

Coordonatori: prof. FILIP Claudia
prof. GOGHE Florina

Suntem copii, suntem egali...



Ghid de bune practici privind activitatea din cadrul Programului Național pentru Reducerea Abandonului Școlar (PNRAS)

Copalnic-Mănăstur

2026

**ȘCOALA GIMNAZIALĂ „AUGUSTIN BUZURA” COPALNIC-MĂNĂȘTUR
MARAMUREȘ**

Coordonator proiect: director UPJ prof. Pop Ioan

Echipa de elaborare a materialelor:

- ✓ **Prof. Pop Marilena**
- ✓ **Prof. Filip Claudia**
- ✓ **Prof. Goge Florina Adriana**
- ✓ **Prof. Gherghel Niculina**
- ✓ **Filip Ionela Mariana**
- ✓ **Bot Dumitrița**
- ✓ **Roman Marinela**

Parteneri:

Inspectoratul Școlar Județean Maramureș

Primăria Copalnic-Mănăștur

Consiliul Local Copalnic-Mănăștur

Asociația de Părinți a UPJ Copalnic-Mănăștur

ONG Asociația Montană „Masivul Preluca”

Agencia Națională Antidrog

Rotaru Rozalia-Liana - Cabinet individual de psihologie-psihoterapie-
logopedie

Biroul de Siguranță Școlară

ISBN 978-973-0-43440-8

*Acest material a fost realizat în cadrul PNRAS, cu sprijinul Ministerului
Educației și al fondurilor PNRR.*

Cuprins

PREFAȚĂ	4
1. ACTIVITĂȚI DE PREVENIRE	6
1.1. Atelier 1 - <i>Sunt în siguranță la școală</i>	6
1.2. Atelierul 2 - Sunt în siguranță la școală!- Siguranța emoțională.....	19
1.3. Atelier 3 - „Sunt în siguranță la școală!”	23
1.4. Atelier „DROGURILE - O ILUZIE CU SENS INVERS!”	30
1.5. Atelier „DROGURILE - O ILUZIE CU SENS INVERS!”	34
1.6. Atelier digital „Violența nu este o opțiune!”	41
1.7. Atelier digital „Educația – un vaccin antibullying !”	44
2. ACTIVITĂȚI DE INTERVENȚIE	49
2.1. Festivalul de tradiții și obiceiuri <i>Decembrie în zvon de colinde</i>	49
2.2. Festivalul de tradiții și obiceiuri <i>CÂNT ȘI JOC, PRECUM MI-E PORTUL</i>	51
2.3. Festivalul de tradiții și obiceiuri „Cânt și joc, precum mi-e portul” 2025	54
2.4. Atelier digital 1 - Copilăria în sunet și culoare	56
2.5. Atelier digital 2 - Copilăria în sunet și culoare	60
2.6. Atelier digital 3: Copilăria în sunet și culoare.....	62
2.7. Concurs sportiv „Sport și sănătate”	68
2.8. Vizită documentară „Zestrea străbunilor”	70
2.9. Vizită documentară „Zestrea străbunilor”	72
2.10. Vizită documentară „Zestrea străbunilor”	74
CONCLUZII	76

PREFAȚĂ

Educația este temelia dezvoltării personale, profesionale și sociale a fiecărui copil. Într-o societate echitabilă, niciun elev nu ar trebui să fie lăsat în urmă. Cu toate acestea, realitățile din teren ne arată că abandonul școlar rămâne o provocare majoră, cu efecte pe termen lung asupra viitorului tinerilor și al comunităților din care fac parte.

Acest ghid metodologic este realizat în cadrul Proiectului Național pentru Reducerea Abandonului Școlar și reprezintă un instrument practic, construit pe baza activităților desfășurate în școala noastră.

Credem cu tărie că fiecare elev are dreptul la o șansă egală, iar cu implicare, empatie și perseverență, putem transforma riscul de abandon într-o poveste de reușită „**educația începe cu noi, iar viitorul începe azi**”.

Abandonul școlar nu este doar un indicator statistic. Este povestea unui copil care, din diverse motive – sociale, economice, emoționale sau educaționale – se oprește din drumul său spre cunoaștere, dezvoltare și viitor. Este o pierdere resimțită nu doar de sistemul educațional, ci și de familie, comunitate și societate în ansamblul ei. De aceea, combaterea acestui fenomen nu este doar o misiune a școlii, ci o responsabilitate comună, partajată între profesori, părinți, directori, consilieri, autorități și fiecare membru al comunității.

Educația nu înseamnă doar lecții predate în clasă, ci și experiențe trăite, emoții împărtășite și valori cultivate prin fiecare activitate desfășurată în comunitate.

Acest ghid cuprinde două traiectorii abordate în cadrul PNRAS:

- ✓ **activitățile de prevenire** – fie că vorbim de consiliere, de mentorat, de proiecte educative sau ateliere tematice – **au un rol vital** în formarea elevilor. Ele oferă sprijin real copiilor aflați în situații vulnerabile, dezvoltă competențe sociale și emoționale, și creează punți de legătură între școală, familie și comunitate. Mai mult decât atât, ele transmit un mesaj clar: **nimeni nu este singur și fiecare copil contează**.
- ✓ **Activități de intervenție - festivalurile și evenimentele educaționale și culturale**, care dau culoare și sens parcursului școlar. Prin ele, elevii își pot exprima talentele, pot construi prietenii, pot învăța în moduri creative și pot descoperi bucuria de a face parte dintr-o comunitate care îi susține. Aceste momente rămân

în memorie și pot face diferența în viața unui copil – pot fi acel „click” interior care îl determină să continue școala, să creadă în sine și să viseze mai departe.

Astfel de activități, fie ele de prevenție sau de intervenție, nu sunt opționale. Ele sunt esențiale. Ele construiesc **relații de încredere**, dezvoltă **reziliența** și creează un **mediu sigur și motivant** în care elevii pot înflori.

Împreună putem construi un sistem educațional mai echitabil, mai empatic și mai eficient.

Pentru că educația începe cu noi. Și viitorul fiecărui copil începe cu o șansă.

1. ACTIVITĂȚI DE PREVENIRE

1.1. Atelier 1 - *Sunt în siguranță la școală*

CONTEXT

Diversificarea formelor de manifestare a delincvenței juvenile din ultimii ani, în special a infracțiunilor comise cu violență, efectele nefaste ale consumului de alcool asupra sănătății individului, asupra vieții lui și a celor din jurul său impune realizarea de eforturi în scopul găsirii celor mai eficiente mijloace de contracarare a efectelor nocive ale acestui fenomen. Este necesară, o implicare și o colaborare mai strânsă între instituțiile guvernamentale și neguvernamentale care se ocupă de educarea și protecția minorilor – familie, școală, poliție, autorități locale, comunitate etc. – în vederea creșterii siguranței acestora, a imprimării unui comportament civilizat și a unui respect mai mare față de lege.

Scop/rezultate așteptate

Diminuarea nivelului general de violență și a manifestărilor de comportamente necorespunzătoare în interiorul școlii, sprijinirea elevilor în dezvoltarea competențelor sociale care să-i ajute în oferirea răspunsului adecvat în cazul în care au de a face cu un conflict, implementarea la nivelul întregii școli a unui program susținut și permanent de mediere a conflictelor dintre elevi și de remediere a comportamentelor necorespunzătoare. Sprijinirea elevilor și părinților în înțelegerea fenomenului violenței, a diferitelor forme pe care le poate îmbrăca, asigurarea unui cadru în care să se faciliteze comunicarea pe tema violenței cu profesorii, părinții dar și pentru informare în privința resurselor ce le stau la dispoziție dacă au nevoie de ajutor în caz de abuz/vioență în familie sau la școală (servicii sociale, psihologi, poliție, jandarmerie etc.). Promovarea și încurajarea formării unei culturi antivioență corespunzătoare grupei de vârstă.

Grupul țintă: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale „Augustin Buzura” Copalnic-Mănăștur, părinții, cadrele didactice.

Obiective:

- Implicare proactivă susținută a elevilor, profesorilor și părinților în respectarea regulamentului școlar, al regulamentului personalizat al clasei.
- Discutarea liberă pe tema violenței, a formelor pe care poate să o îmbrace, campanii și activități antivioență extracurriculare etc.

- Transmiterea și consolidarea cunoștințelor de autogestionare ale elevilor, a competențelor sociale, gestionării timpului, abilitatea de iniția proprii activități și de manifestare a (posibilelor) abilități de lider, precum și de fixare a scopurilor, respectului față de legi și valorile democratice, mediu, însușirea normelor sociale și a modului în care se creează, se dezvoltă și se mențin relațiile sănătoase de prietenie, de iubire, de angajament.
- Dezvoltarea inteligenței emoționale, a spiritualității, ideilor, conștiinței de sine etc.

Activități:

1. Regulile de bază (5 minute):

OBIECTIV:

- ✚ Implicarea elevilor în discutarea și convenirea unor reguli comune de comportament în grup/clasă care să fie respectate mutual.

PAS CU PAS

- ✚ Explicați de ce Regulile de bază sunt utile, spre exemplu, permiteți-le tuturor să se simtă ascultați și în singuranță atunci când își împărtășesc gândurile și părerile, mai ales atunci când abordează subiecte delicate cum ar fi violența.
- ✚ După aceea, arătați flipchart-ul pregătit dinainte.
- ✚ Întrebați-i pe toți dacă sunt de acord cu regulile.
- ✚ La final, puneți Regulile de bază ale grupului într-un loc vizibil și faceți referire la ele mai târziu în timpul activităților de prevenire a violenței.

DE REFLECTAT!

Rezultatul așteptat și încheiere Sugestii pentru Regulile de bază pe care le puteți folosi și/sau adapta:

- 1. Spirit de echipă: Toți lucrăm ca o echipă.**
- 2. Egalitate și respect: Respectăm părerile celorlalți, chiar dacă sunt diferite de ale noastre.**
- 3. Permiteți-le și celorlalți să vorbească: Ascultați cu atenție, fără a întrerupe vorbitorul.**
- 4. Nu există întrebări greșite: Simțiți-vă liberi să puneți întrebări.**

5. Nu este obligatoriu să împărtășiți detalii personale: Nimeni nu trebuie să se deschidă.

6. Nu există atacuri la persoană: Nimeni nu poate fi insultat.

7. Informațiile sunt confidențiale: Orice spuneți și împărtășiți rămâne aici.

2. **Secvența introductivă (5 minute)**– grupul este împărțit în 3 echipe formate astfel: grupa Respectului, Toleranței și a Accepării. Fiecare echipă răspunde la următoarele cerințe, pornind de la afirmația: *Tot ce ne înconjoară are o culoare, un parfum sau un sunet.*

1. Ce culoare are violența?

2. Cum miroase violența?

3. Ce sunet scoate violența?

3. **Vizionare ppt „Stop violenței în școală!” 10 minute**

Următoarele activități se desfășoară în timp ce se vizionează prezentarea.

4. **CUVINTE CARE RĂNESC (15-20 de minute)**

OBIECTIVE

- ✚ Să aibă sensibilitate și să înțeleagă impactul emoțional al cuvintelor.
- ✚ Să experimenteze puterea cuvintelor.

PREGĂTIRE

Cereți-i fiecăruia să scrie comentariile abuzive și nepoliticoase sau poreclele ofensatoare pe care le-au auzit despre alți elevi pe post-it (fără a indica nume).

- Notati pe coli o grilă-scară:

Tachinare/glume ușoare

Glumă umilitoare

Insultă dureroasă

Insultă foarte dureroasă

- Cereți-le elevilor să lipească foile lor pe scară, luând în considerare cel mai adecvat loc după părerea lor. Cereți-le să nu vorbească unul cu altul și să nu comenteze foile în timp ce fac acest lucru.

DE REFLECTAT!

Atunci când toți elevii s-au așezat la loc, întrebați-i ce au observat la scară, în timp ce ghidați analiza lor și discuția cu următoarele întrebări:

1. A provoca durere altora folosind astfel de cuvinte este o formă de bullying sau nu? De ce?
2. Întrebați-i pe toți dacă pot vedea vreo similitudine între cuvintele de pe foi. Există, spre exemplu, cuvinte legate de aspectul fizic, abilitățile mentale, etnie, sex, etc.
3. Există cuvinte care sunt folosite doar pentru fete și alte cuvinte doar pentru băieți?
4. În care grup sau temă se află cele mai ofensatoare cuvinte?

5. Semaforul (10 minute)

OBIECTIVE

- Să crească nivelul de autoconștientizare și să explore părerile și nevoile elevilor privind siguranța și bunăstarea la școală, și percepția și înțelegerea indivizilor cu privire violență.
- Să faciliteze discuția într-o atmosferă de clasă sigură, fără bullying.

PREGĂTIRE

Cartonașe în trei culori: verde, galben și roșu, marker pentru flipchart, bandă adezivă, foarfece. Invitați elevii să lucreze în echipe. Arătați cartonașele colorate și explicați întrebările corespunzând fiecărei culori. Scrieți întrebările și pe o foaie de flipchart.

Verde: Mesaj pentru colegi! Ce ar trebui ceilalți colegi să facă să mă simt bine și în siguranță în clasă/școală?

Galben: Mesaj pentru profesori! Ce ar trebui să facă profesorii să mă simt bine și în siguranță în clasă/școală?

Roșu: Mesaj pentru societate! Ce ar trebui să facă societatea pentru a mă simți în siguranță?

- Acordați-le aproximativ 10 minute pentru această sarcină.
- Când toată lumea este gata, fiecare chipă își prezintă activitatea, iar profesorul filmează prezentarea.

6. Vizionare film educativ *Ian*

https://www.youtube.com/watch?v=Hz_d-cikWmI

7. Feed-back

Desenează un coș de gunoi și un rucsac simbolic.

Distribuiți post-it-uri colorate și spuneți-le elevilor că pot lua atâtea câte au nevoie din fiecare culoare.

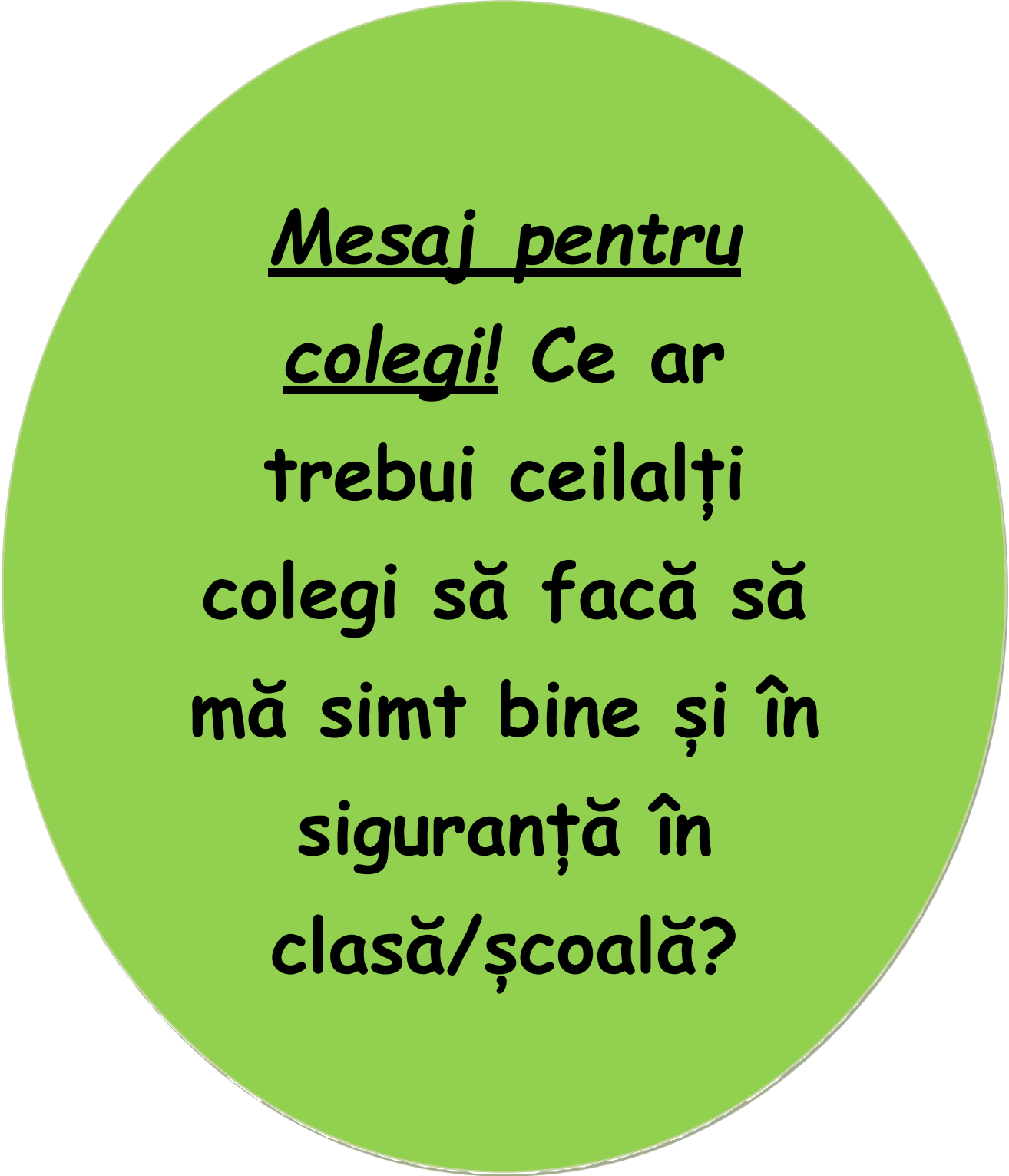
Cereți-le să scrie unul sau mai multe lucruri care le-au plăcut în timpul activității pe cele verzi, punându-le în rucsac și unul sau mai multe lucruri care nu le-au plăcut pe cele roșii punându-le în coșul de gunoi.

Acordați-le câteva minute pentru a lucra individual. Feedback-ul lor este anonim, nu se va scrie niciun nume pe bilețele.

Anexe

Reguli de bază pentru a forma o echipă:

1. **Spirit de echipă:** *Toți lucrăm ca o echipă.*
2. **Egalitate și respect:** *Respectăm părerile celorlalți, chiar dacă sunt diferite de ale noastre.*
3. **Permiteți-le și celorlalți să vorbească:** *Ascultați cu atenție, fără a întrerupe vorbitorul.*
4. **Nu există întrebări greșite:** *Simțiți-vă liberi să puneți întrebări.*
5. **Nu este obligatoriu să împărtășiți detalii personale:** *Nimeni nu trebuie să se deschidă.*
6. **Nu există atacuri la persoană:** *Nimeni nu poate fi insultat.*
7. **Informațiile sunt confidențiale:** *Orice spuneți și împărtășiți rămâne aici.*



Mesaj pentru
colegi! Ce ar
trebui ceilalți
colegi să facă să
mă simt bine și în
siguranță în
clasă/școală?

**Mesaj pentru
profesori!**

**Ce ar trebui să
facă profesorii să
mă simt bine și în
siguranță în
clasă/școală?**

Mesaj pentru
societate!

**Ce ar trebui să
facă societatea
pentru a mă simți
în siguranță?**

Rucsacul lucrurilor bune



Coșul de gunoi



Ecusoane echipe – simboluri

Respect



Toleranță



Acceptare



1.2. Atelierul 2 - Sunt în siguranță la școală!- Siguranța emoțională

CONTEXT

Îmbunătățirea și consolidarea climatului de siguranță în mediul școlar a reprezentat și reprezintă o prioritate națională. Școala nu este o entitate izolată, ci este parte integrantă a comunității care asigură un drept primordial, cel al accesului la educație. Școala este locul în care ar trebui să te simți în siguranță, să îți poți dezvolta aptitudinile, să îți faci prieteni, să crești și să te dezvolti armonios. Scopul programului îl reprezintă informarea copiilor privind potențialele pericole și furnizarea de soluții prin metode educative specifice vârstei lor pentru gestionarea acestora.

Grupul țintă: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale „Augustin Buzura” Copalnic-Mănăstur, părinții, cadrele didactice.

Obiective:

- Implicare proactivă susținută a elevilor, profesorilor și părinților în respectarea regulamentului școlar, al regulamentului personalizat al clasei.
- Discutarea liberă pe tema siguranței.
- Dezvoltarea inteligenței emoționale, a spiritualității, ideilor, conștiinței de sine prin respectarea regulilor care asigura siguranța fiecărei persoane, etc.

Activități:

1. SPERIAT ȘI ÎNGRIJORAT... CE MĂ FAC?

Ana, 12 ani, își face griji că poate nu este plăcută la școală. Își face multe griji atunci când este la școală, dar aceste griji nu dispar nici când ajunge acasă. Doar simplul gând al școlii o face să se simtă rău.

Lui Ionuț, 9 ani, îi e frică să nu cadă păianjeni pe el în timp ce doarme. Crede că aceștia se pot cățăra noaptea pe tavanul dormitorului său și, pentru că e noapte, nu îi poate vedea. Ionuț știe că nu îi e de ajutor să-și facă griji și că nu a văzut de fapt niciodată păianjeni pe tavan, dar nu poate să nu se gândească la ei. Și aceste griji ale lui nu îl lasă să doarmă.

Mariei, 10 ani, îi este frică de fulgere și tunete. Atunci când vede fulgere sau aude tunete, fuge repede la părinții săi. Chiar și câinele ei se sperie și urlă.

2. CE TE SPERIE ȘI TE ÎNGRIJOREAZĂ ?

- **Lista mea cu temeri și griji**
- Citește mai întâi lista de mai jos: „Lucruri de care îmi este frică”.

Dacă nu ți-a fost niciodată frică de lucrul respectiv, pune un x în coloana NU.

Dacă ți se întâmplă să-ți fie frică câteodată de acel lucru, pune un x în coloana UNEORI.

Dacă acea frică te încearcă în fiecare zi, pune un x în coloana ADESEA.

Liniile suplimentare din josul listei sunt pentru ca tu să poți adăuga alte frici pe care le poți avea. Odată ce ai finalizat lista, alege ce teamă vrei să abordezi la început .

Mi-e frică	Nu	Uneori	Adesea
de tunete și fulgere			
de coșmaruri			
să se țiepe la mine			
să particip la bătăi			
să se râdă de mine			
de străini			
de doctori sau dentiști			
să fac greșeli			
să dau teste			
să fiu ales ultimul într-o echipă			
să nu mă integrez la școală			
să am eșecuri la școală			
de animale sălbatice			
de păianjeni sau insecte			
de câini sau pisici			
de înălțimi			
să vorbesc în public			
să cunosc oameni noi			
de spații mici sau închise			

de clovni			
de fantome sau monștri			
de sânge			
de arme și violență			
de zgomote puternice			
să fii singur acasă sau departe de părinți			
de război sau terorism			
că ceva rău o să se întâmple de întuneric			

3. DE UNDE VIN FRICILE ȘI GRIJILE ?

Fie că crezi acest lucru sau nu, fricile și grijile nu sunt întotdeauna un lucru rău și ele există pentru un motiv. Există momente când *îți este de folos* să fii speriat sau îngrijorat.

Gândește-te la asta: dacă un bătaș ar fi pe punctul să te pocnească, probabil ai fi speriat. Și acest lucru e unul *pozitiv* pentru că frica este o formă de protecție. Atunci când simți pericole, corpul tău intră în acțiune. El produce niște substanțe chimice care te pregătesc să te lupți, să fugi sau să stai nemișcat. Experții numesc asta „luptă, fugi sau îngheață”.

Iată ce se întâmplă atunci când corpul tău începe să producă *adrenalină*, o substanță care crește nivelul energetic:

» *Alarma de luptă*: Inima ta pompează mai mult sânge pentru ca tu să ai puterea să lupți.

Adrenalina curge prin corpul tău, dându-ți un surplus rapid de energie.

» *Alarma de fugă*: corpul tău se ambalează pentru ca tu să poți fugi mai repede, iar sângele curge prin picioare pentru ca tu să poți scăpa. Asta te ajută să scapi de pericol.

» *Alarma de înghețare*: Corpul tău te face să te oprești, așa că nu te poți mișca nici dacă vrei. Ești încă ambalat, dar energia nu este folosită pentru fugă sau pentru luptă.

3. Povestea lui Ionuț

Lui Ionuț, în vârstă de 12 ani, îi era frică să meargă la școală pentru că ceilalți copii îl tachinau pe culoar și în clasă. Se luau de el pentru că avea probleme cu învățatul. Ionuț era atât de speriat să nu fie tachinat încât avea crampe și dureri de cap în fiecare dimineață. În unele dimineți, burta și capul îl dureau atât de tare pe Ionuț, încât trebuia să rămână acasă. Dar acest lucru nu rezolva problema lui pentru că tot trebuia să dea ochii cu acei

copii în momentul în care se întorcea la școală. Știa că trebuia să învețe cum să se descurce cu tachinarea pentru a nu se mai simți rău. Ionuț a decis să vorbească cu profesoara sa despre asta. Aceasta i-a sugerat lui Ionuț să încerce un experiment timp de câteva zile: de fiecare dată când un copil îl tachina, Ionuț trebuia să și-l imagineze pe copil purtând haine caraghioase. Scopul acestui experiment era să-l ajute pe Ionuț să râdă în loc să se supere când era tachinat. Strategia lui Ionuț a funcționat pentru că *și-a schimbat gândurile* legate de tachinare. În loc să creadă ce spuneau ceilalți copii, el s-a concentrat pe râs. Nu s-a mai simțit atât de încordat și, pentru că ceilalți copii nu știau de ce râde, au decis să-l lase pe Ionuț în pace. În câteva zile, Ionuț a început să se simtă mai încrezător. Pe măsură ce anxietatea lui dispărea treptat, durerile și crampele au început și ele să dispară.

4. Exercițiu: TRECI DE LA NEGATIV LA POZITIV!

FRICA - Tehnicile de respirație și meditația, suportul unui prieten

Frica este o emoție adaptativă, deoarece te ajută să eviți situații care amenință integritatea fizică și psihică. Ea este firească atât timp cât nu exagerăm pericolul.

FURIA - Respirația, relaxarea, schimbarea mediului, activități plăcute

Apare în viața noastră atunci când simțim că cineva ne-a încălcat teritoriul. De la o simplă iritație până la furia oarbă, când ne pierdem total autocontrolul, există o gamă largă de emoții.

TRISTEȚEA – Găsirea unui sens pozitiv, discuții cu familia, prietenii

Tristețea apare cel mai frecvent când pierdem persoane importante pentru noi și, de ce nu, când pierdem și anumite lucruri.

RUȘINEA - Reevaluarea comportamentului, schimbarea aspectelor deranjante, concentrarea pe punctele forte

Rușinea este sentimentul de jenă și de remușcare apărut când simți că acțiunile tale te-au discreditat și ai scăzut în ochii celorlalți.

1.3. Atelier 3 - „Sunt în siguranță la școală!”

CONTEXT

Îmbunătățirea și consolidarea climatului de siguranță în mediul școlar a reprezentat și reprezintă o prioritate națională. Școala nu este o entitate izolată, ci este parte integrantă a comunității care asigură un drept primordial, cel al accesului la educație. Școala este locul în care ar trebui să te simți în siguranță, să îți poți dezvolta aptitudinile, să îți faci prieteni, să crești și să te dezvolti armonios. Scopul programului îl reprezintă informarea copiilor privind potențialele pericole și furnizarea de soluții prin metode educative specifice vârstei lor pentru gestionarea acestora.

Grupul țintă: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale „Augustin Buzura” Copalnic-Mănăștur, părinții, cadrele didactice.

Obiective:

- Implicare proactivă susținută a elevilor, profesorilor și părinților în respectarea regulamentului școlar, al regulamentului personalizat al clasei.
- Discutarea liberă pe tema siguranței.
- Dezvoltarea inteligenței emoționale, a spiritualității, ideilor, conștiinței de sine prin respectarea regulilor care asigura siguranța fiecărei persoane, etc.

Activități:

1. Azi mă simt în siguranță pentru că.....

Fiecare elev va completa afirmația dată. (5minute).

2. Derulare prezentare și discuții libere pe marginea filmulețelor. (40 de minute)

DRUMUL SPRE ȘCOALĂ- DRUMUL SPRE CASĂ

- DEPLASAREA PE JOS
- DEPLASAREA CU BICICLETA
- DEPLASAREA CU MAȘINA
- DEPLASAREA CU MICROBUZUL ȘCOLAR

DEPLASAREA PE JOS

- ✓ Nu vorbiți cu persoane necunoscute și nu le însoțiți chiar dacă vă roagă sau promit cadouri!
- ✓ Nu vă jucați cu telefonul mobil pe stradă!

- ✓ Dacă sunteți în pericol solicitați sprijinul celor din jur!
- ✓ Traversați strada pe trecerea de pietoni fără să alergați!
- ✓ Nu vă jucați pe partea carosabilă a drumurilor!

<https://www.youtube.com/watch?v=oezZ-hx9GO0>

DEPLASAREA CU BICICLETA

- ✓ Aproape tuturor copiilor le place mersul pe bicicletă.
- ✓ Cei cu vârsta mai mică de 14 ani nu se pot deplasa pe bicicletă pe drumurile publice.
- ✓ Fiecare bicicletă, atât a persoanei adulte, cât și a copilului, trebuie să fi e echipată corespunzător

Pentru ca mersul cu bicicleta să fie sigur, în mod obligatoriu, o bicicletă trebuie să fie echipată astfel:

- ☐ în față – un „ochi de pisică”, de nuanță albă sau galbenă, în spate, de culoare roșie, iar pe roți trebuie să aibă elemente sau dispozitive fluorescent-reflectorizante care, în mișcare, formează un cerc continuu;
- ☐ -noaptea sau când vizibilitatea este redusă, bicicleta trebuie dotată în față cu lumina de culoare albă sau galbenă, iar în spate, cu lumină de culoare roșie;
- ☐ frâne eficiente (de picior sau de mână), plus un sistem adecvat, funcțional, de direcție;
- ☐ un clopoțel sau un alt mijloc sonor de avertizare, cu o tonalitate nederanjantă.
- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=RpSnOmQW4Zs>

DEPLASAREA CU MAȘINA / DEPLASAREA CU MICROBUZUL ȘCOLAR

- <https://www.youtube.com/watch?v=tdR1b32FfW0> – pasageri în masina
- <https://www.youtube.com/watch?v=vXYTLt9i6g&t=7s> PASAGERI ÎN MICROBUZ

CUM MĂ PORT LA ȘCOALĂ?

Comportamentul pe care îl are un elev în clasă, cu colegii sau profesorii, în timpul orelor sau chiar și în pauze, este foarte important și decisiv pentru viitorul său. Oricărui copil trebuie să i se explice aceste reguli, pentru a înțelege cum să se comporte la școală, dar și în societate.

Conform codului bunelor maniere, orice elev trebuie să respecte niște reguli de bază la școală. Elevii trebuie să știe cum să se comporte în raport cu profesorii sau cu colegii de clasă.

Iată ce reguli de bază trebuie să respecte orice elev:

- Salut colegii când intru în clasă!
- Salut profesorul, ridicându-mă în picioare!
- Cer permisiunea atunci când doresc să merg la toaleta sau când doresc să mă ridic din bancă!
- Nu vorbesc neîntrebat!
- Țin ușa deschisă pentru o persoană care intră în sala de clasă, mai ales atunci când aceasta are mâinile ocupate!
- Vorbesc doar după ce altcineva își încheie discursul!
- Am o postură decentă în bancă și nu mă agit sau îi întrerup pe ceilalți colegi!
- Nu îmi jignesc colegii sau profesorii!
- Am grijă de banca mea!
- Mă comport decent în recreații, nu sunt violent și nu vandalizez bunurile școlii!
- Respect bunurile celorlalți și nu îmi însușesc ceea ce nu-mi aparține!

REGULI DE SIGURANȚĂ ȘCOLARĂ

- ✓ Nu alergați de-a lungul coridoarelor, scărilor, sălilor de clasă și a oricăror alte încăperi ale școlii care nu sunt destinate acestui lucru;
- ✓ Este interzis să aluneci pe balustradă, să alergi de-a lungul casei scărilor, să deschizi ferestrele din sala de clasă și pe coridor, să te urcăm pe pervazurile ferestrelor, pe pod și pe acoperișul școlii.
- ✓ Este interzisă intrarea în incinta școlii auxiliare, unde se află comunicații, dispozitive și mecanisme. Este periculos pentru viață și sănătate.
- ✓ Nu este permisă luarea rechizitelor sau bunurilor colegilor de clasă.
- ✓ În timpul lecțiilor, toți elevii ar trebui să fie în sălile de clasă și să nu „călătorească” în jurul școlii și în curtea școlii și, în plus, să fugă pe carosabil.
- ✓ Este interzis să alergi și să faci zgomot pe coridor, mai ales în timpul orelor.
- ✓ Nu împinge, nu lupta, nu striga. Nu jucați jocuri active în camere care nu sunt destinate direct pentru aceasta;

- ✓ Orice conflicte care au apărut între elevi ar trebui rezolvate pe cale pașnică sau prin intermediul unui profesor;
- ✓ Aveți grijă când vă deplasați prin locuri potențial periculoase: scări, pante, suprafețe înghețate etc.;
- ✓ În timpul iernii, nu vă apropiați de pereții școlii pentru a elimina riscul de rănire din cauza căderii de zăpadă sau de țurțuri;
- ✓ Nu aruncați și nu folosiți obiecte dure în jocuri care pot provoca răni: pietre, bețe, gheață etc.;
- ✓ Nu aduceți la școală obiecte periculoase sau substanțe care pot dăuna altora: dispozitive pirotehnice sau explozive, obiecte ascuțite, tăietoare, orice tip de arme de calibru mic (inclusiv pneumatice);
- ✓ Nu vă cățărați în copaci, acoperișuri, garduri, sere și orice alte structuri înalte;
- ✓ Nu încercați să intrați pe teritoriul de utilități și spații tehnice.
- ✓ Nu urcați în poduri, subsoluri și alte locuri care nu sunt destinate educației directe sau recreerii elevilor;

ACȚIONEZ CORECT ÎN CAZ DE INCENDIU

<https://www.youtube.com/watch?v=7EaT5A5hf7I-> incendiu

NU TREMUR LA CUTREMUR

<https://www.youtube.com/watch?v=lc3rHsyXaN8> – cutremur

Scoala nu trebuie sa fie vazuta ca o inchisoare sau ca un loc plictisitor si stresant. Iata cum puteti sa va simtiti bine la scoala:

1. Faceti-va noi prieteni:

- ✓ **Formati-va un grup de prieteni**, cu pasiuni comune, in preajma carora sa va simtiti bine si cu care sa puteti aborda orice subiect si mersul la scoala nu va mai fi o corvoada.
- ✓ **Inscrieti-va intr-un club de activitati extracurriculare** (muzica, sah, dans). Acesta este un mod ideal de a va face noi prieteni.
- ✓ **Incercati un sport in echipa**. Inscrieti-va in echipa de fotbal, de handbal, de volei sau de baschet a scolii si imprieteniti-va cu coechipierii.

- ✓ **Relaxati-va si invatati sa gustati glumele colegilor.** In loc sa va suparati foarte usor, invatati sa dati replici comice si intrati in jocul acestora, pentru ca cei din jur sa va agreeze si pentru a va putea face prieteni noi cu usurinta.

2. Distrati-va:

- ✓ **Adoptati o atitudine pozitiva in fiecare zi.** Acest lucru va va infrumuseta ziua si o va transforma intr-una foarte buna, prin puterea autosugestiei.
- ✓ **Personalizati-va rechizitele scolare.** Decorati-va ghiozdanul, penarul, caietele si alte obiecte, cu abtibilduri, pixuri cu sclipici, emblema trupei favorite sau cu alte lucruri ce le poate face putin mai distractive.
- ✓ **Purtati haine ce va fac sa va simtiti bine.** Moda se schimba mereu, asa ca poate fi destul de dificil sa tineti pasul cu ea. Daca vreti sa va simtiti bine la scoala, nu trebuie neaparat sa purtati haine in cele mai noi trenduri, ci haine comode si care sa va permita sa va distrati la scoala.
- ✓ **Permiteti-va luxul de a visa cu ochii deschisi,** din cand in cand. Scoala poate fi destul de plictisitoare, datorita orelor de curs lungi si a materiilor nu tocmai usoare, asadar dati-va frau liber imaginatiei si rupeti-va din cotidian, din cand in cand.

3. Usurati-va singuri viata:

- ✓ **Organizati-va rechizitele, temele si materiile** in asa fel, incat sa stiti intotdeauna unde le puteti gasi si pentru a avea cele necesare la indemana. Va veti usura cu mult existenta de scolari, facand acest lucru.
- ✓ **Nu va judecati prea tare profesorii.** Trebuie sa stiti ca nu toti pot fi grozavi, la fel ca elevii. Este indicat sa va purtati frumos cu profesorii, daca doriti ca acestia sa va raspunda cu un comportament pe masura.
- ✓ **Organizati-va timpul in mod eficient.** Faceti-va temele la timp si nu le lasati pe ultima clipa.

Cereti ajutorul profesorilor sau a colegilor, daca intampinati dificultati legate de rezolvarea temelor de casa, pentru a va usura sarcinile de lucru.

- ✓ **Evitati lucrurile care va distrag atentia** (telefon mobil, Internet, TV, etc) la scoala, in timpul orelor de curs sau acasa in timp ce invatati sau va faceti temele.

Daca sunteti atenti veti putea retine informatia mult mai repede si mai usor, asadar concentrati-va pe ceea ce faceti.

✓

3. Siguranța înseamnă.....

La finalul activității elevii vor completa post-it-urile oferite.



SUNT ÎN SIGURANȚĂ LA ȘCOALĂ!

1. DRUMUL SPRE ȘCOALĂ- DRUMUL SPRE CASĂ

- ❖ Nu vorbești cu persoane necunoscute și nu le însoțești chiar dacă vă roagă sau promit cadouri!
- ❖ Nu vă jucați cu telefonul mobil pe stradă!
- ❖ Dacă sunteți în pericol solicitați sprijinul celor din jur!
- ❖ Traversați strada pe trecerea de pietoni fără să alergați!
- ❖ Nu vă jucați pe partea carosabilă a drumurilor!



STAREA DE BINE LA ȘCOALĂ

Faceți-vă noi prieteni!

Distrați-vă!

Ușurați-vă singuri viața!

Cum mă port la școală?

- Salut colegii când intru în clasă!
- Salut profesorul, ridicându-mă în picioare!
- Cer permisiunea atunci când doresc să merg la toaleta sau când doresc să mă ridic din bancă!
- Nu vorbesc neîntrebat!
- Vorbesc doar după ce altcineva își încheie discursul!
- Am o postură decentă în bancă și nu mă agită sau îi întrerup pe ceilalți colegi!
- Nu îmi jignesc colegii sau profesorii!
- Am grijă de banca mea!
- Mă comport decent în recreații, nu sunt violent și nu vandalizez bunurile școlii!



1.4. Atelier „DROGURILE - O ILUZIE CU SENS INVERS!”

Grup țintă: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale *Augustin Buzura*
Copalnic-Mănăștur

CONTEXT

Fenomenul consumului de droguri în România nu trebuie perceput ca pe o realitate izolată a consumatorului sau a persoanei afectate, perspectivă idealistă a anilor '90, valabilă pentru o societate aflată în curs de modernizare la acel moment. Realitatea după anii 2000 arată faptul că România este țara în care se consumă droguri și evident că există așadar trafic de substanțe ilicite. Astfel în prezent abuzul de droguri devine o problemă socială, cu efecte nefaste mai ales în rândul tinerilor și adolescenților.

Tinerii și adolescenții din România care încercă să consume droguri, utilizează, în primul rând, drogurile experimentale, recreaționale (marijuana, hașiș, extasy, LSD, alcool etilic + medicamente), cel mai des marijuana și hașiș.

Adolescenții și tinerii sunt cei mai expuși consumului deoarece adolescența este vârsta la care se formează și modelează personalitatea, își regăsesc identitatea de sine, își stabilesc principii clare de viață, caută modele adaptându-și comportamentul la acestea. Există și tendințe de exercitare a unei presiuni asupra adaptării comportamentului la modelele existente în cadrul unui grup de apartenență sau anturajului în cazul adolescenților, aceștia fiind uneori nevoiți să preia din tendințele sau manifestările celorlalți, fiind uneori, martorii unor situații cu efecte negative asupra vieții lor.

Adolescenții tind să adopte comportamente de risc datorită influenței negative exercitate sau curiozității proprii, respectiv se ajunge așadar la consumul de alcool, tutun sau droguri, deoarece prin prisma dorinței sale de a fi unici, aceștia adoptă forme de conduită ce se încadrează în trei tipuri principale (J. Rousselt „**Adolescentul, acest necunoscut**”):

-  **conduita revoltei** - adolescentul refuză sistematic și ostentativ ceea ce a învățat sau a fost obligat să învețe; el adoptă atitudini negativiste, contrazice fără temeii, ironizează, utilizează un limbaj ieșit din comun, de multe ori agresiv;
-  **conduita închiderii în sine** - se interiorizează, se izolează, aspecte care determină îndepărtarea de societate;

- ✚ **conduita exaltării și a afirmării** - adolescentul caută confruntarea cu alții pentru a-și verifica calitățile fizice și intelectuale, adoptă atitudini extreme față de tot ceea ce disprețuiește sau concordă cu atitudinile sale.

SCOP:

- ✓ Prevenirea la timp a consumului de droguri, alcool sau tutun în rândul tinerilor.
- ✓ Dobândirea unor informații utile și corecte privind drogurile, alcoolul sau tutunul precum și riscurile asociate consumului acestora;
- ✓ Dezvoltarea abilităților de comunicare, interrelaționare în spiritul ajutorului reciproc în caz de nevoie, precum și evoluția adolescentului sau tânărului, în coordonate personale și sociale, normale
- ✓ Implicarea adolescenților în activități utile care să presupună informare, sprijin la timp, dar și depășirea unor momente sau situații critice impuse de experiențele trăite.

OBIECTIVE SPECIFICE:

- informarea, educarea și conștientizarea populației școlare, în vederea evitării consumului de droguri, în cadrul preprogramului de cursuri sau pe timpul activităților extrașcolare și a timpului liber.
- informarea, sensibilizarea și conștientizarea populației școlare în vederea evitării și transformării consumului de droguri ocazional în consum regulat.
- sensibilizarea și responsabilizarea familiilor în vederea creării de modele pozitive copiilor, în cadrul programelor de informare, educare și conștientizare cu privire la efectele consumului de droguri.
- Reducerea influenței factorilor de risc și dezvoltarea unei influențe favorabile privind factorii de protecție în cadrul grupurilor vulnerabile corelat cu nevoile și particularitățile acestora.

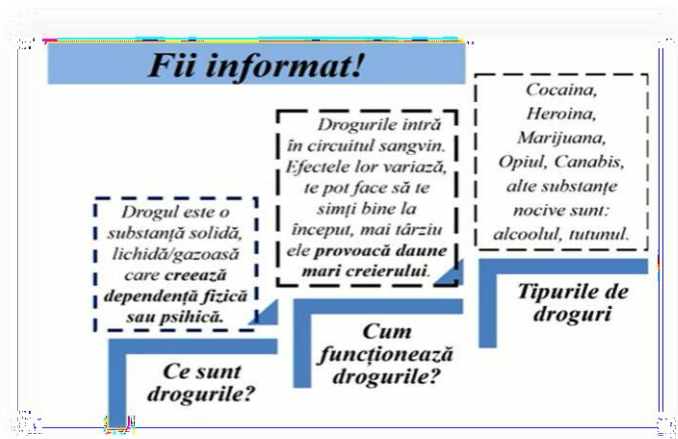
ACTIVITĂȚI:

Patru cadre didactice împreună cu reprezentantul Agenției Județene Antidrog, au desfășurat împreună elevii, activități în cadrul atelierului digital în vederea creșterii nivelului de informare, educare și conștientizare cu privire la riscurile consumului de droguri. Activitățile cu reprezentantul ANA, au loc la unitățile din Copalnic-Mănăstur și Făurești.

În celelalte structuri gimnaziale, fiecare profesor implicat desfășoară următoarele activități:

1. Prezentare Power Point *Drogurile o iluzie cu sens invers!*

- Despre droguri în sens larg:



- Se vizionează clipul dedicat factorilor care influențează consumul de droguri.

<https://www.youtube.com/watch?v=QLoVt64Xdpo>

- Se discută despre mituri și adevăruri legate de droguri.

MITURI	
1. Colegul spune că fumatul îl relaxează.	Fumatul poate da iluzia că relaxează, dar în realitate crește pulsul și uneori poate accentua stări de neliniște.
2. Tata spune că țuica ajută să treacă răceala.	În realitate, alcoolul deshidratează și accentuează simptomele unei răceli.
3. Când fumezi, pari mai matur.	Când fumezi, singurul lucru care se „maturizează”, adică îmbătrânește este aspectul feței/tenului.
4. Bunicul meu a fumat toată viața și a trăit 97 de ani.	Dacă o persoană devine o excepție de la consecințele negative ale fumatului, nu înseamnă că este valabil și pentru majoritatea fumătorilor.

- Discuții libere despre modul în care recunoaștem un consumator de droguri.

Simptome ale consumului de droguri

pleoape căzute, ochi roșii ten anormal de palid

*ținuta
neglijentă,
igiena
personală
deficitară*

indiferență



*schimbarea sistemului
de valori*



*pierdere a puterii de
concentrare*

*scădere în
greutate*

*schimbări
ale
dispoziției*

- Prevenirea consumului de substanțe interzise.

<https://www.youtube.com/watch?v=XU5a1K3Qpnw> poveste

https://www.youtube.com/watch?v=Kxt_X571GLA cod penal

- Completare chestionar:

https://docs.google.com/forms/d/15OTPquB_kdNg690rHF_RIZCdH5kYBxC_WzBHiaCEw1i8/edit

Autoreflexie după implementarea activității

- Impactul educativ estimat asupra grupului țintă- conștientizarea pericolului consumului de droguri prin intermediul unor mijloace de exprimare artistice.

Diseminarea se va realiza prin:

- postarea pe pagina de facebook a școlii, grupuri Whats App;
- prezentarea unui raport al activității inspectorului responsabil cu PNRAS;

1.5. Atelier „DROGURILE - O ILUZIE CU SENS INVERS!”

Tipul activității: Activități MATE - de prevenire

Grup țintă: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale *Augustin Buzura*
Copalnic-Mănăștur

CONTEXT

Fenomenul consumului de droguri în România nu trebuie perceput ca pe o realitate izolată a consumatorului sau a persoanei afectate, perspectivă idealistă a anilor '90, valabilă pentru o societate aflată în curs de modernizare la acel moment. Realitatea după anii 2000 arată faptul că România este țara în care se consumă droguri și evident că există așadar trafic de substanțe ilicite. Astfel în prezent abuzul de droguri devine o problemă socială, cu efecte nefaste mai ales în rândul tinerilor și adolescenților.

Tinerii și adolescenții din România care încercă să consume droguri, utilizează, în primul rând, drogurile experimentale, recreaționale (marijuana, hașiș, extasy, LSD, alcool etilic + medicamente), cel mai des marijuana și hașiș.

Adolescenții și tinerii sunt cei mai expuși consumului deoarece adolescența este vârsta la care se formează și modelează personalitatea, își regăsesc identitatea de sine, își stabilesc principii clare de viață, caută modele adaptându-și comportamentul la acestea. Există și tendințe de exercitare a unei presiuni asupra adaptării comportamentului la modelele existente în cadrul unui grup de apartenență sau anturajului în cazul adolescenților, aceștia fiind uneori nevoiți să preia din tendințele sau manifestările celorlalți, fiind uneori, martorii unor situații cu efecte negative asupra vieții lor.

Adolescenții tind să adopte comportamente de risc datorită influenței negative exercitate sau curiozității proprii, respectiv se ajunge așadar la consumul de alcool, tutun sau droguri, deoarece prin prisma dorinței sale de a fi unici, aceștia adoptă forme de conduită ce se încadrează în trei tipuri principale (J. Rousselt „**Adolescentul, acest necunoscut**”):

- **conduita revoltei** - adolescentul refuză sistematic și ostentativ ceea ce a învățat sau a fost obligat să învețe; el adoptă atitudini negativiste, contrazice fără temeii, ironizează, utilizează un limbaj ieșit din comun, de multe ori agresiv;

- **conduita închiderii în sine** - se interiorizează, se izolează, aspecte care determină îndepărtarea de societate;
- **conduita exaltării și a afirmării** - adolescentul caută confruntarea cu alții pentru a-și verifica calitățile fizice și intelectuale, adoptă atitudini extreme față de tot ceea ce disprețuiește sau concordă cu atitudinile sale.

SCOP:

- ✓ Prevenirea la timp a consumului de droguri, alcool sau tutun în rândul tinerilor.
- ✓ Dobândirea unor informații utile și corecte privind drogurile, alcoolul sau tutunul precum și riscurile asociate consumului acestora;
- ✓ Dezvoltarea abilităților de comunicare, interrelaționare în spiritul ajutorului reciproc în caz de nevoie, precum și evoluția adolescentului sau tânărului, în coordonate personale și sociale, normale
- ✓ Implicarea adolescenților în activități utile care să presupună informare, sprijin la timp, dar și depășirea unor momente sau situații critice impuse de experiențele trăite.

OBIECTIVE SPECIFICE:

- informarea, educarea și conștientizarea populației școlare, în vederea evitării consumului de droguri, în cadrul preprogramului de cursuri sau pe timpul activităților extrașcolare și a timpului liber.
- informarea, sensibilizarea și conștientizarea populației școlare în vederea evitării și transformării consumului de droguri ocazional în consum regulat.
- sensibilizarea și responsabilizarea familiilor în vederea creării de modele pozitive copiilor, în cadrul programelor de informare, educare și conștientizare cu privire la efectele consumului de droguri.
- Reducerea influenței factorilor de risc și dezvoltarea unei influențe favorabile privind factorii de protecție în cadrul grupurilor vulnerabile corelat cu nevoile și particularitățile acestora.

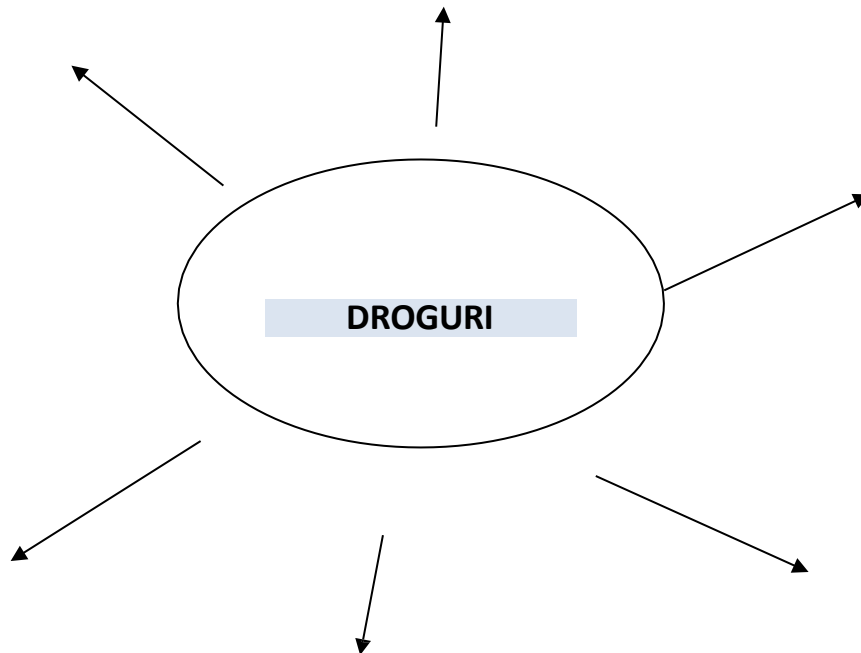
ACTIVITĂȚI:

1. Moment organizatoric:

Asigurarea climatului de ordine și disciplină necesar desfășurării lecției.

2. Captarea atenției

Se completează pe coala de flipchart posterul de mai jos:



3. Anunțarea subiectului lecției

- Astăzi vom discuta despre motivele care îi fac pe unii oameni să consume droguri, mai ales pe cei tineri și pe copii, și vom încerca să vedem cum am putea face față unor astfel de situații periculoase.

4. Dirijarea învățării

De ce este importantă prevenirea primară a consumului de droguri?

Este cunoscută preocuparea crescândă a adolescenților și tinerilor pentru consumul de droguri. Pretutindeni în lume consumul de droguri a devenit o problemă care a luat societatea românească prin surprindere. Vârsta minimă la care începe consumul de

droguri a scăzut vertiginos. Drogurile se consumă în tot mai multe și diverse locuri iar societatea noastră nu este *dotată* cu instituții care să combată eficient acest fenomen.

În ultima perioadă au început să apară materiale, dar multe dintre ele oferă informații mai degrabă axate pe abordarea tratamentului toxicomaniei după ce aceasta s-a instalat și mai puțin pe tehnici eficiente de prevenire a consumului.

Ținând cont de argumentele menționate mai sus, profesorii, părinții, întreaga societate a ajuns la concluzia că trebuie acordată o importanță mai mare **prevenirii primare a consumului de droguri prin educația realizată în cadrul școlii și în familie.**

Clasificarea toxicomaniei

a) după gravitatea efectelor:

- ☐ **majoră** - morfină, cocaină, amphetamine, alcool
- ☐ **minoră** - tabagismul, consumul de cafea

b) după numărul drogurilor administrate:

- ☐ **monotoxicomanie** - administrarea unui singur drog
- ☐ **politoxicomanie** - folosirea mai multor droguri

Ce înțelegem prin dependență, toleranță, stare de sevraj

Substanță – termen preferat în locul celui de *drog* (în concepția neprofesioniștilor acest termen implică exclusiv drogurile ilegale, dar droguri sunt considerate și alte substanțe care pot fi procurate legal (tutunul, alcoolul, codeina, benzodiazepinele)

Abuzul de substanță - mod patologic de consum ce se întinde pe o perioadă de cel puțin 12 luni și conduce la afectare clinică semnificativă, manifestate prin cel puțin una din următoarele situații:

- consum repetitiv ce determină incapacitatea de a îndeplini principalele obligații de serviciu, școlare sau casnice

- consum repetitiv ce duce la încălcarea normelor sociale, soldate cu amenzi, arestări
- continuarea consumului, în ciuda existenței problemelor interpersonale (certuri cu familia, cu prietenii, cu colegii)

Dependența = o stare de intoxicație cronică produsă de consumul repetat al unui drog.

Ea se caracterizată prin:

- dorința irezistibilă de a continua consumul drogului și de a-l obține cu orice preț și pe orice cale
- tendința de a crește doza
- dependența psihică sau fizică care se manifestă prin simptome (semne, manifestări) de abținere la întreruperea drogului (simptome supărătoare, greu de suportat)
- efect dăunător asupra individului și societății
- dorința de a lua periodic o substanță pentru a obține din acest fapt o plăcere sau risipirea unei senzații de indispoziție

Toleranța la o substanță = necesitatea de a crește treptat cantitatea de substanță psihoactivă pentru a obține același efect

Sevrăjul = răspunsul organismului la absența bruscă a drogului cu care este obișnuit (apariția unor simptome fizice și psihice, la întreruperea bruscă a consumului); cel mai sever sevrăj apare la heroină și se manifestă prin: neliniște, insomnie, tremur puternic, dureri articulare și musculare, dureri abdominale însoțite de simptome specifice stării de gripă (greață, vărsături, febră, frisoane, transpirații)

Toxicomania = apetență în consumul unor substanțe care prilejuiesc dependența

Cauzele abuzului de drog

Consumul de drog nu are o cauză unică. În general se recunosc *trei factori importanți*:

- ☐ disponibilitatea drogului;
- ☐ o personalitate vulnerabilă;

❑ presiunile sociale.

Există **trei căi** pe care se poate ajunge la dependența de droguri:

- prin administrarea drogurilor prescrise de medici (barbiturice, benzodiazepine);
- prin procurare legală, fără rețetă (nicotina, morfina și alcoolul);
- prin auto-administrare de droguri obținute pe căi ilegale.

Consumatorii de drog, mai ales tinerii, pot avea următoarele **caracteristici**:

- un anumit grad de vulnerabilitate a personalității, anterioară începerii consumului;
- sunt în dezacord cu societatea și cu autoritățile;
- au rezultate școlare slabe, multe absențe și acte de delincvență;
- acuză stări depresive sau anxietate;
- unii provin din medii profund dezorganizate și adesea au avut o copilărie tristă.

Cu toate acestea, multe dintre persoanele care fac abuz de drog nu au nici una din caracteristicile menționate mai sus. Riscul abuzului de drog crește în societățile în care acesta nu este o rușine. Asupra tinerilor acționează și presiuni sociale, determinându-i să consume pentru a fi în rând cu ceilalți.

Ce înseamnă prevenirea primară, prevenirea secundară și prevenirea terțiară?

Prevenirea primară se referă la încercarea de a stimula abstinanța totală sau cel puțin creșterea vârstei la care tânărul vine în contact cu drogul. Prevenirea primară se poate realiza în școală, prin implicarea și pregătirea cadrelor didactice.

Prevenirea secundară se adresează celor care au deja experiența unui consum și se încearcă împiedicarea apariției dependenței.

Prevenirea terțiară se adresează celor care au o experiență îndelungată cu drogurile, au avut mai multe recăderi și sunt expuși riscului complicațiilor (virusul HIV, hepatita B, infecții generalizate, ș.a.).

Prevenirea secundară și cea terțiară necesită consiliere / psihoterapie specializată.

6. Reflecție: De ce se consumă droguri? (cauze)

Elevii caută argumente, detaliind cu situații concrete din ceea ce au citit sau din relatările altora. Se notează răspunsurile găsite.

(Răspunsuri posibile: lipsa de informații, modelele parentale, curiozitatea, anturajul (grupul de prieteni), probleme școlare, probleme familiale (lipsa unuia sau a ambilor părinți, dezinteresul părinților față de copii), teribilism, distracție, etc.)

Autorefecție după implementarea activității

- Impactul educativ estimat asupra grupului țintă- conștientizarea pericolului consumului de droguri prin intermediul unor mijloace de exprimare artistice.

Diseminarea se va realiza prin:

- postarea pe pagina de facebook a școlii, grupuri Whats App;
- prezentarea unui raport al activității inspectorului responsabil cu PNRAS;

Drogurile - o iluzie cu sens invers!

PREVENIREA ESTE MAI BUNĂ DECÂT TRATAREA!

1

- 1. Nu rezolvă problemele!
- 2. Nu te faci liber, ci dependent!
- 3. Nu ușurează comunicarea!
- 4. Te exclude din familie și societate!

2

Gândește-te de două ori înainte să accepți propuneri cu privire la droguri!

Dacă ai un prieten consumator de droguri, nu îl ocoli și îndrumă-l să ceară sprijinul familiei!

Îndrumă-l să ceară sprijinul dirigintelui, medicului sau altor persoane care îl pot ajuta!

3

Drogurile ne aduc la porțile paradisului și apoi ne împiedică să intrăm!



Viața fiecăruia este rezultatul alegerilor făcute de-a lungul ei!



Atelier digital Activități de prevenire MATE



ȘCOALA GIMNAZIALĂ AUGUSTIN BUZURA COPALNIC-MĂNĂȘTUR
PROGRAMUL NAȚIONAL PENTRU REDUCEREA ABANDONULUI ȘCOLAR

1.6. Atelier digital „Violența nu este o opțiune!”

CONTEXT

Părinți, profesori, specialiști asistăm zilnic, direct sau indirect, la manifestarea , sub diferite forme (verbal, fizic sau emoțional), a unor comportamente agresive în mediul școlar. Aceste comportamente au consecințe multiple, pe care le putem grupa în două categorii:

- Consecințe care acționează asupra dezvoltării socioemoționale a copiilor;
- Consecințe care acționează actului de predare – învățare din școli;

După vârsta de 6 ani copiii petrec aproape jumătate din zi la școală, motiv pentru care aceasta reprezintă locul unde se produce mare parte din dezvoltarea lor emoțională, socială și cognitivă. Școala reprezintă mediul care oferă oportunități de dezvoltare a rezilienței, stării de bine a copiilor și de satisfacere a nevoii de stabilitate și predictibilitate. Predictibilitatea reprezintă un factor care contribuie la construirea sentimentului de siguranță la elevi, în particular, și la copii în general. Comportamentul violent în școli subminează șansa construirii unui spațiu de siguranță.

Scop

Diminuarea nivelului general de violență și a manifestărilor de comportamente necorespunzătoare în interiorul școlii, sprijinirea elevilor în dezvoltarea competențelor sociale care să-i ajute în oferirea răspunsului adecvat în cazul în care au de a face cu un conflict, implementarea la nivelul întregii școli a unui program susținut și permanent de mediere a conflictelor dintre elevi și de remediere a comportamentelor necorespunzătoare. Sprijinirea elevilor și părinților în înțelegerea fenomenului violenței, a diferitelor forme pe care le poate îmbrăca, asigurarea unui cadru în care să se faciliteze comunicarea pe tema violenței cu profesorii, părinții dar și pentru informare în privința resurselor ce le stau la dispoziție dacă au nevoie de ajutor în caz de abuz/violență în familie sau la școală (servicii sociale, psihologi, poliție, jandarmerie etc.).

Promovarea și încurajarea formării unei culturi antiviolență corespunzătoare grupei de vârstă.

Grupul țintă: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale „Augustin Buzura” Copalnic-Mănăstur, părinții, cadrele didactice.

Obiective:

- Discutarea liberă pe tema violenței, a formelor pe care poate să o îmbrace, campanii și activități antiviolență extracurriculare etc.
- Dezvoltarea inteligenței emoționale, a spiritualității, ideilor, conștiinței de sine etc.

Activitatea 1

Se discută și se reamintesc noțiunile de bază, discutate la atelierul din anul anterior, sub forma unui brainstorming. Se notează pe mijlocul tablei/ flipchart cuvântul **violență**, iar elevii vor nota în jurul acestuia tot ce le vine în minte.

Activitatea 2

Se ascultă povestea terapeutică *Fetița care rănea prin cuvinte* <https://www.youtube.com/watch?v=yujnKCwNuXc> sau *Povestea Andreei* <https://www.youtube.com/watch?v=IKkl-lG3vJs>

Se discută clipurile pe baza următorilor pași:

PAȘI PENTRU A CONTROLA FURIA

- **Declanșator:** Orice îți face ceva având drept consecință nașterea sentimentului de furie.
- **Interpretare:** Procesul de gândire asupra a ceea ce ți s-a întâmplat și decizie asupra a ceea ce înseamnă.
- **Reacție emoțională (Furie):** Un răspuns la un eveniment care îți influențează starea de spirit.
- **Decizie:** A face o alegere, bazată pe interpretarea ta, despre ce acțiune vei întreprinde.
- **Comportament:** Punerea în practică a deciziei pe care ai luat-o.
- **Consecința:** Rezultatele directe ale comportamentului tău.

Activitatea 3

Elevii întocmesc un *Ghid al prieteniei* sau banner cu un mesaj antiviolență.

Activitatea 4

Chestionar

Citește cu atenție întrebările și răspunde:

Nr. crt.	Întrebare	DA	NU
1.	Dacă îți stă cineva în cale, îl rogi să-ți facă loc?		
2.	Accepti să te bați dacă ești provocat?		

3.	Înjuri când ești înjurat?		
4.	Dacă un coleg te îmbrânțește din greșală, îl scuzi?		
5.	Când te jignește un coleg răspunzi la fel?		
6.	Cel mai bun prieten îți sparge mingea. Te porți violent?		
7.	Un coleg te calcă pe picior, pe adidașii noi. Reacționezi violent?		
8.	Devii violent, când nu ai răbdare?		
9.	Ieși din sală și la întoarcere locul tău e ocupat. Devii agresiv?		

1.7. Atelier digital „Educația – un vaccin antibullying !”

Tipul activității: Activități MATE - de prevenire

CONTEXT

Bullying-ul este un fenomen care apare la nivelul grupurilor de copii și se referă la comportamente variate care umilesc și exclud prin natura lor, sunt repetate sau fac parte dintr-un tipar care se manifestă pentru o perioadă de timp. Cel mai adesea, comportamentele de tip bullying sunt ascunse de ochii adulților și continuă în absența unor măsuri specifice de intervenție. Așadar, bullying-ul are consecințe pentru toată lumea – chiar și pentru aceia care, inițial, nu par implicați.

În școlile românești, fenomenul de bullying are o incidență din ce în ce mai ridicată, pericolul venind din falsa impresie de normalitate a acestuia, majoritatea oamenilor acceptându-l ca pe o componentă obișnuită a vieții de zi cu zi.

Intimidarea/amenințarea este o încercare agresivă, de obicei sistematică și continuă, în scopul subminării și rănirii cuiva, pe baza unor slăbiciuni percepute la acesta. Deși frecvent asociate cu copiii, agresiunile pot apărea la orice vârstă, iar membrii grupurilor minoritare sunt mult mai susceptibili de a fi hărțuiți la vârsta adultă (în limbaj de specialitate mobbing-ul).

Bullying-ul poate să transforme școala într-un loc de temut, în timp ce aceasta ar trebui să le asigure elevilor un mediu în care să se simtă în siguranță.

Odată informați, copiii pot lua atitudine, pot interveni pentru ei înșiși, dar și pentru ceilalți, iar numărul cazurilor de acest fel se va diminua treptat.

Prevenirea acestui fenomen este responsabilitatea tuturor și nimeni nu ar trebui să fie indiferent față de acele persoane care se află în incapacitatea de a se descurca într-o asemenea situație.

Cadrele didactice pot să contribuie la diminuarea fenomenului fie prin activități de informare, implicare și combatere a fenomenului, fie prin neacceptarea și sancționarea imediată a unor astfel de comportamente.

Acestea au fost motivele pentru care atelierul digital ” Educația – un vaccin antibullying” a fost inclus ca, activitate de prevenire în cadrul PNRAS și susținut de patru cadre didactice din școală.

SCOP:

Eliminarea discriminării, promovarea toleranței și a strategiilor practice pentru prevenirea și reducerea bullyingului și cyberbullying în școli.

GRUP ȚINTĂ: elevii din ciclul gimnazial al Școlii Gimnaziale „Augustin Buzura” Copalnic -Mănăștur

OBIECTIVE:

- informarea elevilor cu privire la importanța transformării școlilor în comunități bazate pe încredere în care participarea tuturor este valoroasă pentru asigurarea unui climat în care copiii se simt în siguranță;
- conștientizarea efectelor devastatoare pe care le are acceptarea socială a violenței asupra relațiilor dintre copii și impactul asupra dezvoltării socio-emoționale a acestora;

ACTIVITĂȚI / MOD DE DESFĂȘURARE:

Atelierul digital ” Educația – un vaccin antibullying” presupune următoarele activități:

Activitatea 1

- Sesiune de lucru în cadrul echipei proiectului pentru stabilirea programului activităților, selectarea și realizarea materialelor informative.

Activitatea 2

Captarea atenției: <https://www.youtube.com/watch?v=IfKF9OEiH4>

- Diseminarea informațiilor despre fenomenul ”bullying” și ”cyberbullying”:
- https://view.livresq.com/view/6390c7632034940009546cdf/#ce_este_bullyingul
- https://view.livresq.com/view/6390c7632034940009546cdf/#cine_este_implicat_%C3%AEn_bullying_s

Activitatea va cuprinde o parte teoretică de informare (definire, forme de manifestare, cauze, efecte, statistici privind gradul de escaladare a fenomenelor bullying/ cyberbullying în școala românească) și o parte practică de exemplificare a situațiilor de bullying.

Această etapă a activității presupune și prezentarea unor filmulețe care prezintă comportamente de excludere/ umilire/ luare în derâdere a cuiva.

Activitatea 3

- Exerciții interactive de conștientizare a comportamentului de tip bullying

<https://wordwall.net/ro/resource/7491947/stop-bullying>

<https://learningapps.org/watch?v=px6mhwiwk21>

Activitatea încearcă să surprindă care sunt factorii care pot determina comportamente de tip bullying, care sunt consecințele comportamentului asupra persoanelor implicate, modalități pozitive de a face față unui comportament de tip bullying.

Activitatea 4

- Concurs de afișe la nivelul unității de învățământ – ” **STOP INTIMIDARE, START COOPERARE**” - realizarea unui vernisaj cu lucrările copiilor și premierea autorilor lucrărilor câștigătoare.

Finalul activității presupune derularea unei activități de obținerea feedback-ului prin:

- discuții libere
- conceperea unor afișe cu imagini și mesaje anti-bullying.

STRATEGII DIDACTICE:

- conversația euristică
- expunerea
- modelarea
- brainstorming
- problematizarea,
- exerciții practice de modelare comportamentală
- dezbateri

RESURSE:

- Umane: cadre didactice, elevi

- Materiale: flipchart, - coli albe ,colorate,markere, carioci, acuarele, tabla inteligentă, laptop.
- Resurse de timp: 2 ore
- Resurse de spațiu: CDI, clasa inteligentă

EVALUARE:

- Mediatizarea proiectului prin afișe, profilul de Facebook al școlii
- Recompense, diplome, felicitări,
- Poze

Educația - un vaccin antibullying

PNRAS

Ce este bullyingul?

Bullying-ul este un fenomen care apare la nivelul grupurilor de copii și se referă la comportamente variate care umilesc și exclud prin natura lor, sunt repetate sau fac parte dintr-un tipar care se manifestă pentru o perioadă de timp.

Intimidarea /amenințarea este o încercare agresivă, de obicei sistematică și continuă, în scopul subminării și rănirii cuiva, pe baza unor slăbiciuni percepute la acesta. .



SCOP:

Eliminarea discriminării, promovarea toleranței și a strategiilor practice pentru prevenirea și reducerea bullyingului și cyberbullying în școli.

„Dacă trăiesc în critică și cicăleală, copiii învață să condamne.

Dacă trăiesc în ostilitate, copiii învață să fie agresivi.

Dacă trăiesc în teamă, copiii învață să fie anxioși.

Dacă trăiesc înconjurați de milă, copiii învață autocompătimirea.

Dacă trăiesc înconjurați de ridicol, copiii învață să fie timizi.

Dacă trăiesc în gelozie, copiii învață să simtă invidia.

Dacă trăiesc în rușine, copiii învață să se simtă vinovați.

Dacă trăiesc în încurajare, copiii învață să fie încrezători.

Dacă trăiesc în toleranță, copiii învață răbdarea.”



2. ACTIVITĂȚI DE INTERVENȚIE

2.1. Festivalul de tradiții și obiceiuri *Decembrie în zvon de colinde*

Argument

Crăciunul fericit este acela care ne poate înapoia iluziile copilăriei... Charles Dickens

Pentru a ne aminti de frumusețea tradițiilor strămoșești, cu sufletele deschise, curate și pline de bucurie, pregătim sărbătoarea Nașterii Domnului, valorificând izvorul nesecat de spiritualitate, obiceiurile unei comunități care a reușit să păstreze tradițiile. E zvon de colind pe plaiuri noastre în luna decembrie. Ecolul acestora străbate vremurile, devenind momentul cel mai așteptat, nu numai de copii, ci și de adulți.

Valorificând cu elevii tradițiile specifice sărbătorii Nașterii Domnului realizăm un important act cultural și educativ. Valorificând într-un izvor nesecat de spiritualitate, tradițiile și obiceiurile unei culturi autentice populare reușim să retrăim copilăria, sărbătorile tradiționale, având posibilitatea de-a cunoaște diversitatea obiceiurilor și tradițiilor românești, armonia limbii române.

Sărbătoarea Crăciunului este și sărbătoarea colindelor străbune care vin din adânc de istorie și prin noi, dascălii iubitori și păstrători de tradiții, străbat veacurile acestei lumi. Vechile datini românești ne ajută în fiecare an să simțim atmosfera plină de căldură și veselie a sărbătorilor de iarnă. Pentru noi toți, anotimpul iarna, nu este doar acel mirific și strălucitor anotimp al zăpezii, frigului și gerului, ci și acela al bucuriilor prilejuite de atâtea datini și obiceiuri legate de sărbătorile de iarnă.

Scop: promovarea valorilor tradiționale în contextul național, prin stimularea creativității copiilor și încurajarea exprimării sentimentelor creștine.

Obiective:

- Stimularea potențialului creativ al copiilor;
- Dezvoltarea creativității și expresivității limbajului oral.
- Cunoașterea tradițiilor prilejuite de sărbătorile de iarnă;
- Păstrarea și promovarea valorilor tradiționale în contextul național;
- Atragerea cât mai multor copii în manifestările prilejuite de această Sărbătoare
- Înțelegerea semnificației sărbătorii de iarnă;

- Exprimarea stărilor afective ce însoțesc aceste sărbători.

Grup țintă: - elevii Școlii Gimnaziale Augustin Buzura Copalnic-Mănăstur – grup PNRAS.

Resurse umane:

- copii
- părinți
- cadre didactice

Resurse temporale: 18 decembrie 2024

Resurse materiale: calculator, imprimantă, aparate foto, banner, diplome, dulciuri pentru elevi.

Resurse financiare: finanțare Proiectul Național pentru Reducerea Abandonului Școlar

Parteneri: Elsyline – Mureșan Alexandru, Mureșan Luminița.

DISEMINAREA:

Prezentarea proiectului în cadrul Consiliului Profesoral;

Publicarea proiectului pe pagina de Facebook a școlii



REZULTATE AȘTEPTATE:

Formarea unei atitudini pozitive ale copiilor pentru pastrarea datinilor creștine, pentru respectarea a tot ce este etic, moral și frumos pentru om.

Dezvoltarea sentimentului de respect față de tradiții și a rolului acestora în evoluția culturală a comunităților.

Promovarea tradițiilor de iarnă din zona de proveniență.

ACTIVITĂȚI DE MEDIATIZARE ȘI PROMOVARE:

În timpul implementării proiectului vor fi afisate la școală invitația privind desfășurarea concertului de colinde. Se vor publica imagini de la spectacolul propriu-zis.

2.2. Festivalul de tradiții și obiceiuri *CÂNT ȘI JOC, PRECUM MI-E PORTUL*

Argument

Prin reînvierea tradițiilor și obiceiurilor urmărim să aducem cât mai aproape de copii valorile înaintașilor, care și-au exprimat trăirile și năzuințele în creații orale, încercăm să le demonstrăm că în cultură nimic nu trebuie pierdut, totul trebuie transmis urmașilor, care să preia, să simtă frumosul de lângă ei și chiar să-l producă.

„...o mai adâncă cunoaștere a acestui domeniu va contribui eficient la educarea estetică și patriotică a copiilor noștri, legătura cu pământul pe care trăiesc, cu poporul și cu arta acestuia fiind un principiu fundamental al oricărei culturi naționale.”(Emilia Comișel)

Ziua națională este o zi deosebită pentru toți românii, mai ales pentru că ea are o semnificație istorică deosebită. Unirea realizată în 1918 este una din cele mai mari realizări istorice ale poporului nostru. Insuflarea dragostei pentru strămoșii noștri, pentru trecutul istoric al poporului nostru, pentru realizările istorice și culturale, precum și pentru personalitățile pe care le-a dat acest popor de la începuturile sale și până azi, sunt doar câteva din subiectele pe care le abordăm cu ocazia acestui eveniment.

Încă de la grădiniță copiii trebuie să afle despre istoria și strămoșii noștri tot la fel cum este obligatoriu ca să-și cunoască familia: părinții, frații, bunicii, rudele mai apropiate sau mai îndepărtate.

Ziua Națională este un bun prilej de a aborda astfel de subiecte pe teme de istorie, ocazie cu care insuflăm copiilor sentimente de dragoste și respect pentru: limba română, țara noastră, poporul român, strămoșii noștri, pentru obiceiurile și tradițiile strămoșești, pentru istoria și eroii noștri, mândria că sunt descendenții unor oameni curajoși și iubitori de neam și țară.

Obiective:

1. recunoașterea specificului tradițiilor și a obiceiurilor românești;
2. interpretarea expresivă a rolurilor din dramatizarea în versuri;
3. manifestarea interesului pentru cunoașterea și interpretarea muzicii populare și a dansurilor populare, sincronizarea mișcărilor cu muzica, cu partenerul de dans sau cu grupul;

4. preocuparea pentru conservarea și transmiterea obiceiurilor și tradițiilor din zona natală;

Grup țintă: - elevii Școlii Gimnaziale *Augustin Buzura* Copalnic-Mănăstur – grup PNRAS.

Resurse umane:

- copii
- părinți
- cadre didactice

Resurse temporale: 28 noiembrie 2024

Resurse materiale: calculator, imprimantă, aparate foto, banner, diplome, dulciuri pentru elevi.

Resurse financiare: finanțare *Proiectul Național pentru Reducerea Abandonului Școlar*

DISEMINAREA:

Prezentarea proiectului în cadrul Consiliului Profesoral;

Publicarea proiectului pe pagina de Facebook a școlii [Facebook](#))



REZULTATE AȘTEPTATE:

Formarea unei atitudini pozitive ale copiilor pentru pastrarea datinilor creștine, pentru respectarea a tot ce este etic, moral și frumos pentru om.

Dezvoltarea sentimentului de respect față de tradiții și a rolului acestora în evoluția culturală a comunităților.

Promovarea tradițiilor din zona de proveniență.

ACTIVITĂȚI DE MEDIATIZARE ȘI PROMOVARE:

În timpul implementării proiectului vor fi afisate la școală invitația privind desfășurarea activității. Se vor publica imagini de la spectacolul propriu-zis.

2.3. Festivalul de tradiții și obiceiuri „Cânt și joc, precum mi-e portul” 2025

Introducere

În contextul provocărilor actuale cu care se confruntă școala românească – scăderea interesului elevilor pentru școală, pierderea conexiunii cu valorile locale și creșterea riscului de abandon școlar – se impune găsirea unor modalități inovatoare și atractive de a reactiva interesul copiilor pentru educație. Una dintre aceste căi este integrarea tradițiilor culturale în procesul educațional, prin evenimente care pun în valoare moștenirea locală și implică activ toți actorii comunității.

Contextul și necesitatea intervenției

Comuna Copalnic-Mănăstur este o zonă cu puternice tradiții populare, dar cu un risc crescut de marginalizare școlară în rândul unor elevi, în special din mediul rural. În acest context, echipa educațională a Școlii Gimnaziale „Augustin Buzura” a propus organizarea unui **festival de tradiții și obiceiuri populare**, cu scopul de a sprijini incluziunea socială și de a crea o legătură autentică între școală, elevi, familie și comunitate.

Obiectivele studiului:

- Explorarea eficienței activităților cultural-educative în combaterea riscului de abandon școlar.
- Identificarea impactului valorificării tradițiilor asupra motivației și integrării școlare a elevilor.
- Promovarea patrimoniului imaterial ca instrument educativ și identitar.
- Consolidarea relației dintre școală și comunitatea locală.

Descrierea activității

Titlu: Festivalul de Tradiții și Obiceiuri Populare – „Cânt și joc, precum mi-e portul”

Data desfășurării: 30 mai 2025



Locația: Căminul Cultural „Marietta Anca”, Copalnic-Mănăstur **Grup țintă:** Elevi ai ciclului primar și gimnazial, cadre didactice, părinți, membri ai comunității

Activitatea a inclus:

- **Prezentări de costume populare**
- **Momente artistice** (dansuri populare, cântece tradiționale interpretate de elevi).
- **Expoziție de obiecte tradiționale** și produse artizanale.
- **Implicarea comunității locale**, inclusiv a părinților și bunicilor, în coordonarea momentelor și facilitarea accesului la obiecte vechi și informații despre obiceiuri.

Metodologia

- Observație directă pe parcursul activității
- Chestionare aplicate elevilor și părinților înainte și după eveniment
- Interviu semi-structurate cu cadre didactice
- Analiza comparativă a gradului de participare școlară înainte și după implicarea în proiect.

Rezultate observate:

- Creșterea gradului de implicare a elevilor în activitățile extracurriculare și nonformale.
- Îmbunătățirea relației elev–profesor și elev–familie.
- Redescoperirea și valorizarea propriei identități culturale.
- Participare activă a familiilor și consolidarea sprijinului parental față de școală.

Concluzii

Festivalul „Cânt și joc, precum mi-e portul” a demonstrat că **tradiția poate deveni o resursă educativă valoroasă** și un mijloc eficient de **creștere a motivației pentru învățare**. Atunci când copiii se simt conectați la cultura lor, sunt mai predispuși să rămână în școală, să participe activ și să se simtă valorizați.

2.4. Atelier digital 1 - Copilăria în sunet și culoare

Context

Copilăria înseamnă gânduri, trăiri, emoții și culoare ...

Îți amintești când pe o foaie imensă, albă desenai prima casă ? Era casa ta... O căsoaie, chiar un palat cu ferestre și uși mari și un coș de fum de parcă mereu îl așteptai pe Moș Crăciun... în mii de nuanțe ca o poveste cu clovni...

Clar erai un copil puternic și sociabil, încrezător în viață, familie și Moș ... Îți reușeau întregi grădini cu flori și păduri dese din care era lesne de înțeles nevoia de dragoste, protecție și securitate căci erai doar un COPIL...

Creioane cerate, creioane acuarela, carioci, creioane sau pixuri sunt cele mai clare moduri de exprimare a gândurilor, a trăirilor sau a emoțiilor copilăriei...

În timp acordai mai multă atenție detaliilor, siluete, chipuri zâmbitoare, umbre. Creșteai frumos, din cap până în picioare... emoții, nevoi și dorințe erau atât de evidente în fiecare element desenat – ochi (dorința de cunoaștere), ureche (frică), gură (nevoi afective), brațe (existență)...

Dar mereu culorile au fost atât de evidente:

- **albastru** – calm, nevoie de timp, ușor adaptabil;
- **galben** – vesel, sociabil, dar dependent;
- **verde** – punctul de echilibru, trăiește intens;
- **roșu** – dinamic, plin de energie, mereu în mișcare, jucăuș, dar cu un comportament agresiv;
- **maro** – regresie, dificultăți de adaptare;
- **violet** – neliniștit, anxios, dificultăți de adaptare;
- **negrul** – revoltat, contrariat, rebel, cu dorință.

Desenele copilăriei erau o adevărată poveste, soarele era tatăl, drumul simboliza viața, cu suișuri și coborâșuri mai abrupte sau mai lente, apa era elementul care o reprezenta pe mama, iar casa eram «eu», mai mult sau mai puțin primitiv și deschis spre exterior.

Desenul a fost și va fi limbajul copilăriei ... Modul cel mai haios și facil de a ne exprima, iar cei mari trebuiau să descifreze taina culorilor pentru a ne înțelege, a ne face

fericiți sau a ne ajuta să devenim OAMENI MARI și întregi din toate punctele de vedere...Tu ce culori foloseai ?

Muzica este o artă a sunetelor. Ea se împletește foarte ușor cu celelalte arte: arte plastice, dans, film etc. Multe melodii pot fi descrise grafic. Motivele muzicale pot fi ilustrate astfel încât să rezulte o lucrare artistică.

Obiective:

- să-și exprime emoțiile atât verbal, cât și în culori;
- să-și exerseze observația și abilitățile și să-și dezvolte imaginația prin lucrări aplicate.

Grup țintă: elevii Școlii Gimaziale *Augustin Buzura* Copalnic-Mănăștur.

ATELIERUL 1

Activitatea 1

Vizionare interviu Mircea Cărtărescu despre artă și literatură.

<https://www.youtube.com/watch?v=WPtQ7rRSD58>

Activitatea 2

Discuții libere pornind de la tema interviului și de la datele furnizate în acest context.

Activitatea 3

Se realizează creațiile propriu-zise de către elevi sub îndrumarea profesorilor.

ATELIERUL 2

Activitatea 1

Urmărește filmul și încearcă să reproduci desenul. Poți fi creativ și poți încerca să introduci motivele proprii.

<https://www.youtube.com/watch?v=gUEZ4Ba2TiM>

Lucrarea muzicală folosită ca suport sonor pentru a executa desenul din imagine este un fragment din prima parte a concertului pentru vioară și orchestră intitulat „Iarna” de Antonio Vivaldi. Fragmentul face parte din ciclul de patru concerte intitulate ANOTIMPURILE compuse în anul 1716.

Ascultați lucrarea integral și realizați în continuare lucrarea.

<https://www.youtube.com/watch?v=pKi5gV7B6gg&t=16s>

Activitatea 2

ȘTIAȚI CĂ:

Antonio Vivaldi (Antonio Lucio Vivaldi, cu numele intreg) a fost un compozitor italian, cel mai mare compozitor venetian.

De origine umilă, el a trăit în marginea societății pe care a slujit-o, absorbit în activitatea de profesor, interpret și compozitor. Se pare că nu a avut legături de prietenie cu ceilalți muzicieni, iar cu aristocrația venetiană a întreținut doar relații pe care i le impunea profesiunea sa.

Marele muzician a scris pentru concetatenii săi opere, sonate și concerte, și ele au răsunat în atmosfera luminată în tonuri mereu schimbătoare, care transfigurează și dă o aparență ireală orasului și marii. Cele mai cunoscute dintre concertele sale sunt cele 4 concerte pentru vioară, numite *Anotimpurile* (1725).

Vivaldi a asociat și câte un sonet ca prefață a fiecărui concert din suită. Nu se știe nici astăzi dacă sonetele au fost scrise înainte sau după crearea muzicii și nici măcar dacă au fost scrise de Vivaldi însuși. Dar compozitorul a intercalat versuri chiar și în partitură, o muncă enormă, dusă până la perfecțiunea detaliului (în *Primăvara* se poate auzi și un câine care „latră” la violă, așa cum este menționat și în versuri).

Versiunea originală a celor patru concerte din suită a fost orchestrată de Vivaldi pentru vioară solo, orchestră de coarde și clavecin. Și chiar dacă multe, atât de multe dintre lucrările lui Vivaldi nu mai sunt cântate frecvent astăzi, *Anotimpurile* se află în vârful topului celor mai des interpretate creații orchestrale în lume.

Ascultă concertul pentru vioară și orchestră intitulat „Primăvara” de Antonio Vivaldi și descrie grafic motivele muzicale.

<https://www.youtube.com/watch?v=3LiztfE1X7E&t=15s>

ATELIERUL 3

Activitatea 1

Expoziție la Biblioteca Copalnic-Mănăstur.

STRATEGII DIDACTICE:

- conversația euristică
- expunerea
- modelarea
- brainstorming
- problematizarea,

- exerciții practice de modelare comportamentală
- dezbateri

RESURSE:

- Umane: cadre didactice, elevi
- Materiale: flipchart, - coli albe ,colorate,markere, carioci, acuarele, tabla inteligentă, laptop.
- Resurse de timp: 2 ore/săptămână
- Resurse de spațiu: CDI, clasa inteligentă

EVALUARE:

- Mediatizarea proiectului prin afișe, profilul de Facebook al școlii
- Recompense, diplome, felicitări,
- Poze

2.5. Atelier digital 2 - Copilăria în sunet și culoare

Context

„Arta nu dorește reprezentarea unui lucru frumos, ci reprezentarea frumoasă a unui lucru” (I. Kant)

Oare ce dorea să transmită prin această afirmație Kant? Putem spune că arta răspunde nevoii umane de a-și exprima sentimentele, a captiva, a transmite stări, a impresiona receptorul. Arta reprezintă legătura noastră cu frumosul și iubirea.

Deși efectul culorilor asupra noastră nu poate fi controlat, fiecare persoană are culorile sale preferate pe care trebuie să le folosească în viața de zi cu zi pentru a-și crea o stare de bine.

Există anumite culori care influențează starea de spirit. Prin urmare, este foarte util să înțelegem cum funcționează psihologia culorilor. În acest fel, putem să ne creăm un spațiu intim în care să trăim și să muncim mai cu spor.

Fiecare persoană are o culoare preferată. În plus, deși nu ne putem explica în totalitate acest fenomen, **anumite nuanțe ne atrag și ne definesc.**

Arta este în esență cea mai profundă expresie a creativității umane. Este cea ce ne ridică cu o treaptă deasupra celorlalte viețuitoare, fără a tăia însă cordonul ombilical ce ne leagă de natură.

Muzica este o artă a sunetelor. Ea se împletește foarte ușor cu celelalte arte: arte plastice, dans, film etc. Multe melodii pot fi descrise grafic. Motivele muzicale pot fi ilustrate astfel încât să rezulte o lucrare artistică.

Obiective:

- să-și exprime emoțiile atât verbal, cât și în culoare;
- să-și exerseze observația și abilitățile și să-și dezvolte imaginația prin lucrări aplicate.

Grup țintă: elevii Școlii Gimaziale *Augustin Buzura* Copalnic-Mănăștur.

ATELIERUL 1

Activitatea 1

Vizionare Muzica și Arta plastică - Interviu Prof. Leonardo Atudorei CNMS – Pașcani <https://www.youtube.com/watch?v=cLyUN2kntBc>

Activitatea 2

Vizionare PPT- Culori care influenteaza sentimentele

Activitatea 3

VIZIONARE : Muzica: Emoție și Culoare / Peer Gynt - Edvard Grieg

- <https://www.youtube.com/watch?v=PlvPa7ZWMwU>

FIȚI CREATIVI ȘI TRANSPUNEȚI ÎN CULOARE ȘI EMOȚIE SUNETELE MUZICALE !

Se realizează creațiile propriu-zise de către elevi sub îndrumarea profesorilor.

Ascultă muzică pentru pictură <https://www.youtube.com/watch?v=RU-EBPP-lcg>

ATELIERUL 2

Activitatea 1

Expoziție cu lucrările realizate în cadrul atelierelor

STRATEGII DIDACTICE:

- conversația euristică
- expunerea
- modelarea
- brainstorming
- problematizarea,
- exerciții practice de modelare comportamentală
- dezbateri

RESURSE:

- Umane: cadre didactice, elevi
- Materiale: flipchart, - coli albe ,colorate,markere, carioci, acuarele, tabla inteligentă, laptop.
- Resurse de timp: 2 ore/săptămână
- Resurse de spațiu: CDI, clasa inteligentă

EVALUARE:

- Mediatizarea proiectului prin afișe, profilul de Facebook al școlii
- Recompense, diplome, felicitări,
- Poze

2.6. Atelier digital 3: Copilăria în sunet și culoare

Context

Psihologia culorilor

Culoarea deține puterea. Ea ne poate afecta stările de spirit, emoțiile și comportamentele. Poate fi și o sursă de informație. Deși reacția unei persoane la culoare poate rezulta din experiența personală, știința și psihologia culorilor susțin ideea că culorile au o semnificație comună folosită pe larg în toate domeniile.

Ritmul de viață deosebit de solicitant, provocările zilnice pe care le avem de înfruntat sau grijile de fiecare zi fac, cu atât mai mult, ca fiecare moment de destindere să devină extrem de important și semnificativ pentru fiecare dintre noi. Tocmai pentru că ne oferă acel răgaz psihic și confort emoțional de care avem nevoie pentru a deconecta și a ne regăsi pe sine în vârtoarea evenimentelor cotidiene.

Terapia prin culoare (cromoterapia sau terapia prin artă), la care încuraja și marele psihanalist Carl Jung, este un mijloc excelent de a ne deconecta și de a ne bucura de emoțiile pozitive de care avem nevoie pentru a ne regăsi echilibrul interior și buna dispoziție. Pe de o parte pentru că se bucură de rezultate excelente, câștigându-și pe drept popularitatea, iar pe de alta pentru că și-a dovedit prin nenumărate studii eficiența în ceea ce privește capacitatea de a schimba într-un mod pozitiv starea de spirit.

Terapia prin culoare este un tip de terapie holistică care utilizează spectrul vizibil de lumină și culoare pentru a afecta starea de spirit și sănătatea fizică sau mentală a unei persoane. Fiecare culoare se încadrează într-o anumită frecvență și vibrație care pot fi utilizate pentru a afecta energia și frecvențele din corpul nostru.

Este cunoscut faptul că lumina pătrunde prin ochii noștri la fel cum pătrunde și prin pielea noastră. Având în vedere frecvențele și vibrațiile unice ale diferitelor culori, specialiștii în domeniu cred că anumite culori care intră în corp pot activa hormonii care provoacă reacții chimice în interiorul corpului, influențând astfel emoțiile și chiar vindecarea corpului acolo unde este cazul.

Fiecare culoare, datorită frecvenței sale specifice, joacă un rol unic în ceea ce privește dispoziția pe care o creează. Conform psihologiei culorilor, fiecare culoare are proprietăți unice și ne influențează în mod diferit percepția și starea de spirit.

Culoarea alb:

- puritate
- inocență
- simțul spațiului
- echidistanță
- curățenie morală

Culoarea neagră:

- autoritate
- putere
- inteligență
- contemplație

Culoarea gri:

- neutralitate
- simț practic
- atemporalitate

Culoarea roșie:

- dragoste
- tandrețe
- confort
- energie
- entuziasm
- intensitate
- căldură

Culoarea portocaliu:

- fericire
- entuziasm
- rafinament
- prosperitate

- schimbare
- stimulare

Culoarea galbenă:

- bună dispoziție
- veselie
- optimism
- furie
- frustrare
- nevoia de atenție
- stare de bine

Culoarea verde:

- natură
- creștere
- sănătate
- liniște
- calm
- fertilitate

Culoarea albastră:

- serenitate
- înțelepciune
- loialitate
- adevăr
- concentrare
- calm

Culoarea maro:

- încredere
- stabilitate

- prietenie
- confort
- siguranță
- tristețe
- natură

Culoarea roz:

- romantism
- dragoste
- tandrețe
- energie

Preferințele pentru anumite culori nu sunt întâmplătoare, ci sugerează anumite trăsături de personalitate. De exemplu, persoanele introvertite au o înclinație naturală spre albastru, în timp ce persoanele extrovertite preferă roșul. Fiecare preferință personală spune ceva despre noi și, totodată, ne ajută să ne găsim liniștea și confortul interior atunci când suntem în preajma culorilor pe care le agreem.

În plus, datorită influenței emoționale a culorilor, ne putem ajuta de acestea pentru a crea un mediu pozitiv, în care să ne recâștigăm echilibrul. Tocmai pentru că fiecare culoare are capacitatea de a ne schimba dispoziția.

Așadar, indiferent de nevoile emoționale sau chiar medicale pe care le avem, culorile pot fi una dintre soluțiile cele mai la îndemână pentru a ne bucura de starea de bine pe care ne-o dorim, de un tonus emoțional și general mult mai bun și chiar de o sănătate mai bună.

Bibliografie:

Wikipedia;
Artand you.com

Obiective:

- Să identifice relația dintre culori și sunete/muzică;
- Să recunoască și să asocieze stări emoționale exprimate prin culori și muzică;
- Să creeze conexiuni între diferite genuri muzicale și paletele cromatice specifice;

- Să exprime, prin desen sau alte mijloace vizuale, emoțiile inspirate de muzică.

Grup țintă: elevii Școlii Gimaziale *Augustin Buzura* Copalnic-Mănăștur.

ATELIERUL 1

Întrebări introductive: *Cum vă influențează muzica starea de spirit? Ce culori asociați cu anumite melodii?*

VIZIONARE- Ce culori au notele muzicale?

<https://www.youtube.com/watch?v=T1rOqkhQl7E>

AUDIȚIE MUZICALĂ

- Audierea unui fragment muzical vesel (ex. Mozart – „Eine kleine Nachtmusik”) și a unui fragment mai melancolic (ex. Chopin – Nocturna în Mi bemol major).
- Discuție ghidată: *Ce emoții v-a transmis fiecare piesă? Ce culori ați asocia cu ele?*

FIȚI CREATIVI ȘI TRANSPUNEȚI ÎN CULOARE ȘI EMOȚIE SUNETELE MUZICALE !

- Explicarea teoriei sinesteziei (fenomenul prin care unii oameni percep sunetele ca având culori).
- Prezentarea asocierilor dintre culori și sunete:
 - *Roșu* – energie, ritm rapid (rock, muzică de dans);
 - *Albastru* – calm, liniște (muzică clasică, jazz);
 - *Galben* – veselie, optimism (muzică pop, reggae);
 - *Verde* – natură, relaxare (muzică ambientală, folk);
 - *Negru* – mister, tristețe (muzică dramatică, blues).
- Exemplificarea prin imagini și fragmente muzicale.

FIȚI CREATIVI ȘI TRANSPUNEȚI ÎN CULOARE ȘI EMOȚIE SUNETELE MUZICALE :

- Elevii ascultă un nou fragment muzical și desenează sau colorează ceea ce simt.
- Discuție despre alegerile lor cromatice și cum le-au influențat melodiile.

CONCLUZII ȘI REFLECȚIE

- Recapitulare: *Cum se leagă muzica și culorile?*
- Feedback de la elevi: Ce au descoperit nou? Ce i-a surprins?
- Teme pentru acasă: Elevii aleg o piesă preferată și creează o reprezentare vizuală a acesteia.

ATELIERUL 2

Activitatea 1

Expoziție cu lucrările realizate în cadrul atelierelor

STRATEGII DIDACTICE:

- conversația euristică
- expunerea
- modelarea
- brainstorming
- problematizarea,
- exerciții practice de modelare comportamentală
- dezbateri

RESURSE:

- Umane: cadre didactice, elevi
- Materiale:
- Proiector sau tablă interactivă
- Imagini cu palete de culori și lucrări de artă
- Fragmente muzicale din diverse stiluri
- Hârtie, creioane colorate, acuarele
- Resurse de timp: 2 ore/săptămână/ atelierul 1
- Resurse de spațiu: CDI, clasa inteligentă

EVALUARE:

- Mediatizarea proiectului prin afișe, profilul de Facebook al școlii
- Observarea implicării elevilor în activități.
- Discuții și argumentări legate de alegerile cromatice.
- Prezentarea lucrărilor realizate.
- Poze

2.7. Concurs sportiv „Sport și sănătate”

„Mișcare pentru sănătate și integrare – activități sportive pentru dezvoltarea fizică și socială a elevilor în risc”

Context

Activitățile sportive contribuie la dezvoltarea fizică, emoțională și socială a elevilor și reprezintă un instrument eficient în combaterea riscului de abandon școlar. Prin sport, elevii învață disciplina, colaborarea, respectul pentru reguli și pentru colegi. De asemenea, participarea la competiții și jocuri de echipă sporește coeziunea grupului, stima de sine și atașamentul față de școală.

Scopul activității:

Promovarea unui stil de viață activ și sănătos în rândul elevilor prin activități sportive regulate, în vederea reducerii riscului de abandon școlar și creșterii incluziunii.

Obiective:

- ✓ Dezvoltarea deprinderilor motrice de bază și a condiției fizice generale.
- ✓ Promovarea valorilor fair-play-ului și a spiritului de echipă.
- ✓ Creșterea frecvenței școlare prin activități atractive.
- ✓ Reducerea tensiunilor sociale și a comportamentelor deviante prin implicare activă.

Grup țintă: Elevii din ciclul gimnazial, în special cei cu risc educațional sau social.

Descrierea activităților:

Nr. crt.	Activitate	Descriere succintă	Responsabili
1	Săptămâna sportului școlar	Organizarea unei săptămâni cu competiții: fotbal, atletism, ștafetă, tenis de masă	Prof. de educație fizică,
2	"Mișcare pentru sănătate" – activități recreative	Jocuri de echipă, gimnastică aerobică, activități în aer liber	prof. EFS
3	Mini-competiții inter-clase	Turnee de fotbal, handbal, baschet, organizate pe grupe de vârstă	Comisia sportivă, elevi voluntari

4	Ziua sportului și sănătății	Eveniment cu demonstrații sportive, educație pentru sănătate, mișcare pentru toți	Școală, părinți, comunitate
5	Participare la competiții locale	Reprezentarea școlii în competiții între unități de învățământ	Prof. EFS, conducerea școlii

Resurse necesare:

- ✚ Echipamente sportive (mingi, veste, conuri, fileuri, truse sportive)
- ✚ Spații amenajate (teren sportiv, sală de sport, curtea școlii)
- ✚ Resurse umane: profesori de educație fizică, voluntari, părinți
- ✚ Materiale de promovare (afișe, diplome, medalii)

Rezultate așteptate:

- Elevii participă activ și constant la activități sportive.
- Climatul școlar devine mai pozitiv, cooperant.
- Se observă o îmbunătățire în frecvența și implicarea școlară.
- Se dezvoltă un comportament sănătos, bazat pe disciplină și responsabilitate.

2.8. Vizită documentară „Zestrea străbunilor”

„Zestrea străbunilor” – tradiție, identitate și patrimoniu în inima Sibiului

Perioada de desfășurare: decembrie 2023

Locație: Municipiul Sibiu – Piața Mare (Târgul de Crăciun), Centrul istoric

1. Titlul activității:

„Zestrea străbunilor” – tradiție, identitate și patrimoniu în inima Sibiului

2. Tipul activității:

Excursie documentară, activitate cultural-educativă integrată în cadrul proiectului PNRAS – componenta „Promovarea identității culturale și incluziunii sociale prin activități extracurriculare”.

3. Scopul activității:

Consolidarea identității culturale a elevilor și familiarizarea acestora cu tradițiile românești de iarnă, prin participarea activă la o vizită educativă în Sibiu, cu ocazia Târgului de Crăciun, însoțită de activități de observare, documentare și reflecție.

4. Obiective specifice:

- ✓ Valorificarea tradițiilor și obiceiurilor populare românești în contextul sărbătorilor de iarnă.
- ✓ Stimularea interesului elevilor pentru patrimoniul cultural și arhitectura urbană istorică.
- ✓ Promovarea comportamentelor de respect, colaborare și responsabilitate în afara mediului formal.
- ✓ Consolidarea relației profesor-elev prin învățare nonformală.

5. Grup țintă: Elevii din ciclul gimnazial, în special cei identificați ca fiind în risc de abandon școlar.

6. Descrierea activității:

Activitatea constă într-o excursie cultural-educativă de o zi în municipiul Sibiu, organizată cu ocazia celebrului Târg de Crăciun din Piața Mare. Elevii vor parcurge un traseu educativ care cuprinde:

- Vizitarea Târgului de Crăciun, unde vor observa elemente de artizanat, gastronomie tradițională, decorațiuni și colinde, legate de specificul românesc și multicultural al zonei.
- Plimbare în centrul istoric al Sibiului – elemente de arhitectură barocă și gotică, case cu „ochi”, istoria Pieței Mari, a Turnului Sfatului și a Podului Minciunilor.
- Activități de fotografiere, completare a fișelor de observație și reflecție culturală, în vederea realizării unei expoziții la întoarcerea în școală (*Zestrea în imagini*).

7. Rezultate așteptate:

- ✓ Creșterea interesului elevilor pentru patrimoniul cultural și tradițiile românești.
- ✓ Implicarea activă a elevilor în activități educative nonformale.
- ✓ Îmbunătățirea relațiilor sociale între elevi și între elevi și profesori.
- ✓ Realizarea unei expoziții tematice în școală, cu fotografii și impresii scrise de elevi.

2.9. Vizită documentară „Zestrea străbunilor”

„Zestrea străbunilor” – tradiție, patrimoniu și explorare în inima Bihorului

Perioada de desfășurare: luna decembrie 2023

Locație: Oradea – Cetatea Oradea, Peștera Ursilor (localitatea Chișcău, județul Bihor)

1. Titlul activității:

„Zestrea străbunilor” – tradiție, patrimoniu și explorare în inima Bihorului

2. Tipul activității:

Excursie documentară, activitate cultural-educativă integrată în cadrul proiectului PNRAS – componenta „Promovarea identității culturale și incluziunii sociale prin activități extracurriculare”.

3. Scopul activității:

Familiarizarea elevilor cu tradițiile și istoria județului Bihor, printr-o vizită educativă în Oradea și la Peștera Ursilor. Activitatea își propune să contribuie la conștientizarea valorilor naturale și culturale ale patrimoniului național și la promovarea unui comportament responsabil față de mediul înconjurător.

4. Obiective specifice:

- ✓ Îmbogățirea cunoștințelor elevilor despre istoria și cultura regiunii Bihor, prin vizite la obiective de patrimoniu.
- ✓ Promovarea respectului față de tradițiile populare și natura autentică a zonei.
- ✓ Crearea unui mediu educativ în care elevii pot învăța prin experiențe directe, promovând astfel învățarea nonformală.
- ✓ Creșterea conștientizării elevilor asupra importanței conservării patrimoniului natural (Peștera Ursilor).

5. Grup țintă: elevii din ciclul gimnazial, în special cei aflați în risc educațional.

6. Descrierea activității:

- Activitatea constă într-o excursie de o zi, care va include două locații cu semnificație istorică și naturală: Oradea și Peștera Ursilor.
- Vizita la Cetatea Oradea – elevii vor învăța despre istoria medievală a Oradei, despre rolul cetății în apărarea orașului și a regiunii în perioadele de conflict. Vor

explora arhitectura fortificațiilor, vor înțelege importanța patrimoniului și vor vizita expozițiile din cadrul cetății.

- Vizita la Peștera Ursilor – o excursie ghidată în celebra Peștera Ursilor din județul Bihor, un loc deosebit atât prin frumusețea sa naturală, cât și prin importanța sa paleontologică (descoperirea fosilelor de urs de cavernă). Elevii vor învăța despre formarea peșterilor, fauna specifică și importanța conservării mediilor naturale fragile.
- Activități educaționale și de observație – elevii vor completa fișe de observație legate de elementele istorice și naturale întâlnite pe traseu, vor fotografia detalii ale cetății și ale peșterii și vor scrie impresii și învățăminte despre patrimoniul vizitat.

7. Rezultate:

- ✚ Îmbogățirea cunoștințelor culturale ale elevilor despre istoria locală și patrimoniul natural.
- ✚ Conștientizarea importanței protejării patrimoniului natural și cultural, prin implicarea activă a elevilor în observarea și documentarea celor vizitate.
- ✚ Crearea unei legături mai puternice între elevi și școala lor, printr-o experiență comună și memorabilă.
- ✚ Realizarea unui jurnal de excursie, unde elevii își vor împărtăși impresiile, iar rezultatele vor fi prezentate sub formă de expoziție în cadrul școlii.

2.10. Vizită documentară „Zestrea străbunilor”

„Zestrea străbunilor” – istorie, natură și tradiție pe urmele patrimoniului național

Perioada de desfășurare: 3 zile (iunie 2024)

Locații vizitate: Castelul Corvinilor (Hunedoara), Cazanele Dunării (Drobeta-Turnu Severin), Grădinile lui Zoe (Sânmartin, județul Bihor)

1. Titlul activității:

„Zestrea străbunilor” – istorie, natură și tradiție pe urmele patrimoniului național

2. Tipul activității:

Excursie documentară, activitate educativă extracurriculară în cadrul proiectului PNRAS – componenta „Promovarea identității culturale și incluziunii sociale prin activități extracurriculare”.

3. Scopul activității:

Familiarizarea elevilor cu istoria medievală a Transilvaniei, cu peisaje naturale spectaculoase și tradițiile autentice ale regiunii, printr-o excursie educativă ce va include vizite la obiective culturale și naturale importante din România.

4. Obiective specifice:

- ✓ Îmbogățirea cunoștințelor istorice și culturale ale elevilor despre Transilvania, prin explorarea Castelului Corvinilor și a altor monumente istorice.
- ✓ Promovarea respectului față de patrimoniul natural al României, prin explorarea Cazanelor Dunării.
- ✓ Încurajarea unui comportament responsabil față de mediu și tradițiile locale, prin activități educaționale în cadrul Grădinilor lui Zoe.
- ✓ Consolidarea abilităților de învățare nonformală prin activități de observare, fotografiere și documentare.

5. Grup țintă: elevii din ciclul gimnazial, în special cei aflați în risc educațional.

6. Descrierea activității:

Activitatea a constat într-o excursie de 3 zile, cu un itinerar care include vizite la 3 obiective importante:

- Castelul Corvinilor, Hunedoara, unul dintre cele mai frumoase castele medievale din România. Elevii vor învăța despre istoria castelului, despre perioadele medievale în care a fost construit și despre viața în Evul Mediu.
- Cazanele Dunării, Drobeta-Turnu Severin - zonă deosebită de pe malul Dunării, unde elevii vor putea observa peisajele spectaculoase formate de fluviul Dunărea. Ghidaj în zonă, cu explicații despre geologia Cazanelor și importanța ecologică a regiunii. Elevii vor învăța despre faună și floră, dar și despre importanța protejării acestor habitate.
- Grădinile lui Zoe, Sânmartin - locație rurală unde tradițiile românești sunt păstrate cu sfințenie. Elevii vor explora grădinile, vor învăța despre plantele medicinale tradiționale, tehnici de cultivare ecologică și viața rurală din Transilvania.

7. Rezultate:

- ✚ Îmbogățirea cunoștințelor istorice și naturale ale elevilor despre patrimoniul național.
- ✚ Crearea unui mediu de învățare activă în care elevii pot învăța prin experiență directă.
- ✚ Creșterea respectului față de tradițiile și natura locală, prin activități educaționale interactive.
- ✚ Realizarea unui jurnal de excursie în care elevii vor documenta ceea ce au învățat și vor reflecta asupra experiențelor trăite, iar aceste impresii vor fi prezentate sub formă de expoziție în cadrul școlii.

CONCLUZII

Implementarea proiectului PNRAS în unitatea noastră școlară a oferit un cadru complex de sprijin pentru prevenirea și reducerea abandonului școlar, prin intervenții multiple, coerente și adaptate nevoilor reale ale elevilor. Concluziile trase în urma desfășurării activităților pot fi sintetizate astfel:

1. Îmbunătățirea rezultatelor școlare și reducerea decalajelor educaționale

Activitățile remediale, centrate pe sprijinirea elevilor cu dificultăți de învățare, au avut un impact direct asupra progresului școlar. Prin organizarea de sesiuni suplimentare, lucrul diferențiat și atenția individualizată acordată fiecărui elev, s-a reușit diminuarea abandonului școlar funcțional. Elevii au dobândit mai multă încredere în sine, iar participarea lor activă la procesul educativ s-a îmbunătățit vizibil.

2. Crearea unui climat școlar sigur, empatic și incluziv

Atelierele de educație pentru prevenirea consumului de droguri, combaterea bullying-ului și promovarea siguranței în școală au avut un efect pozitiv asupra relațiilor dintre elevi și între elevi și profesori. Aceste intervenții au contribuit la dezvoltarea competențelor socio-emoționale, la prevenirea comportamentelor de risc și la creșterea gradului de responsabilitate individuală și colectivă în cadrul comunității școlare.

3. Dezvoltarea personală și a coeziunii sociale prin activități extracurriculare

Activitățile sportive și excursiile tematice au avut un rol esențial în completarea formării educaționale. Prin participarea la competiții și activități recreative, elevii au învățat să lucreze în echipă, să respecte reguli și să dezvolte un stil de viață echilibrat. De asemenea, excursiile au oferit un cadru informal de învățare, care a stimulat curiozitatea, spiritul de explorare și coeziunea între colegi și profesori.

4. Valorizarea tradițiilor și întărirea identității culturale

Festivalurile de tradiții și obiceiuri locale au adus o dimensiune identitară importantă în proiect. Prin implicarea activă în activități de tip folcloric, artistic și gastronomic, elevii au dobândit o mai bună înțelegere a valorilor culturale naționale și au fost încurajați să aprecieze și să conserve patrimoniul imaterial al comunității din care fac parte. Aceste activități au promovat mândria de apartenență și au contribuit la apropierea între școală, familie și comunitate.

5. Modernizarea procesului educațional prin dotare digitală

Investițiile în infrastructura digitală a școlii – echipamente IT, table interactive, laptopuri, proiectoare – au permis o adaptare mai eficientă la noile cerințe educaționale. Resursele moderne au contribuit la digitalizarea activităților didactice, facilitând învățarea interactivă, accesul la conținuturi educaționale diversificate și creșterea atractivității orelor. Elevii au avut ocazia să-și dezvolte competențele digitale, esențiale în societatea actuală.

6. Consolidarea relației școală–familie–comunitate

Succesul proiectului a fost posibil și datorită implicării active a părinților și a partenerilor din comunitate. Atât activitățile culturale și sportive, cât și cele de consiliere și prevenție au avut ca obiectiv apropierea tuturor actorilor educaționali de viața școlii. Astfel, s-a creat un cadru colaborativ stabil, în care sprijinul pentru elevi a venit din multiple direcții.

Proiectul PNRAS a fost o intervenție educațională cu impact real, cu rezultate vizibile atât în planul performanței școlare, cât și în cel al dezvoltării personale și sociale a elevilor. Prin diversitatea activităților desfășurate, s-a creat un mediu propice învățării, în care elevii s-au simțit sprijiniți, valorizați și motivați.

Proiectul a contribuit nu doar la reducerea abandonului școlar, ci și la formarea unor elevi mai bine pregătiți pentru provocările viitorului, cu o identitate culturală clară, competențe solide și un puternic sentiment de apartenență la comunitatea școlii.

ISBN 978-973-0-43440-8.