

Activități din cadrul proiectului educațional *Școala de familie*

Autor, profesor consilier școlar Stan Ionela

1. Activitatea „Cine-s EU!”

CHEIA ACTIVITĂȚII

Fiecare om este unic, diferit și valoros.

Autocunoașterea este una dintre cele mai complexe și dificile forme ale cunoașterii umane.

Obiective:

- Recunoașterea unicității fiecărei persoane
- Dezvoltarea deprinderilor de autoevaluare a intereselor și a abilităților personale

Materiale: creioane colorate, foarfece, lipici, o coala de carton “Câmpul verde”

Desfășurarea activității:

- La începutul activității, pe rând fiecare va răspunde la întrebările (fiți cât mai creativi):
 - *Cine ești?*
 - *Ce ești?*
 - *Cum ești?*

De Exemplu: Sunt o fată jucăușă, dornică să aflu tot mai multe lucruri despre natura și flori.

Fiecare membru al familiei realizează o floare cu 3 petale:

- în centru florii să-și scrie numele, iar în cele 3 petale să completeze:
 - *Ce-mi place la mine?*
 - *Ce-mi place să fac?*
 - *Cum mă port cu ceilalți?*
- Apoi să coloreze floarea și să o decupeze.

După terminarea rezolvării sarcinii, să o “planteze” pe “**Câmpul verde**” (poate fi un câmp verde desenat sau pictat pe o foaie mai mare)

Încurajați-i pe copii să se prezinte în fața tuturor, să citească din floare despre ei înșiși.

Feed-back-ul activității:

La final fiecare caracterizează activitatea printr-un singur cuvânt care să fie scris pe un post-it și apoi să-l afișeze într-un loc vizibil din casă.

2. Activitatea „Prajitura Familia”

Obiective:

- Identificarea calitatilor personale si de grup
- Valorificarea experientelor personale

Materiale: creioane colorate, markere, foi de flipchart, post-it-uri

Desfășurarea activității:

1. Exercițiu de spargere a gheții

Stam așezați pe covor.

Fiecare spune despre el 3 calități cu inițiala numelui

(Ex. Irina- iubitoare, isteata, inimoasa)

2. Vor realiza o rețetă inedită a unei prăjituri

„ *Prajitura Familia*”

dupa schema:

Ingredientele

Cum se prepara

Cum se consuma

Indrumați și încurajați copiii să fie inventivi și să pună în prăjitura tot ceea ce cred că este mai important într-o familie pentru a fi cu toții fericiți.

(EX. Ingrediente: iubire, veselie, înțelegere, răbdare, zambete; cum se prepara: se pune un castron de iubire, în care de adăuga 1 cană de înțelegere, se stropește la final cu zambete și multă veselie; Cum se consuma: se consuma zilnic, cu multă răbdare)

Încurajați-i să se aprecieze și să fie deschiși, împărtășind cum au reușit să ajungă la acea rețetă.

Feed-back-ul activității

Cereți-le e să reprezinte pe un post-it un „*emotiocons*” prin care să spună și celorlalți ce au simțit în timpul acestei activități

3. „Prietenul meu, Clăbucel”

Obiective:

- Analizează și evaluează relația dintre igiena personală și sănătate
- Își monitorizează programul zilnic și respectă regulile de igienă

Materiale: coli albe sau colorate, markere, creioane colorate, carioci

Desfășurarea activității:

1. Realizați un scurt brainstorming plecând de la sintagma „*MINTE SANATOASA INTR-UN CORP SANATOS!*”(scrisă pe o foia).

Fiecare trebuie să spună ce înseamnă pentru el această sintagma.

Notați pe foia toate răspunsurile, discutând apoi despre importanța sănătății în viața omului.

2. Completați împreună acrostihul:

I...

G...

L...

E...

N...

A...

Ajutați-i pe copii , adresându-le întrebări, precum:

- Ce înseamnă „igiena personală”?
 - De ce trebuie să ne spălăm?
 - De ce credeți că se întâmplă uneori să ne pierdem sănătatea?
3. Realizați o poveste în imagini cu titlul „Prietenul meu, Clăbucel”, plecând de la versurile:

*„Cu săpun mă spăl
și cu apă rece
peste fata toată mult clăbuc îmi trece,,*

Feed-back-ul activității:

Adresați-le copiilor întrebări:

- ce au aflat nou despre sănătate și despre igienă?
- ce ați aflat despre voi în timpul activității?

4. ” Lista emoțiilor”

Obiective:

- identificarea tipurilor de emoții și a modurilor de manifestare în diverse situații
- recunoașterea tipurilor de emoții și verbalizarea lor

Materiale: : fișe de lucru : Lista cu emoții, săculeții cu emoții, lipici

Desfășurarea activității:

1. Prezența chipurilor-emoții: bucurie, tristețe, furie, surpriză, frică.

Adresați copiilor întrebări, precum:

- Ce reprezintă aceste chipuri?
- Considerați că emoțiile sunt importante la școală? Dar în familie?

2. Fiecare primește o **lista cu emoții**, pe care sunt scrise cele 6 tipuri de emoții: *frică, bucurie, iubire, tristețe, furie, surpriză*.

Înainte pregătiți un „săculeți cu emoții” în care sunt cuvinte care exprimă stări emoționale

(Exemplu: spaimă, anxios, nervos, mulțumire, frică, uluită, dragoste, nechez, pustiit, fericire, ciudă, pedeapsă, teamă etc.), dar și „emoticons” care exprimă aceste emoții.

Sarcina de lucru:

- Cuvintele și „emoticons” trebuie așezate pe listă în dreptul familiei din care considerați că fac parte acele trăiri emoționale.
- După terminarea rezolvării sarcinii, fiecare prezintă lista emoțiilor, argumentând alegerile făcute și criteriile în gruparea stărilor emoționale.

Feed-back-ul activității:

Fiecare răspunde la întrebări:

- cum v-ați simțit în timpul activității ?

- ce vi s-a părut mai ușor/mai greu de realizat ?
- spuneți un singur cuvânt care să caracterizeze activitatea.

CHEIA ACTIVITĂȚII

Emoțiile noastre ne influențează cel mai mult modul în care reacționăm, luăm decizii și comunicăm cu ceilalți. Astfel, dacă reușim să ne recunoaștem și să ne exprimăm emoțiile, folosind cuvintele potrivite, putem avea lucrurile sub control.

Lista cu emoții

frică

bucurie

iubire

tristețe

furie

surpriză