

Atelierul : ”Fii bun ori de câte ori e posibil. Întotdeauna este posibil! (Dalai Lama)”

Propunător: prof. OPRIȘ ADONIA-AUGUSTINA - Colegiul Tehnic Alesandru Papiu Ilarian Zalău

clasa a V-a

Domenii de conținut: *Autocunoașterea și stil de viață sănătos și echilibrat*

Competența generală: Adoptarea atitudinilor pozitive față de cei din jur

Competențe specifice:

1. Identificarea resurselor personale și a oportunităților de dezvoltare specifice vârstei;
2. Acordarea feedbackului pozitiv în relaționarea cu ceilalți;
3. Recunoașterea unei varietăți de emoții trăite în raport cu sine și cu ceilalți;

Obiective :

- Să conștientizeze necesitatea autocunoașterii;
- Să comunice sentimente, emoții;
- Să descrie și să analizeze stări, situații, evenimente etc.;
- Să adopte comportamente și atitudini care conduc la crearea unei stări de bine a celor din jur, și implicit a propriei persoane

Material didactic: fișe de lucru, tablete, markere, videoclip, document video

Metode și strategii didactice: metoda activ-participativă, audio-vizuală, învățarea prin descoperire, discuții frontale și individuale, dezbateră, comentariul, completarea de fișe.

Mod de lucru: lucru individual și pe grupe, online și în clasă

Organizarea spațială a clasei: băncile sunt dispuse modular, pentru a permite crearea de grupe de lucru, în fața videoprojectorului din laboratorul multimedia

Activitatea 1: Captarea atenției (10 min)

Cadrul didactic le spune elevilor că a întâlnit un copil foarte nemulțumit de sine și, de aceea, foarte nefericit. *Cum credeți că arăta acel copil ?....Așteaptă răspunsurile/reacțiile elevilor, pentru clarificare. Voi sunteți nefericiți uneori?, Ce vă face nefericiți?*

Observație: Dacă elevii nu sunt pregătiți emoțional să vorbească liber despre nefericirile lor, le propunem un joc. Fiecare trece pe un bilețel situațiile/eventimentele care-i fac nefericiți. Cadrul didactic adună aceste bilețele și le trimite la Doamne-Doamne rugându-l să aibe grijă ca fetițele și băieții din această clasă să nu mai treacă prin situații care-i fac nefericiți.

Concluzia activității: deseori, elevii sunt mai dezinhibați când este vorba despre altcineva și nu despre ei înșiși.

Activitatea 2 : Oare cine este acest copil ?? (20 min)

Cadrul didactic le spune că este momentul să facem cunoștință cu acest copil. Pentru aceasta, le trimite pe tabletă un link cu <https://www.youtube.com/watch?v=tC97sITQ41I> (Povestea pantofului - 5 minute)

Înainte de a urmări videoclipul, profesorul îi împarte în două grupe și solicită elevilor să privească cu atenție personajul principal și personajul secundar al filmului, să le observe expresia fețelor, să urmărească comportamentul și acțiunile lor. Urmează un dialog dirijat în care elevii din fiecare grupă descriu și analizează, cele două personaje. (10 minute) Apoi cere elevilor să-și imagineze un alt sfârșit al filmulețului.

Concluzia activității: **Cine împarte cu altul bunurile sale trecătoare, le înmulțește, iar cine le strânge pentru sine, va duce lipsa.**

Activitatea 3: Floarea soarelui (10 min)

Cadrul didactic distribuie elevilor fișa "Floarea soarelui", simbol al imaginii pozitive despre sine, apoi le solicită să completeze fiecare petală a florii soarelui cu situațiile care îi fac să se simtă fericiți/mulțumiți sau mândri de ei înșiși. Exemple de posibile completări: "Când cânt", „Când prietenii mă apreciază”, "Când părinții mă laudă", "O faptă bună", "Să îngrijesc un animal", "Când am grijă de frățiorul/surioare meu", "Când iau o notă bună", "Când reușesc să înțeleg ceva dificil" etc.

Toate lucrările elevilor vor fi prezentate sub forma unei expoziții.

Concluzia activității: *Cu cât ne cunoaștem mai bine cu atât vom face lucruri bune pe care alții le vor aprecia!*

Încheierea atelierului: (10 min)

Urmărim împreună <https://www.youtube.com/watch?v=aLzaMSYq92g> . Discuții de final!

Bibliografie:

Zoe, Doina Niță (coord.), *Dezvoltare personală pentru copii și adolescenți*, Editura Catharsis, București, 2020

<https://www.youtube.com/watch?v=tC97sITQ41I>

<https://www.youtube.com/watch?v=aLzaMSYq92g>