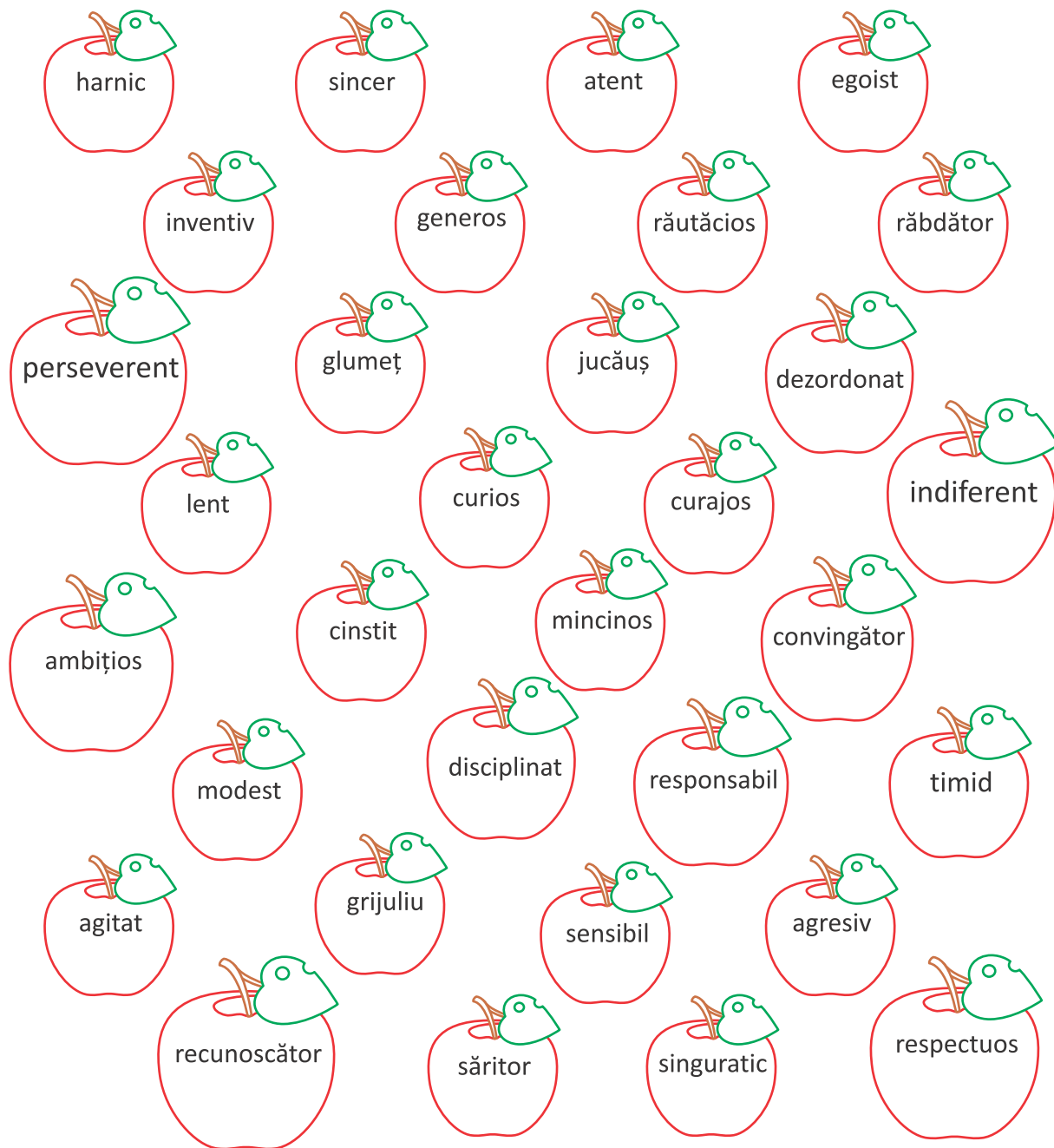
3 Te descurci singur?

Scrie pe pomii din livadă, fapte bune pe care le-ai făcut, sau pe care îți propui să le faci.



4 Ce părere ai?

Colorează merele pe care sunt scrise trăsăturile tale.



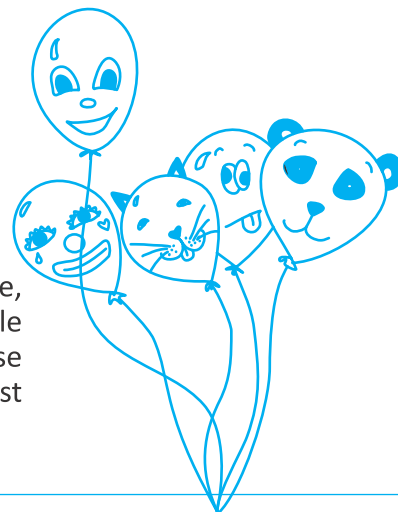
5 Vrei să fii creativ?

Baloane secrete

Umflă un balon. Scrie pe el un lucru despre tine pe care nu-l cunoaște nimeni. Desenează cât mai expresiv chipul balonului. Dăruiește-l unui coleg căruia vrei să-i împărtășești secretul.

6 JOC: „Ghicește cine sunt eu!”

Fiecare copil va nota pe o coală numele unei persoane faimoase, din orice domeniu de activitate, pe care o admiră. Numele persoanei va fi ținut secret. Copiii vor adresa întrebări la care se poate răspunde cu „da” sau „nu”, pentru a ghici ce persoană a fost aleasă. (Ex. Este fotbalist? Este pictor? Trăiește în România?)



Fiecare om este o comoară

Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți

1 Citește povestea.

Poveste cu tâlc

De ziua ei, o prințesă a primit un inel. Fără să stea pe gânduri l-a pus pe degetul inelar. Tare mândru mai era inelarul împodobit astfel! Din acea clipă, celelalte degețele au devenit invidioase. Nu au mai avut liniște, iar cearta s-a iscat lesne între ele. Fiecare se considera că este cel mai important.

Într-o zi, prințesa se plimba prin grădină, însoțită de bătrâna sa doică. Cearta dintre degete era în toi, când, într-o clipită, bătrâna s-a împiedicat și sta să cadă. Uitând de ceartă, degețelele și-au unit puterile și mâna prințesei a apucat brațul biete doici, salvând-o de la o căzătură grozavă.

– Vedeți? le-a spus inelarul. Doar împreună am reușit să facem un lucru bun. Gândiți-vă câte lucruri bune putem face doar împreună.

● Răspunde la întrebările de mai jos.

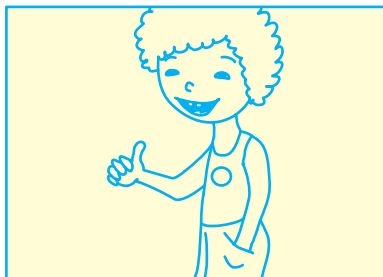
a) De ce se certau degețelele?

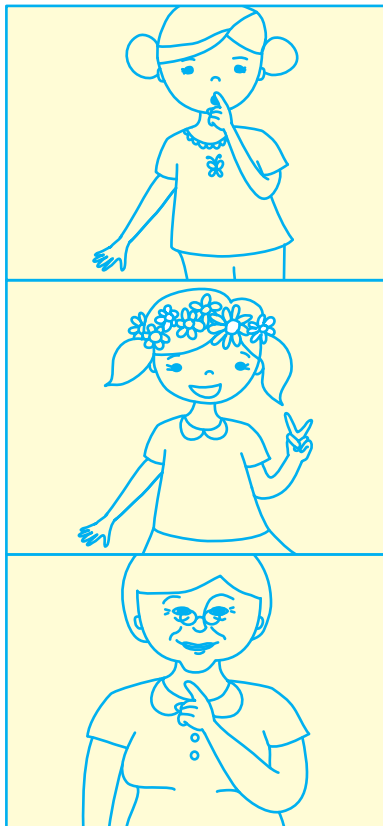
b) Cum și-au dat seama degetele că toate sunt importante?

c) De ce e important ca oamenii să se accepte unii pe alții așa cum sunt, chiar dacă sunt diferiți?

2 Ești atent?

Explică ce mesaj transmite fiecare imagine.





3 Ce descoperi?

Ce valori ai pune în cutărașul comorilor tale? Unește corespunzător.

Să am prieteni adevărați.

Să învăț cât mai bine.

Să am bani pentru a-mi cumpăra tot ce îmi doresc.

Să citesc ceea ce îmi place.

Să îi ajut pe cei din jur.

Să fiu sănătos.

Să fiu în pas cu moda.

Să mă laude toată lumea.

Să petrec cât mai mult timp în natură.

4 Te descurci singur?

Dacă ai fi o floare sau un animal, ce ai vrea să fii?
Realizează desene potrivite și motivează alegerile făcute.

floare



animal



5 Vrei să fii creativ?

- Pe o foaie de hârtie, conturează mânuța ta, decupeaz-o și decoreaz-o.
- Scrie pe ea însușirile care te reprezintă cel mai bine.
- Realizează alături de colegii de clasă o lucrare colectivă, lipind mânuțele într-o formă cât mai originală. (Ex. Copacul mânuțelor, Floarea magică, Soarele)

6 JOC: „Cuvântul amprentat“

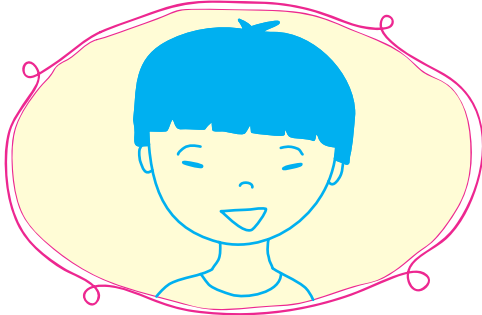
Scrie cu degetul un cuvânt pe spatele colegului de bancă. Cere colegului să recunoască acest cuvânt. Inversați rolurile.

Suntem diferiți. Diversitatea umană

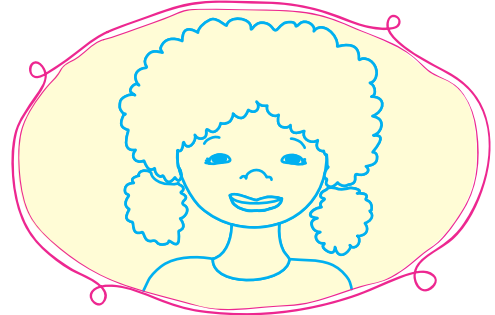
Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți

1 Ce descoperi?

Într-o tabără internațională s-au întâlnit copii din țări diferite. Între ei s-au stabilit multe prietenii. Citește informațiile despre ei. Care copii crezi că s-au împrietenit și de ce?



Țara ➔ China
Limba ➔ chineză
Vârsta ➔ 8 ani
Hobby ➔ baschet, chitară



Țara ➔ Congo
Limba ➔ franceză, engleză
Vârsta ➔ 10 ani
Hobby ➔ câini, matematică



Țara ➔ România
Limba ➔ română, engleză
Vârsta ➔ 8 ani
Hobby ➔ chitară, matematică

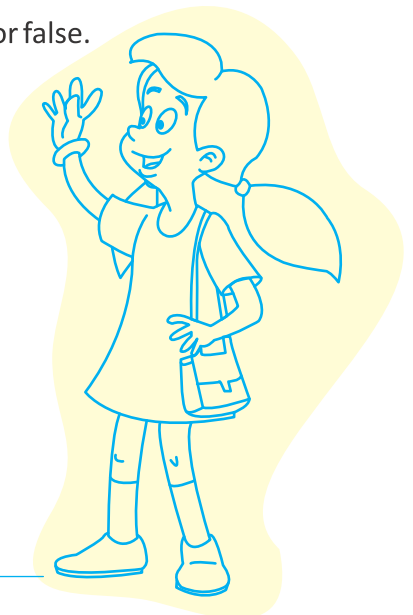


Țara ➔ Olanda
Limba ➔ olandeză, engleză
Vârsta ➔ 10 ani
Hobby ➔ câini, baschet

2 Adevărat sau fals?

Notează **A** în dreptul enunțurilor care ți se potrivesc și **F** în dreptul celor false.

- Mă joc în curte cu acei copii care nu sunt violenți.
- Prietenul meu are aceleași pasiuni ca mine.
- Mă mulțumește când un prieten îmi ascunde defectele.
- Dacă un copil are o altă religie decât a mea, îl resping.
- Mă port respectuos atât față de fete, cât și față de băieți.
- Îi ajut doar pe copiii care sunt cinstiți.



3 Colorează ținuta vestimentară preferată.



4 Ce părere ai?

Completează atitudinea pe care ai avea-o tu în situațiile date.

Situația	Atitudinea colegilor	Atitudinea mea
Ioana este nou venită în clasă.	Colegele nu se joacă în curte cu ea.	_____
Dan a ratat un gol la meciul de fotbal	Cochipierii l-au jignit.	_____
Maria a luat „Suficient” la testul de matematică.	Colega de bancă a râs de ea.	_____
Victor nu are calculator acasă.	Colegii de proiect nu l-au acceptat în echipă.	_____

5 Te descurci singur?

Interpretați versurile următoare într-o manieră cât mai originală.

Fiți atenți la:

- intonația folosită
- mimică
- gesturi
- expresia corporală.



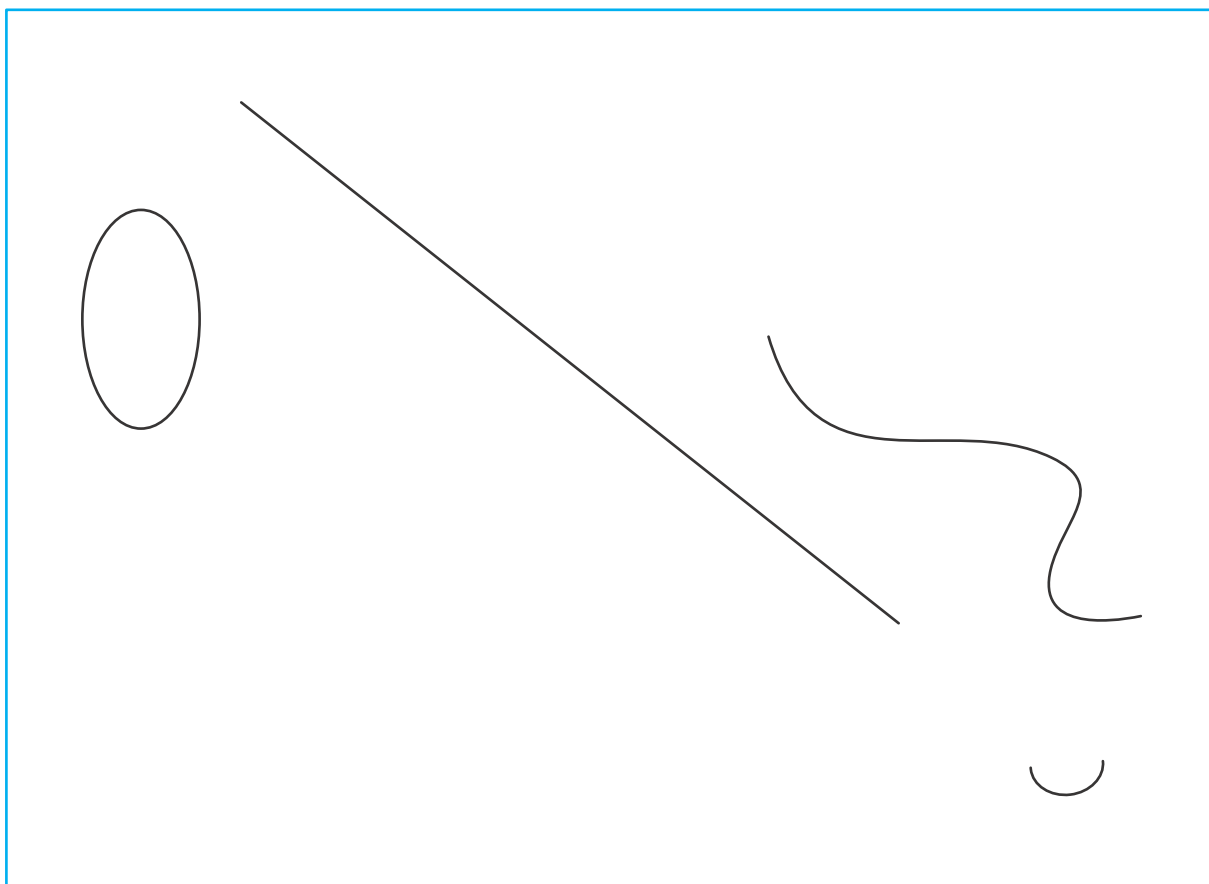
Concertul primăverii

de George Coșbuc

Chiar acum din crâng venii	Vrei programă, lămurit?
Și c-o veste bună!	Stai puțin să caut.
Iarăși e concert, copii;	Cucul, un solist vestit,
Merg și eu, și tu să vii,	De printr-alte țări venit
Mergem împreună.	Va cânta din flaut.

6 Vrei să fii creativ?

Ai la dispoziție 10 minute, pentru a transforma spațiul de mai jos într-un desen original. Prezintă-l colegilor.



7 JOC: „În Ținutul animalelor“

Alegeți un cântec cunoscut (Ex: „Am pierdut o batistuță“). Cântați în cor cântecul. Călătoriți apoi în Ținutul animalelor și interpretați cântecul individual, în glasul unui animal. (Ex: În țara urșilor: „mor-mor-mor“)

RELAȚIILE MELE CU CEILALȚI

În clasă

Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare

1 Ce descoperi?

Citește întâmplările de mai jos și stabilește corespondența între fiecare situație. Indică regula care ar fi trebuit respectată.

Azi dimineață, Ionel a intrat în clasă ca o furtună și a început să povestească despre meciul de fotbal.

Păstrăm curățenia și ordinea în clasă!

După ce a decupat un vaporas, Vasilică a lăsat sub bancă resturile de hârtie.

Ne ajutăm la nevoie!

Într-o pauză, Roxana s-a împiedicat și a căzut, iar Miruna a râs.

Salutăm politicos la sosire și la plecare!

2 Cât de des?

Marchează cu X situațiile în care te recunoști.

Reguli de comportare	Întotdeauna	Uneori	Niciodată
Îmi fac toate temele.			
Vorbesc politicos cu toți.			
Sunt punctual la școală.			
Mă deplasez civilizată pe coridoarele școlii.			
Mă joc cu colegii fără violență.			
Ridic mâna când răspund la lecții.			

3 Portativul clasei mele:

Scrie pe fiecare notă, numele unui coleg de clasă, care s-a remarcat în respectarea regulilor clasei.

A musical staff with a treble clef and a key signature of one flat. The staff contains seven notes: a half note on the first line (F), a quarter note on the second line (C), a quarter note on the second space (D), a quarter note on the third line (E), a quarter note on the third space (F), a quarter note on the fourth line (G), and a quarter note on the fourth space (A). Below the staff, there are seven rectangular boxes, each connected to a note by a blue arrow pointing upwards. The boxes are intended for writing the names of classmates who are noted for following classroom rules.

4 Ce părere ai?

Discutați împreună despre situații neplăcute, care s-au petrecut în clasa voastră. Formulați reguli care ar trebui să fie respectate pentru a fi evitate astfel de neplăceri.

5 Te descurci singur?

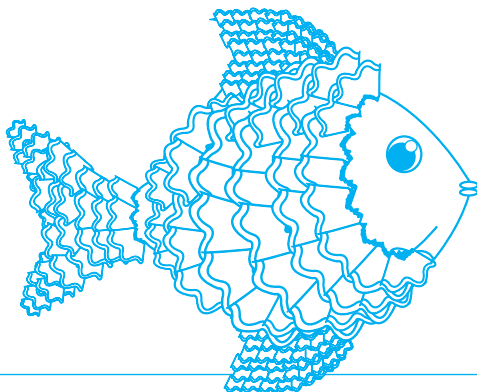
Observă tabelul și completează cu încă două exemple.

Comportamentul negativ	Regula clasei	Măsuri luate
Marcu a aruncat jos ambalajul de la sandviș.	Păstrăm curățenia clasei.	5 minute de curățenie în clasă la sfârșitul zilei

6 Vrei să fii creativ?

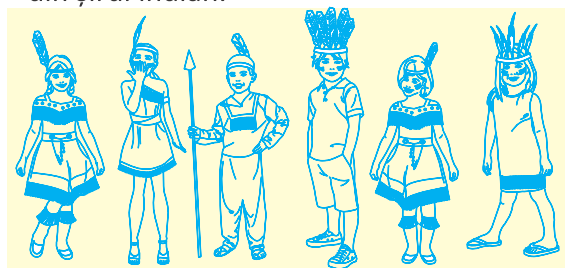
Peștișori multicolori

Din resturile de creioane ascuțite, confecționează un colaj cu peștișori multicolori, folosind **Anexa 4**.



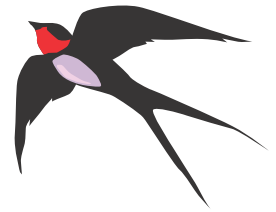
7 JOC: „Șirul indienilor“

Șase copii din clasă vor forma un șir indian. Vor ieși din clasă, pentru a stabili ordinea lor în șir. După ce intră în clasă, vor trece prin fața colegilor în șir indian. Apoi se vor așeza la locuri. Ceilalți copii trebuie să spună în ce ordine erau copiii din șirul indian.



Cooperarea în relațiile cu ceilalți

Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare



1 Citește textul!

Patru prieteni

Într-o zi, o rândunică a găsit o sămânță. S-a gândit să o planteze. Văzând-o, un iepuraș a rugat-o să-l lase să o ajute:

– Pot să ud plântuța care va crește! Voi aduce apă de la râu.

A apărut și un popândău:

– Voi săpa pământul în jurul tulpinii și voi curăța de buruieni planta. Lăsați-mă să vă ajut!

Un urs i-a auzit din apropiere și le-a propus să păzească planta.

Cei patru prieteni s-au apucat de treabă. Din sămânță a crescut un pomișor cu fructe dulci și gustoase. Așa cum au muncit împreună, tot așa s-au bucurat de roade.

Ce bucurie e când prietenii lucrează împreună!

- Ce sarcini și-a asumat fiecare prieten?

Rândunica → _____

Iepurașul → _____

Popândăul → _____

Ursul → _____

- De ce e importantă munca în echipă?

2 Ce descoperi?

- Formați echipe de 4-5 elevi. Realizați proiectul „Salvați pădurea!”.
- Stabiliți împreună planul de lucru de mai jos.

Denumirea activității: _____

Perioada: _____

Numele echipei: _____

Numele elevului	Responsabilitatea	Cât de mult s-a implicat?

3 Ce părere ai?

Citește situațiile de mai jos, apoi propune soluții de rezolvare a neînțelegerilor care apar într-o echipă.

Cazul 1:

Ana consideră că ideile ei sunt cele mai bune. Ea refuză să asculte părerile celorlalți.

Soluție:

Cazul 2:

Colegii din echipă sunt nemulțumiți deoarece Dan nu a adus imaginile pentru colajul ce trebuie realizat. S-a mai întâmplat și altădată.

Soluție:

4 Ești atent?

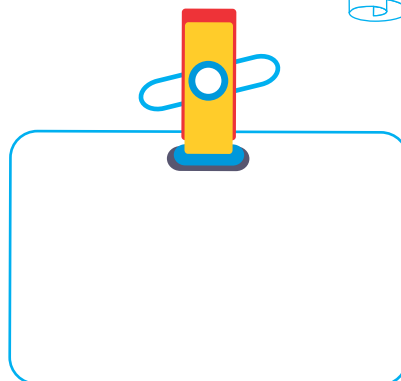
Scrive două reguli importante pentru succesul muncii în echipă.

5 Vrei să fii creativ?

Realizează ecusonul personal, ca membru al echipei alături de care ai realizat proiectul „Salvați pădurea!”.

6 JOC: „Dă laptele în foc!”

Un copil va începe să spună o poveste. Copilul care vrea să devină povestitor, îl va trimite la loc, strigând „Dă laptele în foc!”. El va continua povestea, până când va fi înlocuit de un alt doritor.



Cum îmi fac prieteni

Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare

1 Ce descoperi?

Scrie numele unui coleg care are una dintre calitățile de mai jos.

Este împăciuitor. _____	Îngrijește un animal de companie. _____	Practică un sport. _____
Citește cel mai bine. _____	Este cel mai amuzant. _____	Cântă la un instrument muzical. _____
Recită cel mai expresiv rolurile la serbare. _____	Ajută pe oricine. _____	Realizează cele mai frumoase desene. _____

2 Ești atent?

Gândește-te la persoanele pe care le cunoști și la activitățile pe care le faceți împreună. Completează următoarele enunțuri.

- Duminica merg la _____ împreună cu _____ deoarece _____.
- Îmi place să _____ împreună cu _____ pentru că _____.
- Îl admir pe _____ pentru _____.

3 Ce părere ai?

Desenează 😊, în dreptul comportamentelor care te ajută în relațiile cu prietenii.

Dacă un prieten își recunoaște vina, îl iert. <input type="radio"/>	Un prieten este invidios pentru succesul meu. <input type="radio"/>
Comunic ușor cu acei copii care au aceleași pasiuni ca mine. <input type="radio"/>	Când un prieten își dorește aceeași jucărie, o cedez. <input type="radio"/>
Un prieten nu își respectă cuvântul dat. <input type="radio"/>	Un coleg îmi reproșează că nu i-am șoptit la testul de evaluare. <input type="radio"/>

4 Harta prieteniei

Completează harta cu informații despre cel mai bun prieten sau cea mai bună prietenă.

Numele:

Numele de alint:

Mâncarea preferată:

Activitățile preferate la școală:

Hobby:

Cartea preferată:

Jocul preferat:

Cântărețul preferat:

Punctele lui tari:

5 Te descurci singur?

Ai fost bolnav și ai lipsit de la școală. Cel mai bun prieten te-a ajutat să recuperezi temele. Răsplătește-l cu acele bomboane care conțin mesaje de mulțumire, colorându-le.



6 JOC: „Lanțul prieteniei“

Fiecare copil va scrie pe o bandă de hârtie numele unui coleg de clasă, iar pe verso de ce îl apreciază ca prieten. Din benzile de hârtie se confecționează un lanț. Copiii se așază în cerc, fiecare deschide o verigă a lanțului și o citește.

Competiția în relațiile cu ceilalți

Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare

1 Ce descoperi?

Notează pe diplomă denumirea unui concurs la care ai participat.
De ce te-ai înscris în competiție?

Ce ai simțit în timpul concursului?

2 Ești atent?

Unește corespunzător.

Matei a câștigat concursul de desene.
Vlad i-a strâns mâna și l-a felicitat.

Maria a luat un punctaj mic la concursul
de limba română. Nu s-a dat bătăută și
s-a înscris și la următorul.

Diana nu a știut să rezolve o problemă
la concursul de matematică. Mariana
vrea să-i spună răspunsul, dar ea refuză.

Alexandru participă la un concurs
de alergare. Pentru aceasta, se
antrenează zilnic.



MUNCĂ

CORECTITUDINE

APRECIERE

AMBIȚIE

3 Ce părere ai?

Scrive pe fiecare treaptă a scării ce pași urmezi
pentru a ajunge la un rezultat bun într-o
competiție.

START

SOSIRE

4 Te descurci singur?

Completează enunțurile următoare cu cuvinte din coloană.

Am fost foarte _____ când am câștigat concursul de recitare.

Când am faultat la meci m-am simțit _____.

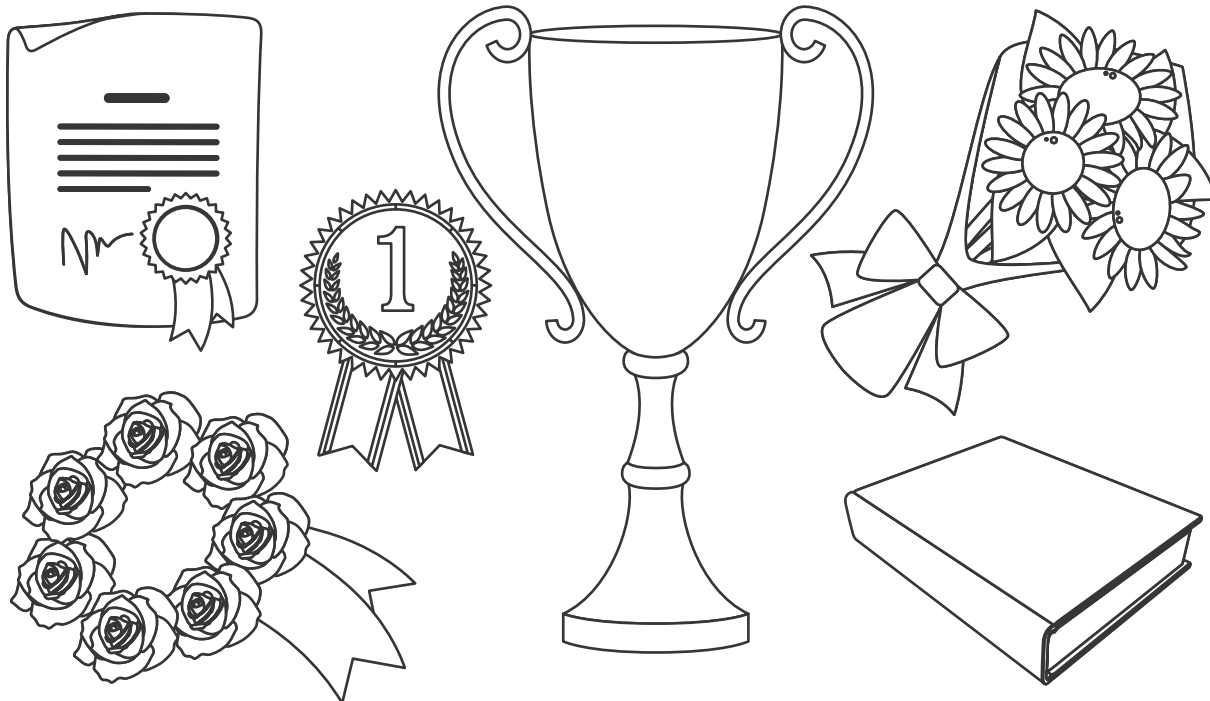
Evit să fiu _____ pe cineva care are un rezultat mai bun.

Când am pierdut concursul m-am simțit _____.

Când am fost răsplătit cu o medalie m-am simțit _____.

vinovat
mândru
dezamăgit
invidios
fericit

5 Colorează imaginea ce simbolizează recompensa pe care preferi să o primești la un concurs.



6 Realizează un cod de reguli al unei competiții, notând pentru fiecare literă a cuvântului dat, o valoare sau atitudine, care trebuie să fie respectată.

C → CORECTITUDINE

O → _____

N → _____

C → _____

U → _____

R → _____

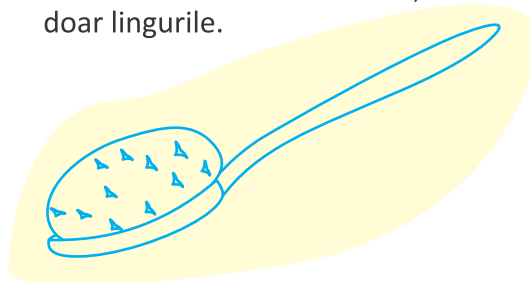
S → STRĂDUINȚĂ

7 Vrei să fii creativ?

Confeționează o coroniță de învingător, utilizând: decupaje din hârtie, lipici, sârmă etc. Folosește modelul de coroniță de la **Anexa 5**.

8 JOC: „Hoțul de cartofi”

Copiii vor forma perechi. Fiecare copil va avea câte două linguri și un cartof pe una dintre linguri. Scopul jocului este ca fiecare să ia cartoful celuilalt, folosind doar lingurile.



Cum rezolvăm conflictele

Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare

1 Ce descoperi?

Scrie câte un cuvânt cu înțeles asemănător pentru cuvântul dat.



2 Citește textul.

O ceartă

după Edmondo de Amicis

Nu, nu m-am certat azi cu Coretti, de necaz că el a luat premiu și eu nu.

N-am avut necaz pe el, dar nici dreptate n-am avut. Profesorul îl pusese lângă mine.

Eu scriam la caligrafie. Coretti mă împinse cu cotul, mai să scriu o literă pocită și să și pătez cu cerneală.

M-am supărat și l-am certat. Coretti îmi răspunse râzând:

– N-am făcut înadins!

Ar fi trebuit să-l cred, fiindcă îl știu cât e de bun. M-am gândit: „Acum fiindcă a luat premiu, s-a mândrit!”

Puțin după aceea, să mă răzbun, l-am împins și eu așa de tare, încât își strică foaia pe care scria. Atunci, mâniat îmi zise:

– Tu nu poți tăgădui că n-ai făcut cu dinadinsul!

Și ridică mâna să dea în mine. Profesorul îl văzu, el se astâmpără, dar spuse:

– Te aștept la ieșire!

În stradă, Coretti mă aștepta. Țineam rigla în mână. Când s-a apropiat, am ridicat rigla, dar el mi-a zis:

– Enrico, să rămânem prieteni ca mai înainte! Să nu ne mai certăm!

– Nu, niciodată! am răspuns.

Ne-am despărțit mulțumiți.

● Răspunde la întrebări.

a) De ce s-a supărat Enrico pe Coretti?

b) Ce părere ai despre răzbunarea lui?

c) Ce calități a dovedit Coretti?

3 Te descurci singur?

Identifică într-o poveste citită un conflict și completează tabelul.

Conflictul	
Personaje implicate	
Cauza conflictului	
Rezolvarea conflictului	

4 Ce părere ai?

Sugerează fiecărui personaj, ce ar trebui să facă, pentru a rezolva conflictul.

Maria și Mioara strigă una la alta, pentru că fiecare vrea să fie liderul echipei de majorete.



Ștefan stă închis în cameră, pentru că fratele lui nu îl lasă și pe el la calculator.



Alexandru l-a lovit pe Mircea, pentru că acesta i-a pus o poreclă.



5 Vrei să fii creativ?

Șosetele certărețe

Confeționează două personaje, folosind: șosete, ață, ac, nasturi, materiale textile. Interpretează un joc de rol în care cele două șosete se ceartă.



6 JOC: „Degețele lipicioase“

Copiii formează perechi stând spate în spate și lipind bine palmele. Conducătorul de joc va da instrucțiuni diferite. (Ex. Spălați-vă pe față.) Copiii îndeplinesc comenzile fără a-și dezlipi palmele.

Respectul în relațiile cu ceilalți

Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare

1 Citește textul.

Operațiunea „Politețe“

Supărați că mulți copii au uitat cum să se poarte cu cei din jur, spiridușii Atenție, Amabilitate și Recunoștință s-au hotărât să o salveze pe Zâna Politeții de la pieire.

– Ce avem azi de rezolvat? îi întreabă d-l Respect, cel care veghează misiunea de salvare a zânei.

– Petrică a smuls mingea din mâna unei fetițe, spune Amabilitate.

– Ștefana a întors spatele prietenei sale, când aceasta i-a dăruit o carte.

– Iar eu, adăugă Atenție, trebuie să ajung la Dănuț. S-a așezat pe scaun în autobuz. O bătrânică cu plasa încărcată stă în picioare lângă scaunul lui.

– O! exclamă d-l Respect. Avem multe cazuri de rezolvat astăzi. La treabă!

- Identifică în text ce probleme de comportament are fiecare personaj și propune o soluție de rezolvare a problemei.

Problema	Soluția
Petrică →	
Ștefana →	
Dănuț →	

2 Ce descoperi?

Bifează în lista de mai jos, persoanele pe care poți conta în situațiile date.

Un coleg ți-a scris cu pixul pe bancă „fricosul clasei“.

mama

învățătoarea

polițistul

O persoană necunoscută de pe stradă îți cere să îi dai bani.

fratele/sora

pompierul

polițistul

Tata te-a trimis să cumperi pâine și descoperi la magazin că nu mai ai banii.

medicul

pompierul

mama

3 Ce părere ai?

Bogdănel își dorește să meargă la concertul formației preferate cu fratele său mai mare, dar acesta nu dorește să îl ia pe motivul că e prea mic.
Cearta s-a iscat.

Are dreptate fratele? Da sau nu? Completați cu argumente pro și contra.

Argumente PRO	Argumente CONTRA

4 Vrei să fii creativ?

IKEBANA – aranjament floral

Desenează diferite flori în ghiveci, astfel încât florile să redea chipurile persoanelor cu care ai relații bune.



5 JOC: „Salutul echipei noastre“

Formați echipe de 4-5 elevi. Trageți la sorți bilețele pe care sunt scrise diferite situații. Creați și redați în echipe formule de salut potrivite pentru situații.

- Sunteți membrii unui echipaj pe un vas.
- Sunteți colegi în echipa de baschet a școlii.
- Faceți parte dintr-o trupă pop-rock.
- Sunteți coechipieri în trupa de majorete a școlii.





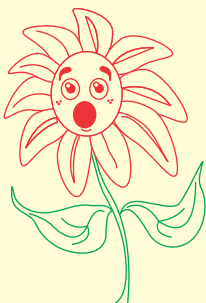
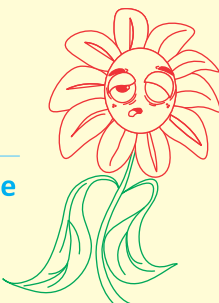
Emoțiile mele

Trăire și manifestare emoțională, starea de bine

1 Ce descoperi?

Redă povestea florii, completând enunțurile cu termenii:

bucuroasă, speriată, tristă, furioasă, plictisită, mirată

<p>Sunt _____</p> <p>pentru că un copil m-a udat.</p>		<p>Mă simt _____</p> <p>dacă o oiță vrea să mă mănânce.</p>	
<p>Mă simt _____</p> <p>când un copil îmi rupe frunzele.</p>		<p>Când vine frigul, mă simt _____</p>	
<p>Dimineața, sunt _____</p> <p>să văd picături de rouă pe petalele mele.</p>		<p>Sunt _____</p> <p>la Balul florilor deoarece toate au adormit.</p>	

2 Ce părere ai?

Scrie ce simți în următoarele situații.

- Sunt _____ când răspund corect la lecții.
- Dacă un coleg îmi ia creionul, fără să mi-l ceară, mă simt _____.
- O problemă grea la matematică mă face să mă simt _____.
- M-am simțit _____, când un coleg nu m-a invitat la ziua lui de naștere.
- Dacă văd un câine fără lesă mă simt _____.
- Când iau locul al II-lea la concurs sunt _____.

3 Ești atent?

Scrive un text din 4-5 enunțuri, în care să povestești ce ai simțit la petrecerea de ziua ta de naștere.

4 Te descurci singur?

Realizează două desene pentru a reda situații în care te-ai simțit:

vesel

speriat

5 Vrei să fii creativ?

Confeționează o mască prin intermediul căreia să exprimi o emoție: **bucurie, frică, furie, tristețe, plictiseală, mirare**. Folosește modelul de la **Anexa 6**. Interpretați jocuri de rol cu măștile.



6 JOC: „La Polul Nord, la Polul Sud“

Se trasează o linie (Ecuatorul) la mijlocul sălii de clasă. Elevii vor sta pe această linie. Conducătorul jocului va spune diferite enunțuri (Ex. M-am mutat la altă școală). Elevii se vor deplasa spre Polul Nord, dacă percep mesajul ca fiind unul pozitiv, sau spre Polul Sud, dacă îl percep negativ. Liderul le va cere să argumenteze alegerea.

Cum îmi controlez emoțiile

Trăire și manifestare emoțională, starea de bine


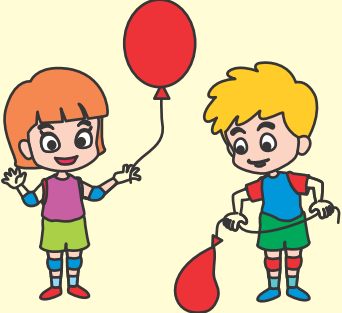
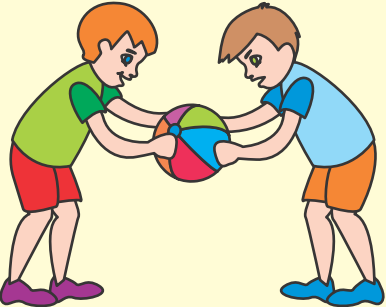
1 Ce descoperi?

Marchează cu X cum reacționezi tu în situațiile date:

Comportamente	Vorbesc calm.	Tac.	Bat din picior.	Vorbesc urât.	Lovesc.	Plâng.
Colegii nu te acceptă în jocul lor.						
Sora ta ți-a pătat caietul.						
Prietenul tău te-a făcut „mincinos“.						
Părinții îți interzic jocul pe calculator.						

2 Ce părere ai?

Încercuiește răspunsul pe care ar fi trebuit să îl dea personajele.

	<ul style="list-style-type: none"> a. Data viitoare voi fi eu pe locul II! b. Concursul a fost prea ușor! c. Te felicit! Meriți din plin!
	<ul style="list-style-type: none"> a. Ești rea! Ai făcut-o înapins! b. M-ai supărat, ești foarte neatentă! c. Sunt supărat! Fii mai atentă!
	<ul style="list-style-type: none"> a. Dă-mi mingea! Și eu vreau să mă joc! b. Egoistule! Numai tu vrei să te joci! c. Te rog, dă-mi mingea!

3 Ești atent?

Colorează răvașul cu sfatul pe care vrei să-l pui în practică, pentru a-ți controla furia.

Recunosc că sunt nervos.	Număr până la 10.
Respir adânc de mai multe ori.	Fac o plimbare.

4 Vrei să fii creativ?

Citește textul.

Bianca fuge în pauză, lăsându-l pe Radu să adune hârtiile rămase, de la ora de arte vizuale și abilități practice. Doamna învățătoare și colegul ei s-au supărat pe ea.

- Formați echipe de câte 4-5 elevi.
- Discutați în echipă soluții pentru rezolvarea problemei.
- Realizați un colaj în care să redați soluțiile propuse.

5 JOC: „Ești vesel“ sau „Ești trist“

Conducătorul de joc dă o instrucțiune (Ex: „Ești trist!“) unui jucător aflat în fața clasei. Prin cuvinte sau gesturi, ceilalți participanți trebuie să-l determine să râdă.

Cum comunicăm în clasă

Comunicare școlară eficientă

1 Ce descoperi?

Unește corespunzător.

În timp ce Maria își prezintă proiectul în fața clasei, Ionuț privește pe geam.

Învățătoarea le cere elevilor să picteze un om de zăpadă, iar Tudorel desenează un roboțel.

Cecilia și Oana explică deodată ce incident s-a petrecut în pauză.

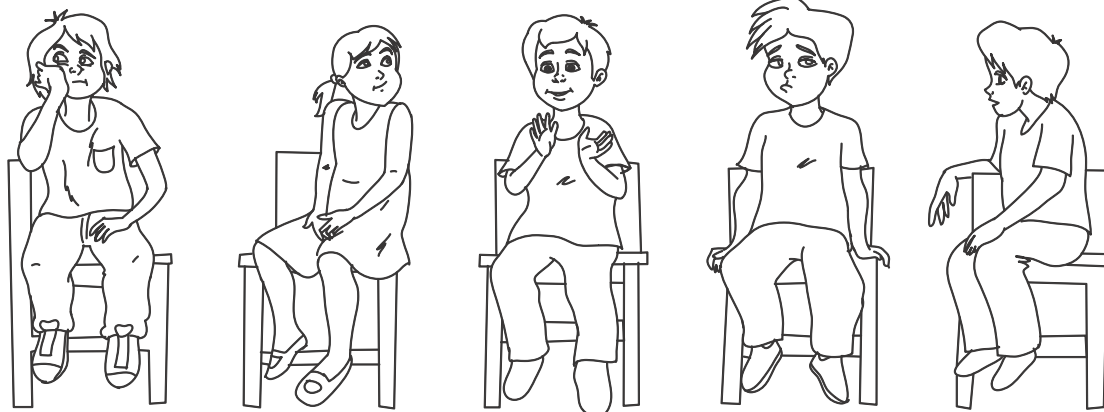
Ascult activ persoana care vorbește.

Nu întrerup persoana care vorbește.

Privesc persoana care vorbește.

2 Ești atent?

Colorează copilul care urmărește atent piesa de teatru.



3 Ce părere ai?

Cum faci față următoarelor provocări? Ce vei spune?

Încercuiește varianta care reprezintă cel mai potrivit răspuns.

Un coleg te roagă să mai stai în curte chiar dacă a sunat de intrare.

- a. Ești nebun! Crezi că vreau?
- b. Să nu te superi, dar nu îmi place să întârzi la ore.
- c. Nu mă interesează!

O colegă îți restituie cartea pe care i-ai împrumutat-o, ruptă.

- a. Ce o să mă fac cu această carte?
- b. Când lucrurile mele sunt distruse, sunt trist și dezamăgit.
- c. Ce să fac cu ea? Uite în ce hal ai adus-o!

4 Te descurci singur?

Formulează răspunsul pe care l-ai da în situațiile date.

<p>Un coleg îți ia o coală din blocul de desen de pe bancă și îți deranjează lucrurile.</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Un coleg din echipa de proiect te acuză pe nedrept, că din cauza ta nu a predat la timp proiectul.</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>O colegă îți cere caietul pentru a copia tema făcută de tine.</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Ești jignit de un coleg, în timp ce treceai pe coridorul școlii.</p> <hr/> <hr/> <hr/>

5 Joc de rol

a. Alegeți un dialog dintr-un text studiat.

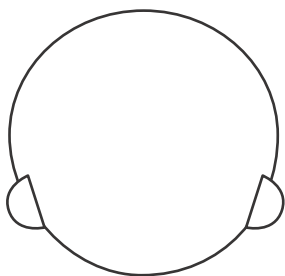
b. O pereche de elevi va interpreta dialogul, stând la depărtare unul de altul, iar altă pereche îl va interpreta stând foarte aproape.

● Cât de importantă este poziția și spațiul în comunicare?

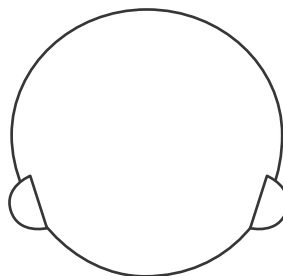
● Ce se întâmplă când partenerii de dialog stau prea departe sau prea aproape unii de alții?

6 Vrei să fii creativ?

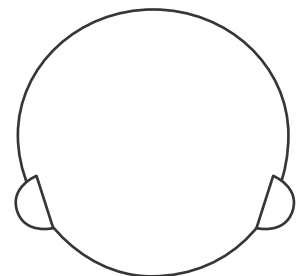
Completează desenele, astfel încât să obții chipuri de copii cu următoarele expresii ale feței:



atent



plictisit



nervos

7 JOC: „Telegraful“

Elevii de pe fiecare rând de băncuțe se ridică în picioare formând un șir. Ultimul din șir va transmite un număr format din sute, zeci și unități, utilizând următorul cod:

sute	zeci	unități
bătăi ușoare cu palma pe umărul stâng	bătăi ușoare cu palma pe ceafă	bătăi ușoare cu palma pe umărul drept

Numărul trebuie „tastat“ de la un elev la altul, până la primul din șir.

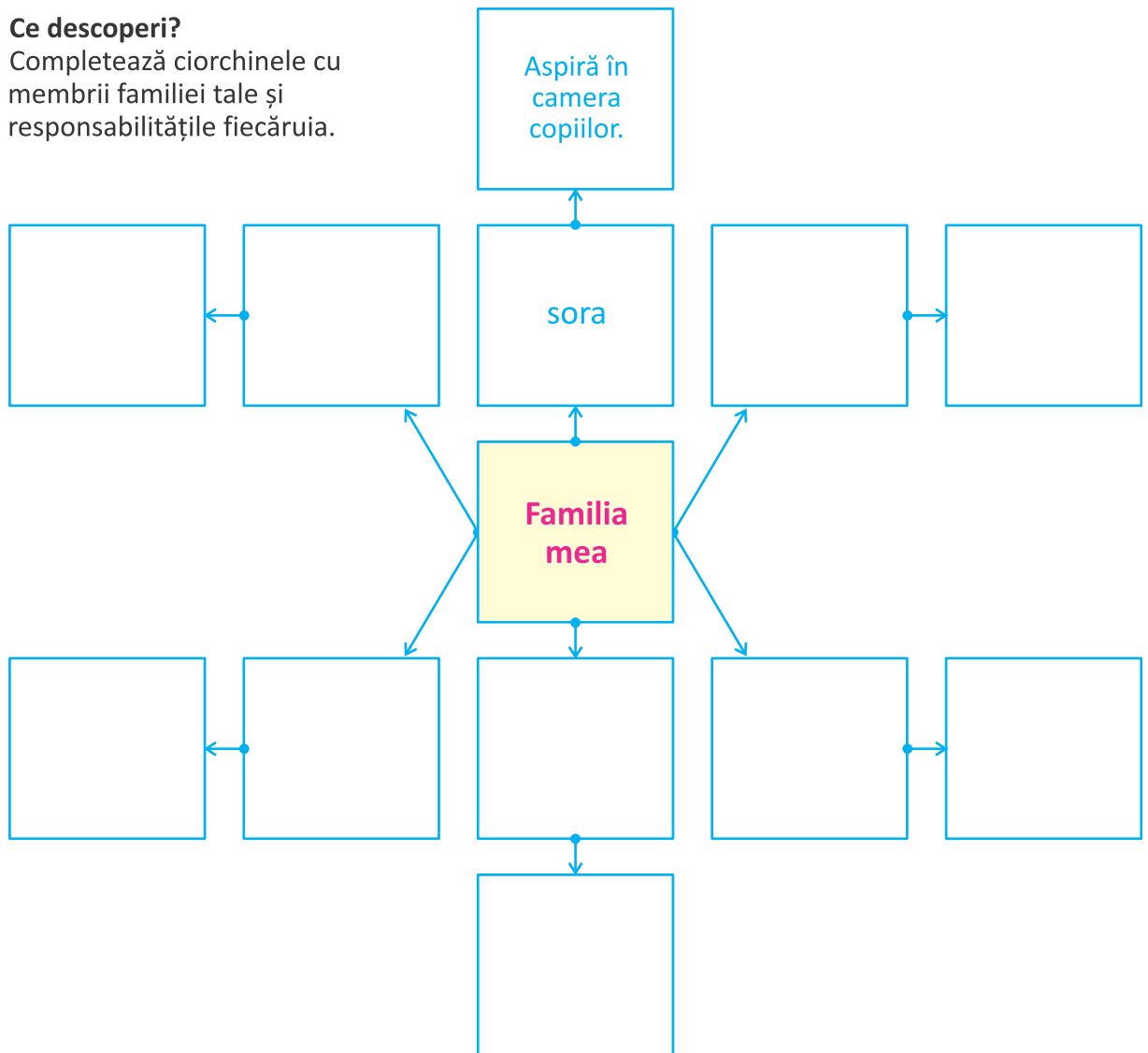
Comunicarea în familie

Comunicare școlară eficientă

1

Ce descoperi?

Completează ciorchinele cu membrii familiei tale și responsabilitățile fiecăruia.



2

Ce părere ai?

Completează enunțurile cu informații despre familia ta.

Cel mai bine mă înțeleg cu _____.

Mă supăr când _____.

Cel mai mult îl / o admir pe _____.

_____ mă răsfăț cel mai mult.

Dacă _____, atunci

_____.

Cel mai fericit moment în familie a fost când _____.

_____.

3 Te descurci singur?

Scrie un text din 5-7 enunțuri. Ia în considerare următoarele sugestii:

- Ce așteaptă părinții de la tine?
- Ce aștepți tu de la părinți?
- Ce apreciezi sau ce nu apreciezi în relația ta cu părinții?
- Ce nu îndrăznești să le spui direct părinților?

4 Joc de rol

Interpretați în perechi situația de mai jos. Folosiți diferite tonuri în dialogul dintre mamă și copil.

Mama ta află de la ședința cu părinții că ai luat un calificativ mic.

- Cât de important este tonul în comunicare?
- Ce se întâmplă când partenerii de dialog folosesc un ton ridicat?

5 Vrei să fii creativ?

Realizează un desen cu familia ta, redând un eveniment fericit din viața voastră.

6 JOC: „În familie“

Un elev mimează o activitate pe care o face un membru al familiei sale (ex. aspiratul). Ceilalți copii trebuie să ghicească cine face activitatea respectivă în familia colegului, apoi să spună cine face activitatea în familia lor.