

BALACI ILEANA IRINA

SLATINĂ MARIA

DIVERSITATE = EGALITATE = ACCEPTARE

Ghid metodologic pentru consilieri școlari

Activități pentru prevenirea comportamentelor de bullying în rândul
preșcolarilor și școlarilor



ISBN 978-973-0-42437-7

**DUMBRĂVIȚA
2025**

BALACI ILEANA IRINA, profesor consilier școlar CJRAE Timiș

SLATINĂ MARIA, profesor consilier școlar CJRAE Timiș

DIVERSITATE = EGALITATE = ACCEPTARE

Ghid metodologic pentru consilieri școlari

Activități pentru prevenirea comportamentelor de bullying în rândul preșcolarilor și
școlarilor

ISBN 978-973-0-42437-7

DUMBRĂVIȚA

2025

Acest ghid metodologic este conceput pentru a sprijini consilierii școlari în eforturile lor de prevenire a comportamentelor de bullying în rândul preșcolarilor și școlarilor.

Prin activități centrate pe dezvoltarea empatiei, creșterea încrederii în sine, consolidarea coeziunii de grup și promovarea comunicării asertive, consilierul școlar poate contribui la dezvoltarea unui climat școlar pozitiv și armonios, reducând astfel riscul apariției comportamentelor agresive.

Materialul oferă consilierului școlar instrumente practice și adaptate diferitelor categorii de vârstă, pentru a forma școlari și preșcolari mai empatici, încrezători și capabili să construiască relații sănătoase,

CUPRINS

	pagina
1. EMPATIA	1
- activități pentru prevenirea comportamentelor de bullying în rândul preșcolarilor și școlarilor	
2. ÎNCREDEREA ÎN SINE	16
- activități pentru prevenirea comportamentelor de bullying în rândul preșcolarilor și școlarilor	
3. COMUNICAREA ASERTIVĂ	28
- activități pentru prevenirea comportamentelor de bullying în rândul preșcolarilor și școlarilor	
4. COEZIUNEA GRUPULUI DE ELEVI	41
- activități pentru prevenirea comportamentelor de bullying în rândul preșcolarilor și școlarilor	
5. BIBLIOGRAFIE	52

EMPATIA

- capacitatea de a înțelege și împărtăși sentimentele altei persoane, de a te pune în locul ei și de a simți ce simte ea;
- este o înțelegere profundă a stărilor emoționale ale celuilalt;
- abilitate esențială în relațiile interpersonale, permițând o mai bună comunicare, înțelegere reciprocă și crearea unor legături mai puternice;

Empatia presupune:

- **înțelegerea emoțiilor altora** - recunoașterea și identificarea trăirilor și stărilor emoționale ale altor persoane;
- **punerea în locul celuilalt** - capacitatea de a vedea lumea (situațiile) prin ochii altei persoane și de a înțelege perspectiva acesteia;
- **împărtășirea emoțiilor** – simțirea, într-o anumită măsură, a emoțiilor pe care le resimte cealaltă persoană;
- **reacție empatică** - oferirea de suport și compasiune, fără a judeca sau a critica.



Denumire joc:**JOCUL EMOȚIILOR****Grup țintă:**

Preșcolari

Obiectiv:

Identificarea și denumirea emoțiilor pozitive și negative

Utilizarea corectă a informațiilor despre emoții în diferite contexte de învățare

Durată:

15 - 20 minute

Materiale necesare:

Inimă fericită și inimă tristă (figurine/decupaje din diverse materiale)

Tabla magnetică

Jetoane cu emoții

Două pălării confecționate din carton

Desfășurare:**Introducere (5 minute)**

Discuție despre *cum se simt azi, cum s-au simțit în alte zile*, despre faptul că *uneori ne simțim bine, alteori ne simțim mai puțin bine*.

Jocul propriu-zis (10 minute)**Pasul 1**

Cadrul didactic prezintă copiilor cele două inimioare: inimioara tristă și inimioara fericită și, totodată, jetoanele cu emoții aflate pe măsută.

Pasul 2

Cadrul didactic explică copiilor că emoțiile pozitive vor fi așezate pe inimioara fericită și emoțiile negative pe inimioara tristă.

Pe rând, vor fi numiți mai mulți copii care vor veni la măsută, vor alege un jeton, vor identifica și denumi emoția, vor spune cum se simt când sunt fericiți, triști, etc iar apoi vor așeza imaginea pe inimioara corespunzătoare.

Pasul 3

Fixarea regulilor jocului

Pentru a se asigura o înțelegere clară a jocului, se vor sublinia clar regulile jocului și sarcina pe care o au copiii de îndeplinit.

Pasul 4

Executarea jocului de probă și a jocului propriu zis

Cadrul didactic solicită un copil pentru a executa jocul de probă, facilitând astfel înțelegerea jocului. Se fac observații, precizări suplimentare și se adresează copiilor întrebări de sprijin pentru a-i ajuta să exprime emoția din imagine. Când toate imaginile cu emoții au fost așezate pe inimioara potrivită, cadrul didactic îi va felicita pentru realizarea sarcinii. Fiecare răspuns corect va fi apreciat cu aplauze.

Activitate de reflecție (5 minute)

Discuție ghidată - *Cum se simte bucuria? Ce simți când ești bucuros? Uită-te la colegi și spune-mi cine este bucuros! etc.*

În completarea activității, cadrul didactic prezintă copiilor cele două pălării: una roz și una albastră.

Pălăria roz este decorată cu emoții precum fericire, bucurie, veselie, surpriză, iar cea albastră cu emoții precum tristețe, frică, furie.

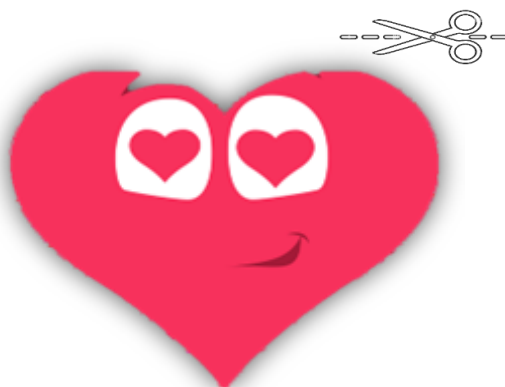
Copiii indicați de cadrul didactic, vor alege o pălărie roz/albastră, o vor așeza pe cap și, ținând cont de culoarea acesteia, vor mima o emoție aleasă de ei.

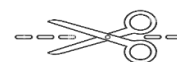
Ceilalți copii identifică emoția și o repetă în oglindă.

Activitatea:

- facilitează preșcolarilor identificarea emoțiilor din imaginile primite, făcând apel la experiența personală;
- facilitează relatarea unor întâmplări din viața lor, în acord cu emoția indicată de imagine, exprimându-se corect.

Beneficii:





Denumire joc:	CĂLĂTORIE ÎN LUMEA EMOȚIILOR
Grup țintă:	Elevi din ciclul primar
Obiectiv:	Dezvoltarea empatiei la elevi prin identificarea și înțelegerea emoțiilor celorlalte persoane
Durată:	30 – 40 minute
Materiale necesare:	Cartonașe cu desene sau cuvinte care ilustrează diferite emoții (fericire, tristețe, furie, frică, surpriză, dezgust) O minge sau un obiect de transfer Introducere (5 minute) Discuție ghidată despre emoții - <i>Ce sunt emoțiile? Ce emoții cunoașteți? Cum ne manifestăm bucuria? Cum ne manifestăm furia? Cum ne dăm seama dacă cineva este trist?</i> etc. Jocul propriu-zis (20-25 minute) Pasul 1 Elevii se așează în cerc. Pasul 2 Cadrul didactic explică scopul jocului: <i>Astăzi vom învăța să recunoaștem și să înțelegem emoțiile altora.</i> Prezentarea modalității de desfășurare: <i>Fiecare elev va extrage un cartonaș având desenată o anumită emoție - cartonașul nu trebuie arătat colegilor. Apoi, pe rând, fiecare dintre voi va povesti o situație în care a trăit acea emoție, fără a folosi cuvântul care denumește emoția respectivă. Colegii vor încerca să înțeleagă cum v-ați simțit în situația respectivă și să denumească emoția.</i>

Pasul 3

Se alege un elev care primește mingea și care va începe jocul. Acesta extrage un cartonaș cu o emoție (de exemplu, tristețe) și povestește o situație în care a simțit această emoție.

Pasul 4

După relatarea situației, ceilalți elevi pot încerca să spună ce cred ei că simțea colegul în situația respectivă (pentru a arăta că au recunoscut și înțeles emoția) sau pot pune întrebări suplimentare, de clarificare, dacă este cazul.

Pasul 5

După ce este ghicită emoția, mingea se aruncă altui elev și se repetă procesul.

Activitate de reflecție (5-10 minute)

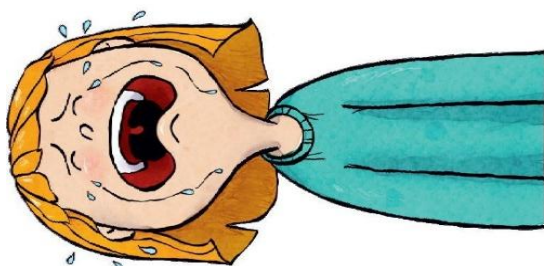
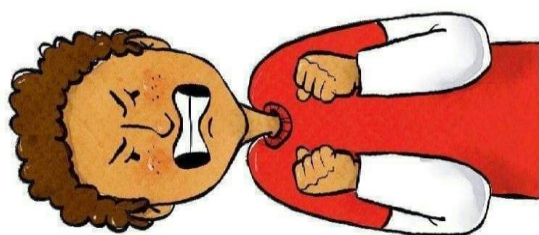
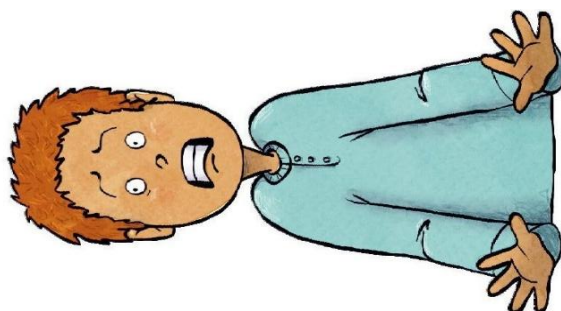
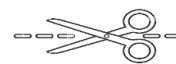
Discuție ghidată - *Cum v-ați simțit în timpul exercițiului/jocului? Ce v-a ajutat să recunoașteți emoția? E util să înțelegem cum se simte persoana de lângă noi (colegul meu, prietenul meu)? Cum putem ajuta prietenii, colegii, atunci când știm că sunt triști sau supărați?*

În completarea activității, elevii pot alege o emoție pe care să o ilustreze prin desen și pot împărtăși desenul cu ceilalți colegi.

Activitatea:

- dezvoltă și abilități de ascultare și înțelegere;
- încurajează exprimarea emoțiilor într-un mediu sigur;
- îi învață pe elevi să adreseze/formuleze întrebări;
- îi învață pe elevi să fie atenți la emoțiile celorlalți.

Beneficii:



Denumire joc:	PAS CU PAS ÎN PANTOFII ALTORA
Grup țintă:	Elevi din ciclul gimnazial
Obiectiv:	Dezvoltarea empatiei și înțelegerii emoțiilor și perspectivelor celorlalte persoane
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	Cartonașe cu scenarii diferite (de exemplu. situații cotidiene, conflicte, experiențe diverse) Cartonașe cu emoții (fericire, tristețe, furie, frustrare, mândrie, etc.) Foaie și instrument de scris pentru fiecare grup Spațiu pentru discuții în grupuri mici și în plen
Desfășurare:	Introducere (10 minute) Discuție ghidată despre <i>ce înțelegem prin empatie și de ce aceasta este importantă.</i> Jocul propriu-zis (30 minute) Pasul 1 Explicarea scopului jocului: <i>Astăzi veți avea ocazia să vă puneți în “pielea altora” și să înțelegeți mai bine emoțiile și gândurile persoanelor cu care interacționați.</i> Pasul 2 Se împart elevii în grupuri de 4-5 persoane. Fiecare grup primește un set de cartonașe cu scenarii și emoții. Pasul 3 Fiecare membru al grupului alege un scenariu și o emoție, pe baza cărora trebuie să creeze o scurtă poveste în care personajul simte acea emoție, descriind <i>gândurile, motivele și reacțiile acestuia.</i> Pasul 4

Povestea este prezentată grupului. Ceilalți membri ai grupului ascultă și adresează întrebări pentru a înțelege mai bine perspectiva persoanei respective.

Pasul 5

Fiecare membru al grupului adresează un mesaj (sau un gest) de susținere pentru persoana respectivă.

Activitate de reflecție (10 minute)

Discuție ghidată - *Elevii împărtășesc ce au înțeles despre perspectivele celorlalți, ce au descoperit despre sine și despre cum pot fi mai empatici în viața de zi cu zi.*

În completarea activității, elevii pot crea un poster sau colaj cu citate despre empatie sau postere cu expresii de susținere a celuilalt.

Posterele pot fi păstrate în clasă, la loc vizibil.

Beneficii:

Activitatea:

- dezvoltă abilitatea de a înțelege și respecta diferențele;
- încurajează comunicarea și ascultarea activă;
- îmbunătățește relațiile între elevi și creează un mediu mai tolerant;
- facilitează exersarea mesajelor, gesturilor de susținere.

„Îți înțeleg durerea și îmi pare rău că treci prin asta.”

„Da, e firesc să te simți așa în această situație.”

„Îmi dau seama că e dificil pentru tine. Sunt aici dacă ai nevoie de ceva.”

„Nu pot să îți spun exact cum te simți, dar pot să încerc să înțeleg.”

„Îmi pare rău că trebuie să treci prin așa ceva. Sunt alături de tine.”

„Știu că nu e ușor, dar să știi că nu ești singur/ă.”

„Vreau să știi că sunt aici să te ascult, dacă vrei să vorbești despre ce simți.”

„Îți înțeleg suferința și apreciez că împărtășești ceea ce simți.”

Denumire joc:	DACĂ AȘ FI ...
Grup țintă:	Elevi din ciclul liceal
Obiectiv:	Dezvoltarea empatiei și înțelegerii perspectivelor celorlalți
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	Bilețele cu roluri date - <i>Fișă 1</i> Fișă marcată cu 10 pătrățele. - <i>Fișă 2</i> Listă cu situații date - <i>Fișă 3</i> Instrumente de scris pentru elevi.
Desfășurare:	Introducere (5 minute) Discuție ghidată despre <i>ce înseamnă empatia și care este rolul ei în viața noastră, în interacțiunile cu ceilalți.</i> Se explică scopul jocului: <i>Astăzi veți avea ocazia de a înțelege mai bine ce simt și ce gândesc persoanele pe care noi le considerăm ca fiind altfel (de exemplu, din diferite categorii sociale sau culturale).</i> Jocul propriu-zis (30 minute) Pasul 1 Se împart elevii în grupuri de câte 6 persoane. Pasul 2 În fiecare grup, elevii vor extrage un bilețel cu rolul din perspectiva căruia vor acționa pe parcursul jocului (Fișă 1): ▪ <i>Locuiești în mediul rural și cel mai apropiat oraș, mai dezvoltat, se află la 60 de km de casa ta.</i> ▪ <i>Ești o tânără care, în urma unui accident din copilărie, se deplasează doar în cărucior cu roțile.</i> ▪ <i>Ești un tânăr/o tânără care provine dintr-o familie cu mulți copii și cu venituri foarte mici.</i> ▪ <i>De câțiva ani locuiești doar cu bunica, pentru că părinții tăi lucrează în afara țării și foarte rar își permit să vină acasă.</i> ▪ <i>Tatăl tău este directorul unei companii, având un venit foarte mare, dar prea puțin timp pentru tine.</i>

- *Ești un tânăr/o tânără de etnie romă care tocmai s-a transferat la un alt liceu.*
- De asemenea, fiecare grup va primi o coală A4/Fișa 2, fișă pe care elevii își vor desemna câte un culoar.

Pasul 3

Cadrul didactic va citi prima afirmație (din Fișa 3).

Elevii vor reflecta dacă afirmația respectivă este validă pentru ei din perspectiva rolului jucat și, dacă DA, vor marca un X în primul pătrat din culoarul desemnat pe Fișa 2. Dacă afirmația nu li se potrivește, nu vor marca nimic.

Procesul se repetă pentru toate cele 10 afirmații, pe care le va citi cadrul didactic.

Elevii vor marca câte un X doar pentru afirmațiile valide pentru ei.

De exemplu, dacă prima afirmație nu este validă, primul pătrat rămâne gol; dacă a doua afirmație este validă, se va marca un X în primul pătrat gol.

Afirmațiile se citesc pe rând, lăsând timp elevilor să reflecteze la fiecare afirmație și să marcheze X pe fișă după fiecare afirmație, dacă este cazul.

Afirmațiile:

- *Pot petrece o vacanță în afara țării, cel puțin o dată pe an.*
- *Mă pot deplasa cu ușurință oriunde doresc, fără să depind de ceva sau cineva.*
- *Îmi pot cumpăra haine de firmă, chiar dacă sunt scumpe, de cel puțin 2-3 ori pe an.*
- *Mă bucur de respect și apreciere din partea colegilor.*
- *Sărbătorile sunt adevărate momente de bucurie în familia noastră.*
- *Am foarte mare încredere în mine.*
- *Pot participa la orice fel de activități sportive, excursii sau drumeții.*
- *Am încredere în faptul că în viață voi avea succes, obținând tot ceea ce îmi doresc.*
- *Am foarte mulți prieteni cu care petrec timp plăcut.*
- *Familia mea mă poate sprijini să am o carieră de succes.*

Pasul 4

După ce au fost citite toate cele 10 afirmații, fiecare grup analizează cum arată Fișa 2, urmărind:

- unde se situează fiecare elev față de punctul de FINISH (mai aproape/ mai departe)?
- care au fost situațiile pentru care au putut marca un X, înaintând spre FINISH, și care au fost situațiile în care nu au putut înainta?
- existența unor diferențe între traseul parcurs de același rol din grupuri diferite; ce a determinat aceste diferențe?
- dacă ar fi avut alt rol, ar fi acționat diferit de colegii lor?

Activitate de reflecție (15 minute)

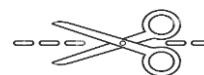
Discuție ghidată - *despre felul în care s-au simțit pe parcursul exercițiului, punându-se accent pe trăirile, gândurile din perspectiva rolului/personajului, situațiile pe care tânărul le poate percepe ca bariere, blocaje, atitudinea acestuia față de sine, față de viață, în general, etc.*

Beneficii:

Activitatea:

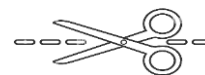
- dezvoltă abilitatea de a înțelege și respecta diferențele;
- îmbunătățește relațiile între elevi și creează un mediu mai tolerant.

Fișă 1

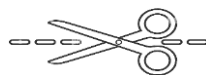


Locuiești în mediul rural și cel mai apropiat oraș, mai dezvoltat, se află la 60 de km de casa ta.	Ești o tânără care, în urma unui accident din copilărie, se deplasează doar în cărucior cu roțile.	Ești un tânăr/o tânără care provine dintr-o familie cu mulți copii și cu venituri foarte mici.
Ești un tânăr/o tânără de etnie romă care tocmai s-a transferat la un alt liceu.	Tatăl tău este directorul unei companii, având un venit foarte mare, dar prea puțin timp pentru tine.	De câțiva ani locuiești doar cu bunica, pentru că părinții tăi lucrează în afara țării și foarte rar își permit să vină acasă.

Fișă 2



FINISH					
Elev 1	Elev 2	Elev 3	Elev 4	Elev 5	Elev 6
START					

Fișă 3

1. Pot petrece o vacanță în afara țării, cel puțin o dată pe an.
2. Mă pot deplasa cu ușurință oriunde doresc, fără să depind de cineva.
3. Îmi pot cumpăra haine de firmă, chiar dacă sunt scumpe, de cel puțin 2-3 ori pe an.
4. Mă bucur de respect și apreciere din partea colegilor.
5. Sărbătorile sunt adevărate momente de bucurie în familia noastră.
6. Am foarte mare încredere în mine.
7. Pot participa la orice fel de activități sportive, excursii sau drumeții.
8. Am încredere în faptul că în viață voi avea succes, obținând tot ceea ce îmi doresc.
9. Am foarte mulți prieteni cu care petrec timp plăcut.
10. Familia mea mă poate sprijini să am o carieră de succes.

ÎNCREDEREA ÎN SINE

- se referă la sentimentul de siguranță și de valoare personală, precum și la convingerea de a avea abilitățile necesare pentru a face față situațiilor diverse și pentru atingerea obiectivelor.

Încrederea în sine implică:

- **autoevaluarea pozitivă** - o evaluare corectă, realistă a propriilor puncte tari și puncte slabe;
- **respectul de sine** - sentimentul de valoare personală și recunoașterea propriei demnități;
- **acceptarea de sine** - acceptarea propriei persoane cu toate defectele și calitățile;
- **încrederea în propriile abilități** - credința că poți realiza sarcinile și obiectivele pe care ți le propui, credință bazată pe experiențe anterioare și pe percepția proprie a competențelor tale.



Denumire joc:**EU SUNT ...****Grup țintă:**

Preșcolari

Obiectiv:

Dezvoltarea, la preșcolari, a autocunoașterii și intercunoașterii, într-un cadru de respect, încredere și cooperare

Dezvoltarea sentimentului propriei valori și conturarea, pentru sine și pentru ceilalți, a unei imagini de sine pozitive

Durată:

15 minute

Materiale necesare:

Cartonașe imagini (Fișa 1)

Desfășurare:**Introducere (3 minute)**

Discuție ghidată - Preșcolarii sunt invitați să *reflecteze asupra propriei persoane și să se gândească cum sunt ei ca persoane (buni, neastâmpărați, curajoși, harnici etc)*. Câțiva preșcolari vor fi invitați să vorbească despre felul în care se percep ei.

Jocul propriu-zis (10 minute)**Pasul 1**

Pe o masă vor fi așezate mai multe cartonașe cu imagini ce reflectă, în acțiuni, trăsături pozitive de caracter.

De exemplu:

- copil care udă florile cu stropitoarea (hărnicie);
- copii care-și dau mâna sau se îmbrățișează (prietenie);
- un copil care oferă brațul unei bătrân să treacă strada (politețe) etc.

Copiii sunt ghidați să descopere aceste imagini și sensul lor.

Pasul 2

Grupul va alege un copil care va fi caracterizat în ziua respectivă.

Pasul 3

Copiii se așează într-un cerc pe scăunele, iar copilul ales va fi rugat să se așeze în mijloc; ceilalți colegi aleg câte un jeton, jeton ce reflectă (prin imaginea sa) o calitate a copilului ales, și îl așează pe

Beneficii:

măsuța ce se află în fața acestuia.

Copilul ales are sarcina de a rosti cu voce tare trăsăturile pozitive pe care le reprezintă fiecare jeton adus de colegii lui.

Dacă el consideră că însușirea îl caracterizează, va spune, de exemplu:

Eu, Andrei, sunt harnic.

Dacă nu crede că i se potrivește, va pune jetonul deoparte.

La sfârșit, copilul va numi toate trăsăturile pozitive de caracter care i-au fost atribuite și pe care el însuși le-a acceptat.

De exemplu:

Eu, Andrei, sunt vesel, harnic, atent, politicos etc.

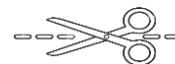
Activitate de reflecție (2 minute)

Discuție ghidată – *Ce am aflat astăzi despre noi? Ce lucruri noi am aflat despre colegii nostri? etc.*

Activitatea:

- clarifică termenii ce țin de imaginea de sine;
- dezvoltă abilitatea de a face față presiunii grupului;
- facilitează conștientizarea modului în care sunt percepuți de cei din jur.

Fișă 1



Denumire joc:	SUPEREROUL ÎNCREDERII
Grup țintă:	Elevi din ciclul primar
Obiectiv:	Sprijinirea elevilor în identificarea propriilor calități Dezvoltarea, la elevi, a încrederii în propria persoană
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	Foi și creioane sau markere colorate O pălărie sau o coroană din hârtie Un mic decor sau o medalie din carton (pentru "Supererou")
Desfășurare:	Introducere (5 minute) Discuție ghidată - despre faptul că <i>fiecare dintre noi are în interiorul său un supererou, un erou care are puteri speciale și poate face lucruri minunate dacă are încredere în sine.</i> Cadrul didactic anunță faptul că, pe parcursul activității, elevii pot descoperi care sunt "puterile" lor speciale și pot să le pună în valoare. Jocul propriu-zis (35 minute) Pasul 1 Descoperirea calităților Fiecare elev primește o foaie și un creion. Elevii sunt invitați să reflecteze la calitățile lor și, apoi, să noteze sau să deseneze trei calități personale (de exemplu: prietenos, ascultător, curajos, creativ etc.). Pot împărtăși aceste calități cu colegii, dacă doresc. Pasul 2 Crearea supereroului personal Elevii își imaginează că sunt supereroi și primesc o "coroniță" din hârtie. Fiecare elev va decora coronița primită cu simboluri care reprezintă calitățile lui/ei (de exemplu, o inimă pentru bunătate, o stea pentru strălucire etc.). Elevii vor alege un nume de supererou legat de calitățile lor.

Pasul 3**Prezentarea supereroului**

Fiecare elev își prezintă supereroul, enumeră puterile speciale ale acestuia și cum, cu aceste puteri, îi poate ajuta pe ceilalți (de exemplu: "Eu sunt SuperCurajos și pot ajuta colegii să nu se teamă atunci când trebuie să vorbească în fața clasei.").

Activitate de reflecție (5 minute)

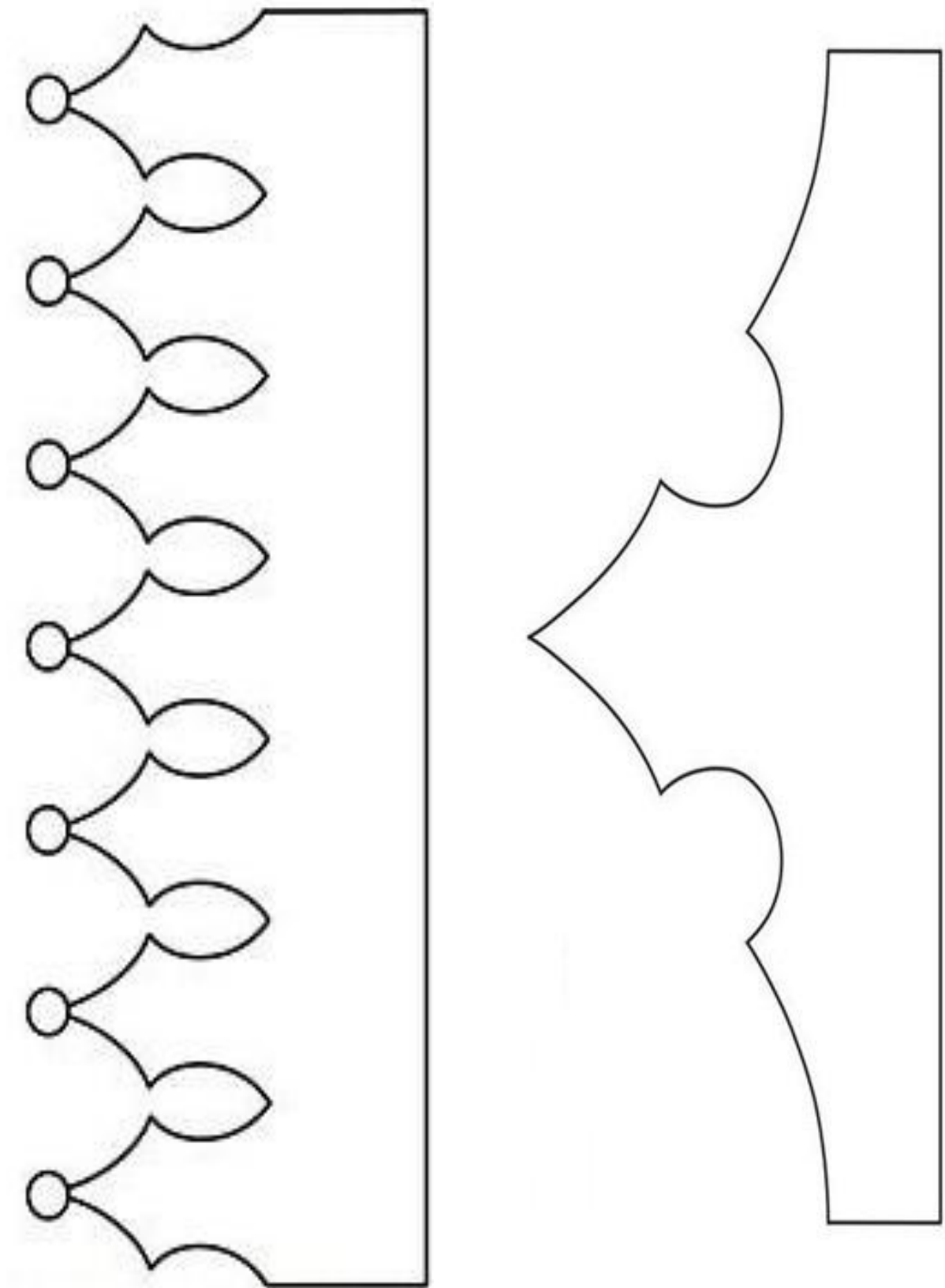
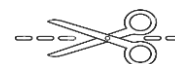
Discuție ghidată – *despre importanța descoperirii (conștientizării) acestor calități/superputeri pe care le avem fiecare dintre noi, despre cum aceste calități/superputeri ne ajută în depășirea anumitor situații sau prin acestea putem fi de ajutor altor persoane, despre cum, odată descoperite/conștientizate aceste superputeri, devenim mai încrezători în propria persoană.*

În completarea activității, se poate organiza o "paradă a supereroilor" în fața clasei.

Activitatea:

- încurajează reflecția asupra propriului potential, prin identificarea/conștientizarea *superputerilor*;
- îi ajută pe elevi să înțeleagă că fiecare persoană deține anumite *superputeri*.

Beneficii:



Denumire joc:	CĂLĂTORIA ÎNCREDERII
Grup țintă:	Elevi din ciclul gimnazial
Obiectiv:	Dezvoltarea încrederii în sine și a stimei de sine
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	Cartonașe sau bilețele cu afirmații pozitive (Fișă 1) Tablă sau flipchart Markere colorate Hârtie și pix pentru fiecare elev
Desfășurare:	Introducere (10 minute) Discuție ghidată - <i>despre încrederea în sine, ce înseamnă încrederea în sine, importanța acesteia pentru fiecare dintre noi, felul în care ne simțim atunci când considerăm că avem încredere în noi etc.</i> Jocul propriu-zis (25 minute) Pasul 1 Se împart elevii în grupuri de 3-4 persoane. Pasul 2 Fiecare grup extrage un bilețel, bilețel ce indică o situație în care e necesar a demonstra încrederea în sine (exemple: a vorbi în fața clasei, rezolvarea unei probleme, participarea la o competiție, interpretarea unui rol pe scenă etc.) Pasul 3 În cadrul grupului, elevii împărtășesc experiențele lor legate de situația extrasă – cum s-au simțit în situația respectivă, ce temeri, gânduri au avut, ce a fost dificil în situația respectivă, ce strategii au folosit pentru a depăși obstacolele (ca, de exemplu, teama, rușinea etc), persoane care au fost de ajutor etc. Pasul 4 Plecând de la experiențele împărtășite, în cadrul fiecărui grup se va crea un fel de "<i>hartă a încrederii</i>", reprezentând pași, acțiuni pe care

cineva trebuie să le întreprindă pentru a face față situației date, modalități prin care elevii își pot construi sau întări încrederea în sine, pentru a face față situației, persoane la care pot apela etc. Pentru realizarea hărții se pot folosi desene, simboluri sau cuvinte.

Pasul 5

Fiecare grup prezintă harta sa întregului colectiv, argumentând alegerile făcute.

Activitate de reflecție (5 minute)

Discuție ghidată - *despre ceea ce au învățat și despre cum pot aplica aceste idei în viața de zi cu zi pentru a-și crește încrederea în sine.*

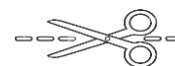
În completarea activității, fiecare elev poate nota pe un bilețel un compliment sincer pentru colegul de lângă el sau pentru întreaga clasă sau o încurajare, un îndemn etc.

Bilețelele se colectează și se citesc cu voce tare, încercându-se a se crea, astfel, un climat de sprijin și încredere.

Activitatea:

- ajută elevii să conștientizeze importanța încrederii în sine;
- oferă elevilor instrumente și exemple concrete pentru depăși cu succes anumite situații.

Beneficii:



E rândul tău să prezinți un proiect realizat de tine, în fața clasei.	Ai test la matematică.
Trebuie să participi la o competiție sportivă, la nivel național.	Ești scos la tablă pentru a rezolva o problemă.
Faci parte dintr-o trupă de teatru care, mâine, are primul spectacol pe scenă .	Trebuie să cânți la concursul TINERE TALENTE organizat de școala ta.
Ai simulare pentru examenul de evaluare națională.	Este prima ta zi la o școală nouă și trebuie să te prezinți în fața clasei.

Denumire joc:	CEA MAI BUNĂ VERSIUNE A MEA
Grup țintă:	Elevi din ciclul liceal
Obiectiv:	Identificarea punctelor forte și dezvoltarea încrederii în sine
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	Coli, instrumente de scris Reviste, foarfeci, markere, lipici (opțional) Spațiu liber pentru activitate
Desfășurare:	Introducere (10 minute) Discuție dirijată despre încrederea în sine - <i>ce înseamnă, de ce este importantă, de unde vine încrederea în sine, ce o întărește sau ce o slăbește, de ce anumite persoane au mai multă încredere în forțele proprii decât altele etc.</i> Jocul propriu-zis (30 minute) Pasul 1 Fiecare elev primește o foaie și un pix. Pasul 2 Cereți elevilor să se gândească la cea mai bună versiune a lor, adică o persoană care simbolizează cele mai bune calități ale lor sau un ideal pe care și-l doresc (eliminând orice condiționare, restricție, de orice natură). Pasul 3 Elevii vor crea o prezentare a " <i>cele mai bune versiuni a propriei persoane</i> " - pot desena, pot realiza postere, un colaj cu decupaje din reviste sau pot scrie o poveste de succes al cărei personaj principal sunt chiar ei. În timpul creației, elevii sunt încurajați să se concentreze pe calitățile și realizările lor, dar și pe potențialul lor de a deveni mai buni. Pasul 4

Fiecare elev își prezintă "cea mai bună versiune/eul ideal" colegilor, explicând de ce l-a ales și ce calități are. De asemenea, fiecare elev va puncta cel puțin o activitate/acțiune/modalitate prin care poate contribui la dezvoltarea acestei versiuni.

Activitate de reflecție (5 minute)

Discuție ghidată - *despre importanța recunoașterii propriilor calități și despre modul în care putem dezvolta încrederea în sine în viața de zi cu zi, despre importanța lucrului cu propria persoană.*

În completarea activității, elevii vor fi încurajați să păstreze la îndemână "portretul celei mai bune versiuni/eul ideal" și să-l completeze, pe parcurs, atât cu alte aspecte ale eului ideal cât și cu acțiuni pe care le pot întreprinde pentru a se apropia de/a atinge această versiune a sa.

Beneficii:

Activitatea:

- îmbunătățește autoaprecierea și conștientizarea calităților personale;
- stimulează exprimarea creativă și verbală;
- încurajează reflecția asupra propriului potențial.

COMUNICARE ASERTIVĂ

- formă de comunicare prin care o persoană își exprimă opiniile, sentimentele și dorințele într-un mod clar, direct și respectuos, fără a fi agresivă sau pasivă;
- implică împărtășirea propriilor gânduri și sentimente cu alte persoane, într-un mod care promovează respectul și înțelegerea reciprocă.

Pentru o comunicare corectă este important să fie respectate următoarele reguli:

- **să transmiți** ceea ce dorești - să comunici cât mai clar, pentru ca cealaltă persoană să înțeleagă exact ceea ce tu dorești să-i transmiți;
- **să asculți** ceea ce interlocutorul dorește să-ți transmită prin mesajul pe care ți-l comunică;
- **să exprimi** ceea ce simți în legătură cu ceea ce ți s-a comunicat.



Denumire joc:**SALUT!****Grup țintă:**

Preșcolari

Obiectiv:

Dezvoltarea capacității de a asculta activ

Familiarizarea cu diverse tipuri de salut

Durată:

15 – 20 minute

**Materiale
necesare:**

Fișă 1 – Poezie

Fișă 2 – Formule de salut

Desfășurare:**Introducere (5 minute)**

Cadrul didactic citește copiilor următoarea poezie (Fișă 1):

*Dimineața când eu plec,
Iată-n ușă mă opresc,
Salut, cald și cu plăcere:
-V-am pupat! La revedere!
Când, la prânz, mă-ntorc acasă,
Mulțumită, bucuroasă,
O salut frumos pe buna:
-Buni, am venit! Sărut-mâna!
Ziua când s-a isprăvit,
De la joacă am venit;
Soarele coboară "scara",
Eu salut cu: Bună seara!*

Se discută cu preșcolarii despre diferitele forme de salut pe care aceștia le folosesc în raport cu persoanele apropiate sau cu persoanele cunoscute, dar din afara casei.

Jocul propriu-zis (10 minute)**Pasul 1**

Sarcina și regulile jocului

Copiii sunt anunțați despre faptul că, astăzi, vor exersa diferite forme de salut. Pentru aceasta vor forma pereche cu un coleg, însă, pentru fiecare altă formă de salut, vor forma pereche cu un alt coleg.

Pasul 2

Participanții la joc se plimbă prin încăpere.

Pasul 3

La semnalul cadrului didactic, fiecare preșcolar își va găsi un partener.

Pasul 4

Cadrul didactic prezintă, cu glas tare, prima modalitate prin care membrii grupului urmează să se salute între ei:

Zâmbiți larg, întindeți mâna dreaptă și strângeți energic mâna partenerului!

Preșcolarii execută forma de salut. Apoi perechile se desfac și continuă plimbarea prin sala de clasă.

Se reia pasul 3 - când preșcolarii fac pereche cu un alt coleg, pasul 4 – când cadrul didactic prezintă o altă formă de salut etc.

Pentru următoarele forme de salut partenerii se vor schimba de fiecare dată. Modalitățile de a se saluta sunt următoarele (Fișă 2):

- *Treceți unul pe lângă celălalt, dați din cap uitându-vă în altă parte!*
- *Opriți-vă, depărtându-vă doi pași unul de celălalt, întindeți mâinile în fața voastră ca pentru o rugăciune și înclinați-vă în mod ceremonios!*
- *Opriți-vă, apropiați-vă capetele unul de altul și frecați-vă nasurile cu multă grijă!*
- *Opriți-vă și sărutați-vă de două ori pe fiecare obraz!*
- *Opriți-vă, apropiați-vă obrazul de cel al partenerului, fără să-l atingeți!*
- *Opriți-vă și dați-vă mâna, privind în jos!*
- *Opriți-vă și țineți-vă de mijloc!*
- *Treceți indiferenți, unul pe lângă celălalt!*
- *Îngenunchiați lângă partenerul vostru și aplecați-vă, întinzând mâinile în față!*
- *Treceți grăbiți unul pe lângă celălalt, salutând cu mâna dreaptă în dreptul umărului!*
- *Opriți-vă, priviți-vă în ochi și bateți-vă pe umăr!*

Cadrul didactic se va asigura că toți membrii grupului au timpul necesar pentru a se saluta și execută corect salutul.

Activitate de reflecție (5 minute)

Discuție ghidată - *Cum v-ați simțit în timpul jocului? Care vi s-a părut cel mai prietenos salut? De ce? Dar cel mai puțin plăcut? De*

Beneficii:

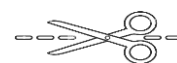
ce?

Pe care dintre acestea le vom putea folosi când ne jucăm? etc.

Activitatea permite:

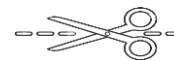
- dezvoltarea abilităților de coordonare motrică;
- promovarea valorilor ca: politețe, respect, spirit de echipă, înțelegere.

Fișă 1



*Dimineața când eu plec,
Iată-n ușă mă opresc,
Salut, cald și cu plăcere:
-V-am pupat! La revedere!
Când, la prânz, mă-ntorc acasă,
Mulțumită, bucuroasă,
O salut frumos pe buna:
-Buni, am venit! Sărut-mâna!
Ziua când s-a isprăvit,
De la joacă am venit;
Soarele coboară "scara",
Eu salut cu: Bună seara!*

Fișă 2



- *Zâmbiți larg, întindeți mâna dreaptă și strângeți energic mâna partenerului!*
- *Treceți unul pe lângă celălalt, dați din cap uitându-vă în altă parte!*
- *Opriți-vă, depărtându-vă doi pași unul de celălalt, întindeți mâinile în fața voastră, ca pentru o rugăciune, și înclinați-vă în mod ceremonios!*
- *Opriți-vă, apropiați-vă capetele unul de altul și frecați-vă nasurile cu multă grijă!*
- *Opriți-vă și sărutați-vă de două ori pe fiecare obraz!*
- *Opriți-vă, apropiați-vă obrazul de cel al partenerului, fără să-l atingeți!*
- *Opriți-vă și dați-vă mâna privind în jos!*
- *Opriți-vă și țineți-vă de mijloc!*
- *Treceți indiferenți, unul pe lângă celălalt!*
- *Îngenunchiați lângă partenerul vostru și aplecați-vă întinzând mâinile în față!*
- *Treceți grăbiți unul pe lângă celălalt, salutând cu mâna dreaptă în dreptul umărului!*
- *Opriți-vă, priviți-vă în ochi și bateți-vă pe umăr!*

Denumire joc:**CUVINTE SIGILATE****Grup țintă:**

Elevi din ciclul primar

Obiectiv:

Conștientizarea impactului pe care îl au cuvintele, modalitățile de adresare în comunicarea cu ceilalți

Durată:

30-35 minute

Materiale necesare:

Creioane colorate

Plicuri

Bucăți de hârtie colorată

Emoticoane autocolante pentru sigilii

Desfășurare:**Introducere (10 minute)**

Elevii vor fi inițiați într-o discuție liberă despre cuvinte plăcute versus cuvinte neplăcute, respectiv impactul acestora în comunicarea noastră cu ceilalți.

Jocul propriu-zis (15 minute)**Pasul 1**

Cadrul didactic comunică elevilor faptul că astăzi vor lua decizia de a renunța la utilizarea anumitor cuvinte - la acele cuvinte care nu au un impact pozitiv în comunicarea, interacțiunea cu ceilalți. Aceste cuvinte vor fi scrise și apoi închise, sigilate, în plicurile primite. Acestea vor putea fi deschise doar de către proprietar și doar la data menționată pe plic.

Pasul 2

Elevii vor reflecta asupra cuvintelor pe care doresc să le folosească tot mai puțin, mai rar sau chiar deloc în comunicarea, respectiv interacțiunea cu ceilalți.

Pasul 3

Elevii vor primi creioane colorate, bucățele de hârtie și plicuri.

Elevii se vor gândi ce cuvânt merită să fie scris cu fiecare dintre creioanele primite.

Pe bucățile de hârtie vor scrie, în secret, cuvintele pe care vor să le sigileze în plic. Pentru că vor fi introduse în plic timp de un an școlar, le vor alege pe acelea pe care nu vor să le folosească prea mult sau deloc pe parcursul anului școlar. Pot nota și expresii neplăcute, auzite de-a lungul vacanței mari în grupul de prieteni sau în familie. Pentru că plicul va fi sigilat, au voie să se exprime cum simt și cât mai sincer. Pe plic, la destinatar vor nota perioada până când nu vor mai folosi acele cuvinte, expresii, respectiv perioada la finalul căreia elevii pot deschide plicurile. Fiecare cadru didactic poate decide perioada: o lună, 3 luni, un an școlar. La expeditor, fiecare elev va semna cu numele său. Plicurile vor fi sigilate cu emoticoanele autocolante primite.

Notă:

Aceste plicuri vor fi deschise doar în prezența elevilor și vor fi citite doar de elevul posesor, nu de cadru didactic, nici în fața colegilor, păstrându-se intimitatea/confidențialitatea fiecăruia. Chiar dacă unii dintre ei sunt nerăbdători să le citească, vor fi sfătuiți să aibă răbdare până când vor fi deschise scrisorile.

Activitate de reflecție (10 minute)

Discuție ghidată: - După finalizarea jocului didactic elevii împărtășesc opinii privind importanța alegerii cuvintelor în comunicare.

Beneficii:

Activitatea permite:

- dezvoltarea abilității de exprimare a opiniilor, dorințelor
- dezvoltarea capacității de a-și revendica drepturile, respectând în același timp drepturile altora.

Denumire joc:	SPUNE-ȚI PĂREREA CU ÎNCREDERE
Grup țintă:	Elevi din ciclul gimnazial
Obiectiv:	Dezvoltarea abilității de a comunica asertiv în diferite situații de viață
Durată:	45-50 minute
Materiale necesare:	Foaie albă/colorată A4 , Instrumente de scris Bilețele cu situații date (Fișă 1)
Desfășurare:	Introducere (15 minute) Cadrul didactic explică conceptul de comunicare asertivă; se discută exemple concrete și se clarifică diferența între comportamentele: pasiv, agresiv și asertiv. Jocul propriu-zis (20 minute) Pasul 1 Cadrul didactic anunță elevii că vor exersa comunicarea asertivă, în situații date. Pasul 2 Elevii se împart în grupuri de lucru formate din 2-3 persoane. Pasul 3 Fiecare grup de lucru extrage un bilețel. Bilețelul conține o situație pentru care elevii vor elabora un răspuns, respectând principiile comunicării asertive. Dacă timpul permite, elevii pot crea chiar un scenariu/joc de rol, plecând de la situația dată. Pasul 4 Fiecare echipă prezintă scenariul și replica asertivă în fața clasei (joc de rol). Echipa poate prezenta și variante pasive/agresive de reacție, pentru a pune mai bine în evidență caracteristicile comunicării asertive. Activitatea de reflecție (10 minute)

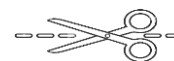
Beneficii:

Discuție ghidată - *Se subliniază aspectele pozitive/benefice ale exprimării asertive pentru toți cei implicați în situație și modalitățile de îmbunătățire a acesteia.*

Activitatea:

- dezvoltă încrederea în sine a elevilor;
- facilitează exprimarea opiniilor fără teamă de a fi respins/judecat;
- facilitează conștientizarea importanței respectului reciproc în comunicare.

Fișă 1



Andrei aleargă pe lângă banca ta și îți trăneste caietul. Deși observă acest lucru, trece nepăsător mai departe.	În pauză, povestești Ioanei filmul văzut aseară. O colegă aude ce povestești și spune batjocoritor: - N-ai înțeles nimic din film!	La ora de istorie prezinți proiectul în fața clasei. Unul dintre colegi face glume pe seama proiectului, chiar în timpul prezentării tale.
Prietenul tău te invită spontan să ieșiți în oraș, dar tu ai deja alte planuri sau vrei să petreci timp cu familia ta.	Un coleg te roagă să-i dai temele tale, dar tu nu te simți confortabil cu acest lucru.	În timpul testului, colegul tău te întrerupe frecvent pentru a-ți cere să îi spui și lui răspunsurile la probleme.
Stai la rând pentru a cumpăra bilete la concertul mult așteptat. Un grup de fete intră în fața ta <i>pentru că ele se grăbesc.</i>	Pentru următoarea excursie realizată cu colegii de clasă, majoritatea doriți să mergeți la Herculane. Unui coleg nu-i place această locație și anunță că el nu merge în excursie dacă nu schimbați locația.	Unul dintre colegi îți ia sandwich-ul din bancă, fără să îți ceară voie, spunând că <i>îi este foame și tu îți poți cumpăra altul.</i>

Denumire joc:	BALONUL CU VALORI
Grup țintă:	Elevi din ciclul liceal
Obiectiv:	Identificarea unui set comun de valori, valori care sprijină structurarea unui context comunicațional asertiv
Durată:	35 - 40 minute
Materiale necesare:	Baloane, ață Post-it-uri colorate Instrumente de scris Scotch Fișă 1 – Descrierea călătoriei
Desfășurare:	Introducere (10 minute) Discuție ghidată - <i>despre ceea ce înțeleg elevii printr-o comunicare eficientă, care sunt principiile unei bune comunicări, ce obstacolele pot bloca o comunicare eficientă, importanța unei bune comunicări pentru relație, pentru rezolvarea unei situații, pentru fiecare persoană implicată în procesul de comunicare.</i> Jocul propriu-zis (15 minute) Pasul 1 Fiecare elev primește un balon, ață, scotch și 10 post-it-uri colorate. Pasul 2 Elevilor li se va da timp pentru: - a umfla și lega baloanele primite - a scrie, pe fiecare dintre cele 10 post-it-uri primite, câte o valoare/un principiu legat de comunicarea și interacțiunea cu ceilalți - a lipi post-it-urile scrise pe balonul umflat. Pasul 3 Elevii își vor ține baloanele, în timp ce cadrul didactic va citi următoarele: (Fișă 1)

Vă aflați într-o întrecere a baloanelor cu aer cald.

Fiecare valoare/credință/principiu lipit pe balon, reprezintă o greutate pentru balonul vostru, cântărind fiecare 2 kilograme.

Auzi radioul care sfătuiește participanții să evite vânturile puternice ce se află deasupra baloanelor. Pentru a vă putea ridica deasupra vânturilor, fiecare dintre voi va trebui să arunce o greutate din coș. Aruncă!

Priveliștea de la o altitudine mai mare îți taie răsuflarea, însă senzația este de scurtă durată. Pentru a atinge altitudinea potrivită, va trebui să dai drumul la heliu și, de asemenea, va trebui să eliberezi o altă greutate atașată balonului tău. Eliberează, acum, o greutate!

Foarte bine!

Acum plutești! Plutești deasupra unei mari întinderi de apă, dar vezi nori negri apropiindu-se amenințător de tine. Repede, dă drumul la două greutăți, acum!

Se pornește o ploaie puternică și îți dai seama că te afli în mijlocul unei furtuni! Trebuie să iei o decizie în legătură cu câte greutăți să mai arunci. Te hotărăști să arunci 3 greutăți, ceea ce îți va permite să te ridici deasupra atmosferei cu probleme. Aruncă acum!

Furtuna este încă intensă și tu trebuie să faci eforturi pentru a menține balonul în aer. Pentru că încă nu ai ajuns pe partea cealaltă a întinderii de apă, trebuie să mai arunci încă 2 greutăți. Aruncă!

Ai călătorit de-a lungul globului, fără să ți se întâmple nimic rău. Ți-ai dat seama cât de greu ți-a fost să iei decizii imediate, decizii cu impact asupra situațiilor dificile prin care ai trecut.

Observi că ți-a mai rămas doar o singură greutate în coșul balonului.

Această ultimă greutate a fost aleasă pentru a rămâne în coș sau ea a rămas doar din greșeală, în urma unor alegeri pripite sau indecise?

Se poate să fie ea cea mai importantă credință sau valoare a ta?

Doar tu cunoști răspunsul.

Activitate de reflecție (10 minute)

Discuție ghidată - *Ați supraviețuit acestei călătorii? Care a fost momentul cel mai critic pentru voi? Care au fost greutățile de care v-ați debarasat? (se trec în revistă valorile, principiile eliminate de elevi în timpul călătoriei) În ce mod v-ați debarasat de aceste greutăți? Care au fost factorii care au influențat decizia voastră de a vă debarasa de o anumită greutate? (graba, teama de prăbușire, semnificația valorii etc) Care este greutatea finală cu care ați rămas? (cu ce valoare, credință, principiu ați rămas?) Cât de importantă este ultima greutate (valoare) pentru voi, raportându-vă la toate greutățile (valorile) pe care le-ați avut inițial?*

Se listează valorile/principiile rămase până la finalul călătoriei, la nivel de grup/clasă. *Ce impact ar avea aceste valori asupra comunicării, interacțiunii dintre voi?*

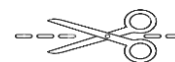
În completarea activității, elevii pot realiza, sub forma unui poster, un fel de decalog al valorilor/principiilor care să stea la baza comunicării, interacțiunilor dintre ei, de acum înainte.

Beneficii:

Activitatea:

- permite identificarea și definirea valorilor personale;
- exersarea încrederii în luarea deciziilor;
- dezvoltarea capacității de a face alegeri.

Fișă 1



Vă aflați într-o întrecere a baloanelor cu aer cald.

Fiecare valoare/credință/principiu lipit pe balon, reprezintă o greutate pentru balonul vostru, cântărind fiecare 2 kilograme.

Auzi radioul care sfătuiește participanții să evite vânturile puternice ce se află deasupra baloanelor. Pentru a vă putea ridica deasupra vânturilor, fiecare dintre voi va trebui să arunce o greutate din coș. Aruncă acum o greutate!

Priveliștea de la o altitudine mai mare îți taie răsuflarea, însă senzația este de scurtă durată. Pentru a atinge altitudinea potrivită, va trebui să dai drumul la heliu și, de asemenea, va trebui să eliberezi o altă greutate atașată balonului tău. Eliberează, acum, o greutate!

Foarte bine!

Acum plutești! Plutești deasupra unei mari întinderi de apă, dar vezi nori negri apropiindu-se amenințător de tine. Repede, dă drumul la alte două greutateți, acum!

Se pornește o ploaie puternică și îți dai seama că te afli în mijlocul unei furtuni! Trebuie să iei o decizie în legătură cu câte greutateți să mai arunci. Te hotărăști să arunci 3 greutateți, ceea ce îți va permite să te ridici deasupra atmosferei cu probleme. Aruncă acum!

Furtuna este încă intensă și tu trebuie să faci eforturi pentru a menține balonul în aer. Pentru că încă nu ai ajuns pe partea cealaltă a întinderii de apă, trebuie să mai arunci încă 2 greutateți. Aruncă greutatețile, acum!

Ai călătorit de-a lungul globului, fără să ți se întâmple nimic rău. Ți-ai dat seama cât de greu ți-a fost să iei decizii imediate, decizii cu impact asupra situațiilor dificile prin care ai trecut. Observi că ți-a mai rămas doar o singură greutate în coșul balonului.

Această ultimă greutate a fost aleasă pentru a rămâne în coș sau ea a rămas doar din greșeală, în urma alegerilor făcute de tine?

Se poate să fie ea cea mai importantă credință sau valoare a ta?

Doar tu cunoști răspunsul!

COEZIUNEA GRUPULUI DE ELEVI

- se referă la gradul în care membrii grupului se simt uniți, apropiați și lucrează împreună, într-un mod armonios; aceasta implică încredere reciprocă, sprijin, comunicare eficientă și un sentiment de apartenență;
- contribuie la crearea unui mediu de învățare pozitiv și la succesul colectiv al elevilor.

Condiții ce facilitează creșterea coeziunii grupului de elevi:

- realizarea de **activități de intercunoaștere**;
- **stimularea inițiativei** elevilor;
- organizarea de activități de învățare care să **stimuleze cooperarea, acceptarea și înțelegerea reciprocă**;
- **evaluarea** atât a **rezultatelor individuale** cât și a **rezultatelor obținute ca grup**, în ansamblu.



Denumire joc:**FORTĂREAȚA****Grup țintă:**

Preșcolari

Obiectiv:

Dezvoltarea spiritului de cooperare și a abilităților de lucru în echipă

Dezvoltarea coeziunii grupului de preșcolari

Durată:

20 - 30 minute

Materiale necesare:

Cuburi de construcție, mari și colorate

Săculeți de pânză

Cartonașe reprezentând cuburi de construit de culori diferite

Desfășurare:**Introducere (2 minute)**

Pe covor, cadrul didactic pregătește o grămadă de cuburi de construit (cuburi LEGO), de diferite culori, însă un număr egal de cuburi din fiecare culoare.

Jocul propriu-zis (15 minute)**Pasul 1**

Prezentarea sarcinii

Se comunică preșcolarilor faptul că *vor construi o „fortăreață”, folosind cuburi de o singură culoare, dar trebuie să colaboreze și să se ajute reciproc pentru a construi fortăreața.*

Pasul 2

Formarea echipelor

Cadrul didactic împarte copiii în echipe de câte 3-4 membri. Fiecărei echipe îi este alocat un spațiu din sala de clasă, spațiu în care va lucra.

Pasul 3

Aprovizionarea cu materiale de construit

Pentru a se aproviziona cu materiale de construit, fiecare echipă primește un săculeț (în care vor transporta materialele de construit) și extrage un cartonaș pentru a afla culoarea materialelor de construit.

Apoi, întreaga echipă se deplasează la grămadă de cuburi de unde vor aduna și vor pune în săculețul lor, doar cuburile corespunzătoare cartonașului extras.

Pasul 4

Construirea fortăreței

Fiecare echipă discută și decide ce fel de construcție va face. Copiii lucrează împreună pentru a construi fortăreața, comunicând, împărțind sarcinile și ajutându-se reciproc.

Pasul 5

Prezentarea fortăreței

Fiecare echipă își prezintă fortăreața construită. Pentru amuzament, echipele pot crea scurte povești, prezentând pe cine adăpostește fortăreața lor, cine sunt inamicii care caută să pătrundă în fortăreață etc.

Copiii sunt apreciați pentru activitatea desfășurată.

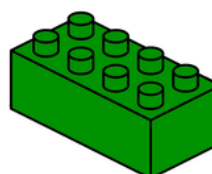
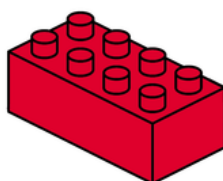
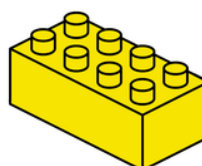
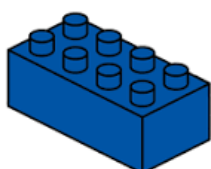
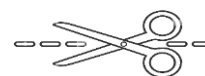
Activitate de reflecție (5 minute)

Discuție ghidată – *despre cum au perceput sarcina, ce le-a plăcut copiilor, ce dificultăți au întâmpinat, cum și-au ajutat colegii, ce au învățat despre colaborare, ce alte activități pot desfășura cooperând cu colegii etc.*

Beneficii:

Activitatea:

- încurajează empatia și ajutorul reciproc;
- întărește sentimentul de apartenență la grup;
- îmbunătățește abilitățile motrice și de coordonare.



Denumire joc:	POVESTEA NOASTRĂ!
Grup țintă:	Elevi din ciclul primar
Obiectiv:	Facilitarea colaborării și comunicării între elevi, întărind sentimentul de apartenență la grup
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	O coală flipchart sau un panou pentru scris Markere sau creioane colorate
Desfășurare:	Introducere (2 minute) Cadrul didactic precizează elevilor că vor crea împreună o poveste, fiecare adăugând o propoziție, astfel încât povestea să fie coerentă și, în același timp, amuzantă. Jocul propriu-zis (15 minute) Pasul 1 Formarea grupului Elevii se așază în cerc sau în semicerc pentru a fi toți așezați cu fața unii spre ceilalți, dar și spre cadrul didactic. Pasul 2 Începutul poveștii Cadrul didactic începe cu o propoziție simplă, de exemplu: „A fost odată un iepuraș curios care a găsit o cheie magică.” Pasul 3 Construirea poveștii Fiecare elev, pe rând, adaugă câte o propoziție pentru a continua povestea, ascultând cu atenție ce spun colegii lor. Pe rând, propozițiile se scriu pe coala de flipchart sau pe un panou. Pasul 4 Finalul poveștii

După ce fiecare elev a adăugat o propoziție, se recitesc toate cele scrise anterior și cadrul didactic, împreună cu elevii, formulează o concluzie amuzantă sau surprinzătoare a poveștii.

Activitate de reflecție (10 minute)

Discuție ghidată – *despre cum au perceput elevii sarcina, cum s-au simțit lucrând împreună, ce părere au despre ideile fiecăruia, ce alte activități cred că le-ar putea desfășura împreună, punându-se accent pe rezultatele cooperării (finalizarea mai rapidă a activității, obținerea unui rezultat mai bun sau pur și simplu starea de bine pe care o creează lucrul împreună).*

În completarea activității, pentru a încuraja și mai mult coeziunea grupului, elevii pot fi împărțiți în grupuri mai mici și fiecare grup poate desena o secvență din poveste.

Desenele se pot lipi pe un panou, respectând succesiunea întâmplărilor, respectiv firul logic al poveștii.

Beneficii:

Activitatea:

- îmbunătățește abilitățile de comunicare și ascultare;
- încurajează respectul pentru ideile colegilor;
- consolidează sentimentul de apartenență la grup;
- dezvoltă creativitatea și imaginația.

Denumire joc:

NICI UNUL DINTRE NOI NU POATE FACE SINGUR CÂTE PUTEM FACE TOȚI ÎMPREUNĂ

Grup țintă:

Elevi din ciclul gimnazial

Obiectiv:

Îmbunătățirea colaborării, comunicării și încrederii între elevi

Dezvoltarea coeziunii grupului de elevi

Durată:

50 minute

**Materiale
necesare:**

13 cartonașe colorate, pe fiecare cartonaș fiind scris câte un cuvânt din titlul jocului; cuvintele se scriu cu litere mari, de tipar, citeț;

Desfășurare:**Introducere (10 minute)**

Discuție ghidată - *despre cooperare, lucrul în echipă, ce înseamnă a lucra împreună, care sunt activitățile, obiectivele care se pretează lucrului în echipă, ce beneficii avem lucrând împreună, ce dificultăți putem întâmpina etc.*

Jocul propriu-zis (20 minute)**Pasul 1**

Cadrul didactic anunță elevii că astăzi vor lucra împreună pentru realizarea unei sarcini.

Pasul 2

Se formează un grup de 13 elevi (pe bază de voluntariat). În funcție de mărimea grupului, ceilalți elevi rămași formează echipe cu câte unul dintre cei 13 elevi.

Pasul 3

Cadrul didactic explică sarcina:

Primii 13 elevi vor primi un cartonaș pe care scrie un cuvânt. Sarcina întregului grup este de a aranja cartonașele, respectiv persoanele ce dețin aceste cartonașe, astfel încât să formeze o propoziție/frază cu sens.

Pasul 4

După anunțarea sarcinii, cadrul didactic prezintă regulile ce se vor respecta pe parcursul jocului:

1. Acolo unde s-au format perechi de elevi, primul elev este legat la ochi și, pe tot parcursul jocului, este ghidat de colegul cu care face pereche și care este așezat în spatele lui.
2. Cartonașul îl primește elevul legat la ochi.
3. Elevii care nu sunt legați la ochi pot vedea celelalte cartonașe, dar nu au voie să vadă/citească cartonașul colegului cu care face pereche,
4. Pe parcursul rezolvării sarcinii, elevii nu au voie să vorbească.
5. Unul dintre elevi (dintre cei nelegați la ochi) este desemnat să anunțe când au finalizat sarcina (doar atunci poate vorbi).

Pasul 5

Elevii vor folosi comunicarea non-verbală pentru a se ghida în rezolvarea sarcinii. Cadrul didactic urmărește ca, pe tot parcursul rezolvării sarcinii, să fie respectate regulile jocului.

Jocul se încheie când elevul desemnat anunță finalizarea sarcinii. Sarcina este rezolvată atunci când elevii sunt așezați/aranjați în șir, într-o ordine care să indice o frază cu sens.

Activitate de reflecție (10 minute)

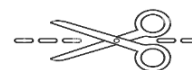
Discuție ghidată - *Cum a fost sarcina? Ce dificultăți au întâmpinat? Cum a fost să nu poată vedea pe parcursul jocului? Cum au perceput ghidarea din partea colegului? Ce a fost mai dificil – să fie ghidat sau să ghideze? etc.*

În completarea activității, elevii pot arăta prin gesturi sau expresii ceea ce au considerat cel mai important sau frumos din joc, pentru a încheia activitatea într-un mod pozitiv și simbolic.

Beneficii:

Activitatea:

- îmbunătățește abilitățile de comunicare nonverbală;
- dezvoltă gândirea strategică și abilitatea de a rezolva probleme;
- consolidează sentimentul de apartenență la grup.



Denumire joc:	SĂ CONSTRUIM O CASĂ!
Grup țintă:	Elevi din ciclul liceal
Obiectiv:	Facilitarea colaborării și comunicării între elevi, întărind sentimentul de apartenență la grup
Durată:	50 minute
Materiale necesare:	4 coli de carton de mărimea unei coli de flipchart 4 rigle 4 foarfeci 4 markere 4 bucăți scotch
Desfășurare:	Introducere (5 minute) Discuție ghidată - <i>despre cooperare, lucrul în echipă, ce înseamnă a lucra împreună, care sunt activitățile, obiectivele pentru care se pretează a lucra împreună, ce beneficii avem lucrând împreună, ce dificultăți putem întâmpina, care sunt abilitățile necesare fiecăruia dintre noi pentru a putea lucra împreună cu alte persoane etc.</i> Jocul propriu-zis (35 minute) Pasul 1 Formarea grupului Elevii se împart în 4 grupuri, relativ egale (dacă mărimea colectivului de elevi permite). Fiecare grup de elevi primește același set de materiale: o bucată de carton, 1 riglă, 1 foarfecă, 1 marker, 1 scotch de hârtie. Pasul 2 Prezentarea sarcinii Cadrul didactic anunță sarcina - <i>construirea unei case cu ajutorul materialelor primite.</i> Pasul 3 Prezentarea regulilor ce trebuie respectate pe parcursul activității. Reguli de respectat:

- cele 4 grupuri de elevi vor lucra ca două echipe, fiecare grup fiind jumătatea unei echipe;
- fiecare grup/jumătate a unei echipe va construi doar jumătate de casă;
- cele două jumătăți ale unei echipe vor lucra în spații diferite, dacă este posibil (sau în zone diferite ale clasei, astfel încât să existe, pe cât posibil, cât mai puțin contact vizual);
- cele două jumătăți ale unei echipe vor putea comunica, prin intermediul unui reprezentant desemnat de fiecare grup, doar în momentele menționate de cadrul didactic;
- cadrul didactic coordonează jocul și menționează care sunt etapele de lucru, respectiv momentele în care reprezentanții grupurilor se pot întâlni;
- locul pentru întâlnirea reprezentanților este recomandat a se afla pe hol, astfel încât ceilalți membri ai grupurilor să nu poată auzi discuția reprezentanților lor;
- pentru construirea casei nu pot fi folosite alte instrumente/materiale, în afara celor primite;
- fiecare membru al grupului trebuie implicat în construirea casei.

Pasul 4

Construirea casei

Etape de lucru:

Etapa 1 – fiecare grup se consultă și se decide asupra unui model de casă;

Etapa 2 – reprezentanții desemnați ai grupurilor se întâlnesc, pentru a discuta/decide asupra modelului de casă și pentru a-și împărți sarcinile;

Etapa 3 – grupurile lucrează la construirea casei conform instrucțiunilor primite de la reprezentanții lor;

Etapa 4 – reprezentanții grupurilor se întâlnesc pentru clarificări noi;

Etapa 5 – grupurile lucrează la construirea casei;

Etapa 6 – echipele se reunesc pentru a finaliza casa.

Timpul de lucru pentru fiecare etapă este stabilit de coordonatorul jocului, în funcție de ritmul de lucru al elevilor, dar și de timpul avut la dispoziție.

Cele două case obținute se prezintă grupului mare de elevi. Elevii sunt apreciați pentru activitatea și rezultatele obținute.

Activitate de reflecție (10 minute)

Discuție ghidată – *cum au perceput elevii sarcina de lucru, cum au lucrat împreună, care au fost dificultățile întâmpinate, cum au împărțit sarcinile în cadrul grupurilor mici, ce abilități au fost necesare pentru a putea duce sarcina la bun sfârșit (comunicare, rezolvare de probleme, organizare, de lider etc), situații din viața de zi cu zi în care pot transfera experiența din cadrul exercițiului etc.*

În completarea activității, elevii pot inventa o poveste despre destinația casei lor, cine locuiește în ea, care sunt aventurile acestora sau cum aceasta aduce bucurie în viața celor ce locuiesc în ea.

Beneficii:

Activitatea:

- dezvoltă abilități de coordonare, comunicare, ascultare activă, rezolvare de probleme;
- încurajează respectul pentru ideile colegilor;
- consolidează sentimentul de apartenență la grup;
- dezvoltă creativitatea și imaginația.

BIBLIOGRAFIE

1. Băban A., - *Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Editura ASCR, Cluj Napoca, 2009
2. Cosmovici A., Iacob L., - *Psihologie școlară*, Editura Polirom, București, 2008
3. Culidiuc, T. (coord.), Roșă G., Pușcașu A., Cîmpean R., Asan R., Borbe L., Chebac R., Suciu S., Boroș A.-M., Aspru I., Rentea C., - *IMPACT. Jocuri și povestiri. Metode de educație nonformală*, Ediția a II-a, 2016
4. Derlogea Ș., Bota G., - *160 de activități dinamice (jocuri) pentru teambuilding. Educație non-formală civică și antreprenorială*, București, 2011
5. <https://www.abcteach.com/resource/clip-art-large-red-building-block-8-connectors/>
6. <https://www.freepik.com/free-vector/sticker-template-two-people-handshaking>
7. https://www.freepik.com/premium-vector/boy-watering-flower-plant-cartoon-vector-illustration_147122231.htm?epik=dj0yJnU9UFpXRVY2TFItX25sMDZhMlVyeGxyRjU5MUy3YzNpRTkmcD0wJm49eDU3M3dsMjVKSFN3emQ3OEVTMHJ5USZ0PUFBQUFBR2lQdmpR
8. <https://brainly.ro/tema/987645>
9. Pânișoară I.-O., - *Profesorul de succes. 59 de principii de pedagogie practică*, Editura Polirom, București, 2022
10. Pânișoară I.-O., Manolescu M., (coord.) - *Pedagogia învățământului primar și preșcolar*, Editura Polirom, București, 2022
11. Sălăvăstru D., - *Psihologia educației*, Editura Polirom, București, 2004
12. Zlate, M., Zlate, C., - *Cunoașterea și activarea grupurilor sociale*, Editura Politică, București, 1982