

GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT NR. 18 BUZĂU

ISSN 3061-2721
ISSN-L 3061-2721

Nr. 4 / 2025

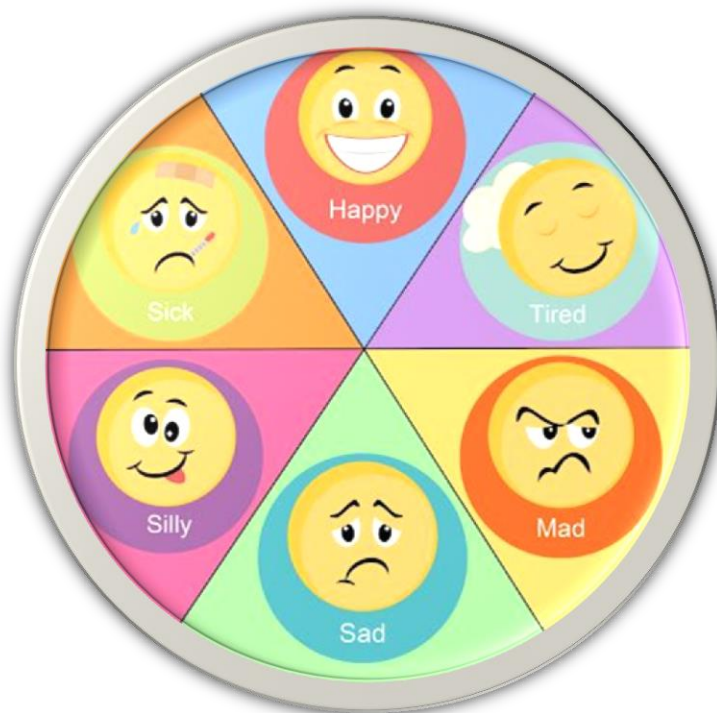


LUCRĂRILE SIMPOZIONULUI JUDEȚEAN

„CURCUBEUL EMOȚIILOR”

EDIȚIA a IV-a, MAI 2025

BUZĂU



COORDONATORI:

PROF. CRISTINA IVAN

PROF. VIORICA BOARCĂȘ

PROF. LUCIA ȘOMOIAG

PROF. MARIANA IORDACHE

Publicația a fost realizată în cadrul proiectului județean ”Copilul – un curcubeu al emoțiilor și al creativității”, derulat la Grădinița cu Program Prelungit Nr. 18 Buzău

EMOȚIILE NE UNESC

INSPECTOR EDUCAȚIE TIMPURIE

PROF. IVAN CRISTINA

Într-o lume tot mai polarizată de diferențe culturale, ideologice și sociale, emoțiile constituie un limbaj universal care transcende barierele evidente. Dincolo de cuvinte sau obiceiuri, capacitatea de a simți – bucuria, durerea, empatia – este firul nevăzut care leagă indivizi și comunități, conferindu-le o umanitate comună.

Paul Ekman (2003) a identificat șase emoții fundamentale – fericirea, tristețea, frica, furia, surpriza și dezgustul – care sunt exprimate facial în mod similar în toate culturile studiate. Acest lucru confirmă ideea că emoțiile sunt un limbaj nonverbal comun, recunoscut intuitiv de indivizi din medii diferite. Ele funcționează ca instrumente esențiale de comunicare și reglare socială, sprijinind adaptarea și coexistența umană (Matsumoto & Hwang, 2012).

Empatia este mecanismul prin care o persoană rezonază cu emoțiile altei persoane. Ea este esențială în dezvoltarea morală, construirea încrederii și menținerea coeziunii sociale. Studiile neuroștiințifice (Decety & Jackson, 2006) evidențiază implicarea rețelilor neuronale specifice atunci când o persoană observă suferința altuia, ceea ce demonstrează că empatia are o bază biologică profundă. În situații de criză (războaie, calamități), reacțiile emoționale colective – compasiunea, altruismul – devin catalizatori ai acțiunii umane.

La nivel macro, emoțiile modelează comportamentele colective. Bucuria unui eveniment cultural, indignarea într-un protest sau tristețea comună la pierderea unui lider exprimă apartenența la un grup. În acest sens, emoțiile contribuie la formarea identității sociale și la menținerea coeziunii (Barrett, 2017). Societățile care valorizează exprimarea și gestionarea sănătoasă a emoțiilor cultivă spații de dialog și toleranță, esențiale într-o lume globalizată.

Emoțiile ne definesc, ne apropie și ne transformă. Ele facilitează comunicarea autentică, solidaritatea și apartenența – elemente esențiale într-o societate funcțională. Într-o eră dominată de tehnologie și interacțiuni mediate digital, reîntoarcerea la autenticitatea emoțională este nu doar benefică, ci vitală. „Pentru că, dincolo de cuvinte, ceea ce ne conectează cu adevărat este ceea ce simțim – împreună.”

BIBLIOGRAFIE:

1. Barrett, L. F. (2017). „How Emotions Are Made: The Secret Life of the Brain”. Houghton Mifflin Harcourt.
2. Decety, J., & Jackson, P. L. (2006). A social–neuroscience perspective on empathy. „Current Directions in Psychological Science, 15”(2), 54–58.

3. Ekman, P. (2003). „Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life”. Times Books.
4. Matsumoto, D., & Hwang, H. S. (2012). Culture and Emotion: The Integration of Biological and Cultural Contributions. „Journal of Cross-Cultural Psychology, 43”(1), 91–118.

ÎNȚELEGEREA EMOȚIILOR – CALEA SPRE SUCCES

INSPECTOR EDUCAȚIE PERMANENTĂ

PROF. BOARCĂȘ VIORICA

Într-o societate în continuă schimbare, în care performanța și adaptabilitatea sunt considerate esențiale pentru succesul personal și profesional, inteligența emoțională devine un factor-cheie adesea subestimat. Mai mult decât cunoașterea tehnică sau intelectul rațional, înțelegerea emoțiilor – atât proprii, cât și ale celorlalți – oferă indivizilor capacitatea de a se adapta, de a comunica eficient și de a dezvolta relații sănătoase și productive. Acest eseu examinează rolul înțelegerii emoțiilor ca fundament în atingerea succesului în diverse domenii ale vieții.

Conceptul de inteligență emoțională a fost popularizat de Daniel Goleman (1995), care a subliniat faptul că succesul nu este dictat exclusiv de coeficientul de inteligență (IQ), ci și de abilitățile emoționale precum empatia, autoreglarea și conștientizarea de sine. Înțelegerea emoțiilor permite o mai bună gestionare a stresului, rezolvarea conflictelor și luarea deciziilor etice. Studiile arată că persoanele cu un nivel ridicat de inteligență emoțională au mai mult succes în carieră și în relațiile interpersonale (Mayer, Salovey & Caruso, 2004).

Liderii eficienți demonstrează o puternică inteligență emoțională, fiind capabili să inspire, să motiveze și să gestioneze echipe diverse. Ei recunosc și răspund adecvat la emoțiile celor din jur, creând un climat de încredere și colaborare (Goleman, Boyatzis & McKee, 2013). În mediul profesional, înțelegerea emoțiilor facilitează negocierea, adaptarea la schimbări și cultivarea unui stil de muncă echilibrat, toate acestea fiind componente esențiale ale succesului organizațional și individual.

Succesul nu se limitează la realizările profesionale. În viața personală, înțelegerea emoțiilor contribuie la dezvoltarea unei stări de bine durabile. Persoanele care practică autorefecția emoțională manifestă o mai bună sănătate mintală, relații mai armonioase și un nivel mai ridicat de reziliență (Schutte et al., 2007). Gestionarea conștientă a emoțiilor duce la un echilibru interior, care este adesea fundamentul pentru o viață împlinită.

Într-un context în care succesul este adesea măsurat prin realizări vizibile, capacitatea de a înțelege și de a gestiona emoțiile rămâne o resursă profundă, dar invizibilă. Inteligența emoțională nu este doar un set de abilități utile, ci o cale esențială către succes autentic – unul care implică atât realizare profesională, cât și echilibru personal. A cultiva înțelegerea emoțiilor înseamnă a deschide drumul către o viață conștientă, empatică și împlinită.

BIBLIOGRAFIE:

1. Goleman, D. (1995). **Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ**. Bantam Books.
2. Goleman, D., Boyatzis, R., & McKee, A. (2013). **Primal Leadership: Unleashing the Power of Emotional Intelligence**. Harvard Business Review Press.

PEDAGOGIA POZITIVĂ - ÎN PROCESUL DE ÎNVĂȚARE

GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT NR. 18 BUZĂU
DIRECTOR, PROF. ȘOMOIAG LUCIA

”Școala ar trebui să aibă ca scop formarea unei personalități armonioase și nu formarea de specialiști.” - Albert Einstein

A învăța înseamnă:

-**a descoperi** savoarea academică, conținuturi, îndeletniciri care au drept obiectiv dobândirea unui pachet comun de cunoștințe și de competențe temeinice, care vor reprezenta obiectul evaluărilor constante. Dar unde este plăcerea de a învăța? Curiozitatea? Dorința? Domeniile extrașcolare? Căci a învăța înseamnă a învăța despre viață. A învăța despre cine ești înseamnă a putea să câștigi destulă încredere în tine pentru a îndrăzni să acționezi, să încerci, să îți asumi riscuri. De aceea perioada copilăriei (și a adolescenței) este cea în care putem să experimentăm cel mai mult, să ne înșelăm, să avem dreptul să ne schimbăm părerea, să învățăm din propriile greșeli înainte de a face alegeri ”definitive”(știind că nu pot fi niciodată definitive). Câți dintre voi practicați meseria la care ați visat?... Dacă acceptăm visurile copilului nostru, fără a le spulbera, îi mărturisim o încredere nelimitată și-i oferim posibilitatea de a îndrăzni să se gândească la un proiect.

- a trăi alături de ceilalți

-înseamnă a învăța să te integrezi împreună cu alții în societate, a respecta ordinea socială pentru garantarea securității fizice și afective a tuturor. Înseamnă a învăța regulile de viață care decurg din acest

proces. Școala îi confruntă cel mai des pe copii cu acest tip de învățare. A învăța să trăiești împreună cu alții, să-ți dezvolti capacitatea de a te pune în legătură cu alții și de a comunica, chiar și cu cei care nu ne sunt neapărat simpatici. La școală mă voi putea juca, voi repeta, mă voi putea antrena să devin o ființă socială care mai târziu va munci și va participa la viața colectivă.

-a învăța cu mintea- înseamnă un demers prin care copilul se descoperă pe sine, ceea ce îi permite să conștientizeze resursele cognitive pe care le va folosi în drumul spre propria SA reușită. În acest proces este nevoie de ATENȚIE, MEMORARE, ÎNȚELEGERE, GÂNDIRE PROPRIE și IMAGINAȚIE.

Antoine de la Garanderie și pedagogia reușitei a comparat munca depusă pentru reușita în actele de învățare cu cele fizice ale unui sportiv sau ale unui muzician. Mottoul său era "Fiecare copil posedă șansele reușitei sale școlare".

Fiecare copil are propriile structuri, obiceiuri, tehnici care duc la îndeplinire sarcinile școlare.

-a învăța cu tot corpul- atunci când avem grijă de nevoile corpului nostru, folosim câteva trucuri pentru ca acesta să fie mai bine, să ne devină partener privilegiat și complice al învățării. Exemple: o noapte bună de somn, un mic dejun sănătos și o mângâiere vor constitui un ajutor prețios înainte de plecarea la școală.

Trebuie să descoper/ să ajut să găsească propria metodă de învățare a copilului meu, să descoper diferite stiluri de învățare, să-l ajut să-și dezvolte atenția și concentrarea, să-și organizeze și să-și programeze mintea pentru învățare (program zilnic în funcție de orar), să-și instaleze propria rutina zilnică. Pentru toate acestea copilul are nevoie de noi.

Emoțiile ne influențează comportamentul în fiecare zi. Au un rol major în învățare, pentru că ele ne condiționează capacitatea de atenție și pe cea a concentrării, a memorării. Emoțiile, indiferent de natura lor ne sunt necesare pentru a trăi. Dacă apare un pericol iminent- Frica- este cea care mă determină să acționez rapid. Emoțiile pozitive sunt constructive, constituie un motor pentru reluarea procesului de învățare. Plăcerea de a descoperi, bucuria de a face, mândria de a reuși, încrederea în capacitatea de a reuși- sunt emoții indispensabile în asumarea de riscuri. Alte emoții pot prelua controlul și pot să ne perturbe activitatea. De fapt, orice situație nouă de învățare ne poate aduce *nesiguranță*.

Emoțiile sunt precum valurile: nu le putem împiedica să sosească, dar putem alege modul în care reacționăm la ele.

Normă, evaluare și încredere în sine

Norma și evaluarea sunt utile, sigure, pentru că oferă repere. Dar evaluarea este utilă doar dacă facem din ea ceva pozitiv și constructiv, atât din punct de vedere individual cât și colectiv.

A învăța altfel cu ajutorul ”Pedagogiei pozitive” înseamnă a învăța cu mintea, cu inima și cu corpul.

BIBLIOGRAFIE:

1. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry, 15*(3), 197–215.
2. Schutte, N. S., Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., et al. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences, 42*(6), 921–933.

INIMIOARA CURCUBEU

**Prof. Avram Dănuța-Maria
G.P.P. Nr.18 Buzău**

Într-o dimineață senină, în Pădurea Zâmbăreților, s-a trezit o inimioară micuță pe nume Emi. Nu era o inimioară obișnuită – era o Inimioară Curcubeu! Schimba culorile în funcție de cum se simțea. Când era bucuroasă, strălucea galben. Când era tristă, se făcea albastră. Când era furioasă, devenea roșie ca focul. Iar când era rușinată, se colora în roz pal.

Într-o zi, Emi s-a dus la joacă cu prietenii ei: Iepurașul Mimo, Vulpița Sisi și Ursulețul Toto. Au început să construiască un castel din Frunze și conuri. Emi era foarte entuziasmată și lumina în galben strălucitor!

Dar, când Vulpița Sisi i-a spus lui Emi că nu pune conurile corect, inimioara a început să pulseze roșu aprins. Emi s-a încruntat și a spus tare:

— Nu mai vreau să joc!

Prietenii s-au oprit din joacă. Ursulețul Toto s-a apropiat încet și a întrebat blând:

— Emi, ești furioasă?

— Da, pentru că Sisi a zis că nu fac bine... și m-am simțit tristă și furioasă deodată, a spus Emi, devenind albastră și roșie în același timp.

Atunci, Sisi a dat din urechi jenată:

— Îmi pare rău, Emi! Nu voiam să te rănesc. M-am grăbit să vorbesc.

Emi s-a luminat treptat în verde – semn că i-a trecut supărarea. A oftat ușurată și a zâmbit.

— Mulțumesc, Sisi. Acum mă simt înțeleasă. Hai să ne jucăm din nou!

Toți prietenii s-au îmbrățișat, iar Emi a strălucit în toate culorile curcubeului. Pentru că atunci când înveți să-ți recunoști emoțiile și le împărtășești cu ceilalți, inima devine mai veselă ca niciodată.

EMOȚII LA GRĂDINIȚĂ

PROF. ED. TIMPURIE - IORDACHE MARIANA GPP NR.18 BUZĂU

PROF. ED. TIMPURIE-ADAM BIANCA-ȘTEFANIA GPP NR.18

În prima zi, cu pași mărunți,
Am mers cu mama printre munți
De ghiozdane și jucării,
Cu ochii plini de bucurii.

Dar inima-mi bătea ușor,
Că totul era nou și-n zbor
Mi-au zâmbit copii frumoși,
Cu glasuri calde, curioși.

Doamna ne-a spus: „Bun venit!”
Și-atunci zâmbetul a răsărit,
Am prins curaj și m-am jucat,
În cerc ne-am dat și-am tot cântat.

La grădi-i vesel, minunat,
Învăț, mă joc, sunt ascultat,
Și-oricât de mic aș fi acum,
Simt că încep să cresc pe drum.

TIGRUL ȘI VIESPEA

BĂNICĂ GEORGETA
Profesor logoped, C.J.R.A.E Buzău

Un tigru pleacă la plimbare prin pădurea mare.
De ce umblă supărat el oare?!
O viespe rea l-a înțepat de nas
Și foarte rău s-a supărat.

-„Aoleo, ce rău mă doare nasul !”
Viespea își cere acum iertare.
Știe ea, că prin iertare,
Toată furia dispăre.

Îl tot bâzâie de un pupic
Pe botic, că e mai mic.
Știe ea, că doar așa
Supărarea va trece și el va uita.

„Draga mea, eu sunt mai bine.
Supărat nu pot să fiu!
Prin scuze și cu pupic, eu am uitat de năsuc.
Vreau să fim prieteni buni și să ne jucăm puțin.”

DEZVOLTAREA ȘI EXPRIMAREA EMOTIILOR ÎN PREȘCOLARITATE

**Prof. ed. timpurie: Surlea Georgiana Daniela
Irimia Marilena**

Viața afectivă la această vârstă este una accentuată și intensă. Afectele, dispozițiile și emoțiile sunt de stil expresiv. Emotivitatea este motivată din funcționarea scoarței cerebrale a subcortexului și slab dezvoltată. La această vârstă nu doar procesele afective „secundare”, dar și cele „principale”, superioare sentimentelor și pasiunile apar și dispar facil, se exteriorizează ușor și au o mare mobilitate. Totuși, acum se pun bazele sentimentelor personale, cum ar fi amorul propriu, mândria, orgoliul, altruismul, despatie colegialitate, tovarășie, prietenie etc., și chiar ale celor morale – patriotismul și umanismul.

Intrarea în școlaritate este un pas normal pentru cei mai mulți copii. Caurmarea creșterii influenței profesorilor și colegilor și descreșterii influenței părinților, măsura succesului are noi raporturi și noi standarde (Grațiana Sion, 2016).

Înainte de intrarea în școală copilul se caracterizează prin instabilitate emoțională, predominând afectelor. Din amica sentimentelor este legată de creșterea gradelor lor de conștiință a proprietății activității și a relației cu ceilalți. Se dezvoltă propriile dorințe și aspirații. În această perioadă dădăre loc creșterea sensului moral – afectiv al conduitei generale, dezvoltarea sentimentelor și stărilor afective legate de relațiile afective impuse de școală și a precierii sociale a acțiunilor lor. Tot în această perioadă se dezvoltă sentimentele intelectuale.

Copilul înțelege și simte tot ceea ce se întâmplă în familie, conflicte, certuri, despărțiri. Sunt semnificative pentru copil relațiile pozitive cu părinții sau, dimpotrivă, atitudinile de renegare, de rejetcare a unor dintre părinți. Relațiile afectuoase dintre părinte și copil, cât și relațiile dintre părinți conduc la structurarea pozitivă a personalității.

Pentru a alege conduita educațională corectă, adevărat părintele trebuie să își cunoască bine copilul. Această cunoaștere trebuie să țină cont de părerea acelor, a învățătorului, a psihologului și medicului.

Utile pentru activitatea educațională a părintelui sunt și cunoștințele legate de caracteristicile de vârstă.

Școala și activitatea de învățare, prin cerințele specifice determină modificări în toate planurile activității psihice a copilului. În această perioadă, la nivelul personalității se structurează trebuințele, interesele și atitudinile.

Evoluția personalității se realizează concomitent cu dezvoltarea interrelațiilor sociale și valorificarea noilor experiențe de viață. Dezvoltarea intereselor sociale sunt determinate de viața socială, în general și de viața școlară, în particular.

Am văzut că relațiile afectuoase dintre părinți și copii au efecte negative (agresivitate, hiperemotivitate, instabilitate, anxietate etc.). Toate acestea se răsfrâng negativ la nivelul integrării activității școlare.

Armonizarea relațiilor părinte – copil, o viață de familie echilibrată și afectuoasă dezvoltă structuri de personalitate opuse celor enumerate mai sus: copilul are încredere în forțele proprii, se adaptează ușor vieții școlare și dobândește un real echilibru emoțional.

Rolul învățătorului este foarte important. El devine „model” pentru școlar, este cel care îi face să înțeleagă mai repede și mai bine informațiile transmise. Modul în care el apreciază școlarul (corectitudine, lipsa favoritismului) dezvoltă la copii simțul propriei valori.

Dezvoltarea sociabilității școlarului mic se manifestă evident tot în activitatea școlară prin relațiile cu ceilalți copii și se dezvoltă prin joc. La acest nivel de vârstă jocul capătă valențe noi. Copiilor le plac jocurile cu subiect, culori. Jocul devine mai bine organizat, regulile sunt respectate mai riguros, iar spre finalul acestei perioade spor este caracterul competițional al acestuia.

Perioada școlarului mic se caracterizează, din punct de vedere social, prin apariția prietenilor, copiii devenind mai puțin dependenți de părinți și mai interesați de colegi, de prieteni.

Prieteniassează prin apariția unor interese și activități comune. Ei își dezvoltă comportamente asemănătoare, preferă același gen de literatură, se exprimă asemănător, au aceleași păreri despre anumite persoane. Dezvoltarea socială, spre sfârșitul acestei etape, pregătește terenul pentru cea imediat următoare — pubertatea.

Partea inferioară a machetei

Autoreglarea în copilăria timpurie se dezvoltă în faze, și anume, de la naștere până la vârsta de doi ani și de la vârsta de trei ani până la cincisprezece ani.

S-a demonstrat că o abordare sistematică și intenționată a intervențiilor poate facilita dezvoltarea în ambele faze, cu un accent mai mare pe cunoaștere și limbaj în faza ulterioară.

În prima fază, sugarii și copiii mici dezvoltă conștientizarea și abilitatea de a exprima și experimenta emoții în interiorul relației îngrijitor–copil. În această relație, îngrijitorul trebuie să fie receptiv și sensibil la emoțiile copilului și să ofere un mediu sigur și de susținere pentru a ajuta la etichetarea emoțiilor și exprimarea lor în siguranță.

Modul în care adultul răspunde copilului cu control afectiv prin ton și tempou, prin atingere și privire îl ajută pe sugar și pe copilul mic să învețe să gestioneze și să reducă mai bine intensitatea emoțiilor pe drumul spre autoreglare.

În a doua fază, de la aproximativ 3 până la 5 ani, relația continuă în acest mod, dar copilul începe să înțeleagă și să discearnă între emoțiile proprii și ale celorlalți, precum și să-și regleze fața emoțiilor într-un mod reglementat.

Cercetările au dus la orientări specifice pentru intervențiile din copilărie care îmbunătățesc autoreglarea. Acestea includ: o concentrare mai intenționată și mai direcționată asupra autoreglării, în care abilitățile de reglare cognitivă și emoțională și integrarea lor sunt predate sistematic; sprijin pentru autoreglarea propriului îngrijitor; instrucțiuni către îngrijitori să modeleze, să antreneze, să consolideze și să susțină sprijinul abilităților de autoreglare în interiorul contextului unei relații calde și receptive, adică abilități de „coreglare” (Murray et al., 2016, p. 78).

Crearea unei generații productive și pozitive nu a fost niciodată mai ușoară decât este în sistemul educațional de astăzi, mulțumită unui sprijin social și emoțional îmbunătățit. Casele sunt primul loc în care copiii cresc și învață; școala vine după aceea.

Relațiile dintre profesori și elevi pot afecta rezultatele învățării elevilor și personalitatea, de asemenea. O mai mare pozitivitate în aceste relații și în atmosfera preșcolară îi ajută pe copii să fie mai

productivi, atât din punct de vedere academic, cât și social. În plus, o creștere sănătoasă a sănătății mintale în domeniile de dezvoltare are un efect pozitiv de lungă durată asupra vieții lor, în special a vieții academice.

În mai multe studii, cercetătorii au demonstrat că există legături între dezvoltarea socială și emoțională a copiilor și realizările lor academice. Pentru a asigura rezultate educaționale pozitive, cercetătorii trebuie să se concentreze pe încurajarea creșterii sănatoase a abilităților sociale și emoționale ale copiilor.

Potrivit lui Nix et al. (2018, p. 1017), dezvoltarea competenței sociale și emoționale a copiilor influențează în mod direct implicarea învățării și astfel facilitează realizările academice actuale și viitoare. În plus, pentru a obține realizări academice și scoruri ridicate la teste, este nevoie de mai mult sprijin social și emoțional pentru elevi (Nix et al., 2018, p. 1018).

Școlile și profesorii joacă un rol fundamental în viața copiilor mici. Când copiii se adaptează bine la școală, este deseori rezultatul atitudinilor și relațiilor pozitive ale profesorilor și colegilor lor. Primii oameni care copiii comunică cu exteriorul caselor lor sunt adesea acei de la școală (profesori, membrii ai școlii și colegi). Prin urmare, copiii mici consideră deseori că profesorii lor sunt modele de urmat, iar profesorii au un efect asupra adaptării copiilor la mediul de învățare. Mai mult, profesorii pot face copiii să îi iubească sau să urască școala.

O modalitate simplă de a asigura rezultatele academice productive și pozitive este de a oferi copiilor relații sociale și emoționale sănătoase.

Copiii mici se confruntă cu dificultăți în adaptările preșcolare atunci când au experimentat o competență socială slabă. Mai mult, Denham et al. (2017, p. 185) au menționat că capacitatea de reglare emoțională a copiilor afectează adaptarea lor la școală și succesul lor academic. Copiii care trăiesc emoții negative nu sunt întotdeauna capabili să se concentreze asupra învățării, copiii care trăiesc emoții pozitive sunt mai capabili să se concentreze asupra învățării. Prin urmare, când copiii experimentează relații și interacțiuni mai pozitive, au realizări academice mai puternice, se îmbunătățesc rezultatele învățării și implicarea în activitatea de clasă.

Reglarea emoțiilor preșcolari poate prezice realizările lor academice prin grădiniță și până în anii preșcolari ulterioari. Competența socială și emoțională se poate întări, de asemenea, și chiar îmbunătățește succesul academic (Denham et al., 2017, p. 186).

Bunăstarea copiilor mici și succesul preșcolar sunt legate de dezvoltarea lor socială și a abilităților emoționale. Profesorii îi ajută pe copii să învețe despre competența socială și emoțională, care este legată de succesul lor academic și social. Profesorii încurajează dezvoltarea socială și emoțională a copiilor, de oarece știau cum să răspundă într-un anumit mod. Învățarea abilităților sociale și emoționale îmbunătățește competența copiilor de citire și scriere, gândirea critică, motivația învățării și comunicarea, interacțiunea și colaborarea cu colegii și profesorii.

Copiii care au relații bune între colegi tind să învețe comportamente pozitive, precum competența socială, motivația, atenția și perseverența.

Pe de altă parte, copiii cu reacții adverse la relațiile dintre colegi tind să aibă o acceptare mai mică a colegilor și să manifeste trăsături adverse, cum ar fi hiperactivitatea și incapacitatea de concentrare. Astfel, copiii care au relații bune cu colegii prezintă niveluri mai mici de agresivitate și niveluri mult mai scăzute de acomodare socială și realizări academice (Cohen și Mendez, 2019, p. 1032). Relațiile profesor-copil joacă, de asemenea, un rol vital în consolidarea abilităților comportamentale pozitive ale copiilor mici.

Mulți cercetători au observat că relațiile strânse dintre copii și profesori sunt pline de funcții de guvernare pentru copiii care se angajează în comportament problematic, ajutând, de exemplu, în interacțiunile sociale ale acestor copii.

Dacă relația profesor-copil nu este puternică, profesorul nu poate regla comportamentul negativ al copilului, ceea ce ar putea îmbunătăți deconectarea copilului de interacțiunile sociale.

PROIECT DE ACTIVITATE

GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT NR. 18 BUZĂU

MARCU IONELA/TUDOR IONELA-OANA

GRUPA: MARE „IEPURAȘII”

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: „CU CE ȘI CUM EXPRIMĂM CEEA CE SIMȚIM?”

TEMA PROIECTULUI: CURCUBEUL EMOȚIILOR

TEMA SĂPTĂMÂNALĂ: SĂ NE ÎMPRIETENIM CU EMOȚIILE

TEMA ACTIVITĂȚII: CĂLĂTORI ÎN LUMEA EMOȚIILOR

TIPUL DE ACTIVITATE: CONSOLIDAREA ȘI VERIFICAREA CUNOȘTINȚELOR

FORMA DE REALIZARE: ACTIVITATE INTEGRATĂ – ADP+ALA+ADE(DLC-Educarea limbajului+DOS – Activitate practic-gospodărească).

SCOPUL ACTIVITĂȚII: Stimularea și dezvoltarea abilității de recunoaștere, exprimare și gestionare a emoțiilor proprii și ale celorlalți într-un context social

ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ:

- ❖ Întâlnirea de dimineață: Salutul, prezența, calendarul naturii, noutatea zilei, mesajul zilei.

JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI LIBER ALESE:

- ❖ **Artă:** ”Astăzi mă simt...”-*desen*
- ❖ **Știință:** ”Așează emoțiile la locul potrivit”- *sortare*
- ❖ **Bibliotecă:** ”Cartea mea cu emoții”- *trasare grafisme*

ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERIENȚIALE:

- ❖ Domeniul **LIMBĂ ȘI COMUNICARE** (Educarea limbajului): ”*Împărășia emoțiilor*” – povestirea educatoarei
- ❖ Domeniul **OM ȘI SOCIETATE** (Activitate practic-gospodărească): ”Emoții în farfurie”

JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI LIBER ALESE:

- ❖ **Joc distractiv:** ”Detectivii emoțiilor”
- ❖ **Moment de literație:** ”Emoția mea preferată”

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

- ❖ Mesaje orale în diverse situații de comunicare
- ❖ Premise ale citirii și scrierii, în contexte de comunicare cunoscute
- ❖ Ascultarea activă a mesajului pentru înțelegerea și receptarea lui (comunicare receptivă)
- ❖ Exprimarea orală a mesajului, a emoțiilor etc. (comunicare expresivă)
- ❖ Finalizarea sarcinilor și a acțiunilor (persistență în activități)
- ❖ Activare și manifestare a potențialului creativ
- ❖ Motricitate grosieră și motricitate fină în contexte de viață familiare

COMPORTAMENTE VIZATE:

- ❖ Demonstrează capacitate de comunicare clară a unor idei, nevoi, curiozități, acțiuni, emoții proprii (comunicare expresivă)
- ❖ Realizează sarcinile de lucru cu consecvență
- ❖ Recunoaște și exprimă emoții de bază, produse de piese muzicale, texte literare;
- ❖ Demonstrează abilități de autocontrol emoțional;
- ❖ Manifestă curiozitate și interes pentru experimentarea și învățarea în situații noi;
- ❖ Exersează, cu sprijin, ascultarea activă a unui mesaj, în vederea înțelegerii și receptării lui (comunicare receptivă);
- ❖ Identifică posibile răspunsuri/soluții la întrebări, situații – problemă și provocări din viața proprie și a grupului de colegi;
- ❖ Manifestă creativitate în activități diverse
- ❖ Își coordonează mușchii în desfășurarea unor activități diversificate, specifice vârstei

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

La finalul activității preșcolare vor fi capabili:

O1: Să deseneze în chenar emoțiile pe care le simt, conform explicațiilor date;

O2: Să sorteze cel puțin 4 imagini în funcție de emoția potrivită, demonstrând recunoașterea și înțelegerea acestora;

O3: Să traseze cel puțin 80% din suprafața lucrării, realizând astfel emoțiile de bază (bucuria, tristețea, furia, mirarea);

O4: Să precizeze titlul poveștii și personajele principale;

O5: Să formuleze cel puțin două propoziții corecte cu expresiile și cuvintelor noi;

O6: Să redea, cu ajutorul siluetelor personajelor, cel puțin două momentele cheie ale poveștii;

O7: Să recunoască cel puțin o emoție trăită într-o situație concretă;

O8: să asambleze cel puțin o emoție, folosind materialele puse la dispoziție, respectând indicațiile date;

STRATEGII DIDACTICE:

METODE ȘI PROCEDEE: conversația, demonstrația, explicația, observația, jocul, exercițiul.

MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT: calendarul naturii, panoul cu prezența, decor ”Împărăția emoțiilor”, calendarul naturii, ecusoane emoții, carioci, ”cartea mea cu emoții”, coli albe, imagini ”Emoții”, jetoane și simboluri ale emoțiilor principale, marionete personaje emoții, cartoane colorate și imagini reprezentative pentru poveste, tablă magnetică, felii de pâine, forme de cerc, ardei roșu și galben, roșii, castraveți, masline, farfurii, cuțit din plastic și tocător, ecusoane ”detectivii de emoții”, imagini sugestive emoții în context, casetofon, CD ”Detectivii de emoții”, recompense.

FORME DE ORGANIZARE: pe echipe, frontal, individual.

FORME ȘI TEHNICI DE EVALUARE: observarea copiilor, aprecieri verbale curente, aplauze, recompense.

RESURSE:

- **UMANE:** 18 preșcolari
- **TEMPORALE:** 1 zi
- **SPAȚIALE:** sala de grupă, sala de sport

BIBLIOGRAFIE:

- Curriculum pentru Educație Timpurie - 2019;
- Suport pentru explicitarea și înțelegerea unor concepte și instrumente cu care operează curriculumul pentru educație timpurie - 2019
- ro.pinterest.com
- twinkl

- 450 de jocuri educaționale – Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului; DPH, București, 2011;

SCENARIU DIDACTIC

Programul zilei începe cu **întâlnirea de dimineață**. Copiii sunt așezați în semicerc pentru a putea stabili un contact vizual cu toți membrii grupei.

Salutul: se realizează prin versurile:

*“Dimineața a sosit,
Iepurașii au venit.
În semicerc să ne adunăm,
Cu toții să ne salutăm!”*

Doamna educatoare salută copiii prin intermediul formulei: “Buna dimineața, iepurași!”, iar ei la rândul lor salută prin intermediul formulei: “Bună dimineața, doamna!”. Copiii se salută unul pe altul, de la stânga la dreapta, cu glas tare, uitându-se unul la celălalt, folosind formula de salut corespunzătoare precum și numele colegului căruia i se adresează.

Prezența se realizează de asemenea cu ajutorul unor versuri:

*„După ce ne-am adunat
Și frumos ne-am salutat,
Cu toții ne-am întâlnit
Cine oare n-a venit?”*

Calendarul naturii: se folosesc jetoane și imagini reprezentative anotimpului primăvara, pe baza cărora vom ilustra ziua, data, fenomenul specific zilei: “*În ce zi a săptămânii ne aflăm?*”; “*În ce lună ne aflăm?*”; “*Câte zile lucrătoare sunt?*”; “*În ce anotimp ne aflăm?*”.

Momentul de înviorare: „Înviorarea” – joc cu text și cânt.

Noutatea zilei: Copiii primesc o scrisoare de la **Zâna Emoțiilor**:

”Dragii mei copii,

Sunt Zâna Emoțiilor și am o misiune importantă pentru voi! Azi dimineață, când am intrat în regatul emoțiilor, am descoperit cu mare tristețe că prințesele care domnesc în tot regatul au dispărut! Fără ele, regatul este în haos și toate emoțiile sunt amestecate. Am nevoie de ajutorul vostru! Voi sunteți cei care mă pot ajuta să găsesc prințesele și să aducem din nou liniște și armonie în regat. Haideți

împreună să pornim într-o aventură pentru a le găsi! Aștept cu nerăbdare să porniți alături de mine în această călătorie magică!

*Cu multă magie și speranță,
Zâna Emoțiilor“*

Împărtășirea cu ceilalți: Copiii vin în față pe un scăunel și își exprimă diverse sentimente: *”Astăzi mă simt vesele/trist. De ce?”*

Trecerea la activitățile și jocurile alese se realizează prin **tranziția** :

“Câte unul pe cărare

Mergem prin regatul mare.

Uite sus și uite jos

Câte-un norișor pufos.

Noi prințese căutăm

Și pe Zână o ajutăm!”

Vor fi prezentate centrele de interes la care copiii își vor desfășura activitățile.

ALA 1:

- ❖ **Artă:** *”Astăzi mă simt...”-desen*
- ❖ **Știință:** *”Așează emoțiile la locul potrivit”- sortare*
- ❖ **Bibliotecă:** *”Cartea mea cu emoții”-- trasare grafisme*

La centrul **Știință** copiii vor avea la dispoziție mai multe imagini ce reprezintă diverse emoții și 2 planșe cu emoțiile: tristețe și bucurie. Aceștia trebuie să sorteze imaginile la emoția corespunzătoare

La centrul **Artă** fiecare preșcolar va avea la dispoziție o fișă pe care este îndemnat să deseneze emoția/emoțiile pe care le simte în ziua respectivă.

La centrul **Bibliotecă** preșcolarii vor realiza o cărticică formată din minimum 4 pagini, în care va recunoaște și exprima corect emoțiile de bază trasând corect pe liniile punctate conturul fiecărei emoții.

După ce au fost prezentate centrele și sarcinile de lucru, doamna educatoare prezintă copiilor o surpriză, și anume „Săculețul fermecat”, iar aceștia, prin tehnica „Mâna oarbă”, extrag câte un ecuson.

Centru **Artă** va fi reprezentat de ecusonul cu *emoji-ul de fericire*, centrul **Știință** va fi reprezentat de *ecusonul cu emoji-ul de surprindere*, iar centrul **Bibliotecă** va fi reprezentat de *ecusonul cu emoji-ul de iubire*..

Se vor face exercițiile de încălzire a mușchilor mici ai mâinilor cu toți copiii, apoi se va trece la activitatea pe centre. Se va avea în vedere ca fiecare copil să ajungă la fiecare centru. Educatoarea supraveghează și oferă ajutor și indicații acolo unde este nevoie.

După finalizarea sarcinilor de la centre, se fac aprecieri privind modul de lucru și comportamentul copiilor pe parcursul activității.

Prin tranziția:

“În liniște ne ridicăm

Cu emoții ne îndreptăm

Povestea să o ascultăm!”

se face trecerea la **activitatea de educarea limbajului** - ” *Împărăția emoțiilor*”.

ACTIVITĂȚILE PE DOMENII EXPERIENȚIALE:

- ❖ **ADE – DOMENIUL LIMBĂ ȘI COMUNICARE (Educarea limbajului):** - ” *Împărăția emoțiilor*”-povestirea educatoarei

Moment organizatoric: Pregătirea și asigurarea cadrului adecvat necesar unei bune desfășurării a activității .

Introducerea în activitate și captarea atenției: Copiii împreună cu Zâna și cu prințesele vor călători în Regatul Emoțiilor unde îi așteaptă multe surprize. Cu ajutorul baghetei și a prafului magic Zâna îi transformă pe copii în spiridușii emoțiilor.

Anunțarea temei și a obiectivelor: Doamna educatoare anunță preșcolarii că le va spune povestea ”Împărăția emoțiilor” și că ei trebuie să fie atenți la poveste, pentru a reține titlul poveștii, personajele care apar în poveste și întâmplările lor.

Expunerea poveștii: Se expune conținutul poveștii (anexa nr. 1) în mod expresiv cu o tonalitate și o mimică adecvată, folosind materialul didactic pregătit.

Fixarea conținutului poveștii: Se va realiza prin adresarea câtorva întrebări din poveste.

- V-a plăcut povestea ascultată?
- Cum se numește povestea noastră?
- De cine a fost condusă împărăția emoțiilor foarte mulți ani?
- Cum se numesc cele trei printese care conduc regatul?
- Cine a ajuns pe Tărâmul Emoțiilor?
- Cine a reușit să îi fure inima prințului?

Obținerea performanței: La semnalul Zânei Emoțiilor copiii închid ochii, timp în care va fi introdus în sala de grupă Iepurașul Iepurilă, care este foarte trist. Copiii observă iepurașul și spun ce simt. Se va realiza prin completarea unui tablou pe baza unor întrebări. Spiridușii emoțiilor vor completa tabloul cu momentele principale ale poveștii, folosind siluetele personajelor, astfel încât prietenul Zânei Emoțiilor, Iepurașul Iepurilă, nu va mai fi trist că nu a auzit povestea.

Evaluare: Se fac referiri cu privire la modul în care au auzit și reprodus momentele principale ale poveștii "Împărăția emoțiilor".

Aprecierea și încheierea activității: Se fac aprecieri generale asupra modului de implicare a copiilor la activitate.

Prin tranziția cântecului "*Dacă vesel se trăiește*" ne va conduce spre **activitatea practic-gospodărească**. În cadrul acesteia se vor realiza diverse fețe ce reprezintă emoțiile, prin folosirea legumelor puse la dispoziție.

❖ DOMENIUL OM ȘI SOCIETATE (Activitate practic-gospodărească): "Emoții în farfurie"

Captarea atenției: "Iepurașul Iepurilă e încântat de povestea pe care a ascultat-o de la voi, iar acum, pentru că ați fost foarte ascultători și cuminți, Zâna Emoțiilor a pregătit pentru voi o surpriză. O să facem împreună "Emoții în farfurie", folosindu-ne de felii de pâine, ardei roșii, morcovi și alte legume pe care le aveți puse la dispoziție."

Copiii iau loc la mese unde descoperă materialele necesare realizării lucrărilor.

Copiii se vor așeza pe scaune în jurul meselor.

1. **Intuirea materialelor** Se solicită copiilor să prezinte materialele aflate pe măsuțe: felii de pâine, forme de cerc (pentru a reda forma unei fețe), ardei roșii și galben, roșii, castraveți, masline, farfurii, cuțit din plastic și tocător.

2. **Prezentarea și analizarea modelului educatoarei-** Educatoarea explică copiilor cum să realizeze diferite fețe ce reprezintă emoții, cum ar fi veselie, furie, tristețe. Copiii vor avea posibilitatea de a asambla pe felia de pâine orice emoție își doresc, folosindu-se de legumele pe care le au la dispoziție. Explicațiile vor fi reluate, în cazul în care nu s-au înțeles în timpul demonstrării.

Copiii vor primi accesorii corespunzătoare desfășurării activității – șorturi, bonete, servetele. Prezintă regulile de igienă ce se impun.

3. Exerciții pentru încălzirea mușchilor mici ai mâinii

Interpretarea unei scurte poezii ce presupune mișcări ale degetelor și mâinilor : „Umerii îi vom mișca/ Spatele vom îndrepta/ Degetele-mi sunt petale/ Se deschid ca la o floare./ Iar apoi le răsfirăm/ Ca la pian cântăm. /Lebedele-n jur privesc/ Mâinile mi le rotesc/ Morișca o învârtesc/ Și la lucru eu pornesc”.

4. Efectuarea lucrărilor de către copii- Se va da semnalul de începere a lucrului.

Se va dirija activitatea și se va interveni acolo unde este cazul. Se va avea în vedere poziția corespunzătoare a corpului copiilor în timpul activității. La final, vor fi analizate rezultatele activității practice. Copiii vor pune feliile de pâine pe platouri.

5. Evaluarea activității: La finalul activității, copiii sunt felicitați de educatoare, dar și de Zâna Emoțiilor. Se fac aprecieri frontale, dar și individuale pentru copiii care s-au remarcat astăzi.

În final prin **tranziția** cântecului *”Emoțiile se ceartă”* vom desfășura **jocul distractiv** *”Detectivii de emoții”*.

ALA II

Joc distractiv: ”Detectivii de emoții”

La semnalul Zânei Emoțiilor, copiii închid ochii pentru câteva clipe. În acest timp, educatoarea împrăștie prin sala de grupă mai multe jetoane reprezentând diferite emoții (bucurie, tristețe, mirare, furie, frică), toate amestecate.

Fiecare copil are în spate o „cutie a emoțiilor”, simbolizând o singură emoție (de exemplu: cutia bucuriei, cutia furiei etc.). Cutia fiecărui copil este etichetată sau marcată corespunzător cu o imagine sau o culoare specifică acelei emoții.

La următorul semnal al Zânei, copiii devin „detectivi de emoții”. Ei trebuie să caute jetoanele răspândite pe jos, să recunoască emoția ilustrată și să o introducă în cutia emoției corespunzătoare – nu a lor, ci a colegului care deține acea emoție.

Exemplu: dacă un copil găsește un jeton cu tristețe, îl va pune în cutia tristeții aflată la un alt copil.

Activitatea continuă până când toate jetoanele au fost sortate corect, iar la final, Zâna Emoțiilor îi felicită pe copii pentru că au reușit să recunoască, să identifice și să organizeze emoțiile, aducând din nou echilibru în regatul emoțiilor.

EVALUAREA ACTIVITĂȚII

Activitatea didactică se încheie cu momentul de poveste, în care copiii creează o poveste pornind de la titlul sugestiv *”Emoția mea preferată”*. Zâna Emoțiilor apreciază comportamentul și gradul de implicare al copiilor la activitatea integrată, mulțumindu-le că au ajutat-o să le găsească pe printeșe. Copiii sunt recompensați cu o surpriză dulce care este ascunsă în regatul emoțiilor.

Copiii sunt solicitați să își exprime propriile păreri despre activitățile desfășurate, ceea ce le-a plăcut/nu le-a plăcut. (**Moment de reflecție**).

Anexa 1

Se zice că Împărăția Emoțiilor a fost condusă foarte mulți ani de un împărat înțelept, foarte iubit și apreciat de supușii săi. Acest împărat avea o soție foarte frumoasă, pe nume Emoția. Aceasta i-a dăruit împăratului foarte mulți copii, însă numai fete. Nici împăratul și împărăteasa nu mai știau la un moment dat numărul exact al acestora. Fetele împăratului nu semănau deloc între ele, erau foarte diferite una de cealaltă de parcă nu erau surori. Cea mare era tot timpul veselă, iar împăratul i-a pus nume Bucuria, a doua fiică era tot timpul furioasă, iar împăratul i-a pus nume Furia, o altă fiică era tot timpul tristă, iar împăratul a numit-o Tristețea. La fel și celorlalte fiice, împăratul le-a pus nume după emoția pe care o simțeau în cea mai mare parte a timpului: Frica, Îngrijorarea, Mulțumirea, Nemulțumirea, ș.a.m.d

După moartea împăratului și a împărătesei, pentru că fetele acestora nu au reușit să se înțeleagă, care dintre ele să conducă împărăția, au hotărât să împartă marea împărăție în părți egale și fiecare să-și conducă partea ei.

Și până în ziua de azi, fetele împăratului își conduc fiecare ținutul ei.

BUCURIA DE LA GRĂDI

Bărzoiu Eugenia Violeta
Grădinița cu Program Prelungit Nr. 18 Buzău

Dimineața cândrăsare,
Soarele zâmbește-n zare,
Eu mă-ncaț și fug voios
Spre grădi, pas curajos!

Clopoțelul zice „Bună!”
Toți copiii vin de-îndată,
Cu zâmbete colorate,
Ca fluturașii dintr-o carte.

Doamna ne arată cum
Să fim buni și să dăm drum

La vorbe dulci, la îmbrățișări,
La pași frumoși, nu la supărări.

Bucuria crește-n noi,
Când suntem prieteni doi câte doi,
Când ne jucăm, învățăm frumos,
Și fiecare e norocos!

Seara, când mă-ntorc acasă,
Inima-mi e luminoasă.
Grădinița e un loc iubit,
Unde cresc și-s fericit!

”CĂSUȚA CU EMOȚII” - PROGRAMA PENTRU OPȚIONAL

PROF. ED. TIMPURIE COSTACHE ROXANA LUMINIȚA
G.P.P. NR.18 BUZĂU

Aria curriculară: Dezvoltarea socio-emoțională

Nivel de vârstă: Nivelul I – grupa mijlocie

Argument

”La ce ne referim când spunem abilități socio-emoționale?”

DETERMINARE

GESTIONAREA EMOȚIILOR

ÎNCREDERE ÎN SINE

COMPORTAMENTE SOCIALE ARMONIOASE

BULLYING

De ce sunt importante?

Dezvoltarea abilităților socio-emoționale reprezintă fundația procesului de învățare la copii. Fiecare copil are nevoie să știe cum să își gestioneze emoțiile în diferite contexte, să lucreze și să colaboreze eficient în echipe de lucru, să aibă încredere că poate face un lucru propus, să fie autonom și să aibă capacitatea de a empatiza.”

sursa: [Dezvoltăm abilitățile socio-emoționale – Teach for Romania](#)

Întreaga dezvoltare umană este influențată de procesul de socializare, respectiv de integrare socială și de identitate a persoanei. Asupra copilului se exercită influențe, mai întâi în cadrul familiei și apoi în grădiniță, într-un mod mai organizat și mai sistematic. Cercetările din domeniul psihologiei dezvoltării copilului au dovedit faptul că nu este suficient să dezvoltăm abilitățile intelectuale ale copiilor și că abilitățile de a-și conștientiza trăirile emoționale, de a le gestiona în mod adecvat sau de a-și face prieteni sunt cel puțin la fel de importante ca și abilitățile intelectuale (inclusiv pentru reușita la școală).

Dezvoltarea socio-emoțională vizează, după cum specifică curriculumul pentru educație timpurie, *debutul vieții sociale a copilului, capacitatea lui de a stabili și menține interacțiuni cu adulți și copii. Interacțiunile sociale vizează îndeosebi capacitatea copiilor de a-și percepe și exprima emoțiile, de a înțelege și răspunde emoțiilor celorlalți, precum și dezvoltarea conceptului de sine a copilului, care influențează decisiv procesul educațional*. Experiențele din grădiniță constituie cea dintâi școală a emoțiilor oricărui copil, întrucât acum are loc primul nivel de adaptare socială și se creează cadrul prielnic pentru ca cei mici să învețe să recunoască atât emoțiile proprii, modalități de răspuns la emoțiile celor din jur, importanța autocontrolului în gestionarea propriilor emoții.

Grădinița este mediul social în care copiii au ocazia să interacționeze cu ceilalți copii în mai mare măsură decât în familie, având posibilitatea să învețe sistematic despre comportamente sociale adecvate și despre emoții. Educatoarea ajută copiii să-și dezvolte optim competențe sociale, care facilitează manifestarea unor comportamente adecvate și acceptate din punct de vedere social, și care au consecințe pozitive asupra celor implicați –copii și adulți- în așa fel încât, să permită atingerea propriilor scopuri cu respectarea nevoilor celorlalți. În planificarea opționalului am cuprins competențe interpersonale referitoare la relaționare socială și rezolvare de probleme, precum și, competențe intrapersonale foarte importante, având în vedere problemele de adaptare ale copiilor la programul grădiniței la început de an școlar.

Organizarea și desfășurarea unor activități specifice acestui domeniu pot conduce la adaptarea cu succes a copilului în grădiniță/școală și viață socială. Activitățile acestui opțional își propun, prin abordarea unor conținuturi atractive, educarea valorilor comportamentale și a atitudinilor, dezvoltarea socio-emoțională concretizată în capacitatea copiilor de a-și percepe și exprima emoțiile, de a înțelege și a răspunde emoțiilor celorlalți, dezvoltarea conceptului de sine, a abilităților de interacțiune cu ceilalți copii și adulți, acceptarea și respectarea diversității.

REPERE METODOLOGICE:

- ✚ Urmează indicațiile adulților în ceea ce privește comportamentul adecvat în anumite situații;
- ✚ Interacționează, din proprie inițiativă, cu copiii apropiați ca vîrstă, în diferite contexte;
- ✚ Își adaptează comportamentul în funcție de regulile diferitelor situații;
- ✚ Își spune corect numele, vârsta, orașul și țara în care s-au născut;
- ✚ Împărtășește celorlalți (copii, adulți) trăirile/ emoțiile sale și reacționează adaptativ la context sociale variate.

INDICATORI:

- ✚ Cunoașterea de sine a copilului (trăsături și calități personale, preferințe, opinii, valori personale);
- ✚ Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți;
- ✚ Recunoașterea emoțiilor;
- ✚ Exprimarea adecvată a emoțiilor în cadrul interacțiunii copilului cu adulții și copiii cunoscuți;
- ✚ Abilități personale de comunicare și negociere;
- ✚ Respectarea regulilor;
- ✚ Acceptarea și respectarea diversității;
- ✚ Dezvoltarea comportamentelor prosoziale;
- ✚ Dezvoltarea controlului emoțional;
- ✚ Dezvoltarea expresivității emoționale;
- ✚ Dezvoltarea abilităților de interacțiune cu copiii de vârstă apropiată;
- ✚ Comunicare eficientă;
- ✚ Capacitatea de gestionare a emoțiilor.

EXEMPLE DE COMPORTAMENT:

- C1. Manifestă încrederea în adulții cunoscuți, prin exersare interacțiunii cu acești;
- C2. Demonstrează abilități de solicitare și primire a ajutorului în situații problematice specifice;
- C3. Inițiază/ participă la interacțiuni pozitive cu copii de vârstă apropiată;
- C4. Exprimă recunoașterea și respectarea asemănărilor și deosebirilor dintre oameni;
- C5. Își însușește și respect reguli; înțelege efectele acestora în planul relațiilor sociale, în context familial;
- C6. Exersează, cu sprijin, asumarea anumitor responsabilități specifice vârstei, în context variate;
- C7. Exersează, cu sprijin, abilități de negociere și de participare la luarea de decizii;
- C8. Demonstrează acceptarea și înțelegerea față de celelalte persoane din mediul apropiat;
- C9. Exersează, cu sprijin, autoaprecierea pozitivă, în diferite situații educaționale;
- C10. Recunoaște și exprimă emoții de bază, produse de piese musicale și texte literare;
- C11. Demonstrează abilități de autocontrol emoțional.

MODALITĂȚI DE EVALUARE:

Aprecieri verbale ale activității proprii (autoevaluare) și a celorlalți, convorbiri, observarea sistematică a comportamentului copiilor, fișe de lucru, realizarea de proiecte în grup, expoziții cu lucrări și fotografii, concursuri, lecție deschisă, minidramatizare, aprecierea rezultatelor prin acordarea de premii.

Resurse procedurale: conversația, explicația, demonstrația, exercițiul, observația, probematizarea, povestirea, algoritimizarea, descrierea, munca în grup, jocul, aprecierea verbală.

Resurse materiale: imagini, cd-uri cu povești, cântece, cărți, texte, pliante, creioane colorate, fișe, reviste, seturi de ilustrații, jetoane reprezentând emoții.

Planificarea calendaristică a activităților

	Comportament	Tema	Mijloc de realizare
	Exersarea interacțiunii dintre copii și adulți, prezentarea propriei persoane	„Să facem cunoștință!”	Exerciții de prezentare
	Exersarea interacțiunii dintre copii și adulți, cunoașterea reciprocă	„Jocul numelor”	Joc-exercițiu
	Inițierea și menținerea unei relații sociale	„Prima zi de grădiniță a lui Țupa-Țupa”	Povestirea educatoarei
	Cooperarea în joc, comportamentele pro sociale	„Să construim împreună ! ”	Joc-exercițiu
	Participarea la interacțiuni pozitive cu colegii, exersarea cooperării	„Să dansăm împreună ! ”	Jocuri de mișcare în perechi și grupuri
	Exprimarea și recunoașterea asemănărilor și deosebirilor dintre oameni	„Cine este acolo?” – în oglindă	Joc-exercițiu
	Acceptarea și respectarea diversității ” <i>Eu pot să..., îmi place de mine pentru că..., mâncarea mea preferată este..., culoarea mea preferată... etc.</i>	„Să îți spun despre mine...”	Convorbire
	Respectarea regulilor în grup aferente unei situații sociale	„La magazin”	Vizită, joc de rol
	Asumarea unor responsabilități specifice vârstei – implicarea copiilor în activități practic-gospodărești la nivelul grupei	„Am grijă de sala mea de grupă!”	Activitate practice - gospodărească
	Socializare, cunoaștere reciprocă, consolidarea încrederii în partener	„Lângă mine...”	Joc-exercițiu
	Înțelegerea față de celelalte persoane; controlarea comportamentului declanșat de o emoție	„Ce fac când sunt furios/ trist/ bucuros? ”	Joc-exercițiu, joc de asociere cu jetoane
	Exersarea autoaprecierii pozitive în	„Mă întreb, ce îl face pe	Lectură după

	diverse situații de joc și activitate	acest copil fericit? ”	imagini
	Recunoașterea și exprimarea emoțiilor	„Bruno – emoțiile ne unesc”	Povestirea educatoarei
	Recunoașterea și înțelegerea emoțiilor, pe baza componentei non-verbale (mimica feței, postura corpului)	„Hai să ne privim în oglindă! ” – mimici specific pentru tristețe, bucurie, furie, uimire.	Joc simbolic
	Recunoașterea și exprimarea emoțiilor proprii	„Spune cum te simți”	Joc - exercițiu
	Recunoașterea și exprimarea emoțiilor de bază, în diferite situații apărute în jocul copiilor	„Păpușica-i supărată!”	Joc de rol
	Inițierea și menținerea unei relații, recunoașterea și exprimarea emoțiilor celorlalți	„Emoțiile ne unesc!”	Joc - exercițiu
	Dezvoltarea abilității de a fi înțelege emoțiile celorlalți, folosind gesturi și cuvinte	„Ce simți când asculți această piesă?” – audiție fragment muzical	
	Cooperarea în joc, comportamentele prosoziale	„Flori în multe culori”	Activitate artistico-plastică, lucrare colectivă
	Demonstrarea de abilități de autocontrol emoțional	„Ce te face furios?”	Convorbire
	Recunoașterea emoțiilor celorlalți	„De vorba cu personajele din povești”	Joc de rol
	Recunoașterea emoțiilor, conștientizarea emoțiilor, exprimarea emoțiilor	„Cubul emoțiilor ”	Joc - exercițiu
	Recunoașterea emoțiilor și dezvoltarea abilității de autocontrol	”Robert este furios, se simte ca un tigru”	Lectura educatoarei
	Recunoașterea emoțiilor și dezvoltarea abilității de autocontrol, gestionarea emoțiilor de bază	„Ce fac când sunt furios?”	Exerciții de reglare a emoțiilor negative
	Conștientizarea, exprimarea și etichetarea corectă a emoțiilor	„Roata emoțiilor”	Joc-exercițiu
	Abilități de acceptare și înțelegere a perspectivei altora	„Mă plac cum sunt- te plac cum ești !”	Memorizare
	Cooperarea în joc, încurajarea comportamentelor prosoziale	„Cursă în perechi”	Joc motric
	Inițierea și menținerea unei relații de cooperare	„Florile prieteniei ”	Desen
	Participarea la interacțiuni pozitive cu colegii, exersarea cooperării	„Pălmuță cu pălmuță – am făcut un copac”	Activitate artistico-plastică
	Participarea la interacțiuni pozitive cu colegii, exersarea cooperării	”De mânuțe ne luam!”	Joc muzical

BIBLIOGRAFIE:

- ✚ Galan Mirela, profesor consilier, *Ghid de activități pentru dezvoltarea competențelor socio-emoționale la preșcolari, Suport practic pentru părinți*, [752c18ef-f502-46fb-91c6-08e07f1f3979.pdf \(cjrae-vaslui.ro\)](https://cjrae-vaslui.ro/752c18ef-f502-46fb-91c6-08e07f1f3979.pdf) ;
- ✚ Curriculum pentru educație timpurie;
- ✚ Chiru, Andreea, *Bruno, emoțiile ne unesc*, Editura Pandora;
- ✚ Chicet-Macoveiciuc Ioana, *Ce, cum și de ce simt? Ema și Eric descoperă emoțiile*, Editura DPH;
- ✚

DRAGOSTEA MAMEI

Prof. ed. timpurie: SPĂTARU MIRELA GABRIELA

IANCU DANIELA

Grădinița cu Program Prolungit Nr.18 Buzău

Mama îți zâmbește,
Ea te ocrotește
Și te îngrijește,
Cu mult drag te crește.

Când nu te simți bine,
Mama-i lângă tine,
Ea te-mbrățișează...
Ochii-i lăcrimează.

Privirea cea lină
Durerea-ți alină.
Blândă și senină,
Mama-i lângă tine.

Mamă, te iubesc!
Și îți dăruiesc
Inima mea mică,
La mulți ani, mămică!

CE ESTE FERICIREA?

Prof.educație timpurie: Zăvoianu Iuliana/Negraru Anișoara

G.P.P nr.18 Buzău

Fericirea este când
Poți face orice cântând
E când tocmai ai mâncat
Desertul tău preferat.
Este când e cald și bine
Și porți rochia cu buline.
Este când mama zâmbește
Pentru că mult te iubește.
E când tata în prag apare
Și-ți oferă o îmbrățișare.
Este în fiecare zi!
Fi-ți fericiți, dragi copii!

BULLYING-UL

Ce este și cum putem să acționăm?

Profesor pentru Educație Timpurie - Botezatu Elena-Gabriela

G.P.P. NR.18 BUZĂU

Bullying-ul este o formă de comportament agresiv în care cineva agresează, hărțuiește, persecută sau intimidează în mod intenționat și repetat o altă persoană. Bullyingul are loc atunci când o persoană sau un grup se comportă intenționat și repetat astfel încât să facă pe cineva să se simtă rănit, înfricoșat sau jenat.

Psihologii definesc bullyingul ca fiind acțiunile sau amenințările repetate, inițiate de către una sau mai multe persoane, care au sau sunt percepute a avea mai multă putere sau statut decât ținta lor, pentru a provoca frică, suferință sau rău. Implica un dezechilibru al puterii între două persoane, cel mai adesea copii. Persoana agresată este percepută ca vulnerabilă și are de obicei probleme în a se apăra singură, deși nu face ceva anume pentru a „provoca” agresiunea. Bullying-ul poate avea urmări periculoase asupra dezvoltării normale, atât a persoanei agresate, cât și a agresorului.

Bullyingul este interpretat deseori de părinți sau profesori ca o formă de a glumi între copii, fără a lua în calcul faptul că pe copilul vizat, porecle precum „ochelariș”, „slăbănog” sau „tuciuriu”, îi afectează emoțional și pot resimți cu repercusiuni chiar și în viața de adult. De altfel una dintre caracteristicile distinctive, care evidențiază existența unei forme de bullying este faptul că persoana țintă este deranjată și nu amuzată, de comportamentul așa-zis de tachinare. Putem depista cu ușurință o situație de bullying dacă sunt îndeplinite una sau mai multe dintre aceste condiții: acțiunea este nedorită și agresivă, poate sau se repetă în timp, și există un dezechilibru de putere- victima se simte neputincioasă să facă ceva împotriva agresorului.

NU pot fi considerate bullying:

- Dacă un copil nu este invitat la petrecerea aniversară a altui copil – bullyingul apare doar atunci când copilul este exclus și marginalizat în mod repetat, și nimeni nu vrea să se joace niciodată cu el

- Dacă există loviri accidentale între copii – bullyingul apare abia atunci când violența este intenționată și repetată.
- Dacă glumele despre alți copii se repetă, cu o ținută precisă, chiar dacă copilul respectiv spune clar că este deranjat și și ar dori ca aceste glume să înceteze.
- **Ce putem face ca părinți** Metoda recomandată de intervenție, atunci când observăm sau bănuim un comportament de bullying, este discuția deschisă cu copilul, fie că este victimă, agresor, sau spectator. Este important ca noi, ca adulți, să ne informăm corect pentru a putea îndrepta copilul către un comportament adecvat, care nu favorizează atitudini de tipul „răspunde-i și tu la fel”. Este important ca părinții să conștientizeze faptul că fenomenul de bullying este unul ce ține de dinamica grupului, de interacțiunile din interiorul grupului. Mai mult decât atât, nu ar trebui să așteptăm ca bullyingul să se întâmple (sau să bănuim că se întâmplă), ci ar trebui să adresăm aceste întrebări ca parte a discuțiilor obișnuite pe care le avem cu copii despre ce li se întâmplă la școală. Întrucât școala nu este importantă doar pentru că asigură succesul academic al copilului, ci și pentru echilibrul lui emoțional, fără de care succesul academic nu este posibil.
- Rolul nostru este să îi ajuta pe cei mici să înțeleagă că bullyingul este un fenomen răspândit și că nu este normal să fie făcuți să se simtă inferiori, lipsiți de merite sau de calități, și nici ei la rândul lor nu au dreptul de a îi face pe alți copii să se simtă astfel.

Pentru că nu putem să ne însoțim permanent copiii în toate locurile în care aceștia sunt nevoiți să meargă, mai ales la vârsta adolescenței este foarte important să îi învățăm cum să facă față acestor situații.

Pași în gestionarea comportamentului de tachinare. Tachinarea nu poate fi întotdeauna prevenită, iar noi nu putem controla ceea ce spun sau fac ceilalți. Ce putem face într-o astfel de situație este să îl învățăm pe copil cum să își controleze propriile reacții. Aceasta, deoarece multor copii le lipsesc abilitățile sociale necesare pentru a face față glumelor, etichetărilor și farselor colegilor lor. În momentul în care ei plâng sau se înfurie, nu fac decât să își încurajeze colegii în a continua.

Învățați copilul prin joc de rol ce să își spună în situația respectivă sau să o privească diferit.

- Copilul poate să își spună: „chiar dacă nu îmi place cum mă poreclește pot să fac față acestei situații”; poate să își pună o întrebare care să verifice valoarea de adevăr a celor spuse pe seama

sa: „este adevărat ce spune ... despre mine?” (de cele mai multe ori se dovedește că nu); poate să se gândească la calitățile sale care contravin remarcilor negative făcute la adresa sa.

Învățați copilul prin joc de rol să se comporte diferit:

- **Ignorarea copilului care tachinează** - să se comporte ca și cum celălalt este invizibil și să acționeze ca și cum nimic nu s-a întâmplat. (Manifestarea furiei sau izbucnirea în plâns adesea accelerează comportamentele de tachinare). Ignorarea NU este o metodă bună în situații în care cineva tachinează de foarte mult timp și folosește comportamente de bullying cu scopul de a-l intimida). Dacă este posibil, este recomandat să plece din situație.
- **Transmiterea de mesaje la persoana I** - acest tip de mesaj asertiv este o metodă bună de exprimare a propriilor emoții: „Sunt trist/nu-mi place când faci glume pe seama ochelarilor mei, aș prefera să încetezi”. Exersarea acestei tehnici presupune stabilirea contactului vizual și folosirea unei ton ferm. Această tehnică funcționează când este folosită într-un cadru controlat, în care există un adult, există niște reguli, etc. (cum ar fi în clasă, la școală). Folosirea ei în recreație sau în curtea școlii poate să ducă la agravarea situației (copilul care tachinează face și mai rău deoarece a observat că ceea ce face el, produce o emoție sau a obținut ceea ce și-a dorit).

Ce trebuie să facă un copil care este agresat?

- Să ignore comportamentul de agresare (doar în faza inițială!).
- Să se distanțeze de situația și locul respectiv.
- Să reacționeze într-o manieră fermă (învățarea abilităților asertive).
- Să se asigure de protecție (solicitarea ajutorului).

Ce este important să evite un copil care este agresat: să se înfurie/să plângă; să se comporte agresiv (să lovească, să înjure etc.), să aducă alți copii sau o gașcă cu ajutorul căreia să își facă dreptate, să răspundă cu tachinare.

Toți adulții, cadre didactice și părinți, care au legătură cu școala trebuie să fie vigilenți în a identifica acest fenomen și a interveni. O dată identificat fenomenul este necesar ca adulții să respecte cele 3 principii de intervenție:

1. SĂ ACȚIONEZE IMEDIAT

2. SĂ-I OFERE CREDIT COPILUL AGRESAT
3. SĂ IA MĂSURI PENTRU A DIMINUA PUTEREA CELUI CARE AGRESEAZĂ.

ANDREI ȘI UMBRA FRICII

Marinescu Alexandra Mădălina
Grădinița cu Program Prelungit Nr. 18 Buzău

Într-o dimineață, Andrei s-a trezit și a simțit ceva ciudat în burtică. Nu era foame, nici durere. Era... unghem mic care se strângea.

– Ce-o fi asta? a întrebat el, mirat.

Peperetele camerei lui, a văzut o umbră mică și verde, care clipoceaușor.

– Bună, Andrei! Eu sunt Frica, a spus umbra. Am venit pentru că ai de mers la doctor și nu știu ce se va întâmpla.

Andrei s-a dat puțin în spate.

– Dar eu nu vreau să vină frica! Nu-mi place cum mă face să mă simt...

Frica a zâmbit ușor.

– Știu. Dar eu nu sunt aici ca să te sperii. Eu vin ca să te ajut să fii atent, să ai grijă de tine. E normal să mă simți când încercicevanousaune cunoscut. Toți copiii mă simt. Și chiar și oamenii mari.

Andrei s-a gândit puțin.

– Deci... tu nu vrei să mă oprești?

– Nu, a zis Frica. Vreau doar să țin lângă tine și să te însoțesc, ca un fel de umbreluță. Tu ești cel care merge mai departe.

Atunci Andrei a inspirat adânc și a spus:

– Bine, Frico, poți veni cu mine, darte în de mână doar puțin. Eu sunt curajos chiar și când mi-e frică!

Și, cu Frica mică în buzunar, Andrei a mers la doctor. A fost greu, dar a reușit. Iar Frica, văzând cât de curajos a fost, s-a făcut tot maimică... până s-a transformat într-un zâmbet mic și verde.

În acea seară, Andrei i-a spus mamei:

– Știi, mami, când simt frică, pot să fac câte ceva lucruri:

1. Să respir adânc, ca un dragon liniștit – inspir adânc pe nas și suflu încet pe gură.
2. Să vorbesc cu tine sau cu cineva drag – când spun că simt, Frica nu mai pare așa mare.
3. Să-mi imaginez un loc sigur – cum ar fi păturica mea preferată, sau o pădure cu licurici blânzi.
4. Să-mi amintesc că frica nu mă oprește, doar mă atenționează.

Mama l-a îmbrățișat și i-a spus:

– Ești foarte curajos, Andrei. Curajul nu înseamnă să nu-ți fie frică, ci să mergi mai departe chiar dacă ți-e.

Și cu asta, Andrei a dormit liniștit, iar Frica i-a făcut cu ochiul dintr-un colț al camerei și s-a culcat și ea.

IMPORTANȚA ACTIVITĂȚILOR MUZICALE ÎN DEZVOLTAREA EMOȚIILOR

Prof. TEODORESCU DANIELA
G.P.P.NR. 18 BUZĂU

Vârsta preșcolară constituie o perioadă destul de lungă în care se produc însemnate schimbări în viața afectivă a copilului. Emoțiile și sentimentele preșcolarului însoțesc toate manifestările lui, fie că este vorba de jocuri, de cântece, de activități educative, fie de îndeplinirea sarcinilor primite de la adulți. Ele ocupă un loc important în viața copilului și exercită o puternică influență asupra conduitei lui. Emoția este o trăire a unei persoane față de un eveniment important pentru aceasta. Dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor este importantă pentru că ajută la formarea și menținerea relațiilor cu ceilalți, pentru că ajută copiii să se adapteze la grădiniță și la școală, pentru că previne apariția problemelor emoționale și de comportament, în copilăria timpurie și în cea mijlocie.

Educația muzicală are o importanță foarte mare și contribuie la dezvoltarea socială și emoțională a copiilor. Muzica angajează viața psihică a copiilor sub toate aspectele ei. În cadrul activităților muzicale copiii descoperă, experimentează și manifestări diverse stări emoționale pozitive: crește bucuria, buna dispoziție, se dezvoltă spiritul colectiv, se intensifică emoțiile pozitive față de cadrul didactic, de locul unde învață și se joacă etc.

Voi prezenta în continuare câteva idei de activități, pe care le puteți desfășura cu preșcolari, în cadrul activităților muzicale, predare cântec „*Cântecul sentimentelor*“.

1. Învățați vocabularul sentimentelor

Pe tablă desenați un cerc mare. Apoi desenați doi ochi, urechi, nas și o gură zâmbitoare. Faceți același gest facial și spuneți „Sunt fericit! Fericit, fericit, fericit”. Fă-i pe toți să refreneze „fericiți” și să facă expresia feței. Apoi ștergeți gura și desenați o gură tristă (și poate o lacrimă sub un ochi) și învățați „trist”. Faceți același lucru pentru restul vocabularului (foame, supărat, speriat, somnoros - folosiți cardurile ca referință).



2. Faceți „Desenați fețele pe tablă”

Invitați un copil în fața clasei și dați-i creta/markерul. Șoptește un cuvânt cu sentimente (de exemplu, „furios”) și fă-l să deseneze fața în cerc. Dacă întâmpină dificultăți, arată-i o poză sau un flashcard. Rugați copiii să strige răspunsurile – primul copil cu răspunsul corect poate desena următoarea imagine.

3. Jucați perechile „Desenarea feței”

Puneți copiii în perechi și dați fiecărei perechi o foaie mare de hârtie albă. Rugați fiecare pereche să deseneze cercuri pe hârtie. Apoi puneți-i pe rând să deseneze fețe cu emoții diferite pentru ca partenerii

lor să le ghicească. La sfârșitul activității, invitați câțiva preșcolari să arate restului grupei imaginile lor și să spună care sunt cuvintele/ sentimentale (sau să-i facă pe ceilalți să ghicească).



4. Predați cântecului

Imagini cu: cer însorit, ploios, furtunos, mâncare, zgomotos, somn. Arătați copiilor prima imagine, roștiți cuvântul și faceți acțiunea, apoi cereți tuturor să rostească cuvântul și să vă imite gestul, lipiți imaginea pe tablă. Faceți același lucru pentru toate imaginile și lipiți-le pe tablă. Odată ce toate cărțile sunt pe tablă, arătați spre orice carte și spuneți: „Ce este asta?”, copiii vor recunoaște imaginea/ emoția. Continuați să arătați la întâmplare imaginile pe preșcolarii le vor recunoaște și denumi.

5. Jucați „Ce imagine lipsește”

Cu imaginile, din cântec, pe tablă, spuneți tuturor să închidă și să-și acopere ochii. Scoateți o imagine și țineți-o la spate. Spuneți tuturor să deschidă ochii și să spună ce imagine lipsește. Faceți acest lucru și cu celelalte imagini într-un ritm tot mai rapid.



6. Potrivii sentimentele cu situațiile

Cu imaginile încă pe tablă, întrebați copiii cum se simt când este soare (de exemplu, întrebați „Te simți supărat când este soare?” și fă o față furioasă – sperăm că toată lumea va răspunde „Nu! Fericit”). Desenați o față fericită sub cardul însorit. Și continuați până se termină toate imaginile.

7. Exersați acțiunile cântecului

Acum avem tot vocabul pe tablă. Învățați acțiunile pentru fiecare cuvânt. Apoi, indicați fiecare imagine de pe tablă și faceți pe toți să facă acțiunea.

8. Cântați „Cântecul sentimentelor”

Cântați cântecul o dată și rugați-i pe toți să se uite la imaginile de pe tablă (indicați în timp ce cântecul este redat) și să facă acțiunile. Apoi cântați împreună, încurajând pe toți să cante în timp ce fac acțiunile.



*Când e soare, sunt fericit,
Când plouă, sunt trist,
Când e ora prânzului, îmi este foame,
E timpul să mănânc, delicios!*

*Când e zgomot, sunt supărat,
Când e furtună, îmi este frică,
Când e ora de culcare, îmi este somn,
E timpul să dorm, noapte bună!*

Gesturi/ mișcări pentru „Cântecul sentimentelor”

Acțiunile, gesturile reflectă situațiile și sentimentele asociate versurilor.

1. „Când este soare” (fă formă de cerc rotund cu brațele), „Sunt fericit” (zâmbește).
2. „Când plouă” (învârtiți-vă degetele ca ploaia), „Sunt trist” (arăt trist).
3. „Când este ora prânzului” (frecați-vă burtica), „Mi-e foame” (arata foame).
4. „E timpul să mănânc”, (mâncând prin gest), „delicios!” (Arată fericit).
5. „Când e zgomot” (acoperiți-vă urechile), „Sunt supărat” (arătați supărat).
6. „Când e furtună” (gest sub umbrelă), „Mi-e frică” (arata speriat).
7. „Când este ora de culcare” (gest de dormit – capul lateral pe mâinile pernei), „Mi-e somn” (căscat cu mâna peste gură).
8. „E timpul să dormi, noapte bună!” (căscă și flutură noapte bună).

Avem, de asemenea, un videoclip pe care îl puteți reda în flux în clasă pentru a cânta împreună (este necesară conexiune la internet):

9. „Cum te simți când...?”

Indicați imaginile de pe tablă și întrebați copiii cum se simt în fiecare situație, de exemplu:

- *Ce reprezintă imaginea?*

- *Soarele!*

- *Da, așa este! E soare, deci e soare. Cum vă simțiți când este soare?*

- *Fericiți!*

Continuați până veți termina toate imaginile.

Bibliografie: Dezvoltarea socio-emoțională a preșcolarilor Suport de curs pentru studenții ciclului II-studii superioare de masterat Specialitatea – Managementul educației timpurii

EMOȚIILE NE DEOSEBESC

PROF.ED.TIMPURIE, DUMITRU IRINA

G.P.P. NR.18 BUZĂU

În fiecare zâmbet e o taină,
Un gând tăcut, o rază de-nțeles,
În fiecare lacrimă – o haină
Ce-acoperă-un suflet prea ales.

Când ne iubim, și cerul se-nfioară,
Când ne-ntristăm, și stelele se sting,
Emoțiile vin, clipă cu clipă,
Și ne arată că trăim din plin.

Suntem făcuți din vise și durere,
Din dor nestins și clipe de uitat,
Dar tocmai ele, cruda mângâiere,
Ne fac să fim cu-adevărat bărbat...

Sau femeie, sau copil cu zbor de înger,
Căci toți purtăm în piept același foc —
Un plâns, un răs, o teamă ce nu plânge,
Dar care-n ochi ne tremură pe loc.

Ce ne unește? Ce ne face oameni?
Nu pielea, nici cuvântul rostit sec —
Ci felul cum iubim, cum ne visăm anii:
Emoțiile. Ele ne deosebesc.

EMOȚIILE LA PREȘCOLARI

Prof. RIZEA AURORA

Prof. POPA GEORGETA

G. P. P. NR 10 BUZĂU

Dezvoltarea socială și emoțională începe din primii ani de viață. Acesta este momentul în care copiii încep să înțeleagă cine sunt, ce simt și la ce să se aștepte atunci când interacționează cu ceilalți. Încă din primii ani de viață copiii învață cum să formeze și să susțină relații pozitive, cum să-și recunoască și să-și gestioneze emoțiile.

Un număr tot mai mare de dovezi științifice confirmă faptul că copiii care dobândesc o abilitate emoțională puternică în primii ani de viață pot gestiona mai bine interacțiunile sociale de zi cu zi mai târziu în viață. Această abilitate emoțională este esențială pentru dezvoltarea arhitecturii generale a creierului și are consecințe enorme asupra capacității de învățare.

Este foarte important ca educatoarele să integreze și să aplice în cadrul procesului instructiv-educativ strategiile și instrumentele adecvate pentru a ajuta copiii să dobândească abilități sociale și emoționale care vor sta la baza învățării formale și a interacțiunii sociale în anii de școală și nu numai. Cum putem realiza acest lucru în activitățile zilnice cu preșcolarii?

- Oferim un mediu sigur în care copiii să exploreze emoțiile și să învețe cum să le regleze.
- Pentru a descoperi și înțelege cel mai bine emoțiile copiilor cadrul didactic trebuie să fie el însuși simpatic, cald, acceptabil și curios, pentru a crea conexiuni cu aceștia și trebuie să arate empatie.
- Ascultăm pe deplin ceea ce ne spune un copil, cu limbajul corpului, acțiunile, sunetele și cuvintele sale.
- Furnizăm cuvinte și semnificații pentru a numi și exprima emoțiile, astfel încât copiii să poată exersa cum să le gestioneze pe măsură ce apar.
- Este foarte important să le permitem copiilor să vorbească despre sentimentele lor.
- Sprijinim și încurajăm copiii să-și exprime sentimentele pe tot parcursul zilei, prin povești, desene, meșteșuguri, jocuri de rol și jocuri generale, în timp ce numim sentimentele cu ajutorul suportului vizual.

Sala de grupă ar trebui să fie confortabilă și familiară și să încurajeze o mulțime de oportunități de conversație. Completăm acest lucru lăsând copiii să aleagă ceea ce fac, precum și jocul ghidat de adulți. Ambele oferă copiilor oportunități de a-și asuma riscuri sigure, scufundându-și simțurile. Copiii au nevoie de relații și medii sigure din punct de vedere emoțional, pentru a-și explora emoțiile. Este obligatoriu să fim prezenți și disponibil emoțional, sprijinind copiii prin recunoașterea, înțelegerea, reglarea și exprimarea emoțiilor lor. Comportamentul copiilor poate fi rezultatul emoțiilor lor sau al unei nevoi nesatisfăcute.

Reflectăm asupra mediului educațional, asupra rutinei zilnice și asupra modului în care acestea sprijină copiii și emoțiile lor.

Este posibil să fie nevoie să vorbim despre sentimentele puternice pe care copiii le pot exprima cu colegii.

Preșcolarii pot înțelege emoțiile exprimate de copiii de aceeași vârstă cu ei în timp ce interacționează sau se joacă, ceea ce îi ajută în rezolvarea conflictelor. Experimentarea diverselor emoții, pozitive sau negative, precum și observarea modului în care ceilalți copii reacționează, duce la formarea propriului răspuns, care va fi testat în timp și poate deveni propriul comportament. Atunci când copilul nu reușește să își exprime stările, neputându-le da un nume, este esențial să fie sprijinit prin întrebări suplimentare sau chiar afirmații, de genul :”Cred că ești furios.”, asigurându-l, în același timp, că este normal să se simtă așa și va fi în continuare, acceptat („Și eu m-aș simți la fel dacă aș fi în locul tău”).

Ascultarea și acceptarea emoțiilor copilului de către adult este un factor esențial pentru dezvoltarea armonioasă a puiului de om, în vederea formării unei personalități echilibrate, empatică, armonioasă.

Bibliografie

1. Cireașă, M., Bratosin, D. (2012) .Inteligența emoțională la școlarul mic. Brăila (fără editură)

CELE DOUĂ PRIETENE

PERTEA MIRELA
G.P.P. „Bobocei din Micro III”
Județul Buzău

A fost odată o fetiță care nu avea părinți și stătea la bunica ei. Ea era foarte cuminte și nu supăra pe nimeni. Bunicuța ei avea o căsuță mai săracuță și nu-i putea cumpăra fetei mereu ceea ce își dorea. Într-o zi, fetița plecă în parc să se joace. Ea era tare tristă pentru că nu avea niciun prieten. Nimeni nu voia să se joace cu ea pentru că era săracă. După ce s-a dat pe tobogan, s-a așezat pe băncuță și a început să plângă și să zică: Sunt atât de tristă! Nimeni nu vrea să fie prietenul meu. Eu nu am nevoie de nimic. Eu vreau doar să am cu cine mă juca!

Atunci, auzi un glas care îi spuse:

-Nu mai plânge, fetiță dragă. Dacă vrei, pot fi eu prietena ta.

Fetița s-a oprit din plâns și s-a uitat în stânga, apoi în dreapta, dar nu a văzut pe nimeni. Apoi, s-a auzit din nou acea voce frumoasă:

-Uită-te sub băncuța pe care stai și vei vedea cine sunt!

Uimită, fetița se uită sub băncuță. Ce credeți că a văzut acolo? A văzut o păpușă foarte murdară care îi vorbea. Ea a luat-o în brațe și a întrebat-o:

-Ce s-a întâmplat cu tine, păpușico? De ce ești așa de murdară și de ce erai sub băncuță?

-Eu am fost jucăria preferată a unei fetei foarte bogate până când o altă păpușă mai nouă mi-a luat locul, iar pe mine m-a lăsat aici în parc singură, zise tristă păpușica. Nimeni nu se mai joacă cu mine acum pentru că sunt murdară, iar hăinuțele mele sunt rupte.

Atunci fetița i-a spus:

-Uite, nici eu nu am niciun prieten pentru că sunt săracă. Dar dacă tu vrei, mă pot juca eu cu tine. Îți pot face baie, îți pot coase hăinuțele și vei fi cea mai bună prietenă a mea. Vrei?

-Desigur, aș fi foarte fericită dacă aș avea din nou o prietenă cu un suflet atât de bun.

Din acea zi, fetița nu s-a mai simțit singură pentru că acum avea o prietenă foarte bună, păpușa găsită în parc.

EMOȚIILE ȘI CREATIVITATEA ȘCOLARULUI MIC

Prof. Chelu Narcisa

Liceul de Arte „Margareta Sterian” Buzău

Copilăria este perioada în care se conturează fundamentele personalității umane, iar copilul se prezintă ca un univers colorat și imprevizibil, asemenea unui curcubeu. Fiecare copil este unic, purtând în sine o paletă largă de emoții și o imaginație fără limite. Emoțiile și creativitatea sunt elemente esențiale care modelează dezvoltarea afectivă, cognitivă și socială a copilului.

În învățământul primar, copilul este mai mult decât un elev: este o ființă în formare, care trăiește intens fiecare emoție și care explorează lumea prin imaginație. De aceea, orice cadru didactic trebuie să privească elevul nu doar prin prisma performanțelor școlare, ci și a trăirilor lui interioare. Copilul este, pe drept cuvânt, un „curcubeu” – plin de culori, de stări, de vise și de potențial creativ.

Exemplu de bună practică: am implementat o „cutie a emoțiilor” – un colț unde elevii pot lăsa bilețele cu ceea ce simt, anonim sau nu. Citirea lor periodică m-a ajutat să intervin discret în situații de conflict sau de anxietate. În timp, elevii au început să folosească și limbajul emoțional în mod conștient: „mă simt trist”, „am nevoie de o pauză”.

Copilul experimentează de timpuriu emoții variate: de la bucurie la tristețe, de la frică la curaj. În primii ani de viață, exprimarea emoțiilor este directă și spontană, fără filtrul rațiunii. Pentru un adult, aceste manifestări pot părea exagerate, dar ele sunt esențiale în procesul de adaptare la lume.

Este important ca părinții și educatorii să ofere sprijin copilului în recunoașterea și exprimarea emoțiilor, contribuind astfel la dezvoltarea inteligenței emoționale. Un copil învățat să își identifice stările sufletești va deveni un adult empatic și echilibrat. Copiii nu au întotdeauna vocabularul sau maturitatea necesară pentru a-și exprima emoțiile în cuvinte. Ele apar în comportament, atitudine, desen, limbaj nonverbal.

Creativitatea este o altă dimensiune fascinantă a copilăriei. În joacă, în desen, în povestiri inventate, copilul își exprimă lumea interioară. Spre deosebire de adult, copilul nu este constrâns de reguli sau prejudecăți. El poate transforma o cutie într-o navă spațială, o pătură într-un castel, iar o poveste simplă într-o aventură fantastică.

Școala și familia au rolul de a susține această creativitate, nu de a o inhiba. Prin metode interactive, proiecte, teatru sau jocuri de rol, copilul poate explora idei și soluții originale, dezvoltându-și în același timp încrederea în sine.

Creativitatea nu este doar legată de arte, ci este o formă de exprimare a gândirii originale. Copiii creativi învață cu bucurie, pun întrebări, creează legături între idei și caută soluții neobișnuite.

Exemplu de bună practică: într-o unitate de învățare despre anotimpuri, am folosit metoda „povești desenate”. Elevii au creat personaje din frunze uscate, ghinde sau petale și au compus în echipe scurte povestiri ilustrate. Creativitatea a înflorit: au apărut regine ale toamnei, cavaleri de iarnă și păsări – copil al primăverii. Activitatea a valorificat imaginația dar și cooperarea.

Emoțiile și creativitatea sunt profund interconectate. Un copil care se simte iubit, ascultat și sprijinit va fi mai deschis să-și manifeste gândurile și sentimentele prin mijloace artistice. În același timp, exprimarea creativă (prin desen, muzică, povești etc.) este un mod eficient de gestionare a emoțiilor. Astfel, copilul învață nu doar să creeze, ci și să se înțeleagă pe sine.

Studiile arată că învățarea este mai eficientă atunci când se bazează pe implicare emoțională și pe activități interactive. Copilul reține mai ușor informațiile când sunt legate de o stare de bine, de curiozitate sau de uimire.

Inteligența emoțională este capacitatea de a înțelege, exprima și gestiona propriile emoții, dar și de a recunoaște emoțiile celorlalți. La nivelul învățământului primar, dezvoltarea acestei inteligențe este esențială pentru echilibrul interior al copilului, dar și pentru relațiile sănătoase în grup.

Jocul este o formă naturală de învățare pentru copil. Prin joc, copilul explorează, creează, rezolvă probleme și exersează roluri sociale. Fie că este un joc de construcție, de rol sau simbolic, el oferă un cadru sigur pentru exprimarea creativă.

Copilul este, într-adevăr, un curcubeu al emoțiilor și al creativității – o ființă în continuă transformare, care reflectă culorile mediului în care trăiește. Să-l învățăm să-și prețuiască emoțiile și să-și valorifice creativitatea este una dintre cele mai importante misiuni ale adultului. Un copil liber să simtă și să creeze este un om pregătit să viseze și să construiască. Sarcina noastră, ca dascăli, este să cultivăm aceste daruri, să nu le estompăm în goana după rezultate imediate. Un copil care învață cu inima deschisă și cu imaginația liberă va deveni un adult echilibrat și inovator.

În esență, copilul este o ființă profundă și sensibilă, înzestrată cu o lume emoțională vibrantă și cu o imaginație debordantă. Emoțiile și creativitatea nu sunt simple trăsături secundare, ci reprezintă componente fundamentale ale dezvoltării armonioase. În primii ani de școală, copilul are nevoie de un spațiu educațional în care să se simtă în siguranță emoțională, ascultat și încurajat să creeze fără frică de greșeli sau etichete.

Rolul cadrului didactic este acela de ghid atent și empatic, care transformă clasa într-un loc unde copilul poate simți și gândi liber. Nu doar materia contează, ci și modul în care aceasta este transmisă – cu blândețe, prin joc, artă, poveste și reflecție. Educația autentică nu se limitează la transmiterea de cunoștințe, ci cultivă caractere, valori și suflete.

În lumina acestor reflecții, devine clar că fiecare copil are dreptul la o educație care îi onorează unicitatea. Asemenea unui curcubeu, copilul îmbină o paletă vastă de emoții și potențiale creative. A ne bucura de această diversitate înseamnă, de fapt, a înțelege adevărata frumusețe a educației: aceea de a însoți copilul în procesul devenirii sale, cu respect, grijă și iubire.

Bibliografie

1. Goleman, Daniel – Inteligența emoțională, București, Editura Curtea Veche, 2018
2. Piaget, Jean – Psihologia copilului, București, Editura Trei, 2013
3. Gardner, Howard – Structurile minții. Teoria inteligențelor multiple, București, Editura Sigma, 2007
4. Oprescu, Mihaela – Dezvoltarea creativității la copil, București, Revista de Pedagogie, nr. 2/2020
5. Stan, E. – Educația pentru emoții, București, Editura Didactică și Pedagogică, 2016

GESTIONAREA EMOTIILOR LA PREȘCOLARI

**Prof. Consilier școlar
Ganea Georgiana
CJRAE Buzău/ Șc. Gimn. Merei**

Perioada preșcolară (3–6 ani) este una dintre cele mai importante etape în dezvoltarea emoțională a copilului. În această perioadă, copiii încep să recunoască, să exprime și să înțeleagă emoțiile atât ale lor, cât și ale celor din jur. Gestionarea emoțiilor este esențială pentru adaptarea socială, succesul școlar și formarea personalității.

Educația emoțională în grădiniță devine, astfel, o componentă crucială a procesului educativ.

La vârsta preșcolară, copiii manifestă o gamă largă de emoții – bucurie, furie, frustrare, teamă, tristețe, dar și sentimente mai complexe precum mândria sau rușinea. Totuși, ei nu au încă un control deplin asupra acestor emoții. De exemplu, un copil poate izbucni în plâns sau poate deveni agresiv în fața unei situații frustrante, deoarece nu a învățat încă să-și regleze reacțiile.

Gestionarea emoțiilor la preșcolari este importantă deoarece:

- Ajută copilul să-și exprime nevoile fără comportamente negative (țipete, lovit);
- Îi oferă siguranță emoțională și încredere;
- Îmbunătățește relațiile cu ceilalți copii și cu adulții.

Dezvoltarea autoreglării emoționale presupune învățarea unor strategii prin care copilul poate face față emoțiilor intense. Aceste abilități se formează treptat, prin interacțiuni pozitive cu adulții și prin experiențe care oferă sprijin și ghidare. Educatorii au un rol esențial în sprijinirea dezvoltării emoționale a copiilor.

În grădiniță, cadrul didactic este adesea prima figură de autoritate care nu face parte din familie, iar relația cu acesta influențează semnificativ comportamentul copilului.

Printre strategiile eficiente pe care educatorii le pot folosi se numără:

- Modelarea comportamentului emoțional: Copiii învață prin imitație. Dacă educatorul își exprimă emoțiile într-un mod adecvat, copilul va fi tentat să facă la fel.
- Crearea unui climat emoțional sigur: Un mediu calm, previzibil și empatic ajută copilul să se simtă în siguranță, ceea ce reduce apariția comportamentelor problematice.
- Etichetarea emoțiilor: Este important ca educatorul să ia ajute pe copii să identifice și să numească ceea ce simt (ex. „Pare că ești supărat pentru că...”).
- Jocuri și povești despre emoții: Activitățile educaționale tematice pot fi folosite pentru a discuta despre sentimente și pentru a exersa comportamente de reglare emoțională.

Familia are un impact major asupra modului în care copilul învață să-și gestioneze emoțiile. Părinții care își exprimă și discută deschis despre emoții cu copiii contribuie la formarea unei inteligențe emoționale solide. De asemenea, o cooperare între grădiniță și familie este vitală pentru asigurarea unei continuități în sprijinul emoțional oferit copilului.

Pentru a sprijini dezvoltarea emoțională, adulții din viața unui preșcolar pot desfășura activități practice pentru dezvoltarea abilităților emoționale precum:

- Jocul „Roata emoțiilor” – copiii aleg o emoție reprezentată printr-o față desenată și discută despre o situație în care au simțit acea emoție.
- Lectura de povești tematice – povești precum „Monstrulețul Culoarelor” de Anna Llenas pot fi folosite pentru a explica emoțiile prin culori.
- Teatru de păpuși – copiii pot reprezenta scenarii în care personajele trec prin diverse stări emoționale.
- Tehnici de relaxare – respirație profundă, exerciții de stretching sau mindfulness pentru copii pot contribui la calmarea emoțională.

Beneficiile desfășurării acestor activități:

- Copiii își dezvoltă vocabularul emoțional;
- Își exprimă mai ușor sentimentele;
- Scade frecvența comportamentelor agresive;
- Se creează un climat empatic în grupă;
- Sprijină relația educator-copil și comunicarea autentică.

În concluzie, gestionarea emoțiilor la preșcolari este un proces complex, dar esențial în dezvoltarea armonioasă a copilului. Prin intervenții educative adecvate, un mediu sigur și colaborarea cu familia, copiii pot învăța să-și exprime și să-și regleze emoțiile, dezvoltând astfel abilități sociale și personale valoroase pentru viitor.

Bibliografie:

- Goleman, D., *Inteligența emoțională*, București, Curtea Veche Publishing, 2001;
- Llenas, A., *Monstrulețul culorilor*, București, Univers Enciclopedic, 2015;
- Miltenberger, R. G., *Comportament și dezvoltare*, București, Editura Polirom, 2012;
- Zamfir, C., & Voinea, M., *Psihologia copilului*, Iași, Editura Institutul European, 2006.

PRIMĂVARA – ANOTIMPUL BUCURIEI

PROFESOR PENTRU EDUCAȚIE TIMPURIE

CHIRIAC ALBOMIȚA

GPN COCHIRLEANCA, BUZĂU

Primăvara este anotimpul renunțării la iarna lungă și rece și al primelor semne ale reînvierii naturii. Această perioadă aduce cu ea o revigorare și o schimbare în peisajul natural, cu flori care încep să înflorească, copaci care își recâștigă frunzișul și animale care își fac apariția după o perioadă de hibernare. Într-o lume în care anotimpurile se perindă, aducând cu ele schimbări și transformări, primăvara este simbolul renașterii și al vieții. Acest anotimp aduce cu sine o explozie de culoare și energie, trezind natura și sufletele noastre la un nou început.

În fiecare an, primăvara sosește precum un concert simfonic grandios, în care natura joacă rolul de orchestră și noi, oamenii, suntem publicul care se bucură de acest concert minunat. Această simfonie a primăverii este alcătuită din multe părți, fiecare aducând cu sine sunete și culori noi.

Partea de început a simfoniei primăverii este reprezentată de zăpada care se topește, de râurile care curg și de primele păsări care își fac auzite ciripitul. În această primă etapă, natura își revine după o iarnă lungă și grea, iar noi ne simțim mai optimiști și mai energici.

Partea a doua a simfoniei primăverii este reprezentată de florile care încep să înflorească. Din toate părțile, apar ghiocei, zambile, lalele și alte flori frumoase, aducând cu sine culori vibrante și un parfum minunat. Acest moment ne umple de bucurie și ne amintește că viața poate fi frumoasă și plină de speranță.

Partea a treia a simfoniei primăverii este reprezentată de frunzele și copacii care își recâștigă frumusețea. Acest moment este adesea asociat cu oamenii care își recâștigă speranța și încrederea în viață, precum și cu lucrurile care renasc și încep să arate din nou bine.

Simfonia primăverii este încheiată de zilele lungi și calde și de animalele care își fac apariția din nou. În aceste momente, ne bucurăm de natura în toată splendoarea ei și ne simțim cu adevărat împliniți.

Odată cu sosirea primăverii, oamenii încep să se simtă mai pozitivi și mai energici, iar acest anotimp este asociat cu optimismul și speranța pentru viitor. Soarele strălucește mai puternic și zilele se prelungesc, ceea ce ne oferă mai mult timp pentru a petrece afară, bucurându-ne de natură și de aerul proaspăt.

Într-o dimineață, un copil a sosit la grădiniță foarte nedumerit și supărat, întrebându-mă de ce se topește zăpada. Supărarea lui era, de fapt, din pricina faptului că nu mai putea merge la săniuș. I-am răspuns că zăpada se topește deoarece iarna nu mai are putere, venindu-i momentul să predea natura primăverii, anotimp care aduce cu sine bucuria de a readuce totul la viață. În urma celor spuse am stârnit și mai mult curiozitatea micuților adresându-mi și alte întrebări (ce se întâmplă cu viețuitoarele? dar cu mediul înconjurător? care sunt vestitorii primăverii? cum se trezește natura la viață? care sunt activitățile omului? etc.), întrebări care m-au determinat să propun copiilor studierea caracteristicilor anotimpului primăvara în cadrul unui proiect tematic. Astfel, proiectul „PE ARIPI DE PRIMĂVARĂ!” urmează să se desfășoare pe parcursul a 5 săptămâni, perioadă în care sperăm să dezvăluim cât mai mult din secretele acestui anotimp.

Etapizarea proiectului se va face pe o perioadă de 5 săptămâni:

1. CHIPUL PRIMĂVERII
2. PĂSĂRI CĂLĂTOARE ȘI BURUZE NĂZDRĂVANE
3. PARFUM DE PRIMĂVARĂ (flori))
4. ÎN GRĂDINA BUNICII (hora legumelor și fructelor de primăvară)
5. IUBIM PRIMĂVARA – EVALUAREA PROIECTULUI TEMATIC

Obiectivele proiectului:

DLC: Să participe la activitățile de grup, inclusiv la activitățile de joc, atât în calitate de vorbitor, cât și de auditor; Să reacționeze la mesaje simple transmise; Să-și îmbogățească vocabularul activ și pasiv pe baza experienței proprii, activității personale și (sau) a relațiilor cu ceilalți; Să utilizeze în exprimare un limbaj oral corect din punct de vedere gramatical; Să audieze cu atenție un text, să rețină ideile acestuia și să demonstreze că l-a înțeles, să rețină și să reproducă expresii ritmate și rimate.

DȘ: Să-și îmbogățească experiența senzorială ca bază a cunoștințelor prematematiche referitoare la recunoașterea, denumirea obiectelor, clasificarea, constituirea de grupuri/ mulțimi, pe baza unor însușiri comune luate în considerare separat; Să utilizeze termenii matematici adecvați.

Să cunoască elementele componente ale lumii înconjurătoare (aspecte ale naturii în anotimpul primăvara, transformări care au loc în natură sub influența factorilor de mediu: încălzirea timpului, topirea zăpezii, înflorirea ghiocilor, înmugurirea, înflorirea, înfrunzirea pomilor, sosirea păsărilor călătoare...);

DOS: Să respecte reguli simple de securitate personală; Să-și adapteze comportamentul la cerințele grupului în care trăiește (grădinița, grupul de joacă); Să manifeste interes și grijă față de mediul înconjurător; Să manifeste prietenie față de colegii din grupul de joacă; Să utilizeze unelte simple de lucru pentru realizarea unei activități practice;

DEC: Să descopere lumea înconjurătoare cu ajutorul auzului; Să intoneze cântece pentru copii accesibile vârstei; Să asocieze mișcările sugerate cu textul melodiei; Să exerseze deprinderile tehnice specifice picturii și modelajului în redarea unor teme plastice.

DPM: Să aplice reguli simple de igienă personală și colectivă; Să se orienteze în schema corporală cunoscându-și posibilitățile motrice ale fiecărei părți; Să perceapă componentele spațio-temporale (ritm, durată, distanță); Să-și formeze corect deprinderile motrice de bază.

Evaluarea proiectului se va realiza prin activități de consolidare a cunoștințelor, prin realizarea de lucrări comune, expoziția cu lucrările copiilor, precum și invitarea părinților la un „CARNAVAL AL PRIMĂVERII!”

Primăvara, pentru om, devine un bun model al devenirii, poate cel mai bun „pedagog” natural, ce se dăruie direct, cu generozitate. Cu o condiție, însă: să știm să ascultăm glasul subtil al naturii, să-l decodificăm și să ne apropiem, în felul nostru uman, opera măreață a naturii pe cale de re-desfășurare. Avea perfectă dreptate Comenius, marele pedagog creștin din zorii perioadei moderne, că trebuie să luăm pildă de la natură atunci când vrem să educăm pe cineva, că educația e o artă a grădinaritului și că modelul ultim e dincolo de natură, aceasta fiind o derivație divină ce se revelează o dată cu ea.

Primăvara este o șansă pentru noi, ivită ciclic, și ne cheamă de a lua viața de la început, ca pentru „prima dată”. Ea ne invită în a aborda existența altfel, uitând de cele rele și vizând pe cele bune. Avem prilejul să „împrimăverim” odată cu izbucnirea ce se naște în jurul nostru. Primăvara ne iese în cale, ne oferă un exemplu.

BIBLIOGRAFIE:

- M.E.N. -Curriculum pentru educație timpurie, OMEN 4694/02.02.2019

- Ghid de bune practici pentru educația timpurie a copiilor între 3-6/7 ani, Unitatea de Management al Proiectelor pentru Învățământul Preuniversitar, 2008
- Ghid pentru proiecte tematice. Activități integrate pentru preșcolari, Editura Didactică, București, 2008

PROIECT DE ACTIVITATE

Pașka Roxana-Mariana
Grădinița cu P.P „Pinochio”,Zalău

Unitatea de învățământ:Grădinița cu P.P „Pinochio”,Zalău

Categoria de vârstă:Grupa mare C „Ștrumfii”

Educatoare: Pașka Roxana-Mariana

Tema anuală de studiu:„ Cum este/a fost și va fi aici pe Pământ? ”

Tema săptămânii : „Animalele de la Poli”

Categoria de activitate: ADE

Domeniile experiențiale: Domeniul om și societate - DOS

Tema activității: „Povestea ursului cafeniu” de Vladimir Colin

Mijloc de realizare: povestirea educatoarei

Tipul de activitate: Predare-învățare

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

Comportamente prosociale, de acceptare și de respectare a diversității

Autocontrol și expresivitate emoțională

Mesaje orale în contexte de comunicare cunoscute

Mesaje orale în diverse situații de comunicare

COMPORTAMENTE VIZATE:

Exprimă recunoașterea și respectarea asemănărilor și deosebirilor dintre oameni

Recunoaște și exprimă emoții de bază produse de piesele muzicale, texte literare

Exersează, cu sprijin, ascultarea activă a unui mesaj, în vederea înțelegerii și receptării lui (comunicarea receptivă).

Ascultă povești și povestiri scurte, participă la jocuri/cântece/poezii însoțite, inițial, de gesturi (comunicare receptivă)

Demonstrează înțelegerea unui mesaj oral, ca urmare a valorificării ideilor, emoțiilor, semnificațiilor etc. (comunicare expresivă)

Scopul activității:

Dezvoltarea unor comportamente pozitive de respect, acceptare, iubire, ajutor necesare în stabilirea unor relații cu semenii săi. Dezvoltarea capacității de a asculta cu atenție povestirea educatoarei, de a desprinde mesajul transmis de aceasta și de a-și îmbogăți și

activiza vocabularul cu noi cuvinte și expresii din text.

Obiective operaționale:

- Să precizeze titlul poveștii și locul în care se desfășoară acțiunea;
- Să povestească minimum două secvențe din poveste pe baza planșelor expuse
- Să recunoască minimum trei personaje din poveste;
- Să descrie emoțiile și sentimentele trăite de animale în anumite momente din poveste;
- Să analizeze comportamentul personajelor scoțând în evidență calitățile pozitive ale acestora

Strategii didactice:

Metode și procedee: povestirea (expunerea poveștii), conversația, explicația, exercițiul, demonstrația, observarea,

Mijloace didactice: ursul polar, macheta cu personajele din poveste, cutia cu surprizetabla magnetică, imagini din poveste;

Forma de realizare: individual, frontal, în grup;

Modalități de evaluare: Aprecieri verbale.

Durata: 30 min

Material bibliografic: „Curriculum pentru educație timpurie”-2019

„Programa activităților instructiv educative în grădiniță”

„Piramida cunoașterii”

Laborator preșcolar-ghid metodologic-MIHAELA PĂIȘI LĂZĂRESCU

DEMERSUL DIDACTIC

Etapale activității	Conținutul științific	Strategii didactice		Evaluare a
		Metode și procedee	Mijloace de învățământ	

1.Momentul organizatoric	Creez condiții optime pentru realizarea activității didactice : scăunelele vor fi așezate în formă de semicerc, sala va fi aerisită, materialele necesare vor fi pregătite și acoperite.			
2.Captarea atenției	Captarea atenției o voi realiza prin elementul surpriză – ursul de pluș Willy. Aleg un copil care va scoate din cutia cu surprize un plic, în care se află povestea pe care o vor asculta astăzi.	- conversați a	Ursul Willy Cutia cu surprize Plic	Observare a interesului copiilor pentru activitate
3. Anunțarea temei și a obiectivelor	Se prezintă copiilor tema și obiectivele activității sub forma unei invitații din partea ursului Willy, de a asculta „Povestea ursului cafeniu” de Vladimir Colin. În această poveste ne vom întâlni cu multe personaje și de aceea vă rog să ascultați cu atenție povestea și apoi sunt sigură că veți ști să-mi povestiți ceea ce s-a întâmplat.	-explicația - conversați a		Observare a interesului copiilor pentru activitate

5.Obținerea performanței și asigurarea transferului	Prin mimică și gestică voi reda starea sufletească a personajelor. Prin intensitatea timbrului vocal voi încerca să creez o atmosferă propice captării atenției copiilor asupra ordinii în care apar personajele în acțiunea desfășurată în poveste. Fixarea conținutului de idei cu ajutorul imaginilor Se realizează o scurtă conversație pe baza povestirii și a suportului intuitiv:„UNDE s-a petrecut întâmplarea?/CÂND a plâns	Conversații a Conversații a	Imagini din poveste	Capacitate a de a se exprima corect în propoziții scurte	
6. Evaluarea și încheierea activității	ursul cafeniu?/CINE l-a ajutat pe ursul cafeniu să nu mai fie supărat?/CE l - a sfătuit pinguinul?/DE CE l-au acceptat urșii pe ursul cafeniu?/CUM s – au comportat animalele polare cu ursul cafeniu? Cum ar fi trebuit să se comporte ele cu ursul cafeniu? Împreună cu copii vom fixa mesajul povestirii cu ajutorul machetei cu siluetele personajelor din poveste. „- <i>Așa cum Ursul Cafeniu nu l-a lăsat la greu pe ursulețul cel alb, tot așa și noi trebuie să ne ajutăm prietenii la nevoie, prin bunățate, iubire și curaj. Prietenii nu nii alegem în funcție de culoarea pielii, de statutul social, nii alegem după comportament.</i>” Așa se întâmplă în viața noastră : este nevoie uneori să ne ajutăm unii pe alții ca să reușim un lucru sau			Aprecieri individuale și colective	

	ca să facem treaba mai repede. Iată, de exemplu, e nevoie să strângem cu toții jucăriile după ce ne jucăm ca să terminăm mai repede. Vom purta o scurtă discuție despre prietenie și comportamentul pe care trebuie să îl aibă prietenii unii față de alții. Voi face aprecieri verbale individuale și colective asupra modului de desfășurare a activității și asupra modului de participare a copiilor la activitate.			
--	---	--	--	--

STIMULAREA CREATIVITĂȚII COPILOR PREȘCOLARI

LĂCĂTUȘ SIMONA
G P P. LUMEA COPILĂRIEI
RM-SĂRAT BUZĂU

Preșcolaritatea este apreciată ca vârsta ce cuprinde cea mai importantă experiență educațională din viața unei persoane. Din prisma formării personalității, creativitatea capătă sensul de potențial creativ, de sumă de însușiri sau factori psihici ai unor viitoare performanțe creatoare.

Termenul de „creativitate” își are originea în cuvântul latin *creare*, care înseamnă „a zămisli”, „a făuri”, „a crea”, „a naște”. Însăși etimologia cuvântului ne demonstrează că termenul de „creativitate” definește un act dinamic, un proces care se dezvoltă, se desăvârșește și își cuprinde atât originea, cât și scopul. El a fost introdus în psihologie de G. W. Allport, pentru a desemna o formațiune de personalitate. În opinia lui, creativitatea nu poate fi limitată doar la unele dintre categoriile de manifestare a personalității, respectiv la aptitudini, atitudini sau trăsături temperamentale.

Psihologii susțin că a fi creativ înseamnă a crea ceva nou, original și adecvat realității.

În lucrarea sa, **Dicționar de termeni pedagogici**, Sorin Cristea definește creativitatea pedagogică astfel: „Creativitatea pedagogică definește modelul calităților necesare educatorului / cadrului didactic pentru proiectarea și realizarea unor activități eficiente prin valorificarea capacităților sale de înnoire permanentă a acțiunilor specifice angajate la nivelul sistemului și al procesului de învățământ.”

Sarcina educatoarei este de a educa și descoperi capacitățile creatoare ale preșcolarului. Educarea și stimularea creativității copilului presupune cunoașterea potențialului lor creativ, depistarea factorilor intelectuali, aptitudinali și de personalitate care, prin interacțiune și întrepătrundere, asigură acest potențial. Educatoarea trebuie să stimuleze potențialul creator al copilului, prin activitățile desfășurate în cadrul programului din grădiniță, iar modalitățile și mijloacele care pot fi utilizate sunt multiple.

O educatoare creativă oferă copilului învățarea autoinițiată, atmosferă neautoritară, stimulează curiozitatea copilului spre a descoperi noul, încurajându-i procesele gândirii creative. Aceasta înseamnă că îl îndeamnă pe copil să caute noi legături între cunoștințe, să facă asociații, să-și imagineze, să găsească noi soluții la diferite probleme ce i se pun și să facă propuneri. Instaurarea unui climat favorabil este o altă condiție principală, o conlucrare fructuoasă între copil și educatoare, un climat caracterizat printr-o tonalitate afectivă, pozitivă, de exigență și înțelegere.

La fel de important este stimularea efortului personal al copilului și stimularea lui în aducerea unei contribuții proprii, de a fi original, inventiv, creator.

Activitățile artistico-plastice contribuie în mod deosebit la educarea gustului pentru frumos și trezesc interesul copiilor în a-și compune singuri modelele, determinându-i să-și exprime ideile originale și să-și pună în practică inițiativele.

În acest scop, în zona de interes „Artă”, educatoarea pune la dispoziția preșcolarilor o gamă de materiale din care copiii pot realiza diverse obiecte. Pentru a capta interesul copiilor, se pot pune materiale din natură: crenguțe, pietricele, flori, frunze; materiale sintetice: fire de lână, hârtie creponată, polistiren, staniol, mărgel, paste făinoase. Este recomandat ca unele materiale din natură să fie adunate de către copil; astfel, el își însușește informații despre caracteristicile lucrurilor, ia contact direct cu mediul înconjurător și are posibilitatea de a observa natura cu toate frumusețile ei.

În cadrul zonei de interes „Artă”, educatoarea mai poate stimula creativitatea copiilor prin desen. Desenul constituie un mediu propice posibilităților de creație ale copilului. Viața preșcolarității permite formarea și dezvoltarea creativității, educatoarei revenindu-i sarcina de a găsi activități caracteristice preșcolarilor, care să constituie o formă de expresie a imaginației și creativității.

În ultimul timp se simte o tendință de a lăsa copilul liber să facă diverse mâzgăleli spontane, urmând ca apoi să caute cu ce s-ar potrivi unele elemente și, în baza acestora, să inițieze un subiect. Fantezia la copil este ca o arenă de lansare către creația plastică. Prin imaginație, copilul realizează diverse comparații, asocieri, combinări, sporindu-și capacitățile creatoare.

Copiii pot crea poezii, povestiri, muzică, dar posibilitățile care le oferă activitatea artistico-plastică sunt mult mai vaste. Folosind plăcerea copilului de a se exprima, de a se realiza prin mijloace artistice, dezvoltăm aceste capacități care vor deveni comori de mare preț pentru viitor.

Activitățile practice sunt desfășurate de către copii cu mult interes și plăcere. Prin desfășurarea acestor tipuri de activități, copilul își dezvoltă motricitatea fină, grosieră, se familiarizează cu proprietățile diferitelor materiale puse la dispoziție și, nu în ultimul rând, își dezvoltă creativitatea, confecționând diferite lucruri cu materialele oferite de educatoare. De aceea, trebuie să profităm de motivația lor internă pentru a optimiza atingerea unor obiective de dezvoltare psihomotrică a copiilor — obiective pe care nu le putem realiza prin alte forme de activitate.

În grădiniță, pe lângă activitățile practice obligatorii conduse de educatoare și care au obiective și sarcini precise stabilite, copilul are posibilitatea să-și manifeste creativitatea practică în activitățile alese, când, la libera lui alegere, poate realiza obiecte imaginate de el, folosind tehnici de lucru însușite în activitățile comune și materialele de care are nevoie.

O importanță decisivă pentru dezvoltarea imaginației o constituie jocurile de rol. În activitatea de joc, copiii învață să substituie un obiect prin altul, să-și asume cele mai diverse roluri. Această capacitate stă la baza dezvoltării imaginației. În jocurile copiilor de vârstă preșcolară superioară, obiectele substituente nici nu sunt obligatorii, tot așa cum nu sunt obligatorii nici multe din acțiunile de joc. Ei învață să identifice obiecte și acțiunile asociate lor, creând noi situații de joc în mod imaginativ.

Ca activitate primordială, jocul are o importanță deosebită pentru dezvoltarea gândirii reflexive. Reflexia condiționează comportamentul adecvat al omului printre ceilalți semeni. Jocul contribuie la dezvoltarea reflexiei, deoarece în cadrul lui apare posibilitatea reală de a controla cum se execută acțiunea ce face parte din procesul comunicării. Astfel, jucându-se „de-a spitalul”, copilul plânge și suferă asemenea unui pacient, fiind totodată mulțumit de sine că a executat rolul pe care și l-a asumat.

După conținut, deosebim jocuri care reflectă:

- munca, traiul celor adulți;
- evenimente din viața socială.

Deosebim și jocuri după modelul de organizare al lor:

- jocuri individuale,
- jocuri în grupe mici și jocuri în colectiv,
- jocuri-dramatizări (poveste, povestirea),
- jocuri de construcție sau constructive.

Jocul creativ este o formă de activitate independentă în care apar și se desfășoară calități creative variate. Componenti obligatorii ai jocului creativ sunt: **rolul, situația inspirată și subiectul jocului.**

Jocurile îmbină mai multe elemente: mișcarea, poezia, cântecul, numărătoarea – toate contribuind la dezvoltarea armonioasă a copiilor și având un rol instructiv-educativ. Din jocuri, copiii află lucruri interesante despre lumea vegetală și animală, despre traiul și munca oamenilor. Multe jocuri conțin **lupte competitive**, existând un scop asupra căruia e concentrată toată atenția jucătorilor.

De exemplu, în jocul „Gâștele și lupul”, gâștele trebuie să fugă să nu le prindă lupul. Jocurile dezvoltă însușiri precum: spiritul de observație, istețimea („Culorile”, „Inelul ascuns”). Un mare efect au căpătat jocurile cu caracter sportiv (jocuri cu împărțire pe echipe), cum ar fi: „Podul de piatră”. Unele jocuri controlează capacitatea copiilor de a cunoaște ușor și exact obiectele, de a determina calitățile lor caracteristice (formă, gust, miros etc.): „**Ghici cine e!**”, „**Spune ce formă are această piesă**”, „**Ghicește ce ai gustat!**”

Jocurile contribuie și la cultivarea unor norme morale. De exemplu, prin intermediul poveștilor îi învățăm pe copii să fie buni, binevoitori, cinstiți, harnici, să deosebească faptele bune de faptele rele, însușiri ale personajelor. În psihopedagogie este demonstrat că **literatura pentru copii, folclorul, jocurile artistice creative** îmbogățesc lumea interioară a copiilor, le trezesc emoții și trăiri care îi sensibilizează. Astfel de trăiri, care adesea nu pot avea loc în realitate, îi permit copilului **să-și creeze un anumit comportament, o anumită atitudine față de ceea ce îl înconjoară.**

Metodica aplicării și promovării jocului creativ

Metodica aplicării și promovării jocului creativ depinde de **măiestria pedagogică** a educatorului și de **cunoașterea de către acesta a particularităților de vârstă.**

Jocul creativ artistic este cea mai bine-venită formă de muncă educativă.

Metodica promovării acestor jocuri conține câteva etape:

- ✓ Pregătirea pentru joc
- ✓ Promovarea jocului
- ✓ Generalizarea jocului

Creativitatea, prin îmbogățirea conținuturilor, îl ajută pe copil să perceapă, să descopere, să creeze, să-și însușească cunoștințe, să-și formeze competențe și aptitudini. Este cunoscut sloganul: „Creația e necesară, deoarece fără ea nu există prezent și viitor. În decursul vieții pe pământ, omul a tot creat, el fiind tot o creație – a lui Dumnezeu. O adevărată creație este aceea prin care autorul își exprimă trăirile interioare.”

Adulții trebuie să contribuie la încurajarea copiilor în exprimarea emoțiilor, propunerilor, sentimentelor. Copiii trebuie să fie învățați să își folosească imaginația în exprimarea emoțiilor. Un

copil trebuie să fie apreciat pentru efortul pe care l-a depus în realizarea sarcinilor. Este foarte important să li se ofere copiilor posibilități, de câte ori este posibil, pentru a-și spune părerea și a-și expune toate ideile. Astfel, capătă încredere în sine, iar fiecare următoare sarcină o va realiza cu mai multă ardoare.

BIBLIOGRAFIE:

1. Cristea, S., (1998), Dicționar de termeni pedagogici, Editura „Didactica și Pedagogică.
2. Ezechil, L., Păiși Lăzărescu, M. (2001), Laborator preșcolar, Editura V&I Integral, București;
3. Roco, M., (2001), Creativitate și inteligență emoțională, Editura Polirom, Iași
4. Răfăilă, E., (2020), Educarea creativității la vârsta preșcolară, Editura Aramis, București.

COPILUL ȘI EMOȚIILE

**Profesor educație timpurie: Radu Zoica,
Școala Gimnazială “Radu cel Mare” –
Grădinița cu Program Normal Nr. 3 Găești**

Motto: *Fiecare copil ar trebui să poarte o etichetă pe care să scrie:
„Fragil! Conține visuri!”* -Mirko Badiale

Emoțiile apar în viața noastră încă de la naștere, chiar procesul nașterii produce reacții fiziologice la început, care ulterior devin manifestări emoționale (plânsul).

Copilul descoperă și acceptă emoțiile spontane, manifestările emoționale pătrund firesc și natural în viața lui. Nimeni nu îl învață pe micul bebeluș să plângă, să râdă sau să se încrunte.

Perioada preșcolară reprezintă perioada acumulărilor fundamentale, acum se pun bazele dezvoltării personalității umane.

Dezvoltarea emoțională a preșcolarilor vizează, însușirea unor competențe specifice de identificare și exprimare a emoțiilor, înțelegerea și reglarea acestora, producând consecințe pozitive în viața socială a copilului.

Paleta largă de emoții la care copilul preșcolar este supus, constituie uneori bariere în calea reușitei lor. Reacțiile comportamentale reprezintă expresia emoțiilor personale, iar echilibrul nostru emoțional pe care reușim sau nu să-l obținem depinde soluționarea multor situații apărute în viața noastră. Înțelegerea și gestionarea corespunzătoare a emoțiilor se poate învăța/dezvolta în orice etapă a vieții, dar realizarea acestui lucru în copilăria timpurie aduce avantaje foarte mari. Copilul este o persoană, unică, iar emoția este expresia vieții lui.

Pentru o bună adaptare socială, copilul trebuie învățat să recunoască ceea ce simte pentru a putea vorbi despre aceasta, să identifice emoțiile altora după expresiile exterioare (facial), să învețe cum să facă diferențierea între emoția internă și expresia externă, pentru a răspunde corespunzător.

Prin activitatea din grădiniță copiii învață nu numai despre regulile sociale și modul de interacțiune cu ceilalți, ci și despre manifestarea adecvată a emoțiilor. Își dezvoltă competențe emoționale referitoare la trăirea, exprimarea, înțelegerea și recunoașterea emoțiilor, și ceea ce este foarte important, faptul că dobândesc unele strategii de reglare emoțională adecvate vârstei, necesare pentru gestionarea corectă a emoțiilor negative, în consecință, o adaptare mai bună la cerințe. Copiii

învață despre emoții și modul în care pot fi gestionate corect în contextul interacțiunilor sociale, prin practicile de socializare utilizate de către educatoare și părinți.

Exemple din activitatea noastră:

Activitatea 1: „Cubul emoțiilor”

✓ Materialul didactic pentru acest joc de dezvoltare a inteligenței emoționale este un cub care reprezintă imagini cu fețe umane ce redau diferite stări afective/ emoțiile de bază: fericire - bucurie - veselie, tristețe – supărare, etc.

✓ Descrierea jocului:

• Un copil restogolește cubul, identifică starea afectivă reprezentată pe fața cubului și o redă prin mimică. Apoi descrie o situație care i-a provocat o asemenea emoție. Copiii au fost solicitați să descrie și alte situații în care au trăit respectivele stări afective.

• Totodată, copiii au fost stimulați să descrie verbal și nonverbal modul în care s-a comportat când au trăit emoția respectivă: ce ai făcut atunci când ai fost bucuros? (Ai sărit? Ai bătut din palme? Ai râs zgometos? Ai dansat? Ai îmbrățișat pe cineva? - să mimeze emoția).

Activitatea 2: „Să visăm” - (Atelier de dezvoltare personală în aer liber)

Astăzi sunem foarte norocoși, vremea ne-a lăsat să ieșim afară.

Așadar, vom pleca într-o călătorie.... “Nu!!! Nu e o călătorie adevărată! Vom călători cu gândul!!! Ați priceput! Ne imaginăm!

Resurse: o educatoare, câțiva pitici năzdrăvani, o carte, o cheiță, metalioane cu fețe vesele și fețe triste, o valiză și multă imaginație.

„Călătorie în Împărăția Emoțiilor” - Tehnica Viselor

Haide, să călătorim în lumea emoțiilor. Drumul nu este fără peripeții și avem de trecut niște obstacole. Trecerea obstacolelor ne va ajuta să ajungem la „cheița fermecată”, cheiță care ne poate scăpa de „gândăceii invizibili” (emoțiile nedorite/ negative) care apar în diferite situații.

❖ Astăzi vom face o călătorie imaginară prin *Împărăția Emoțiilor*. Vom vizita patru ținuturi din cadrul acestei mari și frumoase împărății. Eu o să fiu ghidul vostru în călătorie.

Înainte de a porni la drum, o să vă spun povestea *Împărăției Emoțiilor*.

■ „Sunteți pregătiți să pornim în călătorie? Atunci să pornim! Închidem ochii, ne urcăm în vapor și pornim la drum! Admirăm soarele care strălucește foarte puternic pe bolta cerului... admirăm valurile albastre...apoi, privim pescărușii care zboară deasupra noastră,...privim țărmul de care ne apropiem, și ... am ajuns în *Ținutul Bucuriei*.”

Discuții de grup:

✓ Cum este în *Ținutul Bucuriei*?

✓ Ridicați mâna dacă ați fost vreodată bucuroși! Dați-mi exemple de situații în care ați simțit această emoție!

■ Ne continuăm călătoria. Ne urcăm în avion și ne așezăm lângă geam. În timp ce avionul se înalță spre cer, privim albastrul azuriu al cerului...ne îndreptăm privirea în jos și admirăm dealurile, câmpiile, munții, apele, pădurile peste care zburăm...apoi, admirăm norii prin care zburăm...privim de sus aeroportul pe care o să aterizăm, și ...am ajuns în *Ținutul Tristeții*.

Discuții de grup:

✓ Cum este în *Ținutul Tristeții*?

✓ Ridicați mâna dacă ați fost vreodată triști! Dați-mi exemple de situații în care ați simțit această emoție!

■ Să ne continuăm călătoria spre *Ținutul Furiei*, cu trenul. Ne urcăm în tren și ne așezăm lângă geam. Privim casele pe lângă care trecem, animalele din gospodăriile oamenilor, câmpiile, dealurile, pădurile, apele...trenul se oprește în gara din *Ținutul Furiei*.

Discuții de grup:

✓ Cum este în *Ținutul Furiei*?

- ✓ Ridicați mâna dacă ați fost vreodată furioși! Dați-mi exemple de situații în care ați simțit această emoție!

■ Se înserează ... ne continuăm călătoria spre *Ținutul Fricii*. Ne urcăm în autocar, ne așezăm lângă geam. Privim floricelele de pe câmpii, care se pregătesc de culcare, numărăm păsărelele somnoroase care zboară spre cuiburile lor din pădure, privim umbra nopții care se întinde peste tot, numărăm stelele luminoase de pe cer, și ... am ajuns în *Ținutul Fricii*.

Discuții de grup:

- ✓ Cum credeți că este în *Ținutul Fricii*? Descrieți *Ținutul Fricii* folosindu-vă de cunoștințele și imaginația voastră!
- ✓ Ridicați mâna dacă v-a fost vreodată frică de ceva! Dați-mi exemple de situații în care ați simțit această emoție!
- ✓ Care ținut v-a plăcut cel mai mult? De ce?

Am continuat activitatea noastră cu jocul de socializare: *Medalioane vesele/ Medalioane triste*. Copiii s-au grupat după tipul stărilor de pe medalioane primite și au ales un conducător. Fiecare grup a format un cerc în jurul conducătorului lor și ținându-se de mâini s-au rotit în jurul acestuia cântând un cântecel. La comanda educatoarei: „*La plimbare!*”, copiii au „spart” cercurile și s-au deplasat spre un loc indicat inițial ca spațiu de plimbare. Conducătorii rămân pe loc. La comanda „*Înghetați!*” copiii se opresc din mers și închidochii. Educatoarea va schimba locul conducătorilor. La comanda „*Caută-ți starea*” copiii se regrupau în jurul conducătorului ales. Câștigă cei care s-au regrupat primii.

Jocul continuă, dar de data aceasta atunci când copiii sunt „*înghetați*” conducătorii își schimbă medalioanele între ei. La comanda „*Caută-ți starea!*” copiii se regroupează în jurul conducătorului care poartă medalionul corespunzător stării din care ei fac parte. Copiii câștigători primesc aplauze. De asemenea, copiii discută stările de pe medalioane, se identifică sau nu cu ele.

La sfârșitul activității, doamna educatoare a apreciat efortul pe care l-am depus în realizarea sarcinilor de lucru, corectitudinea răspunsurilor, munca în echipă și ne-a acordat recompensa promisă *cheița fermecată* - cu ajutorul căreia vom închide *Cufărul emoțiilor nedorite (gândăceii invizibili)*.

Bucucuroși de realizările noastre ne-am pus pe cântat și dansat: „*Dacă vesel se trăiește*”.

Concluzia zilei: Nu există emoții rele, important este să spunem ceea ce simțim și să ne adaptăm comportamentul în raport cu regulile grupului nostru.

Dacă-i asigurăm copilului, prin educație, o dezvoltare armonioasă la nivel emoțional, îl înarmăm cu capacități și competențe care-i vor asigura o viață liniștită, fericită, bazată pe acțiuni pozitive față de sine și ceilalți. Emoțiile nu sunt niște reacții haotice, spontane, iraționale, ci abilități care pot fi folosite cu succes în evoluția noastră.

În concluzie, activitățile de *alfabetizare emoțională* abordate în grădiniță vin în sprijinul preșcolarului, cadrul didactic învățându-l într-un mediu sigur și plin de iubire, cum să recunoască emoțiile și să le exprime în mod adaptativ, cum să se integreze în alte grupuri, să adopte comportamente adecvate în situații variate pentru ca, la maturitate, să poată face față provocărilor lumii în care va trăi.

Bibliografie:

1. ****Curriculum Pentru Educația Timpurie*, - Anexa la ordinul ministrului Educației Naționale nr. 4.694/2.08.2019;
2. Breben, S.; Goncea, E.; Ruiu, G.; Fulga, M., - *Metode interactive de grup* - ghid metodic, Pitești: Editura Arves, 2002;
3. Petrovai, D., coord.- *Pentru un copil sănătos emoțional și social*-ghid practic pentru educatorul care construiește încredere, București: Editura V&I Integral, 2012;
4. Radu, Z.; Stan, A.-M., *Jocuri îndrăznețe pentru minți istețe*, Pitești: Editura D'Art.

EMOȚIILE LA COPIII PREȘCOLARI

Profesor pentru educație timpurie: Datcu Daniela-Mariana

Grădinița cu Program Prelungit Nr. 1 Videle

Rolul emoțiilor în viața copilului.

Emoțiile sunt modalitatea noastră de adaptare la mediu. În funcție de tipul de emoție trăită într-o anumită situație, copilul învață să-și recunoască nevoile emoționale și mentale și să acționeze în consecință.

Când copilul trăiește o emoție este important să-l învățăm trei aspecte:

- Cum să-și identifice și să-și recunoască emoțiile trăite?
- Care este nevoia de adaptare pe care o semnalizează emoția?
- Cum să-și schimbe comportamentul sau modul de a percepe situația în așa fel încât să se adapteze sănătos la situație?

Primii factori care pot interveni reglator în acest proces sunt familia și grădinița.

Atitudinile părinților față de copiii lor variază de la toleranță excesivă până la atitudini extrem de dure față de comportamentele „inadecvate” ale copiilor. Sursa acestor atitudini este reprezentată de așteptările părinților, care pot fi nepotrivite în raport cu vârsta și cu abilitățile copiilor. La acestea se adaugă stilul părinților de a-și exprima emoțiile.

Reacțiile educatorilor la manifestările emoționale ale copiilor reprezintă o sursă importantă de învățare despre emoții. Utilizarea în diferite contexte a cuvintelor care denumesc emoții este o modalitate de a învăța copiii să recunoască și să denumească emoțiile proprii sau ale celorlalți devenind un model, dar și un antrenor pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sociale.

Copiii învață ce sunt emoțiile și cum să reacționeze față de ele observând comportamentul adultului. Dezvoltarea emoțională este influențată de calitatea relației lor cu părinții și educatorii. Atunci când educatorul observă și acordă atenție emoțiilor copilului îi transmite acestuia mesajul că emoțiile sunt sănătoase și că ele sunt o sursă importantă de adaptare la mediu. Modul în care părinții și educatorii răspund când copilul trăiește o emoție îi modelează acestuia atitudinea față de emoții. Când educatorul și părinții exprimă emoții și își gestionează sănătos emoțiile, copilul învață cum să răspundă emoțiilor. Copilul începe prin a identifica emoția celorlalți prin expresia facială sau tonul vocii. Mai târziu învață să facă legătura între emoție și un comportament sau o situație, cum ar fi ”copilul este trist pentru că și-a pierdut jucăria”.

Cum poate educatorul să sprijine dezvoltarea emoțională a copilului?

1. Acceptă și remarcă emoțiile copilului.
2. Oferă copilului un mediu sigur de exprimare a emoțiilor. Exprimarea emoțiilor copiilor nu trebuie ridiculizată, criticată, negată sau minimalizată.
3. Încurajează jocurile de tipul mimă sau teatru în care personajele exprimă emoții pentru a familiariza copilul cu exprimarea emoțiilor.
4. Încurajează copilul să exprime emoțiile în cuvinte.
5. Vorbește despre emoțiile celorlalți. Asta îi ajută pe copii să-și înțeleagă propriile emoții.

6.Recompensează copiii când răspund la o emoție prin comportamente sănătoase. De exemplu: stă și se liniștește când este furios, apoi revine la situația pe care trebuie să o rezolve.

7.Sprijină copilul să facă diferența dintre emoție și comportament. ”Înțeleg că ești furios, însă a lovi este un comportament nepermis.”

Ce nu este recomandat să facă educatorul:

1.Să îl facă pe copil responsabil de propriile lui emoții: ”Mă supărați!”, „M-ați dezamăgit!”

2.Să exprime emoțiile verbal și nonverbal în prezența copiilor. Autonomia emoțională implică abilitatea de a-si gestiona propriile emoții fără să îi rănească pe ceilalți.

Cauze care stau în spatele emoțiilor.

Înțelegerea cauzalității emoțiilor este un proces destul de dificil datorită tendinței oamenilor de a considera cauza emoției ca fiind un eveniment sau o situație care este în afara lor. Acest lucru poate fi cu ușurință observat dacă analizăm mesajele pe care le transmitem atunci când exprimăm o anumită emoție sau când le spunem celorlalți cum ne simțim, lăsând să se înțeleagă că ceilalți sunt responsabili de modul în care ne simțim.

În realitate, oameni diferiți care se confruntă cu aceeași situație se simt diferit, deoarece emoția nu este determinată de eveniment în sine, ci de modul în care o persoană interpretează la nivel mental evenimentul respectiv. Dacă emoția ar fi determinată de evenimentul sau situația în sine, atunci, într-un anumit context, toți oamenii ar trebui să simtă la fel.

Emoțiile sunt determinate de modul în care interpretăm o situație și, în consecință, fiecare este responsabil pentru modul în care se simte: ”Mă simt în funcție de modul în care gândesc.”

Cum învățăm copiii să identifice corect cauza unei emoții?

Identificați situațiile în care copiii trăiesc și exprimă diverse emoții la grupă și transformați-le în oportunități de învățare.

Învățați copiii să exprime emoții folosind mesaje la persoana întâi. (M-am supărat când mi-ai stricat jocul). Arătându-le copiilor modalități adecvate de exprimare a emoțiilor, li se oferă oportunitatea de a se gândi la ceea ce simt și la maniera de exprimare a emoțiilor trăite.

Lăsați copiii să înțeleagă că toate emoțiile sunt valide și acceptabile, ajutându-i să distingă între emoții și modul lor de manifestare.

Validarea emoțională are rolul de a-i face pe copii să gândească că ceilalți înțeleg și acceptă modul în care se simt.

Acceptați emoția copilului ca fiind firească. Dacă copilul își exprimă emoția într-un mod inadecvat, reamintiți-vă că el face tot ce poate (ce a învățat până acum) în situația dată. Este important să vă spuneți acest lucru ca un element de reamintire.

Observați și descrieți în cuvinte emoția copilului. ”Observ că ești vesel”

Validați emoția copilului „Înțeleg că ești supărat pentru că ți-ai stricat jucăria preferată.Ce crezi că ai putea să faci să te simți mai bine?”

Rolul temperamentului în reactivitatea emoțională.

Reacția copiilor la situațiile de zi cu zi diferă în funcție de temperamentul pe care îl au. În aceeași situație, doi copii pot reacționa diferit sub aspectul intensității emoției, duratei de manifestare a pragului de activare și duratei de restabilire a stării de calm.

Copiii cu reactivitate emoțională crescută:

1. Manifestă în situațiile zilnice emoții intense pe o perioadă mai mare de timp, au un prag scăzut de activare (ex.: se supără cu ușurință de la lucruri neînsemnate), au nevoie de o perioadă mai mare de timp pentru a se liniști;

2. Au nevoie de un efort mai mare pentru a-și inhiba un comportament atunci când li se cere, depun un efort mai mare pentru a amâna dorința imediată de a face activitatea preferată pentru a face acțiunea impusă de educatoare, dar nedorită de ei;

3. Au nevoie de o structură și de reguli clare care să le ghideze comportamentul într-o situație socială;

Copiii cu reactivitate emoțională mai scăzută:

1. Își pot focaliza mai bine atenția pe o sarcină și sunt mai greu de distrați într-o situație;

2. Se pot conecta mai ușor cererilor adultului și vor solicita un efort mai mic în disciplinare;

Sub influența temperamentului copiii diferă din perspectiva:

1. Modul în care se manifestă atunci când ei sunt furioși, triști, plâng cu mai mare ușurință, fac crize de furie intense care se manifestă o perioadă mai mare de timp, au nevoie de un timp mai mare pentru a se calma;

2. Modul în care reacționează la anumite contexte din viața lor (unii copii trăiesc și exprimă emoții intense de disconfort când sunt expuși la situații noi, dar nu și în situația în care nu pot avea acces la ceea ce-și doresc, pe când alții au reacții puternice când nu pot obține ceea ce-și doresc, dar nu și în situația în care sunt expuși la contexte noi).

3. Modul în care reacționează mintea și corpul lor atunci când ei se află în anumite contexte (când relaționează cu persoane cunoscute sau merg într-un loc nou, când nu obțin ceea ce își doresc sau le este blocat accesul la activitatea sau jucăria preferată).

Dincolo de comportamentele pe care copiii le manifestă atunci când trăiesc o anumită emoție există o serie de diferențe temperamentale mai greu de observat, care țin de modul în care reacționează corpul și mintea copiilor când sunt expuși la anumite situații și care reprezintă fața nevăzută a reactivității emoționale.

BIBLIOGRAFIE:

1. Vernon, A., „Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală”, Cluj-Napoca Editura ASCR, 2004;

2. Druguș, I., Bârle D., „Educăm și formăm prin ...povești”, Oradea, Editura Universității, 2008;

3. Lespezeanu M., „Tradițional și modern în învățământul preșcolar”, București, Ed. Omfal Esențial, 2007.

CURCUBEUL EMOȚIILOR

Cîrcotă Carmen Petronela

Grădinița cu P.P. Nr. 18 Vaslui

Perioada preșcolară este una dintre cele mai importante etape în dezvoltarea copilului, caracterizată printr-o explozie de achiziții cognitive, sociale și emoționale. Un aspect esențial în activitatea cadrelor didactice este observarea atentă și constantă a copilului, pentru a înțelege nevoile sale, ritmul propriu de dezvoltare și, nu în ultimul rând, pentru a-i însoți în mod empatic emoțiile — un adevărat „curcubeu” care colorează fiecare zi din grădiniță.

Observarea copilului presupune o practică sistematică prin care cadrul didactic urmărește comportamentele, reacțiile și interacțiunile copilului într-un mod obiectiv și empatic. Această activitate are rolul de a descoperi aspecte legate de personalitatea copilului, stilul său de învățare, relaționarea cu ceilalți și gradul de autonomie. Printr-o observare atentă, educatorul poate adapta strategiile educaționale pentru a răspunde mai eficient nevoilor fiecărui copil.

Curcubeul emoțiilor în perioada preșcolară reprezintă trecerea copilului printr-o gamă largă de emoții — de la bucurie și entuziasm, la frustrare, teamă sau furie. Acest „curcubeu al emoțiilor” este parte firească a dezvoltării emoționale și reflectă procesul prin care copilul învață să se înțeleagă pe sine și lumea din jur. O bună practică în acest sens este crearea unui mediu securizant, unde copilul se simte acceptat indiferent de emoțiile pe care le trăiește. Utilizarea unor instrumente precum „colțul emoțiilor”, povești terapeutice, jurnale vizuale sau păpuși care exprimă emoții contribuie la dezvoltarea inteligenței emoționale și a empatiei.

Educatorul are un rol esențial în identificarea, validarea și ghidarea emoțiilor copilului. Atunci când un copil se confruntă cu frustrare sau tristețe, reacția adultului trebuie să fie una calmă, suportivă, care să transmită copilului că emoția este normală și că poate fi gestionată. Astfel, copilul învață nu doar să-și exprime emoțiile, ci și să găsească modalități sănătoase de reglare emoțională.

O bună practică implică și parteneriatul activ cu familia copilului. Schimbul de informații între grădiniță și familie contribuie la o mai bună înțelegere a trăirilor copilului și permite o continuitate în susținerea dezvoltării emoționale. Comunicarea deschisă și empatică între educator și părinți ajută la construirea unei rețele de sprijin solide pentru copil.

Exemple concrete de bune practici în observarea și ghidarea emoțională a copilului preșcolar

1. **„Colțul emoțiilor” (sau „colțul liniștit”)** Un spațiu special amenajat în sala de grupă, unde copiii pot merge atunci când au nevoie de un moment de liniște sau vor să-și exprime o emoție. Aici pot exista oglinzi, perne moi, jucării senzoriale, carduri cu expresii faciale și fețe zâmbitoare/triste. Educatorul poate ghida copilul: „Văd că ești supărat. Vrei să mergem în colțul emoțiilor să vorbim despre ce simți?”.
2. **„Termometrul emoțiilor” sau „Barometrul stării de spirit”** Copiii aleg dimineața o imagine care le reflectă starea (de exemplu: bucuros, trist, obosit, agitat) și o atașează pe un panou.

Această activitate ajută educatorul să identifice emoțiile predominante ale grupului și ale fiecărui copil. Permite intervenții timpurii, empatică și personalizate.

3. **Povești terapeutice (biblioterapie)** Utilizarea poveștilor care reflectă situații de viață similare cu cele trăite de copii. De exemplu, o poveste despre un ursuleț care merge pentru prima dată la grădiniță și simte frică sau dor de părinți. După lectură, copiii discută: „Cum s-a simțit ursulețul? Ai simțit și tu la fel?”. Aceasta validează trăirile lor și le oferă soluții indirecte.
4. **Jurnalul emoțiilor (individual sau colectiv)** Copiii desenează zilnic o față care exprimă cum s-au simțit în ziua respectivă. Educatorul poate scrie alături de desen cuvintele copilului: „Azi am fost bucuros pentru că am jucat cu Maria.” Această practică ajută la reflectarea și verbalizarea emoțiilor, dar oferă și o formă de observare continuă.

În concluzie, observarea atentă a copilului și însoțirea prin „curcubeul emoțiilor” din perioada preșcolară sunt practici esențiale pentru dezvoltarea armonioasă a personalității acestuia. Printr-o abordare centrată pe copil, susținută de empatie, răbdare și respect, educatorul devine un ghid de încredere în această etapă esențială a vieții. Emoțiile nu trebuie „corectate”, ci înțelese, iar copilul are nevoie să fie văzut, ascultat și acceptat așa cum este.

Bibliografie:

- Popescu Maria „Dezvoltarea emoțională a copilului”-București, Editura Educația, 2020;
- Ionescu Andrei „Practici educaționale inovative”- Cluj-Napoca, Editura Didactică, 2021;
- **Sanders, T. & Armstrong, M.** „*Emoțiile copilului. Cum să le înțelegem și să le gestionăm.*” București: Editura Litera, 2008;
- **Jolivet, Éric** „Dezvoltarea emoțională a copilului” București, Editura Trei, 2006.

CURCUBEUL DIN INIMA LUI NORIȘOR

ANDREI AMALIA ALEXANDRA
Grădinița cu Program Prelungit Nr.1 Buzău

A fost odată ca niciodată un pui de nor pe nume Norișor. Locuia sus pe cer, alături de alți nori jucăuși. Dar Norișor era diferit. În fiecare zi simțea o altă emoție, iar culorile din puful lui se schimbau mereu.

Într-o dimineață, când s-a trezit, Norișor era roșu ca focul.

— „Sunt furios!” a strigat. „Vântul mi-a luat jucăria preferată!”

Atunci a venit Soarele și i-a spus blând:

— „E în regulă să fii furios. Respiră adânc, numără până la 5 și spune ce te-a supărat.”

Norișor a făcut cum i s-a spus, iar roșul a început să se transforme în portocaliu.

A doua zi, Norișor era galben ca o rază de soare.

— „Sunt fericit!” a spus. „Am jucat de-a v-ați ascunselea cu rândunelele!”

— „Ce bine că te bucuri!” a spus Luna, care-l privea din depărtare. „Ține minte această senzație caldă și luminează-i și pe alții cu ea.”

În altă zi, Norișor a devenit verde ca iarba de primăvară.

— „Sunt liniștit. Am stat singur și am ascultat vântul.”

Vântul l-a mângâiat și i-a spus:

— „Ce frumos e să fii cu tine însuși și să te simți bine.”

Apoi, într-o seară, Norișor era albastru ca marea.

— „Sunt trist. Soarele nu a apărut azi deloc...”

Un curcubeu l-a cuprins cu brațele lui luminoase și i-a spus:

— „Și tristețea e importantă. Ea ne învață să fim mai blânzi cu noi.”

Într-o zi, Norișor a simțit o culoare mov:

— „Sunt speriat... Tună tare.”

Un alt nor mai mare l-a luat de lângă fulgere și i-a șoptit:

— „Te înțeleg. E normal să îți fie frică uneori. Eu sunt aici cu tine.”

Și tot așa, în fiecare zi, Norișor simțea altceva. Dar, cu timpul, a învățat că toate emoțiile sunt ca un curcubeu în inima lui – fiecare culoare are rostul ei și îl face să fie cine este el cu adevărat.

De atunci, ori de câte ori alt nor se simțea copleșit de emoții, Norișor le spunea:

— „Spune-mi ce culoare simți azi. Împreună, putem picta un curcubeu.”

Mesaj terapeutic: Toate emoțiile sunt normale și au un rost. Important este să le recunoaștem, să le exprimăm și să le acceptăm – ca parte din ceea ce suntem.

MODALITĂȚI DE EXPRIMARE A EMOȚIILOR LA VÂRSTA PREȘCOLARĂ ȘI ROLUL LOR ÎN VIAȚA COPILULUI

Profesori educație timpurie: Anton Ramona-Anelice

Rotaru Cristina-Viorica

Grădinița cu Program Prelungit Nr.6, Buzău

Emoțiile sunt modalitatea noastră de adaptare la mediu. În funcție de tipul de emoție trăită într-o anumită situație, copilul învață să-și recunoască nevoile emoționale și mentale și să acționeze în consecință.

În copilărie, emoțiile parcurg o cale progresivă de dezvoltare, transformându-se și acumulând un conținut mai bogat, dar și forme complexe de manifestare, sub influența condițiilor sociale de viață și de educație pe care copilul le-a experimentat, până la acel moment. Un copil poate trece cu ușurință de la o stare negativă la una pozitivă și invers, dacă întâlnește un factor potrivit, care să declanșeze schimbarea. El poate fi „o furtună” sau „un cer senin” într-un interval scurt de timp, fără să acumuleze resentimente.

Emoțiile pe care acesta le resimte sunt exprimate prin cuvinte („Sunt supărat/ă!”, „Sunt bucuroasă!”), dar mai ales prin gesturi (încrucișarea brațelor, plecarea capului, lovirea cu picioarele, retragerea sau ridicarea brațelor deasupra capului, în semn de protejare).

În procesul educativ este foarte important să urmărim asimilarea de către copil a două aspecte esențiale: înțelegerea reală, la nivelul lui, a unor anumite fapte și întâmplări din lumea înconjurătoare, la care el poate fi martor și atitudinea sa corectă față de ele.

Acest lucru se realizează prin exersarea timpurie a exprimării propriilor emoții, indiferent de natura lor, precum și punerea în postura „celuilalt”. („Tu cum te-ai simți, dacă...?") Astfel, se creează premisele apariției și manifestării timpurii a empatiei.

Când copilul trăiește o emoție este important să-l învățăm două aspecte:

- Cum să-și identifice și să-și recunoască emoțiile trăite?
- Care este nevoia de adaptare pe care o semnalizează emoția?
- Cum să-și schimbe comportamentul sau modul de a percepe situația în așa fel încât să se adapteze sănătos la situație?

Primii factori care pot interveni reglator în acest proces sunt familia și grădinița. Atitudinile părinților față de copiii lor variază de la toleranță excesivă până la atitudini extrem de dure față de comportamentele „inadecvate” ale copiilor. Sursa acestor atitudini este reprezentată de așteptările părinților, care pot fi nepotrivite în raport cu vârsta și cu abilitățile copiilor.

Reacțiile educatorilor la manifestările emoționale ale copiilor reprezintă o sursă importantă de învățare despre emoții. Utilizarea în diferite contexte a cuvintelor care denumesc emoții este o modalitate de a învăța copiii să recunoască și să denumească emoțiile proprii sau ale celorlalți devenind un model dar și un antrenor pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sociale.

Copiii învață ce sunt emoțiile și cum să reacționeze față de ele, observând comportamentul adultului. Dezvoltarea emoțională este influențată de calitatea relației lor cu părinții și educatorii. Atunci când educatorul observă și acordă atenție emoțiilor copilului îi transmite acestuia mesajul că emoțiile sunt sănătoase și că ele sunt o sursă importantă de adaptare la mediu. Modul în care părinții și educatorii răspund când copilul trăiește o emoție îi modelează acestuia atitudinea față de emoții. Când educatorul și părinții exprimă emoții și își gestionează sănătos emoțiile, copilul învață cum să răspundă emoțiilor. Copilul începe prin a identifica emoția celorlalți prin expresia facială sau tonul vocii. Mai târziu învață să facă legătura între emoție și un comportament sau o situație, cum ar fi ”copilul este trist pentru că și-a pierdut jucăria”.

Educatorul poate să sprijine dezvoltarea emoțională a copilului prin:

*Acceptarea și remarcarea emoțiilor copilului;

* Oferirea unui mediu sigur de exprimare a emoțiilor copilului. Exprimarea emoțiilor copiilor nu trebuie ridiculizată, criticată, negată sau minimalizată;

* Încurajarea jocurilor de tip mimă sau teatru în care personajele exprimă emoții pentru a familiariza copilul cu exprimarea emoțiilor;

*Încurajarea copilul să-și exprime emoțiile în cuvinte;

*Recompensând copiii când răspund la o emoție prin comportamente sănătoase. De exemplu: stă și se liniștește când este furios, apoi revine la situația pe care trebuie să o rezolve;

*Sprijinind copilul să facă diferența dintre emoție și comportament.”Înțeleg că ești furios, însă a lovi este un comportament nepermis”.

Preșcolarii pot înțelege emoțiile exprimate de copiii de aceeași vârstă cu ei în timp ce interacționează sau se joacă, ceea ce îi ajută în rezolvarea conflictelor. Experimentarea diverselor

emoții, pozitive sau negative, precum și observarea modului în care ceilalți copii reacționează, duce la formarea propriului răspuns, care va fi testat în timp și poate deveni propriul comportament. Atunci când copilul nu reușește să își exprime stările, neputându-le da un nume, este esențial să fie sprijinit prin întrebări suplimentare sau chiar afirmații, de genul :”Cred că ești furios.”, asigurându-l, în același timp, că este normal să se simtă așa și va fi în continuare, acceptat („Și eu m-aș simți la fel, dacă aș fi în locul tău”.)

De multe ori, copilul își manifestă sentimentele negative (teamă, rușinea) prin reacții violente sau prin refuzul confruntării cu persoane sau a frecventării mediului în care a resimțit acele stări. Astfel, preșcolarul care a fost marginalizat sau chiar agresat la grădiniță poate să lovească la rândul său (alt copil sau jucăriile), iar, uneori, refuză să mai vină la grădiniță, invocând diverse pretexte sau chiar, somatizând. Părintele, în parteneriat cu educatoarea, poate identifica motivul real din spatele comportamentului și să ia măsuri în acest sens.

Exprimarea autentică a emoțiilor unui copil poate fi observată în timpul jocului de rol, când copilul experimentează, într-un cadru sigur, emoții și comportamente, pe care nu și le poate asuma în mediul real, din diferite motive: timiditate, teama de a nu fi criticat sau frica de o anumită persoană. Observând cu atenție rolul copilului și preferințele acestuia, educatoarea descifrează emoțiile care stau în spatele comportamentului, ajungând la cauza acestuia și ajutând copilul să își identifice propriile emoții, dându-le nume și vorbind deschis despre ele. Această analiză se face fără critică, uneori fiind necesar să trecem de la stadiul de observator la cel de actor în jocul copilului, dacă acesta ne permite.

Atunci când preșcolarul insistă în a-și ascunde emoțiile, adultul care a înțeles cauzele poate apela la poveștile terapeutice, uneori adaptate sau chiar create, în care personaje similare copilului (sau chiar educatoarea, la vârsta acestuia) traversează și depășesc situații dificile. Se creează astfel sentimentul solidarității, al încrederii și oferă, în același timp, posibile rezolvări pe care copilul le poate prelua sau adapta.

Când emoțiile copilului sunt prea puternice și nu ajung la suprafață, acestea sunt internalizate și se pot transforma în somatizări (otitele repetate, udarea nocturnă a patului, durerea de burtă, lăcrimarea ochilor etc.) și reprezintă limbaje ale stărilor neexprimate, interzise. Astfel, dificultăți emoționale care nu pot fi redată prin cuvinte, sunt „strigate” de către corp.

Simple gesturi ale cadrului didactic pot aduce bucurie copilului, mai ales dacă ele sunt „marcă” a acestuia, repetându-se în timp: scoaterea unei marionete din dulap, deschiderea unei cărți, suflarea „prafului magic”, etc. Relația bună cu cadrul didactic se poate traduce prin nerăbdarea copilului de a ajunge la grădiniță (uneori cu o floare culeasă în drum) sau îmbrățișarea oferită la plecare. Astfel, emoțiile copilului se resimt prin gesturi și mimică, aspecte greu de simulat sau ascuns de către un copil de vârstă mică.

Înțelegerea cauzalității emoțiilor este un proces destul de dificil, datorită tendinței oamenilor de a considera cauza emoției ca, fiind un eveniment sau o situație care este în afara lor. Acest lucru poate fi cu ușurință observat dacă analizăm mesajele pe care le transmitem atunci când exprimăm o anumită emoție sau când le spunem celorlalți cum ne simțim, lăsând să se înțeleagă că ceilalți sunt responsabili de modul în care ne simțim.

În realitate, oameni diferiți care se confruntă cu aceeași situație se simt diferit, deoarece emoția nu este determinată de eveniment în sine, ci de modul în care o persoană interpretează la nivel mental

evenimentul respectiv. Dacă emoția ar fi determinată de evenimentul sau situația în sine, atunci, într-un anumit context, toți oamenii ar trebui să simtă la fel.

Emoțiile sunt determinate de modul în care interpretăm o situație și, în consecință, fiecare este responsabil pentru modul în care se simte: ”Mă simt în funcție de modul în care gândesc”

Ascultarea și acceptarea emoțiilor copilului de către adult este un factor esențial pentru dezvoltarea armonioasă a puiului de om, în vederea formării unei personalități echilibrate, empatică, armonioasă.

BIBLIOGRAFIE:

- Vernon, A., „Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală”, Cluj-Napoca, Editura ASCR, 2004;
- Druguș, I., Bârle D., „Educăm și formăm prin ...povești”, Oradea, Editura Universității, 2008;
- Lespezeanu M., „Tradițional și modern în învățământul preșcolar”, București, Ed. Omfal Esențial, 2007.

CEI DOI PRIETENI **(Poveste terapeutică pentru acceptarea greșelii)**

Rapciuc Andreea, profesor consilier școlar
CJRAE Buzău

Sebastian este elev în clasa a V-a. Astăzi are un test important la limba română; el a învățat acasă foarte bine, însă are totuși un gol în stomac și foarte multe gânduri... *Dacă va încurca ceva? Dacă a uitat un aspect important, așa cum i s-a mai întâmplat? Dacă va lua o notă mică și își va strica media?*

Uff....! Iar colega lui de bancă, Greșeala, tot timpul îi șoptea ceva ce nu trebuia să scrie; și deși își spusese de mii de ori să nu o mai asculte, până la urmă tot o asculta... S-a mutat de multe ori din bancă, doar să nu mai fie lângă ea. Dar Greșeala se ținea scai după el. Chiar și colegii îl evitau pentru că era mai mereu în compania ei.

Ar fi vrut să se împrietenească cu o altă colegă – Perfecțiunea. Ea lua mereu note mari și își amintea mereu ce a învățat.

Exact ca și până acum, Sebastian a ascultat șoptele Greșelii și la acest test, motiv pentru care a luat nota 6. S-a supărat foarte tare pe ea și a alungat-o din bancă. La finalul orelor, când toți colegii plecaseră, a surprins-o pe Greșeala stând într-un colț și plângând. Făcându-i-se milă de ea, s-a apropiat și a întrebat-o:

-De ce plângi?

-Niciodată nu-mi iese nimic bine, numai prostii fac! Sebastian îi răspunse cu sinceritate: Știu, am fost cam dur cu tine. Și eu greșesc de multe ori.

-Toți copiii fug de mine, continuă Greșeala.

-Iartă-mă, îi spuse Sebastian. Aș vrea să fim prieteni de azi înainte. Greșeala își șterse lacrimile și îi zâmbi.

A doua zi la școală a chemat-o pe Greșeala să stea cu el în bancă. La o activitate unde trebuia să completeze niște cuvinte încrucișate, Greșeala i-a șoptit așa cum îi era obiceiul. Și i-a spus, referindu-se la colanții aceia deschiși – că ar fi picioarea culorului, în loc de culoarea piciorului. Toată clasa a început să râdă. Dar Sebastian nu s-a mai supărat pe Greșeala, pe care o considera acum prietena lui. Ba chiar i s-a părut și lui amuzant momentul, așa că a râs cu poftă și nu și-a mai făcut griji despre ceea ce gândesc ceilalți despre el.

Colegii se uitau uimiți la el, văzându-l relaxat și binedispus. Ar fi vrut să fie și ei așa când greșesc.

Într-o zi, la plecarea de la școală, Greșeala l-a îndemnat să o ia pe altă stradă, ca să ajungă mai repede acasă. Însă în scurt timp s-a rătăcit. La început nu știa ce să facă. Apoi s-a uitat bine în jur și a văzut o clădire înaltă ceva mai departe – care era pe aceeași stradă cu a lui. Orientându-se după ea, a ajuns pe strada lui.. Dacă nu mă rătăceam, nu aflam și drumul ăsta. Ce tare! își spuse Sebastian.

Sebastian a observat că ceilalți colegi au început să îi caute compania; într-o zi, unul dintre ei l-a întrebat: cum de nu te mai superi atunci când greșești și ești așa relaxat și chiar te amuzi? Iar alteori găsești rapid soluții și nu te mai panichezi?

Ah, e simplu – răspunse Sebastian. M-am împrietenit cu Greșeala.

Întrebări de conținut:

Cum era Sebastian atunci când o alunga pe Greșeala?

De ce își dorea prietenia cu Perfecțiunea?

Cum de la început îl evitau colegii pentru că se afla în compania Greșelii, iar apoi i-au căutat compania?

La ce se referă prietenia cu Greșeala? Voia să greșească mereu?

Întrebări de personalizare:

Cu cine vă doriți mai degrabă să fiți prieteni – cu Greșeala sau cu Perfecțiunea?

Vi s-a întâmplat să vă blocați/ panicați când greșiți?

Ce s-a schimbat pentru Sebastian după ce s-a împrietenit cu Greșeala? Cum de a devenit mai relaxat? Cum ar fi viața voastră dacă nu ați greși nimic niciodată?

COPIII ÎNVAȚĂ CEEA CE TRĂIESC

Prof. Înv. Preșc. Pătrașcu Mihaela

Prof. Înv. Preșc. Ilie Ana

Seminarul Teologic „Chesarie Episcopul” Buzău

GPN „Căsuța Piticilor”

„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 autocompătirea.

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.

Dacă trăiesc în laudă, copiii învață prețuirea.

Dacă trăiesc în acceptare, copiii învață să iubească.
Dacă trăiesc în aprobare, copiii învață să se placă pe sine.
Dacă trăiesc înconjurați de recunoaștere, copiii învață că este bine să ai un țel.
Dacă trăiesc împărțind cu ceilalți, copiii învață generozitatea.
Dacă trăiesc în onestitate, copiii învață respectul pentru adevăr.
Dacă trăiesc în corectitudine, copiii învață să fie drepti.
Dacă trăiesc în bunăvoință și considerație, copiii învață respectul.
Dacă trăiesc în siguranță, copiii învață să aibă încredere în ei și în ceilalți.
Dacă trăiesc în prietenie, copiii învață că e plăcut să trăiești pe lume.”

Dorothy Law Nolte

„ Copiii învață ceea ce trăiesc” reprezintă un ansamblu de principii călăuzitoare pentru relațiile pe care ar trebui să le stabilim atât cu elevii noștri, cât și cu fiii noștri. Fiecare dintre noi dorim să fim iubitori, înțelegători, binevoitori, toleranți, onești cu cei din jurul nostru. Dacă citim cu atenție versurile de mai sus, vom conștientiza faptul că ele reprezintă niște adevăruri, adevăruri ce ne pot îndruma în educația pe care o vom da elevilor și copiilor noștri.

Respectând aceste principii, ar exista mai puțină răutate, mai puțină violență, mai puțină prefăcătorie. Majoritatea problemelor cu care se confruntă omenirea își au originea în familie și că, devenind un părinte mai bun, putem aduce cea mai solidă contribuție la rezolvarea problemelor din societate.

Ce poate fi mai prețios pentru fiecare decât faptul de a contribui la formarea unor copii iubitori, recunoscători, generoși, răbdători, corecți, respectuoși, prietenoși, încrezători în sine, preocupați de țelurile lor? Copiii înzestrați cu astfel de însușiri se vor transforma odată cu trecerea timpului în adulți cu astfel de calități. Copiii învață, într-adevăr, ceea ce trăiesc. Apoi cresc și ajung să trăiască ceea ce au învățat.

Copilul învață în fiecare clipă de la noi, indiferent dacă suntem conștienți sau nu, prin tonul vocii, prin comportament, prin privire, prin gesturi. Copiii au nevoie de sprijinul nostru, dar au nevoie și să afle de la noi cât de mult sau cât de puțin au progresat. Au nevoie să-i ajutăm să avanseze și totodată să fim lângă ei când dau greș. Au nevoie să-și depășească limitele și să-și lărgască orizontul, să-i îndemnăm să facă mai mult bine decât credeau că pot.

Pentru a fi capabili de toate acestea, trebuie să ne aplecăm cu mare atenție asupra nevoilor lor, talentelor și dorințelor unice ale fiecărui copil. Este necesar să identificăm caracteristicile individuale ale copiilor: cât de tare se descurajează sau se sustrage unul, cât de capabil este un altul să-și mențină interesul pentru un proiect, care copil are nevoie mai multă de ajutor sau de îndrumare și care lucrează mai bine în mod independent. Secretul eficienței este să-i oferim fiecăruia exact ceea ce îi trebuie. Este normal să laudăm o faptă bine făcută, dar este de asemenea, important să recunoaștem și să prețuim pașii timizi pe care-i fac copiii noștri către ceea ce și-au propus.

A ne ajuta copiii să capete încredere în ei nu înseamnă doar să le încurajăm comportamentul. Trebuie să ne gândim și la trăsăturile sufletești pe care și le dezvoltă copiii noștri. Când vedem că posedă o calitate pe care o admirăm (generozitate, bunătate, sensibilitate) trebuie să le arătăm că am remarcat-o și o apreciem. Comentariile noastre contribuie la dezvoltarea imaginii de sine pe care copiii noștri o vor purta cu ei la școală, în societate și, până la urmă, în carieră. Dacă le asigurăm un mediu sigur și cald în care să poată învăța, le dăm șansa de a-și atinge potențialul maxim.

Ne încurajăm copiii atunci când îi susținem în ceea ce doresc ei înșiși să realizeze în viață. Le putem face sugestii sau îi putem călăuzi pe parcurs, dar trebuie să le respectăm întotdeauna autonomia, să le onorăm dreptul de a face propriile alegeri.

Rolul nostru este să fim alături de ei și atunci când greșesc și când au succes, având încredere că vor câștiga de pe urma propriilor experiențe și își vor spori încrederea de sine în ambele cazuri.

Încurajându-i din tot sufletul, încurajându-le visurile, talentele și calitățile, îi ajutăm să devină adulți capabili să înfrunte viața cu siguranță de sine. Copiii vor dobândi darul de-a accepta și de-a înfrunta cu succes orice încercare la care i-ar putea supune viața.

Experiențele și relațiile de care au parte în anii de formare constituie fundalul relațiilor lor de mai târziu. În concluzie, important este ceea ce facem cu copiii noștri, mult mai important decât ceea ce spunem sau decât ceea ce credem. Valorile noastre se transmit de la o generație la alta prin intermediul nostru. Copiii urmăresc și absorb ca un burete felul în care trăim laolaltă zi de zi, iar ceea ce învață le servește drept model toată viața, ajutându-i la formarea lor.

Faptul că le oferim o lume plină de încurajare, toleranță și prețuire, o lume care să aibă parte de acceptarea, aprobarea și recunoașterea noastră, o lume din care să dăruiască din tot sufletul și să aștepte în schimb la corectitudine, bunăvoință și considerație, le poate transforma viața și poate transforma calitatea vieții tuturor celor care le sunt în preajmă.

Nu vom fi toată viața alături de copiii noștri. Le putem însă insufla încă din copilărie un puternic sentiment de siguranță, care își va spune cuvântul și la maturitate. Ajutându-i să creadă în ei îi facem să se simtă în siguranță alături de alții. Încrederea în ei înșiși le va călăuzi opțiunile profesionale, le va permite să-și asume riscuri, să facă față responsabilităților, să creadă în deciziile lor.

Fără siguranță de sine și fără să creadă în ei, copiii nu vor ști nici să se bucure de viață, nici să înfrunte greutățile. Dacă au încredere în ei, în competența lor fundamentală, în bunăvoința și în calitățile lor dr ansamblu, vor realiza practic tot ceea ce-și propun.

Îi putem ajuta insuflându-le acel simț al valorii intrinseci sau al lipsei de valoare. Nu trebuie decât să credem în ei și în bunele lor intenții. După care trebuie să-i lăsăm să se convingă, fără nici o urmă de îndoială, că așa simțim. Iar ei vor face restul.

Nu trebuie să uităm că important pentru copiii noștri este ca ei să desprindă regulile vieții, să dea ce au mai bun în ei și să se simtă bine. Nu aspirațiile noastre le vor determina viața, ci propriile lor scopuri și visuri referitoare la ei înșiși.

Exemplul pe care-l dăm este cu atât mai bun cu cât există o concordanță mai strânsă între sentimentele și acțiunile noastre. Copiii noștri trebuie să discearnă când este bine să se comporte într-un anumit fel sau nu. Vor învăța să se ajute singuri, să se aprecieze și să se încurajeze la nevoie, pe măsură ce devin tot mai independenți. Dacă se pot aprecia singuri, vor avea o sursă de hrană sufletească la îndemână.

Copiii învață neîncetat de la părinții lor. Aceștia se pot strădui să le insuflă anumite valori, însă aceștia vor absorbi, inevitabil, valorile care le sunt transmise prin intermediul comportamentelor, sentimentelor și atitudinii părinților din viața de zi cu zi.

Fiecare copil este o faptură unică și are un nucleu de creativitate și înțelepciune care îi aparține numai lui. Personalitatea lui va înflori sub ochii celor din jur dacă sunt îndrumați cu înțelepciune, dându-i-se posibilitatea să-și manifeste inițiativa.

În concluzie, „copiii învață ceea ce trăiesc”: învață bunătatea, răbdarea, onestitatea; învață credința, iubirea și respectul; învață despre generozitate, dreptate, respect de sine, dar să nu uităm că învață în același timp și despre invidie, răutate, ură, anxietate, agresivitate, etc. Copilul trebuie să fie capabil să aleagă din multitudinea de tentații numai ceea ce îi este de ajutor. Datoria noastră, a tuturor, este să-i îndrumăm să învețe numai ceea ce le este folositor în viață, ceea ce îi ajută să devină oameni în adevăratul sens al cuvântului.

Bibliografie:

1. Florescu Rodica; Cical Maria; Movileanu, Lenuța - „Drepturile micului cetățean”, clasele III-IV, Ed. Corint, București, 2005.
2. Law Nolte Dorothy; Harris Rachel - „Copiii învață ceea ce trăiesc” (educația care insuflă valori), Ed. Humanitas, București, 2012.

CUM ÎMI AJUT COPILUL SĂ-ȘI EXPRIME PROPRIILE EMOȚII

Prof. Andrei Mirela
Prof. Ciochinică Ioana

În spatele fiecărei priviri, a fiecărui surâs, a fiecărui gest, se ascunde o emoție. Atitudinea pe care o avem față de diferitele situații cotidiene este mediată de emoțiile care dau culoare și sens, transformând în subiectiv fiecare aspect al realității.

Emoțiile „spun ceea ce se întâmplă în noi, în psihicul nostru, în interioritatea noastră, în sufletul nostru; dar ele sunt și purtătoare de cunoaștere, o cunoaștere care ne împinge în inima unor experiențe de viață inaccesibile cunoașterii raționale” (Borga, E., 2011, p.14).

Cosmovici A. definește emoțiile ca „stări afective de scurtă durată, care traduc un specific al relațiilor mele cu un obiect ori o situație, deci au un caracter situațional. Ele pot fi declanșate de o împrejurare reală sau imaginară” (Cosmovici, A., 1996, p.224).

„Emoțiile sunt procese afective mai simple decât sentimentele” (Filiozat, I., 1999, p.176). Pentru Vasile Pavelcu, „emoția este un fenomen de dezadaptare la mediul extern, ea nu poate fi considerată ca fiind o conduită. Emoția este considerată totuși ca un fenomen normal, deoarece implică un grad satisfăcător de sistematizare și de sinteză psihică. Emoția nu apare din cauza dezechilibrului sau a dezorganizării psihice, ci pentru a preveni disocierea și dezorganizarea. Atunci când organismul nu este capabil de o echilibrare mai delicată și mai precisă, apare emoția ca funcție de prevenire a conflictelor interne prea violente. Chiar dacă în raport cu situația ea nu este de nici o utilitate, ea este de mare folos pentru liniștea internă; ea este un mijloc propriu de potolire psihică” (Pavelcu, V. 1982, pp.49-51).

Emoția apare ca răspuns imediat, impulsiv și nediferențiat la o situație, la un eveniment. Este un răspuns primitiv ce poate aduce plăcere sau durere”. (Montuschi, Ferdinando, 1998, p.20) O emoție, „chiar lipsită de intensitate, schițează imediat un început de acțiune, înainte ca o deliberare conștientă să înceapă”. (Cosmovici, Andrei, 1996, p.220).

Emoțiile pot fi pozitive (când ceea ce ni se întâmplă este în concordanță cu scopurile noastre: bucurie, mulțumire) și negative (când ceea ce ni se întâmplă este în contradicție cu scopurile noastre: tristețe, furie, teama, dezgust, etc.). Multe cercetări s-au aventurat în lumea fascinantă și misterioasă a emoțiilor. Deși cercetătorii sunt conștienți de faptul că există încă mult de descoperit, ei sunt de acord asupra împărțirii emoțiilor în emoții primare și emoții secundare. Emoțiile primare, de bază, sunt prezente încă din primele etape ale vieții, în timp ce emoțiile secundare sunt compuse din interacțiunea mai multor senzații diferite și presupun o formă de autocunoaștere. Intensitatea emoțiilor este foarte variată: poate fi „vagă, mijlocie, dar și foarte mare, zguduind întregul organism. În acest ultim caz, vorbim de emoție-șoc. Există patru *emoții-șoc*, tipice: frica, furia, tristețea și bucuria, dar sunt mult mai multe emoții decât acestea: dezgustul, rușinea, nemulțumirea, regretul, indignarea, simpatia, antipatia, speranța, mila, satisfacția, nehotărârea, sfidarea, etc.

Educatorul are misiune de a promova autocontrolul acestora de către copil, cunoașterea cauzelor lor și dezvoltarea unui comportament de răspuns adecvat contextului (Ferri, R., 2010). Unul dintre secretele educației bazate pe educația emoțională este acela că progresul părinților determină progresul copiilor, altfel spus ceea ce este bun pentru părinți este la fel de bun și pentru copii.

Dezvoltarea unui vocabular emoțional la copii este esențială, pentru că aceștia învață nu numai să verbalizeze, dar și să înțeleagă cum se simte într-o anumită stare pe care o exprimă altcineva de lângă el.

De asemenea, cunoașterea emoțiilor îl ajută să empatizeze cu trăirile celor din jur și să își dezvolte abilități sociale. Modul în care acționăm noi îi ajută pe ei să reacționeze, să conștientizeze tipul emoțiilor, positive sau negative.

Câteva exemple prin care părinții își pot ajuta copiii să-și exprime propriile emoții.

- exprimă-ți tu ca părinte emoțiile folosind cuvinte simple
- identifică împreună cu el sentimentele celor din jur sau chiar ale lui
- folosește cărți și alte instrumente care să-i permită copilului să vadă emoția ilustrată
- joacă-te *vânătoarea de emoții* sau alte jocuri care îl ajută să-și exprime emoțiile
- citește-i povești.

Rolul educativ al poveștilor este nelimitat și ajută copiii să învețe o mulțime de lucruri. Cea mai importantă lege în educația copilului este recunoașterea, validarea și gestionarea emoțiilor acestuia într-un mod inteligent.

Este important să-i înțelegem pe copii pentru a-i ajuta în recunoașterea, validarea și gestionarea emoțiilor, însă acest lucru îl putem realiza atunci când suntem capabili să ne identificăm și să ne recunoaștem propriile trăiri, emoții și sentimente.

Bibliografie:

Cosmovici, Andrei, *Psihologia generală*, Polirom, Iași, 1996

Roșca, Al., Chircev, A., *Psihologia copilului*, E.D.P., București, 1960

CURCUBEUL EMOȚIILOR

Buhuș Mihaela-Roxana

Grădinița cu Program Prelungit Nr. 13 Vaslui

Emoțiile sunt culorile sufletului nostru. Exact ca un curcubeu care apare după ploaie, paleta de emoții umane își face simțită prezența în viața fiecăruia dintre noi în cele mai neașteptate momente. Bucuria, tristețea, frica, furia, surprinderea, dezgustul și iubirea sunt doar câteva dintre emoțiile care alcătuiesc acest „curcubeu” interior.

Fiecare emoție are un rol esențial în dezvoltarea noastră personală. Bucuria ne motivează, ne apropie de ceilalți și ne dă speranță. Tristețea, deși deseori evitată, este o emoție profundă care ne ajută să procesăm pierderile și să ne reconectăm cu noi înșine. Frica ne protejează, avertizându-ne în fața pericolelor, în timp ce furia ne semnalează o nedreptate sau o limită încălcată. Surprinderea ne face mai conștienți de prezent, iar dezgustul are o funcție protectoare, avertizându-ne în fața a ceea ce ne-ar putea afecta negativ.

Însă, dincolo de aceste definiții funcționale, emoțiile sunt esențiale pentru autenticitatea noastră. Într-o lume grăbită, în care raționalul primează, a simți a devenit un act de curaj. De multe ori, reprimăm emoțiile negative din teama de a nu fi judecați sau vulnerabili. Cu toate acestea, doar prin acceptarea și înțelegerea întregului spectru emoțional putem trăi cu adevărat armonios.

În activitatea didactică, ca și în relațiile personale, este esențial să ne învățăm copiii să-și recunoască emoțiile și să le gestioneze sănătos. Alfabetizarea emoțională ar trebui să fie o prioritate în educație, deoarece doar un copil care știe ce simte și cum să exprime ceea ce simte poate deveni un adult echilibrat.

„Curcubeul emoțiilor” nu este doar o metaforă, ci un ghid interior care ne arată drumul spre cunoaștere de sine. A ne permite să simțim înseamnă a ne permite să fim. Fiecare emoție, chiar și cele mai dureroase, are o lecție de oferit. Prin înțelegerea lor, învățăm să fim mai empatici, mai răbdători și mai conectați cu cei din jur.

În concluzie, dezvoltarea inteligenței emoționale este la fel de importantă ca orice altă formă de educație. Emoțiile nu trebuie evitate sau negate, ci explorate și valorizate. Doar așa vom putea transforma curcubeul emoțiilor dintr-un fenomen trecător într-o stare de echilibru constant.

Bibliografie:

- Goleman, Daniel, Inteligența emoțională, București, Curtea Veche Publishing, 2008
- Pena, Diana, Puterea emoțiilor, Cluj-Napoca, Editura Trei, 2017
- Ekman, Paul, Emoțiile demascate, București, Editura Trei, 2014

EMOȚIILE, PRIETENI BUNI

PROFESOR CONSILIER ȘCOLAR: DAMIAN MARILENA
DIRECTOR: OGLAVIE DOINIȚA
ȘCOALA GIMNAZIALĂ SĂRULEȘTI

Cânt, dansez și sar voios,
Totul pare luminos,
Inima-mi e ca un chit!
Eu zâmbesc, sunt fericit!

Când ceva m-a întristat
Plâng și stau tot supărat,
Ar fi bine să vă spun
Ca bucurie să adun!

În burtică-i un fâșâit,
Cămăsimțuțin timid,
Respir adânc, privesc un nor,
Și curajul vine-n zbor!

Emoțiile vin și pleacă,
Ca norii pe cer de vară,
Dar cu tine, prieten bun,
Le-nvățăm în joacă acum!

DEZVOLTAREA SOCIO-EMOȚIONALĂ LA PREȘCOLARI ȘI ȘCOLARII MICI

Prof. Moldoveanu Emilia

Prof. Popa Gabriela

Grădinița cu program prelungit nr.3, Buzău

Dezvoltarea socio-emoțională vizează debutul vieții sociale a copilului, capacitatea lui de a stabili și menține interacțiuni cu adulți și copii, de a-și percepe și exprima emoțiile, de a înțelege și a răspunde emoțiilor celorlalți.

“Nu se poate concepe o bună adaptare la mediul școlar fără dezvoltarea competențelor emoționale și sociale ale școlarilor. Potențialul cognitiv rămâne nevalorificat fără abilități socio-emoționale, căci înainte de a gândi trebuie să interacționăm.” (Prof. Dr. Mircea Miclea)

Dezvoltarea socio-emoțională vizează debutul vieții sociale a copilului, capacitatea lui de a stabili și menține interacțiuni cu adulți și copii, de a-și percepe și exprima emoțiile, de a înțelege și a răspunde emoțiilor celorlalți, precum și dezvoltarea conceptului de sine. În strânsă corelație cu conceptul de sine se dezvoltă imaginea despre sine a copilului, care influențează decisiv procesul de învățare. Jocuri, cântece, activități educative, îndeplinirea sarcinilor trasate de părinți sau efectuarea temelor date de învățătoare, toate manifestările școlarului sunt însoțite de emoții și sentimente. Dezvoltarea socială și emoțională reprezintă fundamentul relațiilor și interacțiunilor care dau semnificație experiențelor copiilor de acasă, de la grădiniță, din comunitate. Ea influențează semnificativ succesul copiilor în viață și la școală.

Calitatea acestor interacțiuni stimulează dezvoltarea socio-emoțională adecvată a copiilor. Specificul acestui domeniu este dat de strânsa legătură care există între planul social și cel emoțional. Ambele dimensiuni se completează reciproc și sunt interdependente. Interacțiunile sociale reușite fac posibilă dezvoltarea unei imagini de sine pozitivă și a autocontrolului.

Dezvoltarea socială și emoțională a școlarului mic

Debutul școlar este unul caracterizat de instabilitate emoțională cauzată de schimbarea tipului de activitate dominantă de la joc la activitatea de învățare, de mediul școlar nou, de necesitatea stabilirii noilor relații cu colegii și cadrele didactice.

La intrarea în mediul școlar orizontul copilului începe să se lărgască mai mult în afara familiei. În această perioadă devine mai independent de familie, iar principala lui preocupare este legarea de prietenii și relațiile cu învățătorul, profesorul și colegii de clasă.

La vârsta școlară copilul reușește să-și exprime emoțiile și trăirile, se dezvoltă gândirea și începe să se compare cu alți copii de aceeași vârstă. O relație pozitivă și deschisă cu părinții îl încurajează să se simtă în siguranță pentru a se aventura în afara teritoriilor familiare.

Principala provocare a școlarului mic este integrarea în mediul școlar, în cadrul familiei și printre prietenii săi.

Educația socio-emoțională cuprinde totalitatea activităților de învățare care conduc la dobândirea experienței individuale de comportare socială și emoțională, la formarea competențelor emoționale și sociale ale individului.

Copilul trebuie pregătit pentru viață. Trebuie să avem în vedere educarea acelor detalii emoționale și abilități sociale – care să-l ajute pe acesta să facă față încercărilor, să le analizeze, să învețe din ele, să le depășească și să nu se lase învins de un eșec.

EXEMPLE DE BUNĂ PRACTICĂ PRIN CARE PUTEM SUSȚINE SOCIO-EMOȚIONAL ELEVII ÎN CADRUL ACTIVITĂȚILOR DIDACTICE DESFĂȘURATE ÎN CLASĂ SAU ONLINE

- **Întâlnirea de dimineață**

Copiii au nevoie de conexiune! O strategie pozitivă și simplă este să vă începeți dimineața cu salutări zilnice. Nu trebuie să fie o procedură complicată sau consumatoare de timp. În cazul predării online salutarile pot fi virtuale și pot îmbrăca diferite forme.

- **Momentul de poveste**

Poveștile au reprezentat întotdeauna un material extrem de important pentru modelarea comportamentului școlarului mic. Prin analiza textului în cadrul orelor de Comunicare în limba română sau Dezvoltare personală susținem de fapt socio-emoțional elevii.

Literatura pentru copii constituie o sursă inepuizabilă de exemple frumoase de comportamente oglindite în mici antiteze între personaje, ne oferă consecințele neascultării sau ascultării, vredniciei sau lenei, cinstei sau necinstei, adevărului sau minciunii, ne prezintă trăsături pozitive ale unor eroi, dar și trăsături nedemne, condamnabile ale unor personaje. Peripețiile personajelor, răutatea celor negative, bunătatea celor principale îi înduioșează pe copii și îi conving că este bine să urmeze exemplul celor bune. Finalul moralizator contribuie în mare măsură la alegerea exemplului pozitiv. Copiii trec prin stări emotive diferite, de la teama pentru răul care ar putea să o piardă pe eroina îndrăgită, la bucuria că a scăpat cu bine din toate încercările pricinuite de personajele negative.

Poveștile îi ajută pe copii:

- să ia decizii proprii;
- să învețe diferența dintre bine și rău;
- să își exprime propriile sentimente și emoții mai bine;
- să-și dezvolte încrederea în forțe proprii;
- să-și îndrepte atenția către aspecte pozitive ale vieții (frumusețe, bucurie, dragoste etc.), dar fără a exclude partea negativă;
- să-și dezvolte viața afectivă (îl ajută să aibă acces la sentimente și trăiri specifice personajelor și să le transpună în viața de zi cu zi).

- **Jocul**

Jocul este o altă metodă de susținere socio-emoțională. Jocul este o formă de învățare, de cunoaștere, de experimentare, de vindecare, de experimentare și socializare.

Prin joc școlarii mici percep lumea din jurul lor, caută răspunsuri și găsesc soluții. Sentimentul de siguranță, încredere și acceptare pe care i le conferă contextul jocului, permit copilului să își exprime emoțiile, să-și asume riscuri, să încerce să experimenteze, să descopere lucruri noi, să treacă peste dezamăgiri, nereușite.

- **Momente de relaxare**

În predarea online sunt recomandate pauzele de reconectare socio-emoțională între cursuri, dar și în timpul cursurilor dacă elevii obosesc sau își pierd interesul pentru activitate.

Astfel, profesorul poate propune efectuarea unor exerciții de energizare - mișcări pe muzică, exerciții de respirație, audiție muzicală, realizarea unor desene pe fond muzical, prezentarea animalului de companie sau a jucăriei preferate, etc .

- **Încheierea activităților cu un feed-back pozitiv**

Sfârșitul zilei de școală poate deveni destul de agitat. Se poate încheia fiecare zi în mod intenționat, reunindu-ne pentru doar câteva minute pentru a reflecta asupra zilei noastre împreună. Se poate verifica cum se simt elevii, se poate vorbi despre ce a mers bine, se pot evidenția câteva gesturi de bunăvoință care au fost sesizate pe parcursul zilei și se pot stabili niște obiective pentru ziua următoare.

DEZVOLTAREA SOCIO-EMOȚIONALĂ A COPIILOR PREȘCOLARI ȘI IMPLICAȚIILE EI ÎN ÎMBUNĂTĂȚIREA VIEȚII SOCIALE

Prof.pentru educație timpurie: PredaMarieta

G.P.N. Cochirleanca; jud.Buzău

„Copiii acestei lumi sunt inocenți, vulnerabili și dependenți. Ei sunt de asemenea curioși, activi, plini de speranță. Viața lor ar trebui să fie una de bucurie și pace, de joc, învățare și creștere. Viitorul lor ar trebui modelat în armonie și cooperare. Ei ar trebui să se formeze prin lărgirea orizonturilor și dobândirea de experiență.”

(Declarația adoptată la Summitul Mondial pentru Copii)

Grădinița solicită copilului noi cerințe și condiții de viață diferite de cele oferite înainte, în cadrul familiei. Aici, copilul devine obiectul unor influențe complexe, organizate în cadrul ambianței preșcolare (programul, educatoarea, grupa de copii) care influențează dezvoltarea lui psiho-socio-culturală. Vârsta preșcolară este o perioadă a descoperirilor. Depășind poate pentru prima dată spațiul restrâns, familial, al casei, copilul învață că există o lume interesantă dincolo de acestea, dorește să se implice în cunoașterea și transformarea ei, se descoperă pe sine ca o persoană care are abilitatea de a face să se întâmple anumite lucruri, câștigând autonomie în cunoaștere și inițiativă.

Fiecare copil este o ființă unică. Chiar în aceeași familie, fiecare copil este diferit de frații și surorile sale, iar diferența începe încă de la naștere, fiecare are comportamente specifice în ceea ce privește hrana, somnul, are reacțiile sale proprii la ceilalți. Are deci, „un stil de viață” al său. Părintele, dar și adultul educator (care poate fi îngrijitoare, asistentă medicală, cadrul didactic) au datoria de a respecta individualitatea copilului chiar din momentul în care acesta s-a născut. Dacă ei înțeleg, acceptă și respectă tot comportamentul legat de somn, mâncare, schimbările de dispoziție, temperamentul celui mic, vor putea înțelege și respecta mai ușor individualitatea copilului, așa cum se manifestă ea în etapele de vârstă ulterioare. Toți copiii trec prin aceleași stadii de dezvoltare, doar că o fac în chip specific. Aceste stadii includ schimbări esențiale în primii cinci ani de viață; este evident, de exemplu, că la 3 ani copilul se deosebește enorm de ceea ce va fi el pe la 7-8 ani. Pe măsură ce copilul se maturizează, se observă cum se dezvoltă și se structurează el ca individ unic: devine din ce în ce mai independent, are propriul său bagaj de cunoștințe, atitudini, valori, și credințe (care evoluează și ele și pe care le exprimă într-un stil ce-i aparține). Pentru a pleca spre orizontul maturității, copilul are nevoie de cinci activități conducătoare: comunicare emoțională afectivă nemijlocită cu cei din jur, explorarea concretă a lumii care îl înconjoară, diversificarea jocurilor, învățătura, implicarea creativă, dobândirea inițiativei, a responsabilității, comunicarea socială în grupul celor de aceeași vârstă - ca deprindere de bază pentru viața matură de mai târziu. În acest drum ascendent al dezvoltării personalității, esențială este concepția (părerea) copilului despre sine: felul în care se evaluează și valorizează. Această opinie despre sine are o componentă afectivă puternică și, de aceea, emoțiile, sentimentele copilului sunt un alt element de luat în considerație atunci când se vorbește despre personalitatea sa.

Dezvoltarea eului include, la copii, dezvoltarea emoțională. Copiii mici își exprimă în mod liber și exploziv sentimentele: bucurie, gelozie, timiditate. Unii plâng ușor. Pe măsură ce cresc, ei

încep să înțeleagă regulile din jur și să ia în considerare opiniile altora, se conformează regulilor sociale de exprimare a sentimentelor. Pe măsură ce copiii cresc, trebuie să fie învățați că nu își pot exprima emoțiile oricând și oriunde. Scopul final al cerințelor de disciplină manifestate față de copil este de a-l ajuta să devină o persoană independentă, care se poate controla; căci de independență și autocontrol depind calitatea și forța concepției optimiste despre sine.

Această părere pozitivă despre sine va determina succesul în activitățile școlare și, mai târziu, în viață. Adulții trebuie să-și concentreze toate eforturile, astfel încât copilul să-și dezvolte o părere sănătoasă despre sine și să se considere membru important al societății, cu capacități și talente deosebite; atunci el va simți dorința de a fi productiv. Copilul trebuie să-și dezvolte capacitatea de adaptare în societate, în așa fel încât să trateze pe toată lumea ca fiind de aceeași valoare și să-și facă prieteni în funcție de o balanță corectă a ceea ce oferă și a ceea ce i se oferă. Fără această capacitate, copilul riscă să devină retras și așa va rămâne și la maturitate. Micuțul lipsit de această capacitate esențială în stabilirea relațiilor interumane poate deveni un monstru despot, care îi înlătură pe toți pentru a-și atinge scopurile. Cei mari, care se ocupă de educație, trebuie să mențină în mod conștient acel echilibru subtil între a împinge copilul de la spate și a-l încuraja.

Este important de reținut că, pentru ca un copil să fie capabil să învețe bine la orice vârstă, el trebuie să ajungă la nivelul emoțional de maturizare al celui nivel de vârstă. Cu cât el este mai matur din punct de vedere emoțional, cu atât este mai capabil să învețe. Părinții pot avea cea mai mare influență asupra dezvoltării emoționale a copilului asigurându-i un rezervor de iubire veșnic plin. Dacă ei vor folosi constant cele cinci limbaje de iubire: mângâierile fizice, cuvintele de încurajare, timpul acordat, darurile, serviciile, vor oferi copilului o formă de stimulare intelectuală extrem de eficientă. Cu toții ne dorim ca acești copii să crească și să se împlinească, de aceea trebuie să ne manifestăm iubirea prin toate formele de limbaj amintite și apoi să-i învățăm cum să le folosească la rândul lor. Acest lucru este deosebit de important nu numai pentru copii ci și pentru cei alături de care vor trăi sau cu care vor porni la drum, ca parteneri.

Până nu demult, omul a fost considerat o ființă rațională, iar emoțiile nu trebuiau exprimate în public deoarece însemna un act de imaturitate din partea acelei persoane.

Datorită cercetărilor, specialiștii au ajuns la concluzia că de fapt omul este o ființă emoțională, și dacă aceste emoții sunt educate, beneficiile obținute în urma acestui proces sunt enorme.

Inteligența emoțională redefinește imaginea despre lume și om. Astăzi se știe că emoțiile sunt cele mai importante resurse ale omului. Inteligența generală crește dacă se dezvoltă inteligența emoțională.

Cercetările au arătat că succesul la locul de muncă sau în viață depinde 80% de inteligența emoțională și doar 20% de intelect. Dacă intelectul ne ajută să rezolvăm probleme, să facem calcule mintale sau să procesăm informații, inteligența emoțională ne permite să fim creativi și să ne folosim emoțiile pentru a ne rezolva problemele. Inteligența emoțională este „abilitatea de a percepe și exprima, de a asimila emoții în gândire, de a înțelege prisma emoțiilor și de a regla emoțiile proprii și ale altora.”

Dacă emoțiile sunt conștientizate în totalitate, în ciuda faptului că unele dintre ele spun despre noi lucruri pe care nu am vrea să le auzim, trebuie să învățăm să le gestionăm în mod constructiv în vederea atingerii unui anumit scop.

Inteligența emoțională desemnează capacitatea de a recunoaște emoțiile proprii și ale celorlalți, de a ști ce înseamnă să te simți bine, să fii fericit și vesel, ce înseamnă să fii trist, supărat; în plus presupune cum să treci de la emoții negative la emoții pozitive.

Este necesar să înțelegem caracteristicile individuale ale fiecărui copil, să-i acceptăm și să-i iubim pe fiecare, să-i înțelegem cu blândețe și dragoste și să-i modelăm în așa fel încât să le dezvoltăm adevăratele aptitudini.

Grădinița este capabilă să respecte interesele spontane ale copilului și modurile sale firești de învățare. Poate respecta entuziasmul pentru activitățile fizice, pentru proiecte creative, pentru arte și joc și ar trebui să-i dea ocazia copilului de a învăța prin aceste activități.

Educatoarea poate desfășura diverse tipuri de activități: jocuri de autocunoaștere pe bază de imagini și desene, identificarea caracteristicilor personale elementare, portofoliu (sarcina de grup), colaje, desene, exerciții pentru identificarea asemănărilor și deosebirilor prin comparare cu ceilalți / celelalte și cu personaje din povești, desene animate, filme, discuții și studii de caz despre nevoile diferite ale fiecăruia, dezbateri pe tema respectării spațiului personal și a nevoii de intimitate, exerciții în perechi pentru exersarea elementelor simple de ascultare activă, jocuri de rol, evenimente cotidiene, secvențe de film pentru observarea și analizarea diferențelor între familii, sarcini de grup în care se stabilesc roluri, reguli, exerciții situaționale cu dificultăți care pot apărea în grup, jocuri de rol cu secvențe / dialoguri din povești despre relațiile din familie, exerciții de luare de decizii în situații relevante pentru copii, exerciții de luare de decizii în situații de risc sau criză (incendii, inundații, cutremure), exerciții individuale și de grup, de identificare a alternativelor unor probleme, exerciții de analiză critică a alternativelor unei probleme.

După cum se observă se pune un accent deosebit pe utilizarea tehnicilor creative ca mijloc de construire a personalității, tehnici care permit o conectare cu sine însuși. Dezvoltarea capacității de expresie și comunicare în relațiile interumane, îi ajută pe copii să se înțeleagă pe sine, să se elibereze de anxietățile acumulate, de tensiuni și să-și dezvolte abilități de comunicare și inserție socială, facilitând de asemenea elaborarea unor strategii de rezolvare a conflictelor. Se pot folosi tehnici multiple pentru educația optimă a fiecărui copil și în cadrul activităților alese din programul zilnic de la grădiniță. Educatoarea poate obține cât mai multe informații posibile despre fiecare preșcolar prin metoda observației și a conversației. Aceste informații sunt utile îndeosebi în cazul în care un copil întâmpină o dificultate în a învăța. Învățământul preșcolar permite stabilirea unor obiective educaționale, concrete cum ar fi: gândirea interdisciplinară, găsirea calităților fiecărui individ.

În grădinițe se poate aplica metoda proiectelor care permite copiilor să întâlnească materialul ce trebuie stăpânit într-o varietate de forme și contexte facilitând astfel înțelegerea «și cel mai bun mod de a realiza aceasta este să recurgă la toate inteligențele care sunt relevante pentru acest subiect, în cât de multe moduri legitime posibile».

Educatoarele folosesc, din ce în ce mai mult în grădiniță, experiențe diversificate pentru a putea descoperi inclinațiile și aptitudinile copilului.

«În numeroase moduri inteligențele multiple par a fi un dar special al copilăriei. Când observăm copiii, îi vedem cu ușurință cum își utilizează diferitele inteligențe ».

Ceea ce se cere de la noi, ca educatori, dascăli, părinți, este să ajungem să cunoaștem și să înțelegem de ce copiii reacționează într-un anumit fel, astfel încât noi să fim apti de a face schimbările necesare în comportamentul lor. Caracteristicile individuale esențiale de care vom ține seama atunci când evaluăm copilul sunt: nivelul de autocontrol/impulsivitate, adaptabilitatea/ rigiditatea, reacții calme/ reacții intense, bună dispoziție/ proastă dispoziție, implicarea/ retragerea, concentrarea/ în atenția, creativitatea/conformismul, generozitate/ egoism, activitate/ inactivitate. Prin urmare, modul în care sunt satisfăcute obiectivele educaționale se va răsfrânge asupra personalității adultului de mai târziu.

Pornind de la premiza că inteligența emoțională constituie liantul între persoana și mediul din care face parte, în acest context unul dintre obiectivele grădiniței și familiei este educarea copiilor în sensul omeniei, generozității, receptivității la durerile și bucuriile celor din jur.

Scopul teoriei inteligențelor multiple, este de a evidenția faptul că suntem toți atât de diferiți deoarece toți avem diferite combinații de inteligențe și, dacă vom recunoaște acestea « cred că vom avea cel puțin o șansă mai bună de a face față mai bine numeroaselor probleme cu care ne confruntăm în lume. Dacă reușim să mobilizăm întreaga gamă de inteligențe umane și să le aliem cu un sens etic, vom putea să contribuim la mărirea probabilității de supraviețuire pe această planetă și poate chiar să contribuim la progresul nostru ca specie umană.

Bibliografie:

1. Goleman, D. Inteligența emoțională. București: Curtea Veche Publishing. 2001
2. Vygotsky, L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press. 1978
3. Piaget, J. The Child and Reality. Penguin Books. 1976
4. Stan, E. Dezvoltarea creativității în grădiniță. București: Editura Didactică și Pedagogică. 2012
5. Cerghit, I. Metode de învățământ. București: Editura Polirom. 2006
6. Ministerul Educației Naționale. Curriculum pentru educație timpurie. București. 2019

ARTA EMOȚIILOR ELEVULUI MIC – EXEMPLE DE BUNE PRACTICI

Dragomir Mihaela Ramona

Liceul de Arte Margareta Sterian

În universul sensibil al muzicii, emoțiile nu sunt doar reacții interioare, ci adevărate culori care dau viață interpretărilor artistice. Elevii unui liceu de arte, în special cei mici de la învățământ primar, profilul muzică, trăiesc fiecare zi într-un amestec de sunete, stări și trăiri intense. Tocmai de aceea, conștientizarea și înțelegerea emoțiilor devin esențiale pentru dezvoltarea personală și profesională a viitorilor tinerilor artiști.

Curcubeul emoțiilor este o metaforă care ne ajută să înțelegem diversitatea și complexitatea trăirilor umane – de la bucurie, entuziasm și curaj, până la tristețe, frustrare sau teamă. Asemenea unui curcubeu, emoțiile noastre nu există izolat, ci se întrepătrund și ne influențează comportamentul, motivația și capacitatea de a învăța.

În context educațional, în special în cadrul unui liceu de muzică, gestionarea emoțiilor joacă un rol crucial. Elevii se confruntă frecvent cu presiunea performanței, cu teama de eșec sau cu nevoia de validare. În același timp, ei învață să transmită emoții prin instrument, voce și interpretare, ceea ce face ca dezvoltarea inteligenței emoționale să fie nu doar necesară, ci vitală.

Jocuri desfășurate cu elevii claselor pregătitoare- clasa a IV-a, care au avut un impact major în demersul pentru o educație de calitate bazată pe conștientizarea emoțiilor:

- a) *Jurnalul emoțiilor* – Încurajarea elevilor să țină un jurnal în care să reflecteze zilnic asupra stărilor emoționale trăite la repetiții, la școală (în special atunci când au teste de verificare) sau spectacole. Această practică ne-a ajutat la autocunoașterea și reglarea emoțională.
- b) *Muzicoterapia și mindfulness-ul* – Activități de respirație conștientă, relaxare ghidată sau audiții muzicale cu scop introspectiv au redus stresul și anxietatea, crescând capacitatea de concentrare la orele de cultură generală și expresivitate artistică.
- c) *Dezbaterea emoțiilor în colectiv* – Organizarea de cercuri de discuții tematice (ex. „Cum mă simt înainte de un concert?”, Cum mă simt înaintea unui text pentru care m-am pregătit? Cum mă simt dacă nu m-am pregătit? Cum reușesc să îl ajut pe colegul care nu a înțeles lecția?) a favorizat empatia, comunicarea asertivă și sentimentul de apartenență la grup.
- d) *Comunicarea permanentă profesor–elev* – O educație de calitate presupune profesori care nu doar evaluează performanța tehnică, ci și încurajează, ascultă și modelează comportamente emoționale sănătoase. Relația deschisă și bazată pe încredere este a fost cheia succesului artistic și uman.
- e) *Integrarea emoțiilor în procesul de predare* – lecțiile, în special cele de educație civică, au inclus momente de reflecție emoțională, fie prin comentarea unei lucrări muzicale din punct de vedere afectiv, fie prin exprimarea liberă a stării interioare.
- f) *Floarea emoțiilor*” este o altă activitate care le-a plăcut foarte mult elevilor mei. Fiecare copil extrage un jeton pe care este scrisă o emoție, citește definiția de pe spatele lui și completează pe un bilet sub formă de petală de floare o situație în care s-a manifestat acea emoție. Apoi elevii o mimează. Se realizează astfel o floare cu toate petalele completate de copii.
- g) *„Copacul emoțiilor”*, un afiș care ajută la identificarea și conștientizarea emoțiilor copilului, la diversificarea vocabularului emoțional al acestuia prin învățarea etichetelor lingvistice corespunzătoare pentru o gamă complexă a emoțiilor. Pornind de la cele de bază, planșa indică o multitudine de variații ale acestora, fiind un instrument excelent pentru înțelegerea lor în profunzime.

În concluzie, educația nu înseamnă doar acumulare de cunoștințe, ci formarea unor copii capabili să-și înțeleagă și să-și exprime emoțiile într-un mod autentic și echilibrat. Într-un liceu de muzică, unde emoția este instrumentul principal al comunicării artistice, construirea unei educații de calitate

presupune armonizarea inteligenței cognitive cu cea emoțională. Curcubeul emoțiilor nu trebuie ocolit – el este cel care dă culoare educației, artei și vieții.

Bibliografie:

1. Botiș, Adina, Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și băieți, cu vârsta până în 7 ani – Ghid pentru cadrele didactice din învățământul preșcolar, proiect UNICEF, 2007;
2. <https://psihosensus.eu/ce-sunt-emoțiile-cele-6-emotii-de-baza;>
3. <https://www.scientia.ro/homo-humanus/51-psihologie/468-ce-sunt-si-care-sunt-emoțiile.html> .

EDUCAȚIA BAZATĂ PE INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ

Moroianu Elena Luminița
Grădinița cu Program Prelungit Nr.6

„Este foarte important de înțeles că inteligența emoțională nu este opusul inteligenței, nu este triumful inimii asupra minții-este intersecția unică a celor două.” – David Caruso

Psihologii spun că dezvoltarea inteligenței emoționale începe în momentul nașterii, când un bebeluș își vede părinții zâmbind și învață să le zâmbească înapoi. Aceasta continuă în fiecare zi, dacă părinții sunt implicați în viața copilului și nu resping emoțiile și sentimentele lui.

Inteligența emoțională presupune „a gândi cu inima” – să știi să iei decizii, să-l poți înțelege pe celălalt, să-ți asumi responsabilitatea pentru ceea ce faci, să fii motivat, să știi să comunici cu ceilalți semenii. Copiii au nevoie de inteligență emoțională pentru a avea încredere în ei, pentru a se cunoaște mai bine, pentru a avea încredere în abilitățile lor. Inteligența emoțională se poate învăța și exersa încă din primul an de viață.

„Devenind mai echilibrați emoțional, va crește și siguranța lor și încrederea în sine; curiozitatea lor își va găsi căi firești de exteriorizare, vor învăța cum să-și câștige independența și autenticitatea în gândire și comportament, își vor dezvolta capacitatea de a face alegeri responsabile.” (Daniel Goleman). Inteligența emoțională este considerată ca fiind cheia succesului în viață, fiind deosebit de necesară în orice moment al vieții. Este important să cultivăm inteligența emoțională la copii deoarece ei vor fi bine pregătiți pentru viață devenind adulți echilibrați. Este necesar să învățăm să ne educăm emoțiile la fel ca și gândirea, să încercăm să alungăm gândurile nepotrivite.

Copiii pot controla mult mai bine relațiile atât cu copii de vârsta lor cât și de vârstă mai mare. În familie copilul învață să facă față emoțiilor puternice dar și diverselor stări afective. Orice copil nu va învăța niciodată ceea ce îi va spune un părinte să facă, ci el va prelua comportamentul acestuia. Pentru o dezvoltare emoțională benefică a copilului, părintele trebuie să îl încurajeze pe copil să găsească sigur soluții la diverse probleme.

Indiferent de vârsta pe care o au, copiii nu trebuie să își neghe emoțiile și sentimentele. Este necesar ca ei să înțeleagă că acestea sunt normale și că nu este nimic greșit dacă și le expun. Prin desen, copilul preșcolar reușește cel mai bine să-și exprime sentimentele. Comportamentul unui copil inteligent emoțional se evidențiază prin faptul că comunică ușor cu cei din jurul lui, știe să-și controleze trăirile negative, are capacitatea de a vorbi liber despre ceea ce simte, are prieteni și leagă ușor relații cu alți copii, își expune propriile preferințe și păreri.

Inteligența emoțională se poate învăța așa cum înveți să scrii și să citești. Părinții sunt primele persoane care contribuie la dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor. Implicarea părinților este vitală în primii ani de viață a copilului.

Daniel Goleman spune că „deși copilăria este extrem de importantă în punerea unor baze solide pentru dezvoltarea inteligenței emoționale, ea poate fi îmbunătățită și cultivată inclusiv la vârsta adultă”. Perioada copilăriei este foarte importantă pentru punerea unor baze solide în dezvoltarea emoțională.

Inteligența emoțională a copiilor ar trebui să fie o preocupare constantă a părinților și a profesorilor, fiind o aptitudine-cheie pentru reușita în viață. EQ-ul poate fi îmbunătățit și cultivat mai ales în copilărie, inclusiv prin jocuri distractive. Exerciții pentru dezvoltarea inteligenței emoționale la copii

Când întrebi un copil cum se simte și îți răspunde: “Nu știu”, probabil că, într-adevăr, nu știe. Sunt foarte puțini cei care știu să identifice corect emoțiile. De ce? Pentru că nu au fost învățați să facă acest lucru. La adulți, inteligența emoțională contribuie la asigurarea succesului în viața profesională, în timp ce copiilor le asigură succesul la școală. Pe de altă parte, dezvoltarea empatiei duce la relații mai sănătoase cu cei din jur, iar dezvoltarea stimei de sine, la succesul adultului de mai târziu.

Vestea bună este că, spre deosebire de IQ, inteligența emoțională se poate dezvolta prin tot felul de activități care pot fi atractive pentru copii.

Uneori, nici adulții nu au pregătirea necesară pentru a-și identifica emoțiile și a vorbi despre ele. Pentru a-ți ajuta copilul, este necesar să treci printr-un proces de instruire.

Harta emoțiilor conține cinci emoții de bază: fericire, tristețe, furie, teamă și rușine, cărora le corespund alte emoții. Copiii trebuie să înțeleagă că nu există emoții bune și emoții rele. În loc să le eticheteze în această manieră, ar fi mai indicat să le simtă, să le observe. Mai degrabă le-am numi emoții confortabile și emoții inconfortabile. Dacă le etichetăm ca pozitive și negative, vom avea tendința de a îngropa gunoierul sub preș, în loc de a lucra cu emoțiile, pentru a nu mai avem acea senzație de disconfort. Dacă aveți dificultăți în identificarea emoțiilor, puteți apela oricând la ajutorul unui psiholog.

De ce este atât de important să lucrezi cu propriile emoții? Pentru că părintele este exemplul cel mai bun și la îndemână al unui copil. Noi știm că orice copil învață prin observare și imitație. Mai important decât ceea ce îi spunem, este exemplul personal.

Joacă-te cu copilul tău

Oricât ai fi de ocupat, găsește-ți timp, chiar și câteva minute pe zi, să te joci cu copilul tău. Prin intermediul jocului, copiii își dezvoltă creativitatea, limbajul, inteligența emoțională și aptitudinile sociale.

Spune-i copilului tău că îl iubești

Chiar dacă este evident că îți iubești copilul, comunică-i acest lucru în fiecare zi. Afirmatia potrivit căreia doar atunci când copilul tău doarme, ar trebui să îi arăți afecțiunea, nu aduce niciun beneficiu. Copilul are nevoie să știe că este iubit și acceptat, chiar dacă a făcut o boacăna. Dacă dezaprobi felul în care s-a comportat la un moment dat, nu înseamnă că nu îl iubești necondiționat, iar el trebuie să știe acest lucru.

Fii disponibil

Petrece timp de calitate cu copilul tău. Cel puțin 10 minute pe zi, elimină orice sursă de distragere și stai de vorbă cu el. Întreabă-l cum și-a petrecut ziua, dacă a avut parte de vreun eveniment deosebit, cum a reacționat și cum s-a simțit în anumite momente. Încearcă să vezi lucrurile din perspectiva lui și demonstrează că îl respecți. Arătându-i copilului că îți pasă de el, îl vei ajuta să își dezvolte capacitatea de empatie.

Conectează-te cu fiecare în parte

Dacă ai mai mulți copii, petrece timp cu fiecare dintre ei. Conexiunile individuale vă vor consolida relația, le vor dezvolta stima de sine și îi vor face să se simtă importanți.

Vorbește-i despre emoții

Internetul abundă în imagini care reflectă diferite emoții. Alege unele cu care copilul tău se poate conecta mai ușor și explică-i ce emoții reprezintă. Alege câte o emoție, pe rând, și cere-i să îți ofere exemple de situații în care a simțit emoția respectivă. În acest fel, te vei convinge că a înțeles semnificația emoțiilor și îl vei învăța să vorbească despre ele.

Învăță-l prin comparație

Vorbește-i despre momente când situațiile sunt înfricoșătoare și momente când nu sunt înfricoșătoare. Provoacă-l să își amintească situații din viața lui în care a trăit anumite emoții. Începe prin: “Câteodată mă tem de...” și lasă-l să termine propoziția. Permite-i să își amintească și de acele situații în care emoția trăită a fost pozitivă: “Nu mă tem când...”. Astfel, copilul va învăța să vadă lucrurile și din altă perspectivă.

Grijă la tehnologie

Pentru un copil, tableta sau smartphoneul pot deveni jucăriile ideale, dacă este lăsat nesupravegheat câte o zi întreagă. Ele sunt instrumente de care copilul se poate folosi pentru un moment de relaxare sau joacă, dacă este ceva ce își dorește atât de mult, însă timpul petrecut în mediul virtual trebuie limitat. Pentru a evita crizele de isterie, îi poți prezenta alte opțiuni care știi că sunt atrăgătoare pentru el, de exemplu un moment de joacă cu familia, jucând jocul care îi place mai mult. Inteligența emoțională se dezvoltă în relație cu cei din jur, cu oameni veritabili care pot demonstra iubire și empatie. În niciun caz, nu folosi aceste gadgeturi drept recompensă. Știu, este mai simplu, dar dacă vei cădea în această capcană, copilul nu va învăța să acționeze din responsabilitate, ci pentru a-și primi recompensa.

Învăță-ți copilul să respire

Învățarea unei tehnici de respirație lentă poate fi de mare folos pentru a-ți liniști copilul. Pentru a-l învăța mai ușor această tehnică, spune-i să își imagineze că suflă într-o lumânare, inspirând adânc pe nas și expirând pe gură. Sau folosește tehnica baloanelor de săpun. Pentru a face balonul, copilul va trebui să inspire și apoi să sufle. În acest fel, va fi o activitate distractivă și va învăța o tehnică neprețuită.

Desenarea emoțiilor

Cere-i copilului să deseneze fețe care exprimă diferite emoții. Dacă este mic, probabil va desena ceva ce seamănă cu un emoticon, dar pe măsură ce va crește desenele lui vor deveni tot mai elaborate și va înțelege mai multe despre emoții.

Găsește emoția

Ia o revistă sau un album foto și provoacă-ți copilul să găsească cât mai multe emoții diferite.

Curcubeul emoțiilor un alt joc îndrăgit de copii

Împreună cu piticii dumneavoastră, imaginați-vă că cele mai puternice șapte emoții au propria lor culoare. De aceea lumea este atât de colorată! Desenați propriul curcubeu, atribuind, în engleză, o emoție fiecărei culori.

De exemplu:
Fericire - Roșu
Tristețe - Portocaliu
Frică - Galben
Furie - Verde
Mirare - Albastru
Dezgust - Indigo
Îndoială - Violet

Acceptați propriile emoții și urmăriți-vă starea emoțională. Toată lumea va fi fericită!

Pentru a crește un copil bun și disciplinat, un părinte are nevoie de inteligența emoțională pe care o cultivă copilului. Copilul are nevoie să învețe cum să-și recunoască propriile sentimente și emoții. Prin dobândirea inteligenței emoționale, drumul către succes este mai ușor.

Bibliografie

- DANIEL GOLEMAN, Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001
- MIHAELA ROCO, Creativitatea și inteligența emoțională, Editura Polirom, Iași, 2001

EMOȚII COLORATE

Profesor Miron Paula
Școala Gimnazială Golești Vrancea

Școlarii mici se află într-o etapă importantă a dezvoltării lor. Ei sunt curioși, plini de energie și încep să descopere lumea din ce în ce mai mult prin școală. Activitățile școlare, fie că sunt lecții obișnuite, jocuri educative sau proiecte în grup, pot stârni o varietate de emoții. Aceste trăiri sunt firești și fac parte din procesul de învățare și adaptare.

Una dintre cele mai frecvente emoții pe care o simt copiii la școală este **bucuria**. Bucuria apare atunci când învață ceva nou, când primesc o notă bună sau când sunt lăudați de învățătoare. De asemenea, copiii se simt fericiți atunci când participă la activități distractive, cum ar fi desenul, jocurile în aer liber sau orele de muzică. Prietenii din clasă contribuie și ele la starea de bine. Când lucrează împreună cu colegii, râd și se simt parte dintr-un grup, ceea ce le oferă siguranță și confort emoțional.

Totuși, nu toate emoțiile sunt plăcute. Unii copii pot simți **frica** sau **anxietatea**, mai ales în fața unor provocări noi, cum ar fi testele, răspunsurile în fața clasei sau când nu știu să rezolve o sarcină.

Teama de a greși sau de a fi certați poate apărea în rândul celor care sunt mai sensibili sau perfecționiști. Această emoție poate fi intensă dacă nu există încurajare sau sprijin din partea adulților. De aceea, este important ca profesorii și părinții să îi ajute pe copii să înțeleagă că greșelile fac parte din procesul de învățare.

De asemenea, copiii pot simți **rușine** sau **jenă** dacă sunt criticați în fața clasei sau dacă se simt diferiți de ceilalți. De exemplu, dacă un copil are dificultăți la citit sau la scris, el poate deveni timid și retras. Emoția de rușine îl poate împiedica să participe activ, iar în timp, încrederea în sine poate scădea. Este esențial ca profesorii să creeze un mediu prietenos, în care fiecare copil să se simtă acceptat și înțeles.

O altă emoție des întâlnită este **curiozitatea**. Copiii de 8 ani sunt dornici să afle cât mai multe lucruri. Ei pun întrebări, explorează și sunt entuziasmați de activitățile care le stimulează imaginația. Lecțiile interactive, experimentele și activitățile practice sunt cele care trezesc această emoție pozitivă. Curiozitatea este un motor important al învățării și ar trebui încurajată în fiecare zi.

Uneori, copiii pot simți și **frustrare** sau **supărare**, mai ales atunci când nu reușesc să finalizeze o activitate sau când nu sunt ascultați. Aceste emoții sunt normale și pot fi depășite cu răbdare și sprijin. De exemplu, un copil care nu reușește să coloreze perfect poate deveni nervos, dar cu încurajare și explicații simple, el poate învăța să fie mai răbdător și să accepte imperfecțiunea.

În plus, elevii pot simți **mândrie** atunci când își termină cu succes un proiect sau primesc aprecieri din partea colegilor sau profesorului. Această emoție le întărește stima de sine și îi motivează să continue să se implice.

În concluzie, scolarii mici experimentează o gamă largă de emoții în timpul activităților școlare. De la bucurie și curiozitate, la teamă, rușine sau frustrare, toate aceste trăiri sunt firești. Rolul adulților este să le recunoască, să le accepte și să îi ajute pe copii să le gestioneze sănătos. Astfel, școala poate deveni nu doar un loc de învățare, ci și un spațiu sigur în care copiii cresc emoțional și se dezvoltă armonios.

Bibliografie

- 1) *ABC-ul emotilor*, proiect cu Inspectoratul de Politie Vrancea

EMOȚIILE LA PREȘCOLARI-FUNDAMENTUL RELAȚIILOR ȘI AL ÎNVĂȚĂRII

Prof. Constantinescu Cristina Elena
Grădinița cu P. P. Nr. 2 Focșani

În primii ani de viață, copiii trăiesc o paletă largă de emoții intense, dar nu au încă limbajul, conștientizarea sau abilitățile de reglare necesare pentru a le înțelege și exprima. La grădiniță, emoțiile devin parte integrantă a procesului de învățare, dar și a interacțiunilor sociale. Pentru ca un copil să învețe eficient, să colaboreze și să se simtă în siguranță, are nevoie de un mediu care sprijină dezvoltarea sa emoțională.

Studiile recente arată că emoțiile influențează capacitatea de concentrare, memoria, motivația și chiar performanța cognitivă (Immordino-Yang & Damasio, 2007). Un copil care se simte acceptat și

iubit este mai deschis în fața provocărilor, are mai multă încredere în sine și este mai dispus să coopereze. În schimb, anxietatea, frica sau rușinea pot bloca procesele de învățare.

Astfel, grădinița nu este doar un spațiu pentru dezvoltarea competențelor cognitive, ci și un mediu unde se formează primele strategii de autoreglare emoțională.

La această vârstă, copiii învață cel mai bine prin modelare și joc. Emoțiile sunt învățate indirect: când un adult își exprimă calm frustrarea, când numește trăirea copilului („Ești trist pentru că jucăria s-a stricat”), când îl îmbrățișează sau îl ajută să se calmeze.

Activitățile care încurajează reflecția emoțională – cum ar fi jocurile de rol, citirea de povești cu personaje care experimentează emoții sau desenarea „vremii sufletului” – sunt metode eficiente și adaptate vârstei.

Cadrele didactice au un rol fundamental în dezvoltarea emoțională a copiilor. Ele pot cultiva un climat emoțional sigur, bazat pe empatie, încredere și acceptare necondiționată.

Acest lucru presupune:

- recunoașterea emoțiilor copilului fără a le judeca („Este în regulă să fii furios”)
- ghidarea copilului către exprimarea adecvată („Îi poți spune colegului că ești supărat, dar nu e bine să-l lovești”)
- utilizarea conflictelor ca oportunități de învățare și reflecție.

De asemenea, relația emoțională pozitivă dintre educator și copil devine o ancoră de siguranță și sprijin, mai ales în contexte dificile.

Este normal ca preșcolarii să aibă crize de plâns, accese de furie sau momente de retragere. Aceasta nu înseamnă că sunt „obraznici”, ci că emoțiile îi copleșesc. În locul pedepselor, este mult mai eficientă o abordare calmă, empatică și coerentă, care oferă sprijin, dar și limite clare.

Educația socio-emoțională ar trebui integrată în activitățile zilnice prin rutine, povești terapeutice, discuții de grup și jocuri care dezvoltă empatia și colaborarea.

În concluzie, emoțiile nu sunt doar reacții trecătoare, ci piatra de temelie a dezvoltării umane. În educația timpurie, este esențial să învățăm copiii cum să-și recunoască, accepte și exprime emoțiile, pentru a crește adulți sănătoși emoțional. Cadrele didactice care cultivă inteligența emoțională în grădiniță contribuie, de fapt, la construirea unei societăți mai empatică, mai echilibrată și mai umană.

Bibliografie

- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain, and Education*, 1(1), 3–10.
- Goleman, D. (1995). *Inteligența emoțională*. București: Curtea Veche.
- Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it?. *Early Education and Development*, 17(1), 57–89.
- Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*. New York: Guilford Press.

EMOȚIILE LA PREȘCOLARI – ÎNȚELEGERE, EXPRIMARE ȘI SPRIJIN EDUCATIONAL

Prof. educație timpurie : Damaschin Claudia Loredana

Grădinița cu P.P.Nr.2 Focșani

Emoțiile joacă un rol esențial în dezvoltarea globală a copilului preșcolar, influențându-i comportamentul, relațiile sociale, motivația pentru învățare și sănătatea mintală. În această etapă timpurie, copiii încep să recunoască, să numească și să gestioneze emoții de bază precum bucuria, tristețea, frustrarea sau frica. Educația timpurie are un rol crucial în susținerea dezvoltării emoționale, contribuind la formarea unui adult echilibrat și empatic.

Emoțiile nu sunt doar reacții trecătoare, ci piatra de temelie a dezvoltării umane. În educația timpurie, este esențial să învățăm copiii cum să-și recunoască, accepte și exprime emoțiile, pentru a crește adulți sănătoși emoțional. Cadrele didactice care cultivă inteligența emoțională în grădiniță contribuie, de fapt, la construirea unei societăți mai empatică, mai echilibrată și mai umană.

Între 3 și 6 ani, copiii traversează o perioadă intensă de dezvoltare emoțională. Potrivit lui Daniel Goleman (1995), inteligența emoțională este un predictor mai bun al succesului în viață decât IQ-ul, iar aceasta începe să se formeze în primii ani. Preșcolarii încep să înțeleagă că sentimentele sunt interne și temporare, iar comportamentele pot fi controlate.

Erik Erikson, în teoria sa despre dezvoltarea psihosocială, a identificat etapa „inițiativă vs. vinovăție” (3–6 ani), în care copilul își dezvoltă inițiativa de a acționa și de a se exprima emoțional. Dacă este încurajat, va deveni un adult încrezător; dacă este criticat sau ignorat, poate dezvolta rușine sau anxietate.

Exprimarea emoțiilor este esențială pentru dezvoltarea sănătoasă. Copiii care sunt învățați să-și identifice și exprime emoțiile într-un mediu sigur devin mai empatici și mai abili în relaționare. Potrivit lui Denham (2007), competența emoțională la vârsta preșcolară este un predictor al adaptării școlare ulterioare.

Activități precum jocul de rol, povestirile despre emoții și utilizarea de păpuși sau imagini expresive sunt metode eficiente prin care educatorii pot încuraja exprimarea și înțelegerea emoțiilor.

Adultul – fie părinte, fie educator – are un rol cheie în modelarea răspunsurilor emoționale. John Gottman (1997) a introdus conceptul de „coaching emoțional”, subliniind importanța recunoașterii

emoțiilor copilului, validării acestora și ghidării comportamentului într-o manieră empatică și constructivă.

De asemenea, mediul educațional trebuie să ofere siguranță emoțională. Un climat afectiv pozitiv, în care greșelile sunt acceptate ca oportunități de învățare, contribuie la dezvoltarea rezilienței emoționale. Copiii preșcolari pot experimenta dificultăți precum frica de separare, crizele de furie sau dificultăți în gestionarea frustrării. Intervențiile timpurii, bazate pe observarea atentă și sprijin individualizat, pot preveni apariția unor probleme emoționale mai serioase. Educația social-emoțională integrată în activitățile zilnice de la grădiniță (prin rutine, reguli clare, activități de grup) contribuie la dezvoltarea autoreglării și a empatiei.

În concluzie, dezvoltarea emoțională este un proces complex, care necesită timp, înțelegere și sprijin constant. În etapa preșcolară, emoțiile sunt intense și autentice, iar modul în care sunt întâmpinate și ghidate de adulți determină în mare măsură echilibrul emoțional al viitorului adult. A învăța copiii să recunoască, să exprime și să gestioneze emoțiile este una dintre cele mai valoroase investiții pe care le putem face în educație.

Bibliografie:

- Denham, S. A. (2007). Dealing with feelings: How children negotiate the worlds of emotions and social relationships. *Early Education and Development*, 18(4), 647–666.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Gottman, J., & DeClaire, J. (1997). *Raising an Emotionally Intelligent Child: The Heart of Parenting*. New York: Simon & Schuster.
- Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*. New York: Guilford Press.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52.

EMOȚII

**GRĂDINIȚA CĂSUȚA PITICILOR „SEMINARUL TEOLOGIC BUZĂU”
PROF.ED.TIMPURIE – GHINEA SILVIA**

Eu sunt un copil frumos,

Mititel și drăgăstos.

Orice zi e o veselie,

Tati se joacă cu mine.

Iată așa ne bucurăm,

Iute familia o implicăm.

Eva este sora mea,

Mica și bucuroasă-i ea.

Oricum eu o iubesc mult,

Tot mereu eu o ascult.

Ionuț este al meu frate,

Iar lui îi place la mate.

Emoții, emoții trăim,

Mici și mari în familie zâmbim.

Orice zi e i sărbătoare,

Toată familia simte o emoție mare,

Iubire ea se numește,

Iubirea de definește.

EXEMPLE DE BUNE PRACTICI LA GRĂDINIȚĂ

Prof. Înv. Preșc. Șarlea Ana-Florina

G.P.N.Izvoarele, Blaj

Blaj, jud. Alba

Dezvoltarea personalității copilului se realizează atât prin activitățile liber-alese desfășurate în grădiniță cât și prin activitățile pe domeniile experiențiale. Prin acestea, copilul își dezvoltă limbajul, își îmbogățește conținuturile cognitive, relaționează cu ceilalți, se dezvoltă din punct de vedere comportamental acomodându-se și adaptându-se în situații noi, își formează deprinderile și atitudinile, efortul, voința, cooperarea, perseverența, dezvoltarea spațio-temporală, respectarea intereselor și a muncii celor din jur, formarea atitudinilor pozitive față de muncă și educarea sentimentelor morale și etice.

În fiecare zi vedem tot mai mulți preșcolari din grădiniță care sunt atrași și receptivi de acele activități educaționale în care educatoarea utilizează soft-urile educaționale, calculatorul, ceea ce reprezintă o nouă viziune de învățare eficientă, prin utilizarea metodei instruirea asistată de calculator, fără însă a minimaliza importanța folosirii metodelor didactice tradiționale, clasice, sau activ-participative.

Învățământul românesc, respectiv educația timpurie la vârsta preșcolară, a înregistrat o continuă transformare și dezvoltare sub aspectul conținutului, metodologiei și strategiilor didactice folosite în procesul instructiv-educativ. Procesul de predare-învățare-evaluare la vârsta preșcolară a cunoscut noi dimensiuni, utilizarea noilor tehnologii în educație reprezentând un plus de experiență dobândit de preșcolari, o specifică legătură mai strânsă cu practica, pentru că ei și acționează în același timp, ceea ce îi va conduce pe viitor la o pregătire eficientă în concordanță cu cerințele unei societăți tot mai digitalizate. Știut fiind faptul că toate activitățile din grădiniță au la bază jocul, acesta fiind principala formă de organizare a procesului instructiv-educativ, am utilizat strategii moderne, respectiv jucării interactive, pe care copiii preșcolari din Bulgaria și cadrele lor didactice le utilizau cu succes în instruirea preșcolarilor, deoarece învățarea prin joc s-a dovedit a fi cea mai eficientă metodă practică în grădiniță.

Pornind de la faptul că în educația preșcolară, dar și la celelalte niveluri de învățământ utilizarea tehnologiei moderne îi ajută pe copii să aibă un mai mare grad de concentrare în timpul activităților, prin creșterea stabilității și angajarea lor mai eficientă în îndeplinirea sarcinilor didactice, am proiectat la grupa mare o activitate distractivă „Cursa ouălor de Paști” folosind într-una din secvențele activității, la asigurarea retenției o jucărie interactivă de tip „iepurăș”, de care preșcolarii au fost foarte încântați și interesați.

Astfel, în timpul desfășurării activității cu preșcolarii de la grupă am exersat atenția, concentrarea, autocontrolul și a memoria de scurtă durată (funcții executive), cultivarea imaginației și a creativității și dezvoltarea motricității fine și grosiere. Am desenat împreună cu copiii ouă de diferite culori pe mai multe foi. De exemplu, pe o foaie se află un ou roșu, pe alta un ou albastru, pe alta un ou galben. Am lipit foile pe zid, în diferite părți ale grădiniței. După am oferit indicații copilului despre culoarea oului

care trebuie atins cu o anumită parte a corpului. De exemplu, le-am spus să atingă oul roșu cu piciorul drept sau oul galben cu urechea stângă. Ouăle fiind așezate în diferite locuri, aceștia vor trebui să își amintească unde se află oul colorat, să alerge spre ele și să își amintească și cu ce parte a corpului trebuie să îl atingă. Pentru mai mult amuzament am schimbat rolurile.

Desfășurarea unor activități bazate pe acțiunea concretă cu obiectele, utilizarea tehnologiei moderne, respectiv a jucăriilor interactive în procesul instructiv-educativ le trezește preșcolarilor interesul pentru activitățile educaționale în general, le stimulează gândirea, creativitatea, inițiativa, aceștia experimentând emoții pozitive prin angajarea în sarcini plăcute, ceea ce îi determină să participe cu plăcere, veselia și satisfacția plăcerii de a învăța instalându-se cu ușurință pe chipurile lor. Pentru a răspunde trebuințelor, nevoilor actuale ale copiilor din societatea de astăzi, noi, cadrele didactice, putem proiecta și desfășura activități didactice, folosind jucării interactive în majoritatea domeniilor experiențiale.

Și în activități de educarea limbajului se pot utiliza în anumite secvențe ale activității jucăriile interactive prin realizarea unor sarcini didactice de asociere sunet inițial – cuvânt, de identificare a formei de singular și plural a obiectelor, prin identificarea imaginii de singular-plural cu ajutorul jucăriei interactive, în formularea de propoziții, pe baza imaginii la care se oprește „albinuța“, ce a fost în prealabil activată prin apăsarea tastelor de deplasare, dar și în activitățile integrate.

Jucăriile interactive reprezintă mijloace de învățământ moderne, atractive, pe care le putem introduce cu succes în activitățile educaționale desfășurate cu copiii preșcolari de la grupă, stimulând creativitatea educabililor, inițiativa, încurajând astfel comunicarea didactică între profesor-copii.

Bibliografie:

- 1.Bonnet, A. (2007). Fach, Sprache, Interaktion-Eine Drei-Saulen-Methodik für CLIL.
- 2.Fremdsprachen Lehren und Lernen, 36, p.126.Coyle, D., Hood, P., and Marsh, D. (2010).
- 3.CLIL. Content and Language Integrated Learning. Cambridge: Cambridge University Press.
- 4.Antonovici, Ș., Neațu, P., Jocuri și activități alese, Editura Aramis, 2008

FERICIREA

Prof. înv. preșcolar: Pojar Florina – Anca

Grădinița cu P.P. “Pinocchio” Zalău

Fericirea când se arată,
Eu zâmbesc frumos în dată,
Chipu-mi este luminos
Și mă știu juca frumos!
Nu mă supăr, eu zâmbesc,
La joacă când mă găsesc
Jucăriile le împart,
Cu prietenii mei în parc.
Și frumos noi ne jucăm,
Țesem clipe minunate
Cu bucurie le ducem toate!

UTILIZAREA STRATEGIILOR INTERACTIVE ÎN ACTIVITATEA DIDACTICĂ

Prof. înv. primar FÎNTÎNĂ ANCA-NICOLETA

Școala Gimnazială Cleja, jud. Bacău

Orice metodă va aduce succes nu, în primul rând, prin alegerea ei, ci, prin modul în care este pusă în valoare. Fie ea tradițională sau modernă, aceasta trebuie să trezească mintea și să deschidă sufletul copilului. În folosirea strategiei, dascălul trebuie să-și pună în valoare cuvântul și gestul, pe sine însuși, prin tot ce oferă elevilor. Succesul valorificării strategiei depinde de arta educatorului, de voința celui de la catedră de a fi dascăl model.

Strategiile didactice se constituie în instrumente de realizare a obiectivelor pedagogice și de asimilare a conținuturilor, sunt dependente de nivelul de dezvoltare a gândirii elevilor, de cunoștințele lor anterioare. Cu ajutorul strategiilor didactice, învățătorul stăpânește acțiunea instructivă, o dirijează, o controlează și o reglează continuu în direcția impusă de finalitățile actului de învățare.

Strategia didactică reprezintă un ansamblu de metode, mijloace de învățământ și forme de organizare ale procesului de învățământ. Aceasta este o modalitate de acțiune, o ipoteză de lucru și are un caracter dinamic, deschis, putându-se modela pe parcursul activității în raport de condițiile concrete în care se desfășoară activitatea instructiv-educativă.

Strategiile care concep învățarea ca un fenomen dinamic și complex, acordă prioritate acesteia față de predare și consideră relația învățător-elev, elev-elev ca fiind interactivă, în sensul că nu numai elevul învață de la învățător dar și acesta învață și se perfecționează continuu prin experiențele sale cu elevii, elevii învață reciproc unii de la alții printr-o acțiune concepută și condusă în mod conștient ca interacțiune, pot fi denumite strategii ale învățării interactive.

Strategiile interactive marchează un nivel superior în spirala modernizării strategiilor didactice și au scopul de a obține în procesul de învățământ performanțe maxime, însoțite constant de efecte formative, educative cu rol pozitiv în dezvoltarea personalității copilului.

Pe baza competențelor dobândite, educatorii trebuie să fie preocupați de găsirea unor strategii activ-participative, interactive, a unor noi metode de predare, a unor mijloace de învățământ variate și a unor forme de organizare pentru o activitate cu adevărat formativă. Imaginația și creativitatea didactică au efecte pozitive nu numai asupra elevilor, ci și asupra dascălului. De asemenea, îmbinarea activității individuale cu cea frontală și pe grupe, realizarea diferențierii și personalizării activității de instruire constituie direcții ale modernizării strategiilor didactice.

Să nu uităm că învățământul românesc se confruntă cu o supraîncărcare informațională. De aceea, efortul nostru, al educatorilor, trebuie să conducă spre o sistematizare a cunoștințelor, spre creșterea motivației pentru învățare. Nu achizițiile de ordin cognitiv primează, ci acelea care să asigure formarea deprinderii de a învăța să înveți, a învăța să fii, a învăța să devii, deprinderi ce conferă personalității umane independență.

În stabilirea strategiilor didactice, institutorul pornește de la o concepție personală strâns legată de experiența proprie la clasă. Strategia didactică interactivă este înțeleasă ca un mod de combinare a metodologiei didactice, mijloacelor de învățământ și formelor de organizare prin care se asigură atingerea obiectivelor, selecția, organizarea și desfășurarea unei secvențe de instruire sau în care elevul asimilează conținutul ideatic și își formează sistemul de abilități prevăzute de programele școlare.

Strategiile didactice interactive ne mențin atenția prin câteva cerințe de respectat în aplicarea lor:

- ✓ se recomandă ca prin strategia adoptată cadrul didactic să-i ofere posibilitatea elevului de a se manifesta spontan și de a avea inițiativă. Strategia permisivă este superioară celei inhibitive și coercitive;
- ✓ folosirea unor metode și procedee speciale declanșează diverși factori ai potențialului creator;
- ✓ alternarea judicioasă a relației dintre competiție și cooperare;
- ✓ relația dintre institutor și elevi trebuie să fie deschisă unui dialog permanent, să faciliteze instalarea unui climat psihic caracterizat prin tonalitate afectivă pozitivă, care să conducă, prin alegerea metodelor, mijloacelor didactice și a formelor de organizare ale procesului de învățământ, la formare și informare superioară a elevilor;

- ✓ strategiile interactive determină ca învățarea să reprezinte un fenomen continuu, aflat într-o continuă schimbare;
- ✓ strategiile interactive trebuie să-i atragă pe copii, să necesite o atitudine activă din partea subiectului, pentru ca învățarea să fie distractivă;
- ✓ strategiile didactice să se constituie în instrumente de realizare a obiectivelor pedagogice și asimilarea a conținuturilor, să fie dependente de nivelul de dezvoltare a gândirii elevilor, de cunoștințele lor anterioare. Cu ajutorul strategiilor didactice, învățătorul stăpânește acțiunea instructivă, o dirijează, o controlează și o reglează continuu în direcția impusă de finalitățile actului de învățare.

Eficiența pedagogică a strategiilor didactice interactive constă în conlucrarea dintre institutor și elevi, dar și elevi–elevi și conferă acestora o dimensiune psihosocială prin multitudinea și diversitatea relațiilor interpersonale ce se stabilesc între ei.

Strategia instruirii este definită ca ansamblu de metode, mijloace tehnice și principii de utilizare a lor și forme de organizare, și este înțeleasă ca mod de combinare a metodologiei didactice și mijloacelor de învățământ prin care se asigură selecția, organizarea și desfășurarea unei secvențe de instruire. Din altă perspectivă, strategia procesului de învățământ este echivalentă cu operația de proiectare, organizare și realizare a unei înlănțuiri de situații de predare-învățare prin parcurgerea cărora elevul asimilează conținutul ideatic, sistematizat în diferite obiecte de studiu, își formează sistemul de abilități prevăzute de programele școlare. Strategia de lucru adoptată este strâns corelată cu obiectivele, conținuturile, mediul instrucțional, metodele și tehnicile și se obiectivează în formele de organizare și desfășurare a activității instructiv-educative.

Prin **metodă de învățământ** se înțelege, o modalitate de acțiune a învățătorului și a elevilor în vederea realizării obiectivelor pedagogice. Metoda reprezintă un mod de a proceda, care tinde să pună elevul într-o situație de învățare dirijată. Ca structură, metoda este un ansamblu organizat de operații și procedee.

Constituind elementul de bază al strategiilor didactice, metodele de învățământ sunt în strânsă legătură cu mijloacele de învățământ și de forma de organizare a elevilor. Opțiunea pentru o anumită strategie impune utilizarea unor metode de învățământ specifice.

Prin **mijloace de învățământ** înțelegem un ansamblu de instrumente, materiale, produse adaptate și selecționate în mod intenționat pentru a reuși atingerea finalităților procesului instructiv-educativ, auxiliare care contribuie la creșterea eficienței actului de învățare.

Articularea acestor componente ale procesului de învățământ (metode, mijloace) trebuie să se realizeze într-un cadru adecvat pentru ca rezultatele utilizării lor să fie eficiente. Acesta este reprezentat de **forma de organizare**, adică de crearea condițiilor integrării într-un tot unitar pentru toate componentele procesului de învățământ .

Având în vedere că învățământul se desfășoară în clasă, organizarea lui se referă, în primul rând, la activitatea desfășurată de colectiv, încât fiecare elev să fie angajat intens să realizeze sarcinile învățării, încă din timpul lecției. Sistemul de principii și teorii didactice înregistrează mai multe forme de organizare a activităților elevilor distincte sau combinate.

Se observă că majoritatea variantelor au o strategie euristică, rolul învățătorului fiind fundamental în stabilirea obiectivelor, a sarcinilor de lucru, în cunoașterea nivelului de dezvoltare al elevilor în îndrumare și finalizare.

În ceea ce privește activitatea în grup, învățătorii trebuie să fie atenți ca sarcinile date să corespundă grupurilor de elevi. Grupurile eterogene primesc sarcini echivalente, iar grupurile de nivel presupun o tratare diferențiată. Organizarea pe grupe de nivel se impune pentru o învățare deplină, pentru prevenirea rămânerii în urmă la învățătură, pentru stimularea elevilor capabili de performanță.

Pe baza competențelor dobândite, educatorii trebuie să fie preocupați de găsirea unor strategii activ-participative, interactive, a unor noi metode de predare, a unor mijloace de învățământ variate și a unor forme de organizare pentru o activitate cu adevărat formativă. Imaginația și creativitatea didactică au efecte pozitive nu numai asupra elevilor, ci și asupra dascălului. De asemenea, îmbinarea activității individuale cu cea frontală și pe grupe, realizarea diferențierii și personalizării activității de instruire constituie direcții ale modernizării strategiilor didactice.

Să nu uităm că învățământul românesc se confruntă cu o supraîncărcare informațională. De aceea, efortul nostru, al educatorilor, trebuie să conducă spre o sistematizare a cunoștințelor, spre creșterea motivației pentru învățare. Nu achizițiile de ordin cognitiv primează, ci acelea care să asigure formarea deprinderii de a învăța să înveți, a învăța să fii, a învăța să devii, deprinderi ce conferă personalității umane independență.

Bibliografie:

1. Cerghit, I., *Metode de învățământ*, ediția a III-a, București ,Editura Didactică și Pedagogică R.A., 1997;
2. Cucoș, C., *Pedagogie*, Iași,Editura Polirom, 2000;
3. Gliga, L.; Spiro, J. (coord.), *Învățarea activă*, Buzău, EdituraTipogrup press, 2001;

GESTIONAREA EMOȚIILOR LA MICII ȘCOLARI

Prof. înv. primar Moldovan Claudia
Școala Gimnazială Roșia de Secaș/ Școala
Primară Tău

Emoțiile pot fi copleșitoare, mai ales pentru micuți, care se află la vârsta la care nu le pot identifica cu ușurință.

De aceea, **ei au nevoie de sprijinul adulților**, pentru a-i ajuta să înțeleagă ce anume simt și pentru a-i ghida. Este esențial să le explicăm copiilor ce este fiecare emoție, ce rol are și, mai mult decât atât, faptul că **emoțiile sunt trecătoare** și nu ne definesc ca indivizi, ci reprezintă **un răspuns de moment la un anumit stimul**, adesea negativ.

O metodă utilă de a le explica copiilor fiecare emoție, pe care am folosit-o la clasa cu predare simultană la care predau (clasele pregătitoare, I, a II-a, a III-a), a fost prin intermediul filmului *Inside Out*. Este un film realizat special pentru copii, cu acest scop, în care fiecare personaj **reprezintă o**

emoție: Fericirea, Frica, Furia, Tristețea și Dezgustul. Prin intermediul acestui film, micii școlari au înțeles faptul că **emoțiile sunt separate de ei**, sunt individuale și **nu sunt permanente**.

Tehnici de gestionare a emoțiilor utilizate la clasă

• Puterea exemplului

Pentru a-i învăța pe cei mici să-și gestioneze emoțiile puternice, primul pas este să-i încurajăm să le descrie și să comunice deschis despre ele. În acest scop, am avut în vedere ca, pe parcursul șederii lor la școală, copiii să își desfășoare activitatea într-un spațiu sigur, astfel încât să se exprime liber, fără a fi judecați.

Puterea exemplului este extrem de importantă. Au existat situații în care eu însămi am resimțit emoții negative și am ales să discut cu elevii despre acestea. Astfel, ei s-au simțit încurajați ca, în momentul în care au trăit emoții similare, să vină către mine pentru a vorbi despre ele – făcând astfel primul pas în procesul de gestionare a emoțiilor.

• Vizualizarea emoțiilor

O altă tehnică utilă în controlul emoțiilor la copii este **vizualizarea** acestora. În acest sens, atunci când elevii mei s-au confruntat cu emoții negative – spre exemplu, frica sau furia – i-am încurajat să își imagineze cum arată acea emoție:

Ce formă are?

Ce culoare are?

Are vreo trăsătură specială?

Acest exercițiu i-a ajutat pe copii să se **separe de emoția resimțită**, să o privească obiectiv, ca pe un „vizitator” temporar al minții lor. Astfel, au învățat că pot **observa** emoția fără a fi controlați de ea.

• Menținerea calmului copiilor în situații dificile

De-a lungul activității mele la clasă, am observat că elevii s-au confruntat frecvent cu emoții negative precum **furia**, **tristețea** sau **dezamăgirea** și, adesea, **nu știau cum să reacționeze** în fața lor. Aceste emoții, necunoscute pentru ei, îi sperie și îi scot din zona lor de confort. Chiar dacă **bucuria** și **entuziasmul** se manifestă firesc și par înăscute, emoțiile negative sunt mai greu de acceptat și gestionat.

În aceste situații, am discutat cu elevii despre ce lucruri îi liniștesc și cum pot reveni la echilibrul emoțional de care au nevoie.

Soluțiile au fost variate:

- ✓ unii au folosit respirația profundă, repetată de câteva ori;
- ✓ altora le-a făcut bine o scurtă ieșire în curtea școlii;
- ✓ unii s-au calmat discutând cu un coleg;
- ✓ alții au numărat până la zece, o dată sau de mai multe ori.

Important este ca fiecare copil să descopere ce îl ajută să depășească momentul dificil pentru a gestiona corect ceea ce simte și a face trecerea la emoții pozitive!

***Vizualizarea locurilor preferate ale copiilor**

O altă tehnică pe care am recomandat-o elevilor mei atunci când s-au confruntat cu emoții negative a fost aceea de a lua o pauză scurtă și de a se gândi la locul de vacanță favorit. Această tehnică este foarte eficientă în a-i ajuta pe copii în gestionarea propriilor emoții.

Au fost și situații în care elevul plângea sau respingea ideea comunicării, iar în aceste cazuri l-am invitat pe elev să facă o pauză înainte de a-mi spune ce-l deranjează, pentru a-i arăta ceva interesant. În continuare, am solicitat elevul să închidă ochii și să-și imagineze un loc în care ar vrea să se afle în acel moment. L-am rugat pe elev să descrie ce persoane și obiecte vede în jur, cum se simte în acel loc, la ce activitate participă. Am încurajat elevul să practice acest exercițiu de fiecare dată când a simțit că emoțiile îl copleșesc și că nu poate comunica despre ceea ce simte sau își dorește. În acest mod, micul școlar reușește să gestioneze în mod eficient propriile emoții.

BIBLIOGRAFIE:

*Elias, J. Maurice; Tobias, E. Steven; Friedland, S. Brian- *Inteligența emoțională în educația copiilor*, București, Editura Curtea Veche, 2002

*Menendez- Ponte, Maria- *Marea carte emoțiilor*, București, Editura Bookzone, 2024

GESTIONAREA EMOȚIILOR LA PREȘCOLARI

**Pătărlăgeanu Cristina
Mihălceanu Claudia
G.P.P. NR.3 BUZĂU**

„Gândurile creează emoții, emoțiile creează sentimente și sentimentele creează comportamente. Așadar este foarte important ca gândurile noastre să fie pozitive, pentru a atrage persoanele, evenimentele și circumstanțele potrivite în viețile noastre.” Avis Williams

Domeniile de dezvoltare ale copilului sunt multiple. La fel sunt și scopurile pe care trebuie să și le propună educatorul. Printre domeniile pe care și le planifică acesta este și acela al Dezvoltării socio – emoționale. Sunt foarte multe întrebări legate de acest domeniu și mulți teoreticieni oferă explicații științifice în urma cercetărilor efectuate. Unul dintre scopuri este acela al relaționării corecte dintre indivizi, altul este acela al pregătirii copilului pentru viață, altul ar putea fi cel al comunicării, iar altul este acela al controlului propriei vieți.

Copiii, în special cei mai mici, simt emoțiile într-un mod extrem de intens și direct. Adesea pot avea dificultăți în a le controla, lucru care rezultă din dezvoltarea încă incompletă a sistemului nervos și din lipsa de experiență în gestionarea emoțiilor.

Emoțiile trăite de copii sunt puternice și imediate. Când copiii sunt fericiți, bucuria lor este nemărginită, iar când sunt triști – pare că tristețea lor nu se va termina niciodată. La fel este și cu furia – când copilul este supărat, totul în jur pare să fie împotriva lui.

Copiii, cel mai adesea prin observarea părinților, învață cu timpul cum să își controleze emoțiile. Cu toate acestea, vorbim de un proces care necesită timp, răbdare și sprijin din partea adulților.

„Este esențial să înțelegem că emoțiile sunt o parte naturală a experienței umane și modul în care îi învățăm pe copii să gestioneze emoțiile poate avea un impact fundamental asupra capacității lor de a face față stresului și dificultăților în viitor”, explică Natalia Supel-Lipinskaya.

Inteligența emoțională este un subiect amplu discutat astăzi, deoarece importanța ei este bine cunoscută atât de noi, specialiștii din domeniu, cât și de părinți. Sunt trei abilități importante care

compun inteligența emoțională și care pot fi educate încă din copilăria timpurie: înțelegerea emoțiilor, exprimarea emoțională și autoreglarea emoțională.

Voi propune în continuare câteva tehnici de gestionare a emoțiilor:

Puterea exemplului

Pentru a-i învăța pe cei mici să-și gestioneze emoțiile puternice, primul pas este să-i învățăm și să-i încurajăm să le descrie, comunicând deschis. Acest lucru poate fi realizat doar în momentul în care ați construit un spațiu sigur pentru ca cel mic să se exprime liber, fără a fi judecat.

Vizualizarea emoțiilor

O altă tehnică utilă în gestionarea emoțiilor la copii este vizualizarea lor. Îndrumați copilul ca, atunci când se confruntă cu o emoție negativă – spre exemplu frica – să vizualizeze această emoție și să spună ce formă are, ce culoare, dacă are vreo trăsătură specială, asemeni unui personaj din desene animate. Acest exercițiu îl va ajuta pe copil să se separe de emoția pe care o resimte și să o privească obiectiv, ca pe un simplu vizitator al minții sale.

Implicarea în activități creative

În momentul în care copilul simte o emoție negativă puternică, îndrumă-l să o exprime într-un mod creativ. Pune-i la dispoziție hârtie și creioane colorate și roagă-l să deseneze cum arată această emoție și să folosească culorile care i se par cele mai potrivite pentru a descrie cum se simte emoția în corpul lui. La finalul acestui proces, copilul va fi deja prins în desenul pe care l-a început și va realiza că, între timp, emoția a fost procesată și acum se simte mult mai bine.

Jocuri și exerciții pentru controlul emoțiilor și dezvoltarea inteligenței emoționale, pentru acasă

Jocul cu oglinda:

Folosește o oglindă pentru a observa cum se schimbă fețele voastre sub influența diferitelor emoții. Roagă copilul să imite diferite emoții în fața oglinzii, apoi discutați împreună cum arată acea emoție.

Jocuri de mișcare:

Exprimăm emoțiile nu numai cu fața, ci și cu întregul corp. Încercați să „înghețați” corpul într-o anumită emoție, ceea ce îl va ajuta pe copil să înțeleagă mai bine cum se simt diferitele emoții în corp și cum să le exprime în siguranță.

Memoria emoțională:

Joacă un joc de memorie cu imagini care reprezintă perechi ale aceleiași emoții. În timpul jocului, discutați despre ce înseamnă fiecare emoție și când o puteți simți.

Bibliografie:

1. Botiș, A., Mihalca, L. (2006) *Optimizarea abilităților emoționale și sociale la preșcolari – Curs pentru educatoare*, Centrul „Expert”, Catedra de Psihologie, Universitatea Babeș – Bolyai, Cluj Napoca.
2. Elias, M. J., Tobias, S. E., Friedlander, B. S. (2012) *Inteligența emoțională în educația copiilor*, Editura Curtea Veche, București.
3. Goleman, D. (2001) *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche, București.

POVESTEA URSULEȚULUI NINO ȘI VREMEA EMOȚIILOR

Prof. Ed. Timpurie Gogan Miruna-Andreea

Grădinița cu P.P. Lunca Cetățuii

A fost odată ca niciodată, într-o pădure liniștită și frumoasă, un ursuleț pufos pe nume Nino. Nino era un ursuleț curios, jucăuș și plin de iubire. Dar uneori, Nino nu știa ce să facă cu emoțiile lui.

Într-o zi, Nino se juca cu cea mai bună prietenă a lui, vulpița Lili. Se dădeau pe toboganul din pădure, făceau castele de frunze și râdeau cu poftă. Dar, la un moment dat, Lili a luat jucăria preferată a lui Nino — o mașinuță roșie — fără să întrebe.

— Hei! E a mea! a strigat Nino supărat.

A simțit cum înăuntrul lui se adună un nor negru. Inima îi bătea mai repede, iar fața i s-a înroșit. Fără să vrea, a smuls jucăria din mâinile lui Lili și a plecat supărat.

Lili a rămas cu ochii mari și cu urechile lăsate. Nu înțelegea ce s-a întâmplat.

Nino s-a așezat pe o buturugă și a început să plângă. O veveriță bătrână, pe nume Tofi, l-a văzut și a venit lângă el.

— Ce s-a întâmplat, ursuleț drag? a întrebat Tofi blând.

— M-am supărat pe Lili! a spus Nino printre lacrimi. Mi-a luat jucăria și m-am simțit trist și furios!

Tofi l-a mângâiat pe cap și i-a spus:

— Emoțiile sunt ca vremea, Nino. Uneori e soare, alteori vine ploaia. Dar toate trec, dacă știm să le observăm și să vorbim despre ele.

— Dar cum pot să fac asta? a întrebat Nino.

— Hai să învățăm împreună un joc: „Ce simt în inima mea?” Când simți ceva puternic, oprește-te, respiră adânc de trei ori și spune: „În inima mea simt...” și completezi ce simți.

Nino a închis ochii și a respirat: o dată... de două ori... de trei ori...

— În inima mea simt... furie și tristețe. Pentru că voiam ca Lili să mă întrebe înainte să ia jucăria.

— Bravo, Nino! Iar acum, poți merge la Lili și să îi spui ce ai simțit. Asta te va face să te simți mai ușor, ca un nor care se transformă în curcubeu.

Nino a mers la Lili, care încă stătea tristă lângă tobogan.

— Lili, îmi pare rău că am țipat. Am fost furios și trist, pentru că ai luat jucăria fără să mă întrebi. Dar acum am vorbit cu Tofi și m-am liniștit.

— Îmi pare rău, Nino, a spus Lili. Nu am vrut să te supăr. Promit că o să întreb data viitoare.

Și-au dat o îmbrățișare strânsă, iar norii din inimile lor au dispărut.

□ A doua zi, în pădure...

Toate animăluțele s-au adunat la locul de joacă. Veverița Tofi a venit cu o idee minunată:

— Ce-ar fi să facem o roată a emoțiilor?

— Ce-i aia? au întrebat curioși Nino și Lili.

— O roată colorată, cu fețe desenate pentru fiecare emoție: bucurie, furie, frică, tristețe și liniște. Când simțim ceva, putem arăta cu degetul pe roată și să spunem cum ne simțim.

Au lucrat toată ziua: ursulețul Nino a colorat partea cu galben – bucuria. Lili a desenat o lacrimă pentru tristețe. Iepurașul Toto a pus o față roșie pentru furie, iar ariciul Zuzu a adăugat un norișor gri pentru frică.

Când au terminat, au jucat un joc:

— Astăzi, eu am simțit bucurie când am mâncat căpșuni! a spus Lili.

— Eu am simțit frică dimineată, când am auzit un tunet, a spus Toto.

— Eu m-am simțit furios când mi-a căzut înghețata, dar apoi am respirat și m-am liniștit, a zis Nino.

Animăluțele au râs și s-au simțit mai bine. De atunci, au folosit roata în fiecare zi, învățând să își recunoască emoțiile și să vorbească despre ele cu prietenii.

Și astfel, pădurea a devenit un loc mai liniștit, unde fiecare simțea că e ascultat, înțeles și iubit — chiar și atunci când avea o zi cu nori.

Sfârșit!

Bibliografie:

Panisoară, Ion-Ovidiu, Inteligența emoțională în educație, Iași, Editura Polirom, 2008.

Goleman, Daniel, Inteligența emoțională, București, Editura Curtea Veche, 2008.

Siegel, Daniel J.; Bryson, Tina Payne, Creierul copilului tău, București, Editura Herald, 2018.

Rapee, Ronald M., Ajută-ți copilul să-și controleze furia, București, Editura Trei, 2012.

Faber, Adele; Mazlish, Elaine, Cum să vorbim copiilor dacă vrem să ne asculte, București, Editura Curtea Veche, 2016.

Văideanu, Daniela, Educația emoțională în grădiniță, București, Editura Didactică și Pedagogică, 2015.

Caba, Nicoleta, Jocul și dezvoltarea inteligenței emoționale la vârsta preșcolară, Iași, Editura Lumen, 2017.

IMPACTUL EMOȚIILOR ASUPRA PREȘCOLARILOR

Prof. Pentru Educație Timpurie: Neagoe Tatiana
Prof. pentru Educație Timpurie: Rîșnoveanu Nicoleta
Grădinița Cu Program Prelungit Nr.10, Buzău

Emoțiile joacă un rol fundamental în dezvoltarea copilului, influențând atât adaptarea sa la mediul social, cât și performanțele cognitive și comportamentale. La vârsta preșcolară (3-6 ani), emoțiile sunt trăite cu intensitate, iar capacitatea de a le recunoaște, exprima și gestiona este încă în formare. Impactul acestor emoții este vizibil în comportamentul zilnic al copilului, în relațiile sale cu ceilalți, dar și în modul într-un care acesta participă la activitățile educaționale. Înțelegerea impactului emoțiilor asupra preșcolarilor este esențială pentru cadrele didactice și pentru părinți, deoarece permite adaptarea mediului educațional și familial la nevoile emoționale ale copilului.

Emoțiile la vârsta preșcolară

Preșcolarii trăiesc și exprimă emoții precum bucuria, frica, furia, tristețea, surprinderea sau rușinea. Aceste emoții influențează profund comportamentul copilului: o stare de bună dispoziție favorizează cooperarea, jocul și implicarea în activități, pe când o emoție negativă (frică, tristețe) poate duce la retragere, opoziție sau chiar comportamente agresive.

La această vârstă, copiii nu știu încă să împreune mecanisme eficiente de reglare emoțională. De exemplu, pot plânge din cauza unei frustrări minore sau pot avea reacții explozive încă din lipsa autocontrolului. În acest context, sprijinul adultului este vital pentru a ajuta copilul să recunoască și să împreună comportamente adecvate.

Impactul emoțiilor asupra dezvoltării cognitive și a învățării

Studiile din domeniul psihologiei educaționale arată că emoțiile influențează atenția, memoria, motivația și capacitatea de rezolvare de probleme la preșcolari. Într-o stare emoțională pozitivă, copilul este mai receptiv, curios, cooperant și deschis la nou. Dimpotrivă, emoțiile negative pot bloca capacitatea de concentrare, pot reduce interesul pentru activități și pot provoca evitarea situațiilor percepute ca dificile sau stresante.

Frica de eșec sau rușinea pot determina copilul să evite participarea la anumite jocuri sau sarcini. Pe de altă parte, un copil care se simte iubit, apreciat și susținut va fi mai motivat să încerce lucruri noi și să persevereze.

Impactul emoțiilor asupra comportamentului social

Emoțiile influențează semnificativ modul în care preșcolarii relaționează cu ceilalți copii sau cu adulții. Un copil capabil să-și exprime furia fără agresivitate, să recunoască emoțiile celorlalți și să manifeste empatie, va fi mai bine acceptat în grup, va avea prietenii stabile și se va adapta mai ușor la reguli.

Copiii care nu au încă dezvoltate abilități emoționale pot manifesta comportamente precum lovitul, refuzul de a coopera, plânsul excesiv sau izolare. Aceste reacții sunt adesea rezultatul unor emoții puternice pe care copilul nu le înțelege sau nu știe cum să le gestioneze. Intervenția adultului, prin empatie, ghidare și exerciții de reglare emoțională, poate reduce aceste comportamente și poate contribui la integrarea copilului în colectiv.

Modalități de sprijinire a preșcolarilor în gestionarea emoțiilor

Pentru a minimiza impactul negativ al emoțiilor și a valorifica potențialul emoțiilor pozitive, este important ca adulții să adopte metode educaționale adecvate:

- **Validarea emoțiilor:** recunoașterea emoțiilor copilului fără a le judeca („Înțeleg că ești supărat pentru că nu ai putut termina jocul.”);
- **Rutine de recunoaștere emoțională:** utilizarea de panouri ale emoțiilor, jocuri cu fețe emotive sau discuții zilnice despre „cum m-am simțit azi”;
- **Lectura și poveștile terapeutice:** cărți care ilustrează situații emoționale și moduri de gestionare a lor;
- **Jocuri de rol:** simularea unor situații sociale care implică diferite emoții;
- **Modelare comportamentală:** adulții să fie exemple de exprimare emoțională echilibrată și rezolvare de conflicte.

Rolul educatorilor și al părinților

Atât educatorii, cât și părinții, trebuie să colaboreze pentru a oferi copiilor un cadru securizant, empatic și predictibil. Un climat emoțional pozitiv în grădiniță și acasă contribuie la dezvoltarea stimei de sine, la reducerea anxietății și la formarea unei atitudini pozitive față de învățare. Comunicarea constantă dintre familie și grădiniță este esențială pentru identificarea timpurie a problemelor emoționale și intervenția promptă.

Impactul emoțiilor asupra preșcolarilor este semnificativ și se manifestă la nivel cognitiv, comportamental și social. Pentru a sprijini dezvoltarea armonioasă a copilului, este necesar ca emoțiile sale să fie recunoscute, validate și gestionate cu blândețe și consecvență. Formarea inteligenței emoționale încă din primii ani de viață este o investiție esențială în viitorul copilului, pregătindu-l pentru provocările sociale și academice ale anilor ce vor urma.

Bibliografie:

- Goleman, D. (2001). *Inteligența emoțională*.
- Denham, S. A. (1998). *Emotional Development in Young Children*.
- Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*.
- John Gottman (2011). *Raising an Emotionally Intelligent Child*.
- Curriculum pentru educația timpurie, Ministerul Educației (2020).

IMPORTANȚA GESTIONĂRII EMOȚIILOR LA COPII

MIU VIORICA, ȘCOALA GIMNAZIALĂ BEUCA

Dinamica schimbărilor sociale contemporane solicită o bună capacitate de adaptare a individului la mediu care se poate realiza numai dacă înțelegem rolul extraordinar pe care îl are folosirea inteligentă a emoțiilor. Teoriile moderne despre inteligență s-au dezvoltat prin observarea faptului ca individul uman pe parcursul vieții este într-o permanentă dezvoltare personală care pentru a avea succes ar trebui să îndeplinească anumite condiții.

Aceste condiții de realizare a succesului în viață depind de abilități care se formează pe tot parcursul educației formale sau cel puțin ar trebui să fie urmărite ca obiective, dincolo de discipline. Urmărind ceea ce scriu oamenii de știință despre inteligență se observă interesul special acordat inteligenței emoționale și sociale care se referă la abilitatea de a te înțelege pe tine și de a-i

înțelege pe ceilalți. Un număr tot mai mare de educatori și cercetători în domeniul educației recunosc faptul că la sfârșitul anilor de școală, elevii sunt nepregătiți să facă față provocările vieții de fiecare zi, atât ca indivizi cât și ca membri ai societății. Abordarea prin excelență cognitivă a demersurilor curriculare și didactice nu este suficientă pentru a avea succes și a fi fericit. În consecință, la ora actuală, aria învățării emoționale se dezvoltă pe baza cercetărilor în domeniu, respectiv al noilor teorii privind natura emoțiilor și a inteligenței în relație cu succesul și fericirea. Prin învățare socială și emoțională, inteligența emoțională a copiilor este dezvoltată, constituind un bagaj enorm pentru viitorul lor personal și profesional.

Atitudinea pozitivă sau negativă transmite mesaje asociate. Dacă ne cunoaștem valorile personale, suntem conștienți de ele putem identifica sursa posibilă a emoțiilor pozitive sau negative. Dacă acțiunile noastre nu sunt conduse în direcția valorilor principale apare sentimentul de nesiguranță, frică, deznădejde, stresul se accentuează. Dacă un cadru didactic are ca valoare prioritară familia este evident faptul că ședințele de după-amiază îi crează o stare de disconfort și dacă în grupul de cadre didactice sunt majoritatea cu această valoare absenteismul sau nemulțumirea devin dominante. Astfel, a lucra asupra supărării, fricii, anxietății și a tristeții este o țință.

Emoțiile se definesc ca stări afective, de scurtă durată, care traduc un specific al relațiilor cu un obiect sau o situație, deci au un caracter situațional, și pot fi declanșate de o împrejurare reală sau de una imaginară (gândul că mereu cineva te urmărește poate speria o persoană să nu mai umble în plină noapte singură pe drum). Intensitatea lor e foarte variată: poate fi vagă, mijlocie, dar și foarte mare, zguduind întregul organism

Pentru a deosebi emoțiile și pentru a le putea gestiona corect, oamenii le asociază în perechi contradictorii, cum ar fi: bucurie – tristețe, mânie – relaxare, admirație – dispreț, simpatie – antipatie. De aici rezultă și divizarea clasică: emoții stenice, care sporesc activitatea, măresc forța și energia persoanei, și emoții astenice, care diminuează energia și activismul persoanei.

Debutul școlar este unul caracterizat de instabilitate emoțională cauzată de schimbarea tipului de activitate dominantă de la joc la activitatea de învățare, de mediul școlar nou, de necesitatea stabilirii noilor relații cu colegii și cadrele didactice etc. Pentru a alege conduita emoțională a elevului, cadrele didactice și părinții trebuie să cunoască foarte bine copiii. La această etapă de vârstă, se dezvoltă propriile dorințe și aspirații, se dezvoltă sentimentele intelectuale, copilul înțelege și resimte tot ceea ce se întâmplă în familie (conflicte, certuri, despărțiri etc.). Sunt semnificative pentru copil relațiile pozitive cu părinții sau, dimpotrivă, atitudinile de renegare, de rejectare a unora dintre părinți.

Perioada claselor primare se caracterizează, din punct de vedere social, prin apariția prietenilor, copiii devenind mai puțin dependenți de părinți și mai interesați de colegi și de prieteni. Prietenia se leagă prin apariția unor interese și activități comune. Ei își dezvoltă comportamente asemănătoare, preferă același gen de literatură, se exprimă asemănător, au aceleași păreri despre anumite persoane.

Intrarea într-un mediu cu totul nou, necunoscut îi creează copilului multe griji și frământări sufletești, probleme de comunicare cu ceilalți copii. Trăirile lui emoționale sunt foarte intense, dar obișnuirea cu noua activitate și cu noii colegi temperează această intensitate. Activitatea școlară, bine organizată și condusă cu pricepere și tact pedagogic, dezvoltă emoții și sentimente pozitive, cum sunt: plăcerea de a învăța, mulțumirea pentru rezultatele școlare pozitive, bucuria pentru o notă bună etc.

Problemele emoționale ale copiilor vin în diferite forme și le afectează diferit viața. Există probleme superficiale, care sunt depășite cu ușurință pe măsură ce copiii cresc și învață să recunoască și să-și controleze emoțiile, dar și problemele de natură emoțională, care devin cronice și se transformă

în boli mentale dacă nu sunt tratate prompt. Copilul mic dispune de un potențial limitat de autocontrol asupra emoțiilor negative, și necesită suport părintesc, dar și din partea învățătorului în acest aspect. Securitatea emoțională se bazează pe o relație armonioasă părinte-copil-școală în creșterea și educarea copilului

Cuvinte care exprimă sentimente și emoții afectuos, jenat, nerăbdător, creativ, surprins speriat, emoționat, interesat, crud, tensionat, nervos, fantastic, gelos, curios, gânditor, iritat speriat, vesel, încântat, incitant, groaznic, prietenos, singur, deprimat, stingherit, plictisit frustrat, iubitor, dezamăgit, epuizat, curajos, furios, supărat, dezgustat, îngrijorat, calm, amabil agitat, entuziasmat, fericit, grijuliu, generos, confuz, temător, ignorat, voios, posomorât confortabil, serios, stresat, stângaci, vinovat, încăpățânat, timid, prietenos. Aceste cuvinte îi ajută pe micuți să-și identifice propria stare afectivă și să se simtă înțeleși și acceptați. Elevii claselor primare se compară frecvent cu ceilalți și încep să înțeleagă sentimentele și perspectivele celorlalți. Spre deosebire de vârsta preșcolară, când copiii își schimbă adesea stările emoționale de la un moment la altul, în perioada școlară copiii încep să mențină pentru perioade mai lungi de timp atât sentimente cât și gânduri. Pe de altă parte, copiii încep să înțeleagă faptul că oamenii pot exprima mai multe emoții simultan, dar din motive diferite („Sunt bucuros pentru cadoul primit, dar îmi pare rău că tatăl meu nu e aici”). Deoarece abilitățile emoționale și sociale au un rol destul de important în viața noastră, părinții și celelalte persoane implicate în educarea copiilor trebuie să fie informați despre problematica afectivă a elevilor claselor primare, inclusiv despre necesitatea dezvoltării competențelor emoționale în perioada ciclului primar, perioadă care este optimă din punct de vedere al achizițiilor socio-emoționale.

Totul începe în familie, acolo copiii învață modele de comportament și modalități de gestionare a emoțiilor. Copiii copiază comportamentele părinților. „Nu uitați, puterea exemplului este foarte importantă!” Dezvoltarea emoțională a elevilor claselor primare poate fi realizată prin intermediul tuturor disciplinelor școlare. Ne vom referi, în special, la prevederile curriculumului la disciplina Dezvoltarea personală, deoarece anume prin finalitățile și prin conținuturile curriculare ale disciplinei respective se poate urmări mai vădit evoluția comportamentului emoțional al elevilor. Curriculumul pentru disciplina Dezvoltare personală.

Studiile de specialitate arată că relațiile dintre elevi și adulți contribuie la dezvoltarea competențelor socio-emoționale ale copiilor, deoarece relațiile copil-părinte și copil-învățător sunt corelate cu dezvoltarea unor abilități de interacțiune cu copiii de aceeași vârstă, dezvoltarea emoțională, autoreglarea și competențele de adaptare la mediul școlar. Relațiile copiilor cu adulții sunt predictorii comuni ai dezvoltării unor probleme de comportament. De exemplu, modalitatea de interacțiune dintre mamă și copil justifică 10% sau 15% din problemele de comportament apărute în copilărie. Vârsta claselor primare reprezintă o șansă crucială pentru modelarea predicțiilor emoționale de o viață. Una dintre lecțiile emoționale esențiale, învățate în această perioadă și șlefuite pe parcursul anilor ce urmează, o reprezintă felul în care este calmat copilul atunci când e supărat. Foarte mulți elevi din clasele primare sunt calmați de cei care au grijă de ei: învățătoarea, părinții, bunicii, frații mai mari etc. Fiecare perioadă reprezintă o oportunitate pentru a ajuta copilul să dobândească obiceiuri emoționale benefice, dacă nu se reușește acest lucru, efortul va fi mult mai mare pentru a oferi lecțiile corective ulterioare în viață.

Unul dintre cele mai importante lucruri pe care trebuie să le deprindă o persoană menită să se ocupe de educația pentru dezvoltare emoțională este acela de a înțelege nevoile afective ale elevilor, printre care se enumeră: contactul fizic, admirația și tandrețea, timpul acordat, atenția și observarea comportamentelor, aprobarea și compania în diferite activități. Dincolo de satisfacerea nevoilor

afective, o importanță deosebită o are climatul socioemoțional existent în clasă. Într-o clasă de elevi, climatul socioemoțional pozitiv este realizat prin următoarele condiții:

- exprimarea liberă a opiniilor;
- prelucrarea și utilizarea de către cadrul didactic a ideilor elevilor;
- admiterea conflictelor ca element de progres și negocierea lor rapidă;
- recunoașterea și încurajarea succesului.

Climatul socioemoțional negativ se exprimă prin:

- responsabilități insuficiente ale colegilor și neimplicare în luarea deciziilor;
- solicitări nerealiste formulate de profesor;
- sarcini prea grele sau prea ușoare;
- timp insuficient pentru realizarea lor;
- condiții de învățare nesatisfăcătoare; • absența feedback-ului pozitiv.

Astfel, reglarea emoțională evidențiază capacitatea copilului de a-și controla emoțiile și acțiunile aferente acestora, având drept scop adaptarea la diverse situații sociale. Flexibilitatea emoțională este datorată dezvoltării capacității de reglare emoțională în mod optim, ceea ce îi oferă copilului posibilitatea de a se orienta spre scopurile propuse și de a le materializa. Dezvoltarea abilităților de reglare emoțională favorizează adaptarea socială dezirabilă a copilului, prin faptul că îl determină să-și gestioneze în mod corect emoțiile negative.

Bibliografie:

1. Botiș, A. Mihalca, L. Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și băieți, cu vârsta până în 7 ani. Buzău: Alpha MDN, (2007)
2. Goleman, D. Inteligența emoțională. București: Curtea Veche Publishing (Ediția a III-a), (2008)
- Kallay, E., Ștefan, C.A. Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid didactic pentru educatori. Cluj-Napoca: Editura ASCR, (2007)
3. Osterrieth, P.A. Introducere în psihologia copilului. București: Editura didactică și pedagogică, (1976)
4. Sas, C. Cunoașterea și dezvoltarea competenței emoționale. Oradea: Editura Universității din Oradea, (2010)

POFTIȚI PE LA NOI ... POFTIȚI LA FERMĂ!

Iordăchiță Aura/Mănăilă Laura-Elena
Grădinița cu Program Prelungit Nr.4 Buzău

PROIECT DE ACTIVITATE

NIVELUL/GRUPA: 3-4 ani, *Grupa mică Step by Step „Florile”*

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: *Cum este, a fost și va fi pe pământ!*

TEMA PROIECTULUI: *„În lumea celor care nu cuvântă”*

TEMA SĂPTĂMÂNII: *„Animalele, prietenele copiilor- evaluare proiect”*

TEMA ACTIVITĂȚII: *„Poftiți pe la noi,
Poftiți ...LA FERMĂ!”*

FORMA DE REALIZARE: *Activitate integrată*

TIPUL ACTIVITĂȚII: *Sistematizarea, consolidarea și evaluarea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor.*

ELEMENTE COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚII INTEGRATE:

Activități de dezvoltare personală:

- **Întâlnirea de dimineață:**
-Salutul, Prezența, Calendarul naturii, Activitatea de grup, Noutatea zilei.

Jocuri și activități liber-alese – etapa I:

- **Alfabetizare:** *„Boabele să le lipim
Puișorul să-l găsim!”* - Scriere grafică cu elemente din natură-
- **Construcții:** *„Hai cu toții să muncim
Și ferma s-o construim”*
- **Nisip și apă:** *„Din „nisip” animăluțe adunăm
Și în căsuțe potrivite, noi le așezăm”*
- **Manipulative:** *„Piesă lângă piesă potrivim
Ferma să o întregim”*- puzzle

Activități pe domenii experiențiale – etapa a II-a

Activitate integrată- *„La pas, prin fermă”*

Știință: Cunoașterea Mediului- *„Pe Marinică să-l ajutăm*

Sarcini de la fermă, iute rezolvăm”-joc didactic;

Artă: Domeniul Estetic-creativ - Pictură: *„Cățeluși și pisicuțe*

Le pictăm! Chiar sunt drăguțe!”

Jocuri și activități liber-alese – etapa a III-a:

Jocuri în aer liber: - joc distractiv *„Trezește-te(numele animalului: „pisicuțo, cățelușule”)*

Joc cu text și cânt: *„Am la țară la bunică”*

Momentul de literație: *“Cine a spus MIAU”* de Vladimir Suteev

SCOPUL: Consolidarea cunoștințelor copiilor cu privire la animalele domestice (denumirea acestora, hrana lor, asociere mamă-pui, foloase, etc...) și a unor deprinderi artistico-plastice (pictură).

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- O1 -Să asocieze animalele cu mediul în care trăiesc și să recunoască animalul după glas (onomatopee).
- O2 -Să identifice hrana animalelor și să asocieze corect relația mamă-pui
- O3- Să identifice foloasele și să le asocieze corect animalelor domestice.
- O4- Să intuiască materialele din centrul *Artă* și să acopere suportul de pictat (cățel, pisică) cu tempera.
- O5- Să îmbine piesele de puzzle pentru a întregi imaginile de la fermă.
- O6- Să lipească materiale din natură respectând scrierea grafică.
- O7 - Să construiască ferma animalelor.
- O8- Să descopere animalele ascunse în „nisip” și să le așeze la căsuța potrivită.
- O9-Să participe la jocul de mișcare, respectând regulile acestuia.

STRATEGII DIDACTICE:

Metode și procedee: conversația, explicația, demonstrația, jocul, exercițiul organizatoric, observarea comportamentului copiilor, aprecierea verbală.

Material didactic: fotografii ale copiilor pentru prezență, calendarul naturii, silueta fermierului Marinică, siluete ale animalelor domestice și ale puilor lor, figurine asociate fermei, , hrană pentru animale, trăistuță, foloase ale animalelor, puzzle, cărți, imagini cu animalele din poveste, tempera, pensule, mălai, jetoane animale.

Locul de desfășurare: sala de grupă

Durata: o zi

Scenariul activității

Activitatea zilei debutează cu **Întâlnirea de dimineață.**

În timpul acestei activități copiii se așază în semicerc pentru a putea vedea mai bine și pentru a relaționa în bune condiții.

- **Salutul** între copii se va realiza prin tehnica comunicării rotative.
- **Prezența:** „*După ce ne-am adunat
Și frumos ne-am salutat
Colegii ne-am întâlnit
Cine oare n-a venit?*” (identificarea copiilor absenți)
- Se completează **Calendarul naturii** cu întrebări ajutătoare și cu imagini adecvate anotimpului iarna.
- **Activitate de grup**
*În fiecare dimineață
S-avem gândul bun pe față (trecem palmele peste față)
Către soare să privim(brațele în formă de cerc, privirea în sus)
Iubire să dăruim. (Strângem mâinile spre piept)*
- **Împărtășirea cu ceilalți** – „*Îmi place iarna pentru că...*”
 - **Noutatea zilei** – „*Fermierul Marinică*”
 - **Moment de literație** –Educatorea va spune povestea „*Cine a spus Miau?*” de V. Suttev
Educatorea va prezenta copiilor centrele de activitate unde vor desfășura activitățile acestei zile.

Jocuri și activități liber-alese – etapa I

Educatorea va prezenta copiilor centrele de interes deschise și temele pe care le vor realiza.

La CENTRUL ALFABETIZARE preșcolarii vor lipi materiale din natură realizând drumul mamei către puiul ei. (scriere grafică). La CENTRUL CONSTRUCȚII copiii vor construi ferma animalelor. La acest centru, cei mici își vor dezvolta creativitatea dar și imaginația. La CENTRUL MANIPULATIVE vor întregi puzzle-ul cu imagini de la fermă. Tot la acest centru, preșcolarii vor avea de asociat familii de animale.

Activități pe domenii experiențiale – etapa a II-a

Fiind o grupă cu specific Step by Step, vom desfășura activitățile pe domenii experiențiale concomitent cu jocurile și activitățile liber alese.

La **CENTRUL ȘTIINȚE** preșcolarii vor merge la fermă și vor elimina intrușii (animalele sălbatice). Vor recunoaște recunoaștele domestice după graiul lor, vor asocia corect fiecare pui cu mama acestuia, vor hrăni animalele cu hrană specifică fiecăruia și vor identifica foloasele pe care le obțin oamenii de la acestea.

Regulile jocului:

- Copilul ales de educatoare rezolvă sarcina probei;
- Răspunde corect și manipulează siluetele corespunzător;
- Preșcolarii aplaudă răspunsurile corecte.

Sarcina didactică: rezolvarea probelor de cunoașterea mediului (recunoașterea onomatopeelor, asocierea mamă-pui, asocierea hranei cu animalul potrivit, cât și recunoașterea foloaselor).

Elemente de joc: aprecieri verbale, mânuirea materialului, aplauzele.

DESFĂȘURAREA PROPRIU-ZISĂ A JOCULUI:

Jocul debutează cu rugămintea fermierului de a păstra în fermă doar animalele domestice:

Bun venit, dragi copilași

În fermă să m-ajutați!

Animalele domestice, în fermă să le păstrăm

Intrușii, animalele sălbatice, să le îndepărtăm!

Educatoarea va elimina intrușii (animalele sălbatice din fermă)- joc de probă

PROBA I: «Graiul animalelor»

Fermierii mei iubiți

Rog urechile ciuliți!

Graiul animalelor

Recunoașteți! Vă implor!

Nu cumva vreun prădător

Să se ascundă-n blana lor!

Copiii ascultă glasul animalelor (onomatopee). Preșcolarul numit de educatoare spune ce animal este și cum comunică cu celelalte animale. Exemplu: *Acesta este un câine. Câinele latră.*

Jocul se continuă pentru: pisică, oaie, porc, vacă, măgar, găină, rață.

Educatoarea le va oferi preșcolarilor feedback pentru sarcină dar și aplauze din partea colegilor.

PROBA II: «mamă-pui »

Ce frumos s-au asezat

Parcă s-au încolonat!

Și-așteaptă cu nerăbdare

Să intre în curtea mare.

Mama să le dea lăptic

Și să-i pupe pe botic!

Copiii numesc pui și îi așază lângă mămicile lor. Exemplu: *Acesta este un vițeluş. Mămica lui este văcuță.*

PROBA III: « Hrana animalelor»

Mânecele suflecați

La treabă să m-ajutați!

Vă rog chiar să vă grăbiți

Animalele hrăniți!

Copilul numit de educatoare alege hrana specifică unui anumit animal (os, bol cu lapte, boabe de porumb, iarbă) și o asociază acestuia.

PROBA IV: «Trăistuța cu bunătați (foloase)»

Pentru cât voi ați muncit

Animalele v-au răsplătit!

Cu o trăistuță a bunătaților

Și în ea, foloasele lor!

Rezolvarea ultimei probe constă în identificarea foloaselor din trăistuță (o sticlă cu lapte, o rotiță cu cașcaval, mânuși din lână, salam, un ou, o pernă cu fulgi, etc...) și asocierea cu animalele care le oferă. La final, copii vor primi aprecieri din partea educatoarei.

În același timp, la **CENTRUL ARTĂ**, copiii trebuie să acopere cu tempera suportul de pictat în formă de cățeluș sau pisicuță.

Mai întâi, vor descoperi și intui materialele de pe masuță: tempera, pensulă, suport de pictat.

Le voi explica și demonstra cum trebuie să lucreze. Prin această activitate, preșcolarii vor trebui să mânuiască bine pensula și să distribuie uniform culoarea pe suportul de pictat, acoperind toată suprafața acestuia.

Tranziție:

Bat din palme, clap-clap-clap

Din picioare, trap-trap-trap

Trenulețul să-l formăm

Și spre baie ne-ndreptăm

Mâinile să le spălăm.

La măsuțe ne-așezăm,

Gustărica s-o servim!

Energie să primim.

Urmează rotația copiilor, în cadrul activităților Step by Step, din această zi.

Doamna Marinică

Face gogoși cu brânzică

Vouă să vă mulțumească

Și munca s-o răplătească!

Moment de literație: Copiii se aseaza pe covor, servesc placinte cu brânză și ascultă cu atenție povestea „Cine a spus Miau?”

Jocuri și activități liber-alese – etapa a III-a:

Copiii vor fi invitați să desfășoare **jocul de mișcare:** „Trezește-te pisicuțo/ cățelușule/... (numele animaluțului). Copiii se asează pe cerc, cu un ecuson în piept iar în funcție de animalul adormit, aceștia îl „trezesc” și îl invită să servească hrana potrivită.

Cățelușul doarme

Și-a uitat de foame.

Hai, în șoaptă, să-l trezim,

Și la masă să-l poftim.

-Cățelușule, trezește-te!

Voi face aprecieri globale și individuale asupra modului în care s-a desfășurat activitatea.

În cadrul **momentului de reflecție**, vom trece în revistă rapid, momentele zilei, fiecare copil exprimându-și starea de spirit la finalul zilei.

Bibliografie:

1. Curriculum pentru educație timpurie 2019;
2. Suport pentru explicitarea și înțelegerea unor concept și instrumente cu care operează curriculum pentru educație timpurie, 2019;
3. Scrisoarea metodică pentru anul școlar 2024-2025.
4. Psihologie educatională vol.1+2 - Viorel Mih, editura Asociația De Științe Cognitive Din România, 2010.
5. Consiliere Educatională - Adriana Baban, editura Asociația De Științe Cognitive Din România, 2009.

CĂLĂTORIA LUI LICURICI PRIN ȚARA EMOȚIILOR

MARINESCU MARIA

Grădinița cu Program Prelungit Nr.1 Buzău

Într-o pădure fermecată, trăia un licurici curios pe nume Lumi. Nu era un licurici obișnuit: în loc să lumineze doar galben, culoarea lui se schimba în funcție de emoțiile pe care le simțea.

Într-o noapte, Lumi s-a hotărât să pornească într-o călătorie prin Țara Emoțiilor, ca să descopere ce înseamnă fiecare culoare din lumina sa.

Prima oprire a fost în Valea Roșie, unde totul părea fierbinte și neliniștit.

Acolo a întâlnit un iepuraș care lovea din picior și plângea.

— „De ce ești așa supărat?” a întrebat Lumi.

— „Frățiorul meu mi-a stricat turnul de cuburi!”

Lumi s-a înroșit și el și a spus:

— „Știu cum e să fii furios. Hai să găsim o cale să te liniștești.”

Și au suflat împreună ca să-și răcorească inima.

A doua oprire a fost în Pajiștea Galbenă, unde toți râdeau și dansau.

Lumi s-a făcut galben și a zburat printre fluturi.

— „Ce bine e să fii fericit!” a zâmbit el.

Un bătrân copac i-a spus:

— „Fericirea se simte cel mai bine când o împarți cu alții.”

Apoi a ajuns în Lacul Albastru, unde o broscuță stătea singură, privind în apă.

— „Sunt tristă. Mi-e dor de prietena mea care a plecat.”

Lumi s-a făcut albastru și s-a așezat lângă ea.

— „Și mie mi-a fost dor uneori. Vrei să stăm împreună un pic?”

Și tristețea s-a transformat în liniște.

A continuat spre Pădurea Verde, unde totul era calm. Aici a întâlnit o bufniță care medita.

— „Aici e locul în care învățăm să fim bine cu noi înșine”, a spus bufnița.

Lumi a devenit verde și a închis ochii pentru un moment. „Ce frumos e să te simți în siguranță!”

În Peștera Mov, unde era întuneric și tunete, a simțit frica.

— „Mi-e frică să merg mai departe...” a spus.

Dar o vulpiță curajoasă l-a luat de mână.

— „Frica trece când ai pe cineva alături.”

Lumi a strălucit în mov și a înțeles că și frica poate fi învinsă.

Când s-a întors acasă, Lumi a privit cerul și a văzut un curcubeu. A zâmbit:

— „Acum știu că fiecare culoare – fiecare emoție – mă ajută să cresc și să fiu lumină pentru ceilalți.”

Mesaj terapeutic: Emoțiile nu sunt bune sau rele – toate fac parte din viața noastră. Dacă le înțelegem, ne pot ajuta să devenim mai curajoși, mai buni și mai aproape de cei din jur.

CURCUBEUL DIN SUFLETUL MEU

PANAIT OANA-ROXANA

Grădinița cu Program Prelungit Nr.1 Buzău

Într-o zi cu vânt ușor,
Am simțit ceva... arzător!
Era roșu, ca un foc:
— „Sunt furios!” am zis pe loc.

Apoi, când soarele-a zâmbit,
Portocaliu m-am simțit:
— „E surpriză! Ce moment!”
Un cadou, un compliment.

Galben e când râd cu drag,
Săr din pat și dau din prag:
— „Fericire, stai cu mine,
Hai să-ți dau și-un pic de tine!”

Verde vine când sunt calm,
Când respir adânc și-n palm
Simt o pace lină, lină,
Ca o frunză pe lumină.

Albastrul vine când mi-e dor,

Sau când plâng ușor, ușor.

Dar știu bine: pot vorbi,

Și tristețea va fugi.

Movul vine cu fiori

Când apar niște nori.

— „Mi-e frică!” spun, dar apoi

Îmi amintesc: nu sunt singur, am eroi!

Și așa, în fiecare zi,

Sufletul meu poate fi

Un curcubeu frumos, curat –

Cu emoții... colorat!

PROIECT DE ACTIVITATE INTEGRATĂ

Prof. Alexandru Camelia Iuliana
Prof. Chiriac Frusina
Grădinița cu P. P. Nr. 11,
Brăila

NIVEL II: GRUPA MARE

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: „CU CE ȘI CUM EXPRIMĂM CEEA CE SIMȚIM?”

TEMA SĂPTĂMÂNALĂ INDEPENDENTĂ : „EMOȚII ȘI SENTIMENTE”

TEMA ACTIVITĂȚII INTEGRATE: „EMOȚII ȘI CULOARE”

TIPUL ACTIVITĂȚII: CONSOLIDARE ȘI VERIFICARE DE CUNOȘTINȚE, PRICEPERI ȘI DEPRINDERI

FORMA DE REALIZARE: Activitate integrată - ADP+ADE (DLC+ DEC) +ALA

MIJLOC DE REALIZARE: joc didactic, pictură

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII ȘI COMPORTAMENTE VIZATE

DEZVOLTARE SOCIO-EMOȚIONALĂ

1. Autocontrol și expresivitate emoțională

4.1. Recunoaște și exprimă emoții de bază, produse de piese muzicale, texte literare, obiecte de artă etc.

4.2. Demonstrează abilități de autocontrol emoțional

DEZVOLTAREA LIMBAJULUI, A COMUNICĂRII ȘI A PREMISELOR CITIRII ȘI SCRIERII

2. Mesaje orale în diverse situații de comunicare

2.1. Demonstrează capacitate de comunicare clară a unor idei, nevoi, curiozități, acțiuni, emoții proprii (comunicare expresivă)

2.2. Respectă regulile de exprimare corectă, în diferite contexte de comunicare

3. Premise ale citirii și scrierii, în contexte de comunicare cunoscute

3.2. Discriminează/diferențiază fonetic cuvinte, silabe, sunete și asociază sunete cu litere

CAPACITĂȚI ȘI ATITUDINI ÎN ÎNVĂȚARE

3. Finalizarea sarcinilor și a acțiunilor (persistență în activități)

2.1. Realizează sarcinile de lucru cu consecvență

4. Activare și manifestare a potențialului creativ

3.1. Manifestă creativitate în activitățile diverse

3.2. Demonstrează creativitate prin activități artistico-plastice, muzicale, practice, în conversații și povestiri creative

OBIECTIVE OPERAȚIONALE :

O1: să formuleze cel puțin trei propoziții cu cuvintele ce denumesc emoțiile descoperite în plic;

O2: să despartă corect în silabe cel puțin două cuvinte ce denumesc diferite emoții;

O3: să asocieze corect sunetul inițial al cuvântului cu litera corespunzătoare;

O4: să redea cu ajutorul pensulei chipul în oglindă;

CATEGORII DE ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE ABORDATE:

1. ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ

1.1. RUTINE:

➤ SOSIREA COPILULUI, MICUL DEJUN, IGIENA

➤ ÎNTÂLNIREA DE DIMINEAȚĂ: „ Un joben fermecat”- discuții libere

Salutul, prezența, calendarul naturii, activitatea de grup, noutatea zilei.

1.2. TRANZIȚII: deplasarea pe centre, exerciții de mișcare, fragmente ritmico-melodice

1.3. MOMENTUL DE MIȘCARE: „Clap- clap – song”
MOMENTUL DE POVESTE „Bruno Emoțiile ne unesc”

2.ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERIENȚIALE

2.1. DOMENIUL LIMBĂ ȘI COMUNICARE

Tema activității: „Jocul emoțiilor”

Mijloc de realizare: joc didactic

Sarcina didactică:

Varianta I

- Copilul atins cu bagheta va alege un plic din „ Umbrela emoțiilor”, va numi emoția reprezentată pe jetonul din plic și va formula o propoziție cu emoția respectivă, apoi va reprezenta grafic propoziția pe Tabla inteligentă.

Varianta II

- Copilul ales printr-o numărătoare „ Astăzi tare larg zâmbești/ Și roata o învârti” va învârti „ Roata emoțiilor” la Tabla inteligentă, va identifica emoția în dreptul căreia s-a oprit săgeata și va despărți în silabe cuvântul ce denumește emoția respectivă. Copilul va așeza pe tabla magnetică tot atâtea emoticoane câte silabe are cuvântul.

Varianta III

- Copilul numit de educatoare va alege o petală de nufăr pe care este reprezentată o emoție, o va așeza în dreptul săgeții corespunzătoare, va discrimina sunetul inițial al cuvântului și va așeza litera în dreptul petalei respective.

Reguli de joc

- ✓ Numirea emoției reprezentată pe jetonul ales din plic și formularea de propoziții cu emoția respectivă, reprezentarea grafică a propoziției pe Tabla inteligentă.
- ✓ Învârtirea „ Roții emoțiilor” la Tabla inteligentă, identificarea emoției în dreptul căreia s-a oprit săgeata și despărțirea în silabe a cuvântului ce denumește emoția respectivă.
- ✓ Denumirea emoțiilor de pe petalele de nufăr, discriminarea sunetului inițial al cuvântului și asocierea acestuia cu litera corespunzătoare.

Elemente de joc

Învârtirea „Roții emoțiilor” la Tabla inteligentă folosind aplicația Wordwall, aplauze, folosirea numărătorii, bagheta emoțiilor, jocul.

Material didactic: Umbrelă, plicuri, jetoane cu emoții, bagheta emoțiilor, Tabla inteligentă, Tabla magnetică, emoticoane magnetice, tavă de activități, flori de nufăr, săgeți din carton, orez colorat.

2.2. DOMENIUL ESTETIC ȘI CREATIV

Tema activității: „Chipul meu în oglindă”

Mijloc de realizare: pictură

Sarcina didactică: Copiii își vor picta chipul pe suprafața oglinzii.

Material didactic: oglinzi, pensule, acuarele

3. JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI DIDACTICE LIBER-ALESE (ACTIVITĂȚI PE CENTRE DE INTERES)

3.1. JOC DE ROL

Tema activității: „Emoții delicioase”

Mijloc de realizare: activitate gospodărească/ bucătărie

Sarcina didactică: Copiii vor orna biscuiți cu creioane de decor cu glazură comestibilă obținând diverse emoticoane.

Material didactic: Biscuiți rotunzi, cremă, creioane de decor cu glazură comestibilă, șorțulețe, bonete.

3.2. ȘTIINȚE

Tema activității: „Balonul zburător”

Mijloc de realizare: experiment

Sarcina didactică: Copiii vor pune bicarbonat de sodiu în baloane, în sticle vor pune oțet și colorant alimentar, apoi vor așeza balonul pe sticlă iar acesta se va umfla, copiii vor descoperi fețe cu diverse emoții.

Material didactic: sticle, baloane cu diferite emoții, oțet, bicarbonat de sodiu, colorant alimentar, pâlnie.

3.3. ALFABETIZARE

Tema activității: „Trasăm litere”

Mijloc de realizare: trasare/ elemente de limbaj citit scris

Sarcina didactică: Copiii vor recunoaște litere, vor contura după model, apoi le vor realiza cu elemente din natură și vor denumi emoția care începe cu sunetul corespunzător literei respective.

Material didactic: Șablon litere, materiale din natură (pietricele, boabe de fasole, paste, bețișoare din lemn, crenguțe,) carton suport, creion.

3.4. NISIP ȘI APĂ(Centru de refugiu)

Tema activității: „Emoții desenate”

Mijloc de realizare: desen

Sarcina didactică: Copiii vor desena la masa luminoasă, în mălai, fețe cu diferite emoții.

Material didactic: masa luminoasă, mălai.

4. JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI DIDACTICE LIBER-ALESE (recreative)

4.1. Tema activității: „Cântecul emoțiilor”

Mijloc de realizare: joc muzical

Sarcina didactică: Copiii vor dansa pe ritmul melodiei „Cântecul emoțiilor” și vor executa mișcările sugerate de text.

Material didactic: boxă

4.2. Tema activității: „Traseul emoțiilor”

Mijloc de realizare: joc distractiv

Sarcina didactică: Copiii aruncă zarul, urmează traseul corespunzător culorii de pe zar, imitând emoția descoperită la capătul acestuia.

Material didactic: zar, traseu din carton colorat, imagini cu diverse emoții.

STRATEGIA DIDACTICĂ:

1. **METODE/TEHNICI/PROCEDEE DIDACTICE:** conversația, jocul, observația, explicația, demonstrația, exercițiul, problematizarea, experimentul, tehnica Lotus.
2. **RESURSE MATERIALE/ MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT:** calendarul naturii, Roata Emoțiilor, cutie tip joben,umbrelă galbenă, plicuri galbene, oglinzi cu suport, acuarele, pensule, litere din carton, jetoane, materiale din natură pietricele, scoici, crengi, boabe de fasole, paste), masă luminoasă, tablă inteligentă, tablă magnetică, baloane cu diverse emoticoane, sticle din plastic, bicarbonat de sodiu , oțet, mălai, biscuiți mari rotunzi, colorant alimentar diverse culori, creioane de decor cu glazură comestibilă.
3. **FORMA DE ORGANIZARE ȘI DESFĂȘURARE A ACTIVITĂȚII** – frontal, individual, pe grupuri;

MODALITĂȚI DE EVALUARE: observarea comportamentului copiilor, aprecierea răspunsurilor copiilor, analiza produselor activității.

SCENARIUL ZILEI

Ziua este structurată sub forma unei activități integrate pe o zi.

Activitatea debutează cu **Întâlnirea de dimineață „Un joben fermecat”**

Salutul : “Bună dimineața, dragi copii!/ Să ne salutăm zâmbind./Spune Cum te cheamă, azi/Și ce simți acum în glas?

- Bună dimineața! Mă numesc..... /Și vesel/ă îți zâmbesc/ - Bună dimineața! Mâna ți-o întind/ Căci nu sunt deloc timid/ă.

În timpul acestei activități, copiii stau așezați pe scăunele în semicerc pentru a se vedea mai bine și a relaționa în bune condiții fizice.

Se completează Prezența”După ce ne-am adunat/ Și frumos ne-am salutat/Hai s-aflăm de la fetiță/hai s-aflăm de la băiat/ Cine-i azi la grădiniță?/Cine azi acasă a stat?

Va fi invitat un copil să numească absenții zilei. Atenția copiilor va fi îndreptată către **Calendarul naturii**. Vor fi adresate întrebări despre anotimpul în care ne aflăm, ziua și aspecte legate de starea vremii: „Ce zi este astăzi?”, „În ce anotimp suntem?”, „În ce lună?”, „Cum este vremea astăzi?”, etc.

Activitatea de grup- Se va realiza prin jocul muzical cu elemente Orff „TON BORO TON”, educatoarea le propune copiilor să-și aleagă un emoticon, să meargă în cerc rostind cuvintele „ TON, BORO TON, BORO TON, TON, TON/ A E-E-E. A E- E- E (Copiii își caută perechea în funcție de emoticonul primit) / CALUNGA MUNSCHINGA, MUNSCHINGA E-E –E (Copiii se îmbrățișează cu perechea găsită rostind aceste cuvinte fără sens).

Noutatea zilei: După discuțiile din cadrul întâlnirii de dimineață, își va face apariția un magician care le va aduce copiilor un joben cu toate materialele necesare desfășurării activității de astăzi (baghetă magică, baloane, umbrelă, oglinzi).

Captarea și orientarea atenției constă în primirea unui copil magician, care va interacționa cu copiii, le va aduce multe surprize.

„-Bună ziua, dragi copii! Eu sunt magicianul Rareș și am venit la voi să vă aduc lucruri noi.

În jobenul fermecat/De emoții încărcat/Veți descoperi copii/Multe, multe bucurii!/Voi atenți dacă veți fi /Surprize multe veți găsi/Hocus-pocus de îndată,/Tu, bagheta fermec/ Haide, fă acum minune/Și ne-adu emoții bune/Voi atenți dacă veți fi/Lucruri noi veți descoperi/Spor la lucru!/O zi magică!”

Se face trecerea către jocul didactic „Jocul emoțiilor”

Anunțarea temei: Activitatea de astăzi se numește „Emoții și culoare”. Ne vom juca „Jocul emoțiilor”(se va desfășura frontal) în cadrul căruia vom formula propoziții, le vom reprezenta grafic, vom despărți cuvinte în silabe, vom recunoaște emoții de pe petalele de nufăr, vom discrimina sunetul inițial și îl vom așeza conform săgeților.

Varianta I

- Copilul atins cu bagheta va alege un plic din „ Umbrela emoțiilor”, va numi emoția reprezentată pe jetonul din plic și va formula o propoziție cu emoția respectivă, apoi va reprezenta grafic propoziția pe Tabla inteligentă.

Varianta II

- Copilul ales printr-o numărătoare „ Astăzi tare larg zâmbești/ Și roata o învârti” va învârti „Roata emoțiilor” la Tabla inteligentă, va identifica emoția în dreptul căreia s-a oprit săgeata și va despărți în silabe cuvântul ce denumește emoția respectivă. Copilul va așeza pe tabla magnetică tot atâtea emoticoane câte silabe are cuvântul.

Varianta III

- Copilul numit de educatoare va alege o petală de nufăr pe care este reprezentată o emoție, o va așeza în dreptul săgeții corespunzătoare, va discrimina sunetul inițial al cuvântului și va așeza litera în dreptul petalei respective.

Tranziția spre centre se va realiza prin jocul muzical:

”Bat din palme unu,doi/Către centre fericit/Materiale noi am găsit/ Și sunt foarte mulțumit”.
Copiii vor trece la a doua etapă a zilei, în cadrul ALA desfășurate în următoarele centre:

La centrul **Arte** (aici se va desfășura activitatea de la Domeniul Estetic și Creativ), copiii își vor picta chipul în oglindă, după ce se vor observa cu atenție, folosind instrumentele de pictat.

La centrul **Științe**, copiii vor realiza un experiment prin amestecarea unor substanțe într-un recipient de plastic, reacția obținută va ajuta baloanele să se umfle creând fețe.

La centrul **Alfabetizare**, copiii vor recunoaște litere, vor contura după model, apoi le vor realiza cu elemente din natură și vor denumi emoția care începe cu sunetul corespunzător literei respective.

La centrul **Joc de rol**, copiii vor decora biscuiți rotunzi cu creioane de decor, realizând fețe vesele/ fețe triste.

La centrul **Nisip și apă**, copiii vor desena în mălai fețe reprezentând emoticoane diferite.

Se execută exerciții pentru încălzirea mușchilor mici ai mâinii:

”Și-acum să ne pregătim/Măinile să le încălzim/Să le pregătim ușor/Pentru ceva folositor”.

Copiii se rotesc de la un centru la altul. Pe parcurs, educatoarea dă indicații și oferă ajutor copiilor care întâmpină dificultăți și îi încurajează în vederea executării corecte a temelor menționate.

După îndeplinirea sarcinilor de la centrele de interes, se va desfășura etapa de evaluare. Această etapă se realizează frontal. Copiii vor răspunde la ghicitori legate de emoții.

Ziua se încheie cu un joc muzical „Cântecul emoțiilor” și jocul distractiv „Traseul emoțiilor”

Se fac aprecieri asupra întregii activități, iar copiii primesc recompense.

BIBLIOGRAFIE:

- Curriculum pentru educație timpurie, 2019;
- 1001 idei pentru o educație timpurie de calitate - ghid pentru educatori, Maria Vrâncanu, Tipografia centrală, Chișinău, 2010

PROIECT DIDACTIC “CINE A SPUS MIAU?”

**Prof. pentru educație timpurie, Ilie Maria-Magdalena
Școala Gimnazială “Prof. Ilie Popescu” Șotânga
Structura: Grădinița cu Program Normal Nr.1 Șotânga**

EDUCATOARE: ILIE MARIA-MAGDALENA

DATA:

NIVELUL I: 3 – 4 ani

GRUPA: Mică

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: “Cum este, a fost și va fi aici, pe pământ?”

TEMA PROIECTULUI: “Explorator în lumea animalelor!”

TEMA SĂPTĂMÂNII: “Animale minunate în curtea bunicilor”

TEMA ZILEI: “Cine a spus miau?”

FORMA DE REALIZARE: Activitate integrată (ALA + DLC + DEC-EAP)

FORMA DE ORGANIZARE: frontal, individual, pe grupuri mici

TIPUL ACTIVITĂȚII: mixtă

ELEMENTE COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚII INTEGRATE:

1. ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ:

Întâlnirea de dimineață:

- Salutul, Prezența, Calendarul naturii;
- “*Vouă vă plac pisicuțele?*” - dezvoltarea abilităților de comunicare

Rutine:

- “*Pot să te îngrijesc!*” – deprinderea de a îngriji animalele

Tranziții:

- “*Ham- ham- ham și miau- miau- miau, / Unde-i laptele să-l beau?*” – recitativ ritmic
- “*Pe urme de pisicuță*” – mers imitativ

2. ACTIVITĂȚI LIBER ALESE PE CENTRE DE INTERES:

- **Joc de masă:** “*Jocul umbrelor*” – alegerea umbrelor potrivite
- **Construcții:** “*Cușcă pentru cățeluș/pisicuță*” – construire prin alăturare și suprapunere
- **Joc de rol:** “*De-a medicul veterinar*” – interpretarea rolului de medic veterinar/stăpânul animalului

3. ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERENȚIALE:

Domeniul Limbă și Comunicare

Categoria de activitate - Educarea limbajului:

- **Tema activității:** “*Cine a spus miau?*” după Vladimir Suteev
- **Mijloc de realizare** - povestirea educatoarei

Domeniul Estetic și Creativ

Categoria de activitate - Educație Plastică:

- **Tema plastică:** “*Blana pisicuței*”
- **Subiectul** - pata de culoare
- **Mijloc de realizare** - pictură

4. ACTIVITĂȚI LIBER ALESE DE RELAXARE, RECUPERARE ȘI RECREERE:

- “*Ocupă cușca*” – joc distractiv
- “*Jocul de degețele*” – joc liniștitor

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

- Mesaje orale în contexte de comunicare cunoscute;
- Mesaje orale în diverse situații de comunicare;
- Activare și manifestare a potențialului creativ.

COMPORTAMENTE VIZATE:

- Exersează, cu sprijin, ascultarea activă a unui mesaj, în vederea înțelegerii și receptării lui;
- Demonstrează înțelegerea unui mesaj oral, ca urmare a valorificării ideilor, emoțiilor, semnificațiilor;
- Demonstrează capacitate de comunicare clară a unor idei, nevoi, curiozități, acțiuni, emoții proprii;
- Demonstrează creativitate prin activitățile artistico-plastice.

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

Formarea și dezvoltarea capacității de a audia cu atenție o poveste, de a reproduce conținutul povestirii în ordinea cronologică a evenimentelor cu ajutorul imaginilor sugestive;

Consolidarea priceperilor și deprinderilor de a picta folosind ca element de limbaj plastic pata de culoare.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE: La sfârșitul activității, copiii vor fi capabili:

- Să precizeze titlul poveștii și personajele principale;
- Să redea conținutul povestirii în ordinea cronologică a evenimentelor cu ajutorul imaginilor;
- Să aplice culoarea cu periuța de dinți, într-un spațiu dat;
- Să aleagă umbra potrivită ficăru animal;
- Să construiască școala iepurașilor cu ajutorul cuburilor din lemn prin alăturare și suprapunere;
- Să interpreteze rolul de medic veterinar/ stăpânul animalului.

STRATEGII DIDACTICE:

- a) **Metode / procedee / tehnici:** conversația, povestirea, metoda *Explozia stelară*, explicația, demonstrația, exercițiul, observarea, metoda *Turul galeriei*, expoziția, analiza produselor activității, jocul.
- b) **Mijloace de învățământ:** pisicuță de pluș, cartea “Cine a spus miau?” de V.Suteev, personaje, imagini, tablă magnetică, panou din fetru, stele din cartoane colorate, coli cartonate cu imaginea pisicuței, acuarele, periute de dinți, pensule, jetoane cu animale domestice și jetoane cu umbra acestora, animale domestice din carton, cuburi din lemn/plastic, animale domestice - figurine, trusă medicală, recompense.
- c) **Forme de organizare:** frontal, individual, pe grupuri mici.

MODALITĂȚI DE EVALUARE:

Continuă – formativă: prin observarea comportamentelor copiilor, analiza produselor activității și corectarea răspunsurilor, prin întrebări, aprecieri verbale, îndrumări individuale, fotografii, acordarea stimulentei.

DURATA: o zi

BIBLIOGRAFIE:

- *Curriculum pentru educația timpurie* - 2019, M.E.N., 2019;
- Florica Mitu, Ștefania Antonovici, *Metodica activităților de educare a limbajului în învățământul preșcolar, Ediția a II-a, revizuită*, Editura Humanitas Educațional, București, 2005;
- Mariana Andreianu, Mihaela Andreianu, *Cine a spus miau?* - după Vladimir Suteev, Colecție Poveștile copilăriei, Editura Diana.
- Revista Învățământului Preșcolar, Nr. 3 - 4 \ 2010, Editura Arlequin.

SCENARIUL ZILEI

Activitatea debutează cu **Întâlnirea de dimineață**. Copiii intră în sala de grupă prin tranziția “Pe urme de pisicuță” – mers imitativ, și se îndreaptă spre locul întâlnirii de dimineață, unde se vor așeza în semicerc.

Salutul se realizează prin tehnica comunicării rotative, pornește de la educatoare și este continuat de toți copiii grupei, fiecare salutându-și colegul din partea dreaptă.

„– Bună dimineață! Mă bucur că suntem împreună!

Se realizează **prezența** la activitate:

Un băiat (grupa mare) va număra fetițele prezente, iar o fetiță (grupa mare) băieții. Un alt copil va număra toți copiii prezenți.

„– După ce ne-am adunat /Și frumos ne-am salutat /Cei prezenți ne-am întâlnit /Dar cine oare n-a venit?” Se cere copiilor să privească în jurul lor și să spună dacă au venit toți colegii lor la grădiniță.

Copiii vor completa **calendarul naturii** ajutați de întrebările: „În ce anotimp suntem?”, „În ce lună suntem?”, „În ce zi a săptămânii suntem?”, „Cum este vremea astăzi?”

Împărtășirea cu ceilalți: tema de discuție va fi “Vouă vă plac cățeei și pisicuțele?” având ca scop dezvoltarea abilităților de comunicare.

Noutatea zilei: Captarea atenției se va realiza prin primirea unei scrisori neșteptate, trimisă de o pisicuță. Ea le-a scris copiilor că îi îndrăgește tare mult și vrea să îi cunoască, dar până se vor întâlni, le-a trimis o poveste despre ea și le propune să o asculte cu atenție și să țină minte ce s-a întâmplat, le spune că le-a lăsat niște indicii și surprize. Dacă vor asculta cu atenție povestea și vor rezolva toate sarcinile pregătite de pisicuță, vor fi ascultători și vor urmări toate indiciile, o vor descoperi pe cea care a spus miau și surprizele pregătite de ea. Scrisoarea este semnată cu o urmă de lăbuță.

Tranziții: “*Pe urme de pisicuță*” – mers imitativ

ADE: DLC – Educarea limbajului

Se va desfășura activitatea de **Educarea limbajului - povestirea educatoarei Cine a spus miau? - după Vladimir Suteev**, în care educatoarea le va prezenta copiilor conținutul poveștii, însoțită de imagini sugestive.

Expunerea conținutului va fi clară și accesibilă copiilor, expresivă (modularea vocii, schimbarea ritmului vorbirii pe parcursul expunerii, respectarea pauzelor logice, psihologice, gramaticale, schimbarea intonației în funcție de conținutul povestit, mimică și gesticulație) pentru a menține treaz interesul copiilor și pentru a asigura motivația învățării.

Educatoarea va respecta succesiunea principalelor momente ale povestirii, va explica cuvintele și expresiile noi din text.

Fixarea conținutului povestirii se va realiza prin metoda “*Explozia stelară*” pe baza planului de întrebări:

- Cine auzea un miaunat?
- Unde a plecat cățelușul?
- De ce ?
- Ce i s-a întâmplat cățelușului în timp ce căuta?
- Când a aflat cine miauna?
- Cine spunea miau?
- Ce a făcut cățelușul când a aflat cine miauna?

Pe întregul parcurs al activității de educarea limbajului, se va urmări folosirea unui limbaj adecvat și antrenarea la cât mai mulți preșcolari să răspundă la întrebările adresate de educatoare.

Preșcolarii vor părăsi sala de grupă prin **tranziția** “*Ham- ham- ham și miau- miau- miau, / Unde-i laptele să-l beau?*” – recitativ ritmic.

Pauza pentru gustare, aerisirea clasei, aranjarea mobilierului și a materialelor pentru activitățile pe centre.

Activități liber alese pe centre de interes:

Copiii vor intra în sala de grupă și vor trece pe la fiecare centru pentru prezentare, prin **tranziția** “*Pe urme de pisicuță*” – mers imitativ.

La **Artă** se va desfășura **ADE Domeniul Estetic și Creativ – Activitate artistico-plastică** “*Blana pisicuței*” - pictură. Copiii vor intui materialele. Educatoarea va denumi materialele și va preciza rolul lor în realizarea temei propuse, le va explica și demonstra cum

vor folosi instrumentele de lucru pentru a realiza lucrări cât mai originale și creative, după care vor picta blana pisicuței, compunând în mod original și personal spațiul plastic. Preșcolarii vor respecta sarcina de lucru, vor lucra îngrijit, vor finaliza lucrările și le vor expune la fereastră. Activitatea se va desfășura sub directa supraveghere a educatoarei în special în centrul Artă unde copiii care lucrează în acest centru își vor face cunoscută prezența, prin amprentare cu o ștampilă în formă de lăbuța pisicii, într-un tabel cu fotografiile lor.

Cu ajutorul tranziției “Pe urme de pisicuță” – mers imitativ, se va trece și la prezentarea celorlalte centre.

La centrul **Joc de rol:** “*De-a medicul veterinar*” – copiii vor interpreta rolul de medic veterinar/ stăpânul animalului, consultând, îngrijind și aducând la cabinet, pisica sau câinele.

La centrul **Joc de masă:** “*Jocul umbrelor*” – copiii au pe masă jetoane cu animale domestice și jetoane cu umbrele acestora. Ei trebuie să privească cu atenție și să o descopere și să o aleagă pe cea potrivită fiecăruia.

La centrul **Construcții:** “*Cușcă pentru cățeluș/pisicuță*” – construire prin alăturare și suprapunere, preșcolarii vor construi din cuburi de lemn cușca câinelui și a pisicii.

Se va explica și demonstra modul de lucru.

Copiii vor fi atenționați să respecte regulile de igienă și securitate personală.

Se va executa cu întreaga grupă, câteva exerciții pentru încălzirea mușchilor mâinii: bate vântul, zboară păsărelele, morișca înainte, morișca înapoi, plouă *pic-pic-pic*, scuturăm mânuțele.

Copiii își vor alege centrul de activitate unde doresc să lucreze și se va trece la executarea temelor.

Se vor oferi îndrumări și ajutor preșcolarilor, se va ține cont de particularitățile de vârstă, de interesele, aptitudinile și dorințele fiecăruia. Pe durata desfășurării activităților se vor reaminti criteriile de evaluare.

După finalizarea lucrărilor și încheierea activităților la centre, se va realiza metoda *Turul galeriei*, copiii vor trece pe la fiecare centru, apreciind lucrările proprii și ale colegilor. Se va organiza o expoziție cu lucrările copiilor.

După încheierea activităților la centre, se realizează *Turul galeriilor*, pentru a aprecia produsele obținute la sectoare.

Prin **tranziția** “*Ham- ham- ham și miau- miau- miau, / Unde-i laptele să-l beau?*” – recitativ ritmic trecem la **Activități liber alese de relaxare, recuperare și recreere:**

“*Ocupă culcușul*” – joc distractiv -copiii dansează, în jurul “culcușurilor”(scăunelelor), pe muzică până când aceasta este oprită. În momentul în care muzica se oprește fiecare pisicuță trebuie să-și găsească un culcuș. Cea care rămâne fără culcuș, va dansa în mijlocul cercului sau în alt loc amenajat pentru asta dar aproape de cercul de dansatori. Jocul continuă până când rămâne un singur culcuș și o singură pisicuță care să-l ocupe.

“*Jocul de degetele*” – joc liniștitor - preșcolarii vor fi așezați în cerc pe covor se vor juca cu degetele:

Eu am un gărduleț (mâna stângă cu degetele desfăcute)

Și vine pisica miaunica: (de la mâna dreaptă arătătorul și mijlociul merg pe gard)

Miau, miau, miau.miau,miau, (mieunat languros, merge pe gard)

Dar iată vine-un șoricel: chiț,chiț,chiț,chiț,chiț,(trece repede, pe gard).

Dar iată vine-un uriaș: Bum, bum, bum, bum, bum (fiecare deget se închide când trece uriașul)

Și dăramă gărdulețul!

Dar iată vine-un piticuț, (arătătorul de la mana dreaptă, desenat chipul)

C-un ciocănel atâta de micuț (îndoi arătătorul de la mâna dreaptă)

Cioc, cioc, cioc, cioc, cioc (ciocănesc fiecare deget, care se ridică)
Și repară gardulețul.

La sfârșit copiii vor primi vizita pisicuței care le aduce în dar coronițe-urechiuși de pisicuță și le pune câte o lăbuță amprentă pe mâna fiecăruia. Fiind foarte încântată că preșcolarii au fost atenți și au descoperit cine a spus miau, și deasemenea au participat cu bucurie la toate activitățile le propune să rămână prieteni și le promite că va mai veni în vizită la ei.

Activitatea se va încheia cu aprecieri verbale și autoaprecieri.

RECUNOAȘTEREA ȘI GESTIONAREA EMOȚIILOR LA PREȘCOLARI

Prof. Vasile Lița Daniela

Prof: Moise Diana

G.P.P. NR.3 BUZĂU

A recunoaște și a înțelege emoțiile trece dincolo de exprimarea verbală a acestora, astfel că aceste două procese implică și reacțiile non-verbale – mimică, gesturi – și paraverbale – intonație, tonalitate, claritate, ritm – survenite în urma declanșării la nivelul individului a unei emoții.

În copilărie, emoțiile parcurg o cale progresivă de dezvoltare, transformându-se și acumulând un conținut mai bogat, dar și forme complexe de manifestare, sub influența condițiilor sociale de viață și de educație pe care copilul le-a experimentat, până la acel moment. Este cunoscut faptul că, un copil poate trece cu ușurință de la o stare negativă la una pozitivă și invers, dacă întâlnește un factor potrivit, care să declanșeze schimbarea

La vârsta de 3 ani copilul devine capabil să recunoască bucuria, furia și tristețea. La 4 ani, copiii reușesc să facă corespondența între emoție și expresia facială corespunzătoare. La 5-6 ani, copilul trebuie să recunoască și alte emoții în afara celor deja menționate în etapa anterioară, și anume teamă, surprindere și dezgust. Incapacitatea copilului de a recunoaște emoțiile îi poate provoca dificultăți în interpretarea mesajelor cu încărcătură emoțională și, totodată, în transmiterea unui răspuns aferent acelei emoții. Considerăm că pentru a-i ajuta pe copii să-și sporească procesul de dobândire a abilității de recunoaștere a emoțiilor, atât cadrul didactic cât și părinții, pot să le expună diferite situații în care sunt exprimate emoții diverse și să-i îndrume spre observarea schimbărilor musculaturii faciale în momentul în care o emoție s-a produs.

Abilitatea de a înțelege emoțiile reprezintă capacitatea de a percepe că orice emoție are o cauză a declanșării acesteia. Acest proces presupune existența unei legături între dorințele, scopurile, credințele și comportamentul observabil, care se poate modifica în funcție de maniera în care dorințele, scopurile și credințele au fost îndeplinite. La vârsta de 3 ani, copilul poate sesiza că există o cauză și o consecință a exprimării emoționale, însă nu reușește să sesizeze că nu o situație propriu-zisă este cea care a provocat o emoție, ci maniera în care o persoană a resimțit, a interiorizat acea situație. De exemplu, două persoane pot să experimenteze aceeași situație, însă emoțiile provocate pot fi diferite.

Înțelegerea emoțiilor celorlalți de către copil este un prim pas în manifestarea empatiei. O dată ce copilul dezvoltă această capacitate, acestuia îi va fi mult mai ușor să-și controleze propriul comportament, ceea ce va determina ca acesta să stabilească interacțiuni sociale optime. Comportamentul copilului poate fi influențat de maniera în care acesta a înțeles emoția transmisă de persoana cu care interacționează. Astfel, copilul își va modela, modifica maniera de a se comporta în funcție de ceea ce i s-a transmis prin intermediul emoției exprimate de cealaltă persoană.

Reglarea emoțională implică dezvoltarea controlului voluntar care presupune abilitatea individului de a-și adapta comportamentul în funcție de contextual în care se află. De cele mai multe ori, copiii sunt învățați să-și ascundă și să-și stăpânească emoțiile pentru a nu le face rău persoanelor care primesc mesajul respectiv. Este adevărat că exprimarea unor emoții negative față de celelalte persoane poate avea un efect devastator asupra calității vieții ambelor părți. Tocmai de aceea este necesar ca preșcolarul să fie învățat să-și recunoască propriile emoții, să le categorizeze în emoții pozitive și emoții negative, iar mai apoi să reușească să le gestioneze astfel încât sentimentele resimțite să aibă un impact benefic, atât asupra propriei persoane cât și a celei cu care interacționează. (Goleman, 2008)

Adesea, copiii recurg la ajutorul adultului în diminuarea situațiilor care implică emoții negative și care le provoacă stări de stres. Însă există o gamă de strategii de reglare emoțională pe care copilul le poate exersa. Acestea sunt strategii de rezolvare a problemelor cum ar fi: implicarea copiilor în activități oprite problemei cu care se confruntă, îndepărtarea de la sursa care a provocat situația problematică; strategii emoționale cum ar fi: implicarea copiilor în activități recreative, activități domestice care conduc spre ameliorarea emoțiilor negative; strategii cognitive precum: oferirea de argumente care să diminueze emoțiile negative, minimizarea care reduce influența negativă a evenimentului.

În concluzie, considerăm că activitățile desfășurate în grădiniță pot fi cadrul în care copilul poate fi ghidat să învețe să-și recunoască emoțiile și să le regleze cu scopul de a-i permite acestuia să și le manifeste astfel încât să nu lezeze persoanele cu care interacționează.

Bibliografie

1. Botiș, A., Mihalca, L. (2007). Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și băieți, cu vârsta până în 7 ani. Buzău: Alpha MDN
2. Goleman, D. (2008) .Inteligența emoțională. București: Curtea Veche Publishing (Ediția a III-a)
3. Kallay, E., Ștefan, C.A. (2007). Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid didactic pentru educatori. Cluj-Napoca: Editura ASCR
4. Osterrieth, P.A. (1976). Introducere în psihologia copilului. București: Editura didactică și pedagogică
5. Sas, C.(2010).Cunoașterea și dezvoltarea competenței emoționale. Oradea: Editura Universității din Oradea

REȚETA FERICIRII

prof. Ghencea Raluca
G.P.P. Bobocei din MICRO III-BUZAU

Sa fii fericit, vesel si multumit este greu pentru majoritatea oamenilor.

Asa ca va propun o reteta a fericirii invatata de la fetita mea.

Pentru mine rețeta fericirii începe cu o cană plină de iubire. Este ingredientul principal, cel care dă sens vieții.

Se adaugă o lingură de recunoștință. În fiecare zi, ne putem opri să fim recunoscători pentru ce avem adică, familia

La această competiție se mai adaugă un gram de curaj. Trebuie să avem curaj să facem unele lucruri chiar dacă sunt înfricosătoare

Nu trebuie să lipsească nici două linguri de pasiune. Fie vorba de o activitate preferată sau un hobby.

La final se adaugă un strop de răbdare. După ce ai curajul să faci un lucru, după aceea, trebuie să ai și răbdare

Amestecăm bine ingredientele le lăsăm să se topească în sufletul nostru, și le servim zilnic în porții generoase.

Spor la treaba!

Zambiti ,ca aveti de ce!

EXPRIMAREA EMOTIILOR ȘI DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII ÎN ACTIVITĂȚILE PREȘCOLARILOR

Prof. Liscan Mariana, Grădinița Nr. 1 Pantelimon

Prof. Olaru Adriana, Grădinița Nr. 1 Pantelimon

În perioada preșcolară, copilul își formează cele mai importante deprinderi socio-emoționale, iar activitățile desfășurate la grădiniță au un rol esențial în conturarea unei personalități echilibrate și creative. Emoțiile și creativitatea sunt interconectate și influențează modul în care copilul percepe lumea, interacționează cu ceilalți și se exprimă.

Cadrele didactice trebuie să creeze un mediu afectiv pozitiv, în care copilul să se simtă în siguranță să își exprime trăirile, ideile și să exploreze liber. Activitățile artistico-plastice, jocurile de rol, poveștile terapeutice și muzica reprezintă canale importante pentru dezvoltarea emoțională și creativă.

Un exemplu de bună practică este utilizarea poveștilor terapeutice care abordează teme precum frica, timiditatea, prietenia sau încrederea în sine. Acestea ajută copilul să identifice și să gestioneze emoțiile într-un mod empatic și constructiv. De asemenea, desenul liber sau pictura spontană permit exprimarea simbolică a trăirilor, fiind și un instrument de observare pentru cadrul didactic.

Creativitatea copilului poate fi stimulată prin întrebări deschise, încurajarea inițiativelor proprii și aprecierea originalității. Este important ca adultul să evite criticile și comparațiile, oferind în schimb validare și sprijin.

Prin valorificarea emoțiilor și stimularea potențialului creator, educatorul contribuie la formarea unui copil încrezător, empatic și pregătit pentru viață.

Un alt aspect esențial în sprijinirea copilului este observarea atentă și intervenția personalizată a cadrului didactic.

Fiecare copil este unic în exprimarea emoțiilor și în manifestarea creativității. Prin urmare, este necesară o abordare diferențiată, care să țină cont de ritmul propriu de dezvoltare, stilul de învățare și contextul familial și socio-cultural.

Jocurile de dezvoltare emoțională, cum ar fi „*Roata emoțiilor*”, „*Cutia cu sentimente*” sau „*Jurnalul emoțiilor*”, pot fi utilizate pentru a învăța copiii să recunoască și

să exprime ceea ce simt.

Aceste activități facilitează **autoreglarea emoțională, empatia și cooperarea în grup.**

De asemenea, colaborarea cu părinții este un pilon de bază în promovarea unei educații armonioase.

Părinții pot fi implicați în activități comune cu copiii (atelier de creație, lecturi interactive, jocuri educative) și pot primi sugestii privind susținerea exprimării emoțiilor și creativității și în mediul familial.

Tehnologia educațională, utilizată cu măsură și în scopuri clare, poate completa strategiile tradiționale.

Aplicațiile interactive care susțin povestirea creativă, desenul digital sau jocurile de dezvoltare emoțională pot fi introduse în mod controlat pentru a diversifica experiențele copilului.

În concluzie, educația timpurie joacă un rol decisiv în formarea unui copil echilibrat emoțional și deschis spre nou.

Printr-o abordare empatică, creativă și adaptată nevoilor fiecărui copil, cadrul didactic contribuie nu doar la dezvoltarea unor abilități de bază, ci și la formarea unei generații capabile să comunice, să creeze și să relaționeze armonios cu lumea din jur.

Bibliografie

1. Goleman Daniel, Inteligența emoțională, București, Curtea Veche, 2008.
2. Jalongo Mary Renck, Creativitatea în educația timpurie, Iași, Polirom, 2014.
3. Stan Emil, Educația emoțională, București, Didactică și Pedagogică, 2010.

ȘANSE EGALE PENTRU TOȚI COPIII ÎN GRĂDINIȚĂ

PROF. VINCELER ANCA/ROTARU ALINA-CRISTINA

GRĂDINIȚA CU P.P. „PRICHINDEL,, CUGIR

JUD. ALBA

Toți avem nevoie de educație, nu numai unii dintre noi. Comunitatea din care facem parte își ia identitatea și specificul de la noi toți, fie că suntem educați sau mai puțin educați.

Văzutăca o provocare a pedagogiei moderne, educația pentru toți nu poate fi înțeleasă fără o schimbare a percepțiilor, imaginilor și ideilor tradiționale despre educație.

Fiecare om are dreptul de a beneficia de sprijin pentru formarea și integrarea lui socială și individuală. Toți copiii au dreptul de a se dezvolta și forma cât mai adecvat pentru a-și manifesta unicitatea și de a participa la identitatea socială și culturală din care fac parte.

Educația pentru toți presupune formarea tinerei generații dintr-o perspectivă nouă, a drepturilor individuale și a valorii fiecărui om.

Argumentul cel mai important în favoarea educației pentru toți este impus de diversitatea și complexitatea lumii moderne. Să nu uităm că societatea nu este formată numai din unii oameni, ci din toți, fiecare cu particularitățile, caracteristicile, capacitățile și competențele pe care le are.

Fenomen social caracterizat prin proiectare, planificare și organizare, educația este firesc să se adreseze tuturor, pentru că societatea este alcătuită din toți.

Ideile unei educații de calitate pentru toți copiii, se pot realiza cel mai bine pornind de la grădiniță, iar materializarea lor se observă tot mai mult în practicile zilnice ale multor educatoare care își desfășoară activitatea cu dăruire.

Vorbind de educația pentru toți copiii, ne referim la programa de educație cât mai inclusivă, adică programa care să pună în valoare diversitatea și să acorde atenție fiecărui copil în parte, asigurând accesul și participarea tuturor.

Principiile promovate de educația inclusivă, pentru toți, se potrivesc perfect în grădinița noastră.

Componența grupelor de copii din grădinița noastră este foarte diversă. Avem copii de etnii diferite, copii cu cerințe speciale, cu ritmuri și nivele diferite de dezvoltare și mai ales copii de vârste diferite în cadrul aceleiași grupe. Realizarea planului de școlarizare ne-a impus alcătuirea grupelor cu un anumit număr de copii dar folosind acest criteriu am fost nevoiți să înscriem în fiecare grupă copii de vârste diferite. În această situație ne-am angajat într-un permanent maraton al schimbării, într-o continuă căutare și găsire de soluții care să permită adaptarea grădiniței la nevoile și particularitățile copiilor.

”Sprijin și educație pentru toți, grijă și atenție pentru fiecare” – aceasta este politica promovată de cadrele didactice din grădinița noastră.

Printr-o bună cunoaștere a fiecărui copil, educatoarea este în măsură să adapteze curriculum-ul astfel încât să sprijine dezvoltarea adecvată a tuturor copiilor. Modelul etalon, perfect promovat de practicile educaționale anterioare este fals. Noi știm că nu toți copiii sunt la fel și atunci acest criteriu ar deveni un criteriu de separare.

Noi,educatoarele am simțit nevoia de a ne schimba în mod pozitiv atitudinea,limbajul și metoda pedagogică,cu mult înainte de a se promova conceptul de educație pentru toți.Marea diversitate a copiilor și a situațiilor întâlnite ne-a făcut să acordăm atenție modului cum vorbim cu fiecare copil,cum reacționăm,mai ales în situații dificile.

Dacă educatoarea reușeste să găseasca locul și rolul adecvat prin care fiecare copil să se pună în valoare după forțele și posibilitățile sale,atunci putem spune că în grădiniță se realizează educația pentru toți. Întrebarea care se pune este:reuesc toate educatoarele să se adapteze diversității și unicității copiilor?Copiii sunt diferiți,capacitățile lor sunt diferite,tot atât de diferite trebuie să fie și metodele și procedeele pe care educatoarea le va folosi pentru a facilita participarea tuturor copiilor la programul educativ.

De-a lungul timpului am întâlnit variate situații și au fost cazuri când, pentru a oferi șansa tuturor copiilor de a avea acces la educație am înscris toți copiii doritori a se înscrie indiferent de vârstă,astfel încât grupa a cuprins copii cu vârste între 2 și 6 ani.Desigur,acest fapt a determinat eforturi din partea noastră pentru a găsi soluții care să permită valorizarea fiecărui copil.Cele mai de succes metode s-au dovedit a fi metodele de lucru pe grupuri mici și jocurile sub diferitele lor forme.

Grupurile au fost întotdeauna eterogene sub aspectul vârstei.La realizarea temei sau sarcinii pe care fiecare grup o are de îndeplinit fiecare copil își aduce aportul după capacitățile și după puterile sale.Produsul final este rezultatul muncii tuturor și acesta este lucrul cel mai important.

Foarte important a fost întotdeauna conduita noastră.Conteaza foarte mult aprecierile educatoarei,apelativele,modul pozitiv sau negativ de a reacționa la acțiunile copiilor.

În timp ce lucrează împreună, copiii învață unii de la alții,se ajută unii pe alții,se completează,se critică.Educatoarea poate interveni cu aprecieri pozitive,încurajează,remarcași subliniază efortul fiecărui copil. În felul acesta copilul se simte important,capătă încredere în sine.

Jocurile, indiferent de felul lor,sunt de fapt activități în grup care pun copiii în situația de a relaționa între ei, îi activează din punct de vedere cognitiv, afectiv și motor. Dramatizarea generează situații problematice,sprijină înțelegerea complexă a situației și determină participarea activă a copiilor.Jocul reprezintă o metodă eficientă de formare rapidă și corectă a convingerilor și comportamentelor.

Începând din anul școlar 2005/2006, aproape un sfert din numărul copiilor din grădinița noastră au fost copii de etnie rromă. Există încă prejudecăți cu privire la această etnie. Copiii exprimă adesea, cu sinceritate părerile și concepțiile părinților. Cea mai mare problemă cu care ne-am confruntat a fost acceptarea copiilor rromi de către unii copii din grupă. Remarci de tipul : “Tu locuiești în Cosbuc”-aluzie la cartierul insalubru în care locuiesc sau : “Ești neagră pentru că ești țigancă” sau : “Mi-a spus mama să nu mă joc cu Larisa pentru că este țigancă”, ne-au făcut să ne întrebăm,, Ce este de făcut?” În primul rând am stat de vorbă cu părinții copiilor împreună, dar și cu fiecare familie în parte. Am avut grijă să apreciem și să evidențiem în permanență prezența agreabilă a acestor copii: curați, frumoși îmbrăcați, fetițele pieptănate totdeauna îngrijit, cu fundițe și agrafe colorate.

În primul an când am avut mai mulți copii de etnie romă în grupă, s-a întâmplat ca acești copii să fie rude între ei și proveneau din familii care se ocupau de ei. Deși cu situații materiale precare făceau eforturi pentru a le face copiilor viața cât mai bună. Nu erau niște copii timorați ci dimpotrivă conștienți de valoarea lor. Le-am acordat atenție pozitivă acestor copii laudând și apreciind în fața celorlalți toate realizările lor.

Cu prilejul desfășurării proiectului cu tema “Animale domestice”, Delia, care avea animale acasă le-a împărtășit copiilor multe dintre cunoștințele ei, câștigând admirația colegilor. Am organizat o vizită la “microferma” Deliei și aici copiii, pe lângă celelalte animale, au putut vedea cai. Calul este un animal foarte îndrăgit de copii, prezent în jocurile lor de foarte timpuriu. Dar ceea ce a fost cu adevărat senzational a fost faptul că tatăl Deliei le-a arătat copiilor cum se potcovește un cal. Este o îndeletnicire pe care copiii nu au ocazia să o vadă desfășurându-se prea des. Impresiile au fost atât de puternice încât copiii au vorbit multă vreme după aceea și mai ales, le-au povestit părinților, cu multă admirație despre Delia și familia ei.

Un alt exemplu: Daniel i-a spus într-o zi Larisei, cu ironie, că a văzut-o pe bunica ei măturând pe stradă. Le-am spus copiilor că orice meserie e importantă, apoi, cu prilejul unei plimbări le-am atras atenția asupra locurilor curate și a celor murdare din orași și i-am rugat să-și spună părerea. Bineînțeles că au apreciat pozitiv curățenia și au criticat pe cei care nu o păstrează.

Le-am spus că de curățenia orașului au grijă mulți oameni printre care și bunica Larisei. I-am întrebat ce s-ar întâmpla dacă nimeni nu ar mătura strada și nu ar aduna gunoiul. Răspunsurile lor au evidențiat faptul că orice meserie are importanța ei.

În primăvara acestui an, părinții au participat alături de educatoare și copii la acțiuni de curățenie în curte. Bunica Larisei a venit cu o mătură mare care a stârnit curiozitate și interes. Ei au văzut cum bunica a măturat foarte repede aleea din fața grădiniței și cât de bine arată aceasta acum. Sau adunat în jurul ei punând întrebări: „De ce e mătura așa de mare? Din ce este făcută? Este grea? Tu de ce poți să o ridici? Tu de unde știi să faci curățenie în oraș?” Unii, chiar au încercat să măture. Era evident faptul că nu mai priveau ceea ce făcea “buna Catinca” ca pe o muncă rușinoasă, ba dimpotrivă o priveau cu admirație.

Au fost multe ocaziile de care am profitat pentru a demonstra că fiecare copil are un loc, un rol și o valoare. Nu trebuie să ratăm niciodată întâlnirile zilnice cu părinții. Este imposibil să nu găsim să-i spunem fiecărui părinte ceva bun despre copilul său, este în beneficiul amândurora. Să amintim și faptul că evităm să facem etichetări și comparații între copii și i-am sfătuit pe părinți să nu o facă nici ei.

Educația pentru toți este o cerință fermă și clară a epocii noastre, determinată de nevoile acute ale timpului prezent. Depinde de fiecare educatoare în parte, de responsabilitatea și implicarea tuturor ca ea să devină o realitate din care fiecare să învețe și să se dezvolte.

Bibliografie:

1. Traian Vrasmas – „*Invatamantul integrat si /sau inclusiv*” ,Editura Aramis,Bucuresti,2001.
2. „*Revista Invatamantul prescolar*”,nr.1-2,Bucuresti 2006
3. “*Psihopedagogia copilului*”,Editura Reprograph, Craiova,2003
4. “*Revista Laborator metodic*”,Editura Miniped,Bucuresti,2005

EMOȚIILE LA COPIII PREȘCOLARI

Profesor pentru educație timpurie: LEPĂDATU ALINA MIHAELA

Grădinița cu Program Prolungit Nr. 1 Videle

Rolul emoțiilor în viața copilului.

Emoțiile sunt modalitatea noastră de adaptare la mediu. În funcție de tipul de emoție trăită într-o anumită situație, copilul învață să-și recunoască nevoile emoționale și mentale și să acționeze în consecință.

Când copilul trăiește o emoție este important să-l învățăm trei aspecte:

- Cum să-și identifice și să-și recunoască emoțiile trăite?
- Care este nevoia de adaptare pe care o semnalizează emoția?
- Cum să-și schimbe comportamentul sau modul de a percepe situația în așa fel încât să se adapteze sănătos la situație?

Primii factori care pot interveni reglator în acest proces sunt familia și grădinița.

Atitudinile părinților față de copiii lor variază de la toleranță excesivă până la atitudini extrem de dure față de comportamentele „inadecvate” ale copiilor. Sursa acestor atitudini este reprezentată de așteptările părinților, care pot fi nepotrivite în raport cu vârsta și cu abilitățile copiilor. La acestea se adaugă stilul părinților de a-și exprima emoțiile.

Reacțiile educatorilor la manifestările emoționale ale copiilor reprezintă o sursă importantă de învățare despre emoții. Utilizarea în diferite contexte a cuvintelor care denumesc emoții este o modalitate de a învăța copiii să recunoască și să denumească emoțiile proprii sau ale celorlalți devenind un model, dar și un antrenor pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sociale.

Copiii învață ce sunt emoțiile și cum să reacționeze față de ele observând comportamentul adultului. Dezvoltarea emoțională este influențată de calitatea relației lor cu părinții și educatorii. Atunci când educatorul observă și acordă atenție emoțiilor copilului îi transmite acestuia mesajul că emoțiile sunt sănătoase și că ele sunt o sursă importantă de adaptare la mediu. Modul în care părinții și educatorii răspund când copilul trăiește o emoție îi modelează acestuia atitudinea față de emoții. Când educatorul și părinții exprimă emoții și își gestionează sănătos emoțiile, copilul învață cum să răspundă emoțiilor. Copilul începe prin a identifica emoția celorlalți prin expresia facială sau tonul vocii. Mai târziu învață să facă legătura între emoție și un comportament sau o situație, cum ar fi ”copilul este trist pentru că și-a pierdut jucăria”.

Cum poate educatorul să sprijine dezvoltarea emoțională a copilului?

1. Acceptă și remarcă emoțiile copilului.

2.Oferă copilului un mediu sigur de exprimare a emoțiilor.Exprimarea emoțiilor copiilor nu trebuie ridiculizată, criticată, negată sau minimalizată.

3.Încurajează jocurile de tipul mimă sau teatru în care personajele exprimă emoții pentru a familiariza copilul cu exprimarea emoțiilor.

4.Încurajează copilul să exprime emoțiile în cuvinte.

5.Vorbește despre emoțiile celorlalți.Asta îi ajută pe copii să-și înțeleagă propriile emoții.

6.Recompensează copiii când răspund la o emoție prin comportamente sănătoase.De exemplu:stă și se liniștește când este furios, apoi revine la situația pe care trebuie să o rezolve.

7.Sprijină copilul să facă diferența dintre emoție și comportament.”Înțeleg că ești furios, însă a lovi este un comportament nepermis.”

Ce nu este recomandat să facă educatorul:

1.Să îl facă pe copil responsabil de propriile lui emoții:”Mă supărați!”, „M-ați dezamăgit!”

2.Să exprime emoțiile verbal și nonverbal în prezența copiilor.Autonomia emoțională implică abilitatea de a-si gestiona propriile emoții fără să îi rănească pe ceilalți.

Cauze care stau în spatele emoțiilor.

Înțelegerea cauzalității emoțiilor este un proces destul de dificil datorită tendinței oamenilor de a considera cauza emoției ca fiind un eveniment sau o situație care este în afara lor.Acest lucru poate fi cu ușurință observat dacă analizăm mesajele pe care le transmitem atunci când exprimăm o anumită emoție sau când le spunem celorlalți cum ne simțim, lăsând să se înțeleagă că ceilalți sunt responsabili de modul în care ne simțim.

În realitate, oameni diferiți care se confruntă cu aceeași situație se simt diferit, deoarece emoția nu este determinată de eveniment în sine, ci de modul în care o persoană interpretează la nivel mental evenimentul respectiv.Dacă emoția ar fi determinată de evenimentul sau situația în sine, atunci, într-un anumit context, toți oamenii ar trebui să simtă la fel.

Emoțiile sunt determinate de modul în care interpretăm o situație și, în consecință, fiecare este responsabil pentru modul în care se simte:”Mă simt în funcție de modul în care gândesc.”

Cum învățăm copiii să identifice corect cauza unei emoții?

Identificați situațiile în care copiii trăiesc și exprimă diverse emoții la grupă și transformați-le în oportunități de învățare.

Învățați copiii să exprime emoții folosind mesaje la persoana întâi.(M-am supărat când mi-ai stricat jocul). Arătându-le copiilor modalități adecvate de exprimare a emoțiilor, li se oferă oportunitatea de a se gândi la ceea ce simt și la maniera de exprimare a emoțiilor trăite.

Lăsați copiii să înțeleagă că toate emoțiile sunt valide și acceptabile, ajutându-i să distingă între emoții și modul lor de manifestare.

Validarea emoțională are rolul de a-i face pe copii să gândească că ceilalți înțeleg și acceptă modul în care se simt.

Acceptați emoția copilului ca fiind firească. Dacă copilul își exprimă emoția într-un mod inadecvat, reamintiți-vă că el face tot ce poate (ce a învățat până acum) în situația dată. Este important să vă spuneți acest lucru ca un element de reamintire.

Observați și descrieți în cuvinte emoția copilului. "Observ că ești vesel"

Validați emoția copilului „Înțeleg că ești supărat pentru că ți-ai stricat jucăria preferată. Ce crezi că ai putea să faci să te simți mai bine?”

Rolul temperamentului în reactivitatea emoțională.

Reacția copiilor la situațiile de zi cu zi diferă în funcție de temperamentul pe care îl au. În aceeași situație, doi copii pot reacționa diferit sub aspectul intensității emoției, duratei de manifestare a pragului de activare și duratei de restabilire a stării de calm.

Copiii cu reactivitate emoțională crescută:

1. Manifestă în situațiile zilnice emoții intense pe o perioadă mai mare de timp, au un prag scăzut de activare (ex.: se supără cu ușurință de la lucruri neînsemnate), au nevoie de o perioadă mai mare de timp pentru a se liniști;
2. Au nevoie de un efort mai mare pentru a-și inhiba un comportament atunci când li se cere, depun un efort mai mare pentru a amâna dorința imediată de a face activitatea preferată pentru a face acțiunea impusă de educatoare, dar nedorită de ei;
3. Au nevoie de o structură și de reguli clare care să le ghideze comportamentul într-o situație socială;

Copiii cu reactivitate emoțională mai scăzută:

1. Își pot focaliza mai bine atenția pe o sarcină și sunt mai greu de distras într-o situație;
2. Se pot conecta mai ușor cererilor adultului și vor solicita un efort mai mic în disciplinare;

Sub influența temperamentului copiii diferă din perspectiva:

1. Modul în care se manifestă atunci când ei sunt furioși, triști, plâng cu mai mare ușurință, fac crize de furie intense care se manifestă o perioadă mai mare de timp, au nevoie de un timp mai mare pentru a se calma;
2. Modul în care reacționează la anumite contexte din viața lor (unii copii trăiesc și exprimă emoții intense de disconfort când sunt expuși la situații noi, dar nu și în situația în care nu pot avea acces la ceea ce-și doresc, pe când alții au reacții puternice când nu pot obține ceea ce-și doresc, dar nu și în situația în care sunt expuși la contexte noi).
3. Modul în care reacționează mintea și corpul lor atunci când ei se află în anumite contexte (când relaționează cu persoane cunoscute sau merg într-un loc nou, când nu obțin ceea ce își doresc sau le este blocat accesul la activitatea sau jucăria preferată).

Dincolo de comportamentele pe care copiii le manifestă atunci când trăiesc o anumită emoție există o serie de diferențe temperamentale mai greu de observat, care țin de modul în care reacționează corpul și mintea copiilor când sunt expuși la anumite situații și care reprezintă fața nevăzută a reactivității emoționale.

BIBLIOGRAFIE:

- 1.Vernon,A., „Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțivă și comportamentală”, Cluj-Napoca Editura ASCR, 2004;
- 2.Druguş, I.,Bârle D., „Educăm și formăm prin ...povești”, Oradea, Editura Universității, 2008;
- 3.Lespezeanu M., „Tradițional și modern în învățământul preșcolar”, București, Ed. Omfal Esențial, 2007

CURCUBEUL EMOȚIILOR

Ștefan Alexandra/Oglavie Cosmina

G.P.P Bobocei din Micro III

Pe cer a apărut, ușor,
Un curcubeu zglobiu și colorat,
Cu șapte stropi de câte-un dor,
Și-un zâmbet mare, desenat.

Roșu e când strig tare: „Nu!”
Și-mi bate inima nervoasă,
Dar tot cu roșu spun și „Te iubesc!”,
Când dau o îmbrățișare pufoasă.

Portocaliu e râsul meu,
Când fac o glumă și mă prostesc,
Sau când visez ceva mereu,
Și-un plan năstrușnic pregătesc.

Galben e soarele din piept,
Când sar și cânt și nu mă opresc,
Când lumea-i plină de surprize,
Și fiecare zi e un povești pesc.

Verde e speranța mea,
Când plantez o floare-n ghiveci,
Și-aștept s-apară, ca prin minune,
Un muguraș mic, dulce și rece.

Albastru e când plâng încet,
Când m-am lovit sau mi-e dor,
Dar vine mama, ca un zâmbet,
Și face norii să dispară-n zbor.

Indigo e-un pic de teamă,
Când stau pe-ntuneric și tac,
Dar prind curaj când vine-o rază,
Și-n gândurile mele fac... un salt.

Violet e visul meu frumos,
Când dorm și zbor prin galaxii,
Cu un dragon pufos, voios,
Pe-un curcubeu de jucării.

Așa e inima mea mică,
Colorată, veselă, curioasă —
Un curcubeu cu fiecare clipă,
Și-o lume mare, delicioasă!

PROIECT DE LECȚIE

EMOȚII DE BAZĂ (BUCURIE, TRISTEȚE, FRICĂ, FURIE)

Zăvoianu Georgiana-Florentina

Școala Gimnazială Nr. 11 Buzău

CLASA: pregătitoare

ARIA CURRICULARĂ: Consiliere și orientare

DISCIPLINA: Dezvoltare personală

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE: Prieteni necuvântători

SUBIECTUL LECȚIEI: Emoții de bază (bucurie, tristețe, frică, furie)

TIPUL LECȚIEI: formare de abilități și atitudini

SCOPUL LECȚIEI: Stimularea copiilor pe direcția unei exprimări emoționale deschise, autentice, spontane și descoperirea abilităților empatică

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

O1: - să identifice propriile emoții produse de povestea audiată;

O2: - să identifice emoții de bază prin asociere cu elemente de limbaj nonverbal și paraverbal;

O3: - să mimeze trăirea unei emoții de bază;

O4: - să exemplifice diferite situații în care au trăit emoțiile prezentate;



STRATEGII DIDACTICE:

1). Metode și procedee: conversația, explicația, jocul didactic, lectura explicativă, exercițiul, jocul senzorial

2). Resurse : a) materiale: planșa cu prezența, Calendarul naturii, ghetuța, videoproiectorul, laptopul, povestea „**Împărăția Emoțiilor**” , Cubul emoțiilor, fișă cu versurile incomplete, coli albe, creion, 4 planșe cu imagini, emoticoane vesele, marker

b) de timp: 45 de minute

c) bibliografice:

1. Programa școlară pentru disciplina Dezvoltare personală, clasa pregătitoare, aprobată prin ordin al ministrului Nr. 3418/19.03.2013;
2. Suport curs de formare - *Organizarea interdisciplinară a ofertelor de învățare pentru formarea competențelor cheie la școlarii din clasele I-IV*, program de formare continuă de tip “blended learning” pentru cadrele didactice din învățământul primar;
3. Breben, Silvia, *Jocuri pentru dezvoltarea inteligenței emoționale la vârsta preșcolară și școlară mică*, Ed. Reprograph, Craiova, 2010.

3). Forme de organizare: frontal, pe grupe.

FORME ȘI TEHNICI DE EVALUARE: observarea sistematică a elevilor, aprecieri verbale, proba orală, proba practică

Secvențele lecției	Ob. op.	Conținuturile învățării	Strategii didactice			Evaluare
			Metode și procedee	Mijloace și materiale	Forme de organizare	
1. Moment organizatoric		- Se asigură condițiile necesare desfășurării orei de Dezvoltare personală: aerisirea sălii de clasă, amenajarea spațiului de desfășurare a activității, pregătirea materialului didactic. - Întâlnirea de dimineață *Salutul: *Prezența *Calendarul naturii: repere temporale: anotimpul, ziua, data, luna, anul, simbol pentru starea vremii; meteorologul de serviciu este solicitat să completeze calendarul naturii; *Noutatea zilei: Solicit elevilor să precizeze ce sărbătoare religioasă este pe data de 6 decembrie - mâine. -Ce personaj iubit este așteptat de copii în noaptea de 5 spre 6 decembrie? -Cum se pregătesc copiii pentru primirea acestui personaj? Așadar, noutatea zilei de azi este reprezentată în primul rând de oaspeții noștri și apoi de pregătirea ghetuțelor în așteptarea lui Moș Nicolae	Conversația	Planșa cu prezența Calendarul naturii	Frontal	Observarea sistematică a elevilor
2. Captarea atenției		Se realizează prin intermediul unei ghetuțe uriașe, care a fost pregătită de mascotele clasei pentru ca Moș Nicolae să lase daruri tuturor elevilor din această clasă în ea. Numai că Moș Nicolae vede ce fac în fiecare clipă copiii și știe că unii dintre elevii clasei nu au fost foarte cuminiți și atenți la școală.	Conversația	Ghetuța	Frontal	

	O2	"Așa că Vivi și Ari, de teamă ca unii copii să nu primească nuielușe în gheată, vă roagă să fiți foarte atenți astăzi la ora de Dezvoltare personală și să lucrați foarte bine, pentru a-l convinge pe Moș Nicolae să nu lase vreo nuielușă cuiva. Pentru început trebuie să priviți cu mare atenție un filmuleț." Se prezintă un fragment din trailer-ul filmului "Întors pe dos" - referitor la principalele emoții ale oamenilor https://www.youtube.com/watch?v=6M4yKJa5ieQ Pornind de la filmulețul vizionat se poartă următoarea discuție: - Ce emoții simt părinții în momentul când își văd pentru prima dată fetița? (bucurie) - Ce emoție manifestă fetița când plânge? (tristețe) - Dar când părinții insistă să mănânce broccoli, deși le spusese că nu vrea? (furie) - Dar când ia un viraj strâns cu remorca plină cu jucării, ce simte fetița? (frică)	Observare	Videoproiector, laptop	Frontal	Observarea sistematică a elevilor
3. Anunțarea temei și enunțarea obiectivelor		- Copiii sunt anunțați că vom desfășura o activitate de dezvoltare personală în care vom vorbi despre emoții și comportamente generate de acestea, vom recunoaște emoțiile de bază, vom împărtăși situații în care am trăit anumite emoții și vom exprima prin mimică și gesturi emoțiile sugerate. - Se anunță titlul lecției noi: <i>Emoții</i>	Explicația		Frontal	

		<i>de bază</i>				
4. Dirijarea învățării	O1	-Prezintă elevilor povestea „Împărăția Emoțiilor” -Se cere elevilor să precizeze ce ținuturi au fost văzute în Împărăția emoțiilor. - Cer elevilor să aleagă ținutul în care s-au simțit cel mai bine. Elevii aleg ținutul unde s-au simțit cel mai bine, argumentând alegerea făcută.	Lectura explicativă	Povestea „ Împărăția Emoțiilor ”	Frontal	Observarea sistematică a elevilor
	O2	-Se solicită elevilor să precizeze ce ținut din Împărăția emoțiilor nu au mai reușit să vadă, deoarece s-a lăsat seara (Ținutul fricii) și să încerce să-și imagineze cum ar putea arăta acest ținut.	Joc senzorial: Spune ce simți!			
	O2	CUBUL EMOȚIILOR Jocul se desfășoară frontal sau în grupe mici, de trei elevi. Un elev vine în fața clasei, rostogolește cubul, numește emoția de pe fața de sus a cubului, mimează această emoție și exemplifică o situație din viața lui când a simțit acea emoție.	Joc didactic		Frontal	Proba orală
	O2	Sunt solicitați și câte trei elevi odată: unul va rostogoli cubul și va numi emoția de pe fața de sus a cubului, al doilea va mima emoția, iar al treilea va da exemplu de o situație din viața lui când a simțit acea emoție.	CUBUL EMOȚIILOR	Cubul emoțiilor	Pe grupe mici (trei elevi)	
	O3	DESENEAZĂ CHIPUL CE REDĂ EMOȚIA POTRIVITĂ! Sarcina constă în completarea unor				

	O4	fraze lacunare cu emoții potrivite, ce vor fi redată prin desen. Completați versurile cu emoția potrivită, redată prin desen: ***"Un copil ceva mai mare M-a lovit; mă doare tare Îl privesc neputincios, Și simt că sunt.....(furios)" ***Când apa mi s-a vărsat Peste planșa ce-am lucrat Nu m-am mai simțit artist... Ci am fost un pic cam.....(trist)." ***Un creion am rătăcit, Un coleg mi l-a găsit, Eu i-am mulțumit frumos Și-am fost tare...(bucuros)."	Exercițiul	Fișă cu versurile incomplete, coli albe, creion	Frontal	Proba practică
	O2					

5.Obține- rea perfor- manței și asigurarea feed-back- ului	O2	Se realizează prin intermediul jocului desfășurat pe grupe (4 grupe de câte 4 elevi): Ce nu se potrivește? Pe o planșă cu imagini diferite, dar exprimând aceeași emoție, apare și o imagine care exprimă o altă emoție. Copiii au sarcina de a recunoaște emoțiile și de a identifica "intrusul" prin încercuire.	Jocul didactic	4 planșe cu imagini, marker	Pe grupe	Proba orală
6.Activita- te recreativă	O2	Se solicită elevilor să interpreteze cântecele "Dacă vesel se trăiește" și "Azi Grivei e mânios". Se cere ca elevii să-și imagineze și să interpreteze prima strofa a cântecului "Azi Grivei e mânios" ca și cum ar fi triști, veseli, furioși și				

	O3	speriați.				
7.Aprecieri finale		Se fac aprecieri asupra activității elevilor, învățătoarea precizând că Moș Nicolae sigur a fost încântat de participarea lor. Se prinde fiecărui elev câte un emoticon vesel în piept.	Conversația	Emoticoane vesele	Frontal	Aprecieri verbale

CURCUBEUL DIN INIMA LUI NORIȘOR

ANDREI AMALIA ALEXANDRA

Grădinița cu Program Prelungit Nr.1 Buzău

A fost odată ca niciodată un pui de nor pe nume Norișor. Locuia sus pe cer, alături de alți nori jucăuși. Dar Norișor era diferit. În fiecare zi simțea o altă emoție, iar culorile din puful lui se schimbau mereu.

Într-o dimineață, când s-a trezit, Norișor era roșu ca focul.

— „Sunt furios!” a strigat. „Vântul mi-a luat jucăria preferată!”

Atunci a venit Soarele și i-a spus blând:

— „E în regulă să fii furios. Respiră adânc, numără până la 5 și spune ce te-a supărat.”

Norișor a făcut cum i s-a spus, iar roșul a început să se transforme în portocaliu.

A doua zi, Norișor era galben ca o rază de soare.

— „Sunt fericit!” a spus. „Am jucat de-a v-ați ascunselea cu rândunelele!”

— „Ce bine că te bucuri!” a spus Luna, care-l privea din depărtare. „Ține minte această senzație caldă și luminează-i și pe alții cu ea.”

În altă zi, Norișor a devenit verde ca iarba de primăvară.

— „Sunt liniștit. Am stat singur și am ascultat vântul.”

Vântul l-a mângâiat și i-a spus:

— „Ce frumos e să fii cu tine însuși și să te simți bine.”

Apoi, într-o seară, Norișor era albastru ca marea.

— „Sunt trist. Soarele nu a apărut azi deloc...”

Un curcubeu l-a cuprins cu brațele lui luminoase și i-a spus:

— „Și tristețea e importantă. Ea ne învață să fim mai blânzi cu noi.”

Într-o zi, Norișor a simțit o culoare mov:

— „Sunt speriat... Tună tare.”

Un alt nor mai mare l-a luat de lângă fulgere și i-a șoptit:

— „Te înțeleg. E normal să îți fie frică uneori. Eu sunt aici cu tine.”

Și tot așa, în fiecare zi, Norișor simțea altceva. Dar, cu timpul, a învățat că toate emoțiile sunt ca un curcubeu în inima lui – fiecare culoare are rostul ei și îl face să fie cine este el cu adevărat.

De atunci, ori de câte ori alt nor se simțea copleșit de emoții, Norișor le spunea:

— „Spune-mi ce culoare simți azi. Împreună, putem picta un curcubeu.”

Mesaj terapeutic: Toate emoțiile sunt normale și au un rost. Important este să le recunoaștem, să le exprimăm și să le acceptăm – ca parte din ceea ce suntem.

CULORILE COPILĂRIEI

Prof. educație timpurie Isac Vasilica

Grădinița cu P.P. Nr 2 Focșani

Copilăria este o lume de vis în care culorile capătă sensuri adânci și emoții vii. Dacă viața este o pictură în continuă devenire, atunci copilăria este momentul când pensula alunecă liberă pe pânză, fără reguli și fără teamă. Culorile copilăriei nu sunt doar nuanțe vizuale, ci stări, senzații și amintiri care se imprimă în sufletul fiecăruia. Fiecare copil își pictează universul cu propria paletă, influențată de mediul familial, de jocurile inocente și de primele descoperiri ale lumii.

Galbenul soarelui din diminețile liniștite, când părinții ne zâmbeau cu blândețe, rămâne simbolul siguranței și al bucuriei. Galbenul este culoarea optimismului și a curiozității, trăsături esențiale în dezvoltarea copilului. Psihologii afirmă că expunerea copiilor la culori calde stimulează gândirea creativă și sentimentul de apartenență (Boyatzis & Varghese, 1994).

Verdele naturii în care alergam desculți ne vorbește despre libertate și explorare. Este Culoarea echilibrului, a creșterii și a încrederii în propriile forțe. În copilărie, verdele înseamnă grădina bunicilor, pădurea de la marginea satului sau parcul în care am învățat să mergem pe bicicletă. Aceste spații verzi au o influență pozitivă asupra dezvoltării emoționale a copiilor, contribuind la reducerea anxietății și sporirea concentrării (Taylor et al., 2001).

Roșul intens al emoțiilor puternice – bucurie, furie, entuziasm – definește tumultul trăirilor copilăriei. Este culoarea pasiunii cu care copiii se dedică jocului, este culoarea înfrângerilor dramatice la jocuri și a îmbrățișărilor date cu sinceritate. Roșul devine astfel o expresie a autenticității și a energiei vitale.

Albastrul cerului și al viselor ne poartă spre lumea imaginației. În copilărie, cerul nu are limite, iar visele par realizabile. Albastrul este culoarea introspecției, a fanteziei, dar și a liniștii. Psihologia culorilor sugerează că albastrul favorizează gândirea logică și liniștirea emoțiilor, contribuind la o atmosferă propice învățării (Elliot & Maier, 2012).

În final, copilăria este un curcubeu în care fiecare culoare are o semnificație unică. Importanța acestor culori nu se pierde cu timpul – ele rămân în noi, influențând modul în care

percepem lumea, ne exprimăm emoțiile și ne raportăm la ceilalți. De aceea, este esențial ca adulții – părinți, educatori, comunitate – să creeze un mediu bogat în culori reale și simbolice, în care copilul să se simtă în siguranță să exploreze, să greșescă și să crească.

Copilăria este vârsta miracolului, când totul este posibil și fiecare zi aduce o nouă descoperire. Este o lume în care timpul pare că se dilată, iar realitatea se împletește cu fantezia. În acest univers unic, culorile nu sunt doar impresii vizuale, ci forme de exprimare a trăirilor, simboluri ale emoțiilor, amintiri imprimate în memorie pentru totdeauna. Prin ochii copilului, lumea capătă o strălucire aparte – intensă, jucăușă, plină de sensuri tainice. Culorile copilăriei nu pot fi separate de lumea afectivă. Psihologia dezvoltării afirmă că în primii ani de viață copilul percepe și interpretează lumea mai degrabă emoțional decât logic.

Astfel, culorile devin o punte între mediul înconjurător și trăirile interioare. De exemplu, galbenul este asociat cu soarele, cu căldura și cu starea de bine – el evocă bucuria dimineților senine din vacanțele petrecute la bunici sau zâmbetul mamei într-o zi obișnuită. Studiile lui Boyatzis & Varghese (1994) arată că cei mici asociază culorile calde cu emoții pozitive și cu un mediu sigur.

Copilăria este galbenul zâmbetelor, verdele aventurilor, roșul entuziasmului, albastrul visării și uneori chiar griul tristeților scurte. Este o paletă complexă, completă, din care se va naște personalitatea adultului de mai târziu.

Pentru fiecare dintre noi, aceste culori rămân vii în memorie. Mirosul creioanelor colorate, petele de acuarelă pe mâini, desenul făcut cu degetul pe geam într-o zi de iarnă – toate devin simboluri ale unei lumi care nu dispare, ci se retrage undeva adânc, în suflet. Iar din când în când, când privim un apus, o floare sau o pictură de copil, culorile copilăriei revin, pentru o clipă, și ne amintesc cine am fost.

Bibliografie

1. Boyatzis, C. J., & Varghese, R. (1994). Children's emotional associations with colors. *The Journal of Genetic Psychology*, 155(1), 77–85.
 2. Elliot, A. J., & Maier, M. A. (2012). Color-in-context theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 45, 61–125.
- Lüscher, M. (1971). *The Lüscher Color Test*. New York: Pocket Books.
 - Piaget, J. (1962). *Play, Dreams and Imitation in Childhood*. Norton.
 - Taylor, A. F., Kuo, F. E., & Sullivan, W. C. (2001). Coping with ADD: The surprising connection to green play settings. *Environment and Behavior*, 33(1), 54–77.

MODALITĂȚI DE GESTIONARE A EMOȚIILOR LA VÂRSTA PREȘCOLARĂ

Prof. învă. preșcolar CRĂCIUN ILEANA

Grădinița cu Program Prolungit Vadu Pașii

În copilărie, emoțiile parcurg o cale progresivă de dezvoltare, transformându-se și acumulând un conținut mai bogat, dar și forme complexe de manifestare, sub influența condițiilor sociale de viață și de educație pe care copilul le-a experimentat, până la acel moment. Este cunoscut faptul că, un copil poate trece cu ușurință de la o stare negativă la una pozitivă și invers, dacă întâlnește un factor potrivit, care să declanșeze schimbarea. El poate fi „o furtună” sau „un cer senin” într-un interval scurt de timp, fără să acumuleze resentimente. Emoțiile pe care acesta le resimte sunt exprimate prin cuvinte („Sunt supărat/ă!”, „Sunt bucuroasă!”), dar mai ales prin gesturi (încrucișarea brațelor, plecarea capului, lovirea cu picioarele, retragerea sau ridicarea brațelor deasupra capului, în semn de protejare).

În procesul educativ este foarte important să urmărim asimilarea de către copil a două aspecte esențiale: înțelegerea reală, la nivelul lui, a unor anumite fapte și întâmplări din lumea înconjurătoare, la care el poate fi martor și atitudinea sa corectă față de ele.

Acest lucru se realizează prin exersarea timpurie a exprimării propriilor emoții, indiferent de natura lor, precum și punerea în postura „celuilalt”. („Tu cum te-ai simți, dacă...?”) Astfel, se creează premisele apariției și manifestării timpurii a empatiei.

Preșcolarii pot înțelege emoțiile exprimate de copiii de aceeași vârstă cu ei în timp ce interacționează sau se joacă, ceea ce îi ajută în rezolvarea conflictelor. Experimentarea diverselor emoții, pozitive sau negative, precum și observarea modului în care ceilalți copii reacționează, duce la formarea propriului răspuns, care va fi testat în timp și poate deveni propriul comportament. Atunci când copilul nu reușește să își exprime stările, neputându-le da un nume, este esențial să fie sprijinit prin întrebări suplimentare sau chiar afirmații, de genul :”Cred că ești furios.”, asigurându-l, în același timp, că este normal să se simtă așa și va fi în continuare, acceptat („Și eu m-aș simți la fel dacă aș fi în locul tău”).

De multe ori, copilul își manifestă sentimentele negative (teamă, rușinea) prin reacții violente sau prin refuzul confruntării cu persoane sau a frecventării mediului în care a resimțit acele stări. Astfel, preșcolarul care a fost marginalizat sau chiar agresat la grădiniță poate să lovească la rândul său (alt copil sau jucăriile), iar, uneori, refuză să mai vină la grădiniță,

invocând diverse pretexte sau chiar, somatizând. Părintele, în parteneriat cu educatoarea, poate identifica motivul real din spatele comportamentului și să ia măsuri în acest sens.

Exprimarea autentică a emoțiilor unui copil poate fi observată în timpul jocului de rol, când copilul experimentează, într-un cadru sigur, emoții și comportamente, pe care nu și le poate asuma în mediul real, din diferite motive – timiditate, teama de a nu fi criticat sau frica de o anumită persoană. Observând cu atenție rolul copilului și preferințele acestuia, educatoarea descifrează emoțiile care stau în spatele comportamentului, ajungând la cauza acestuia și ajutând copilul să își identifice propriile emoții, dându-le nume și vorbind deschis despre ele. Această analiză se face fără critică, uneori fiind necesar să trecem de la stadiul de observator la cel de actor în jocul copilului, dacă acesta ne permite.

Atunci când preșcolarul insistă în a-și ascunde emoțiile, adultul care a înțeles cauzele poate apela la poveștile terapeutice, uneori adaptate sau chiar create, în care personaje similare copilului (sau chiar educatoarea, la vârsta acestuia) traversează și depășesc situații dificile. Se creează astfel sentimentul solidarității, al încrederii și oferă, în același timp, posibile rezolvări pe care copilul le poate prelua sau adapta.

Când emoțiile copilului sunt prea puternice și nu ajung la suprafață, acestea sunt internalizate și se pot transforma în somatizări (otitele repetate, udarea nocturnă a patului, durerea de burtă, lăcrimarea ochilor etc.) și reprezintă limbaje ale stărilor neexprimate, interzise. Astfel, dificultăți emoționale care nu pot fi redată prin cuvinte, sunt „strigate” de către corp.

Simple gesturi ale cadrului didactic pot aduce bucurie copilului, mai ales dacă ele sunt „marcă” a acestuia, repetându-se în timp: scoaterea unei marionete din dulap, deschiderea unei cărți, suflarea „prafului magic”, etc. Relația bună cu cadrul didactic se poate traduce prin nerăbdarea copilului de a ajunge la grădiniță (uneori cu o floare culeasă în drum) sau îmbrățișarea oferită la plecare. Astfel, emoțiile copilului se resimt prin gesturi și mimică, aspecte greu de simulat sau ascuns de către un copil de vârstă mică.

Ascultarea și acceptarea emoțiilor copilului de către adult este un factor esențial pentru dezvoltarea armonioasă a puiului de om, în vederea formării unei personalități echilibrate, empatică, armonioasă.

De cele mai multe ori, în grădinițe se desfășoară activități în care copiii trebuie să redea un anumit conținut expus de educatoare, adică să recurgă la imitare, la copiere. Pe lângă faptul că aceste acțiuni le îngreunează creativitatea copiilor, nu le dă ocazia să își exploateze expresivitatea și să își manifeste propria modalitate de percepere a lumii. Analizând lucrările copiilor trebuie ca educatoarea să înțeleagă starea lor sufletească,

deoarece desenele realizate de aceștia o pot direcționa spre lumea lor interioară, spre cunoașterea intereselor și a orizontului de cunoaștere.

Astfel, în momentul în care cadrul didactic poate să descopere în desenele copiilor o reflectare a psihicului lor, poate să aplice strategii în conturarea personalității acestora.

Bibliografie

1. Băluță, M. (2012). Educația estetică la vârsta preșcolară. Râmnicu Vâlcea: Editura Proșcoala
2. Cireașă, M., Bratosin, D. (2012) .Inteligența emoțională la școlarul mic. Brăila (fără editură)
3. Botiș, A., Mihalca, L. (2007). Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și băieți, cu vârsta până în 7 ani. Buzău: Alpha MDN