

INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN MARAMUREȘ

Școala Altfel, școala de acasă



*Ghid de educație nonformală
pentru elevii cu cerințe educaționale speciale*

APRILIE, 2020

COORDONATORI:

prof. dr. **Anca-Minodora COSTIN-HENDEA**

prof. psih. **Antoaneta-Georgina BOLCHIȘ**

prof. **Ioan MUNTEAN**



GRUPUL DE LUCRU:

prof. **Covaci Nicoleta Elena**-*Centrul Școlar de Educație Incluzivă Baia Mare*

prof. **Juleștean Hossu Tincuța Ana**-*Școala Gimnazială Specială Baia Mare*

prof. **Țiudic Mihaela Cristina** -*Școala Gimnazială Specială Baia Mare*

prof. **Țiudic Adelin Petru**-*Centrul Școlar de Educație Incluzivă Baia Mare*



Prezentul ghid oferă cadrelor didactice, elevilor și părinților o serie de exemple de de activități, care se pot desfășura „altfel” decât într-un mediu școlar formal, și care dau posibilitatea elevilor să se dezvolte, prin sarcini simple și relaxante, apelând la curiozitatea și creativitatea acestora.



Dezvoltare personală

Ești
special!

Zambeste tuturor.
Construieste un album de familie.
Numara stelele. Imita o persoana pe care o iubesti.
Suna-ti prietenii. Spune-i cuiva "Mi-e dor de tine!"
Vorbeste cu Dumnezeu. Redevino... copilul de altadata.
Sari coarda. Uita cuvantul "ranchiuna". Spune "DA".
Tine-ti promisiunile. Razi! Cere ajutor. Schimba-ti pieptanatura.
Fugi..... Canta..... Aminteste-ti de o aniversare. Ajuta un om sarac.
Termina un proiect. Gandeste! Iesi pentru a te distra. Oferă-te voluntar.
Rasfata-te intr-o baie cu spuma. Fa cuiva o favoare. Asculata cantecele greierilor.
Viseaza cu ochii deschisi. Inchide televizorul si vorbeste. Fii amabil!
Da-ti voie sa gresesti. Iarta! Multumeste-i lui Dumnezeu pentru soare.
Arata-ti deschis fericirea. Fa un cadou. Accepta un compliment. Priveste atent o floare.
Interzice-ti sa spui "Nu pot!" timp de o zi. Traieste-ti clipa! Continua o traditie.
a familiei. Incepe o alta zi. Astazi nu iti face griji! Exerseaza curajul in lucrurile mici.
Ajuta un vecin la greu. Mangaie un copil care sufera. Asculata un prieten.
Priveste fotografiile vechi. Imagineaza-ti valurile marii. Joaca-te cu jucaria ta
preferata. Da-ti voie sa fii simpatic. Saluta-ti primul noul vecin.
Fa pe cineva sa se simta bine-venit. Promite cuiva ca il vei ajuta.
Aminteste-ti ca nu esti singur. Lauda intreit o fapta buna.
Primeste in sufletul tau si in casa ta un catel de pe strada.
Hraneste-l! Vorbeste-i! Pastreaza-l!
Sterge lacrimile de pe un obraz.
Cumpara-ti o ciocolata.
Imparte-o cu un
pofticios. Fii iar
curios. Gaseste
un lucru nou.
ceva frumos.
ceva interesant.
Da-te in leagan.
Citeste o poveste.
Povesteste-o unui
copil. Scrie o poezie.
Daruieste o "iumatati" tale.
Stai drept. Sadeste un copac.
Multumeste-le celor de la care ai invatat.
Sadeste si tu un arbore al vietii in inima si sufletul cuiva!

Eu sunt

.....
.....

Pot să
miros

.....
.....
.....

Pot să văd

un
o

Pot să aud

.....
.....

Test de personalitate:

<http://www.16personalities.com/ro>

Cunoaște-te pe tine însuși!



- Îmi place să vorbesc cu
.....
.....
- Mă relaxez când
.....
.....
- Mă distrez când
.....
.....

Scrie numele persoanelor importante din viața ta	Dă-i fiecăreia o floare de altă culoare

Autoportretul

- fișa elevului -

Cine sunt eu?

Nume:.....

Prenume:.....

Familia, meseriile

Mama: Tata:

Frații:

Surorile:

Bunicii:

**Ce cred eu despre
mine?**

**Ce cred alții despre
mine?**

**Hobby-uri:
Ce știu să fac?**
.....

**Visele mele:.....
Proiecte:.....**

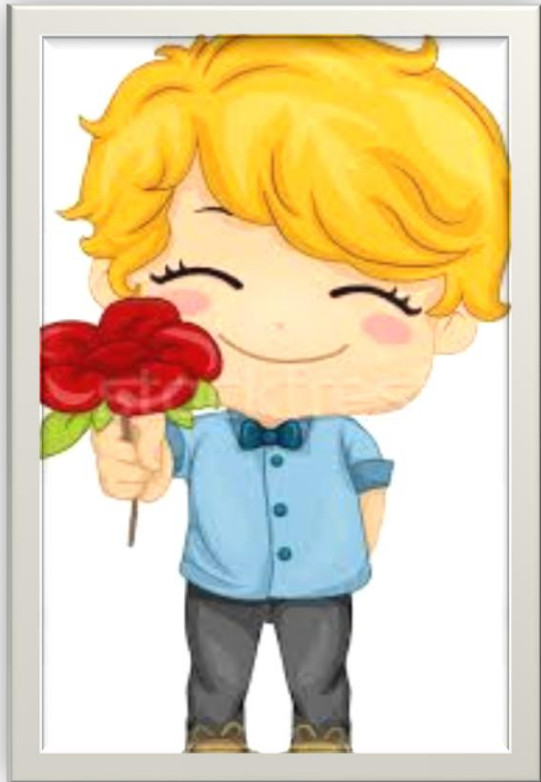


Comunicarea

Cuvintele magice

Mă bucur să vorbim!

Mi-a părut bine!





La oglindă!

Dicție și comunicare

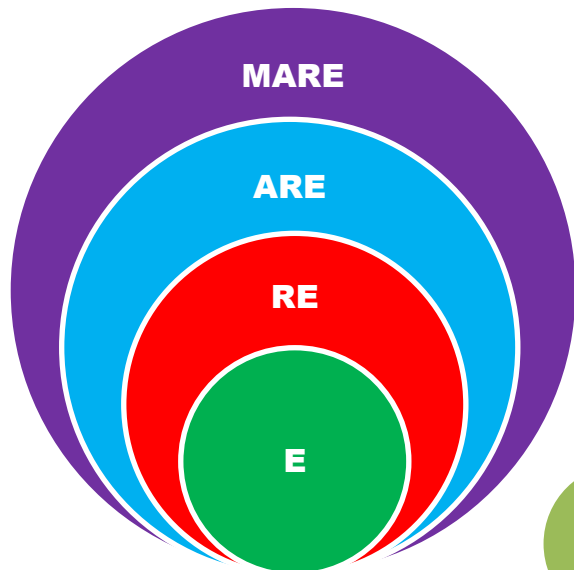
Exersează în
oglinadă, cu
voce tare!

- *Oaia aia e a ei, eu i-o iau ei.*
- *Oastea noastră poate scoate puști pe roate.*
- *Grâu ars, orz ars.*
- *Treiul mic de pică mică pică de pe masa mică.*
- *Hribi fierți, hribi fripți.*
- *Fata are flori pe prispă, prispa are flori.*
- *Cere-le lor culorile tricolorului nostru.*
- *Șase sape mari și late s-au suit pe deal să sape.*

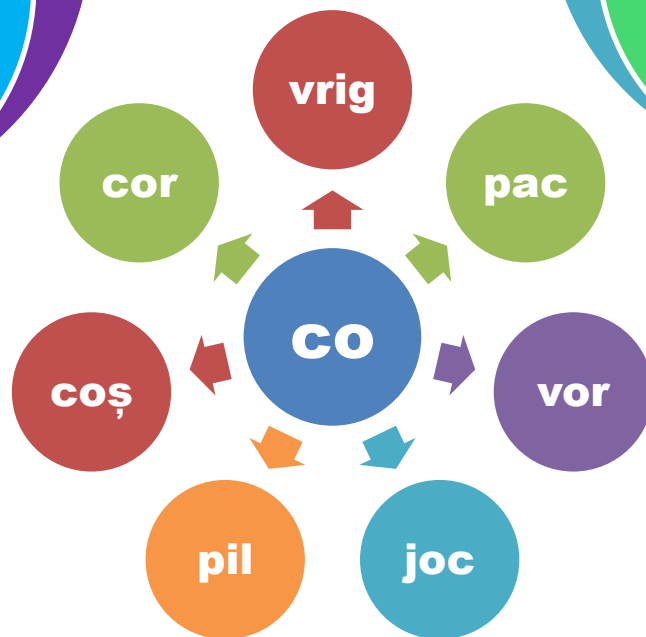
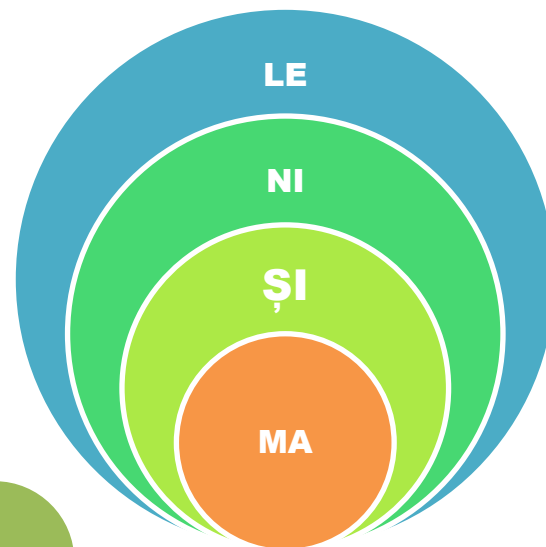


Jocuri de cuvinte

Pornește de la o literă și tot adaugă o alta, ca să obții cât mai multe cuvinte.



Mai adaugă cel puțin o silabă pentru a obține cuvinte noi.



Adaugă silabele și notează pe o foaie cuvintele obținute!

Educație pentru sănătate



De ce este nevoie de somn?



**Creierul copilului are nevoie de somn.
Atunci când doarme suficient copilul:**

- ✓ Ține minte ce a învățat în timpul zilei.
- ✓ Este atent.
- ✓ Se concentrează mai bine.
- ✓ Este creativ.
- ✓ Este bine-dispus.



Corpul are și el nevoie de somn, pentru că:

- ✓ Mușchii și oasele să poată crește.
- ✓ Ochii, fața și pielea să arate mai sănătoase.
- ✓ Pielea și alte părți ale corpului să se poată vindeca mai repede.
- ✓ Organismul să lupte împotriva bacteriilor și bolilor.

Care a fost cel mai frumos vis al tău?

.....

De ce este nevoie să mâncăm sănătos?

„Alimentația este cel mai important factor de mediu extern care influențează organismul”.

I. P. Pavlov

- Alimentația sănătoasă este bazată pe: pâine, cartofi, cereale și bogată în fructe și legume, care include cantități moderate de lapte și produse lactate, carne, pește și cantități limitate de alimente care conțin grăsimi și/sau zahăr.
- Fructele și legumele sunt mine de aur adevărate în corpul nostru, de unde ne extragem energia, vitaminele, mineralele, fibrele și tot ce e bun pentru sănătatea noastră.
- Haideți să fim sănătoși și să nu neglijăm nevoile organismului nostru!



Care sunt beneficiile consumului de fructe?

.....

.....

.....

.....

PIRAMIDA ALIMENTELOR



Alcătuiește un meniu specific pentru masa de Paște.

This is a graphic of a blank sheet of lined paper. The paper has a white background and is framed by a thick yellow border. At the top left corner, there is a grey semi-circle representing a tab. The writing area contains ten horizontal rows of black dots, each row consisting of 20 dots spaced evenly apart. In the bottom right corner, outside the main writing area, there are two solid orange circles of different sizes.

De ce este nevoie de mișcare?

MIȘCARE ➡ **SĂNĂTATE**

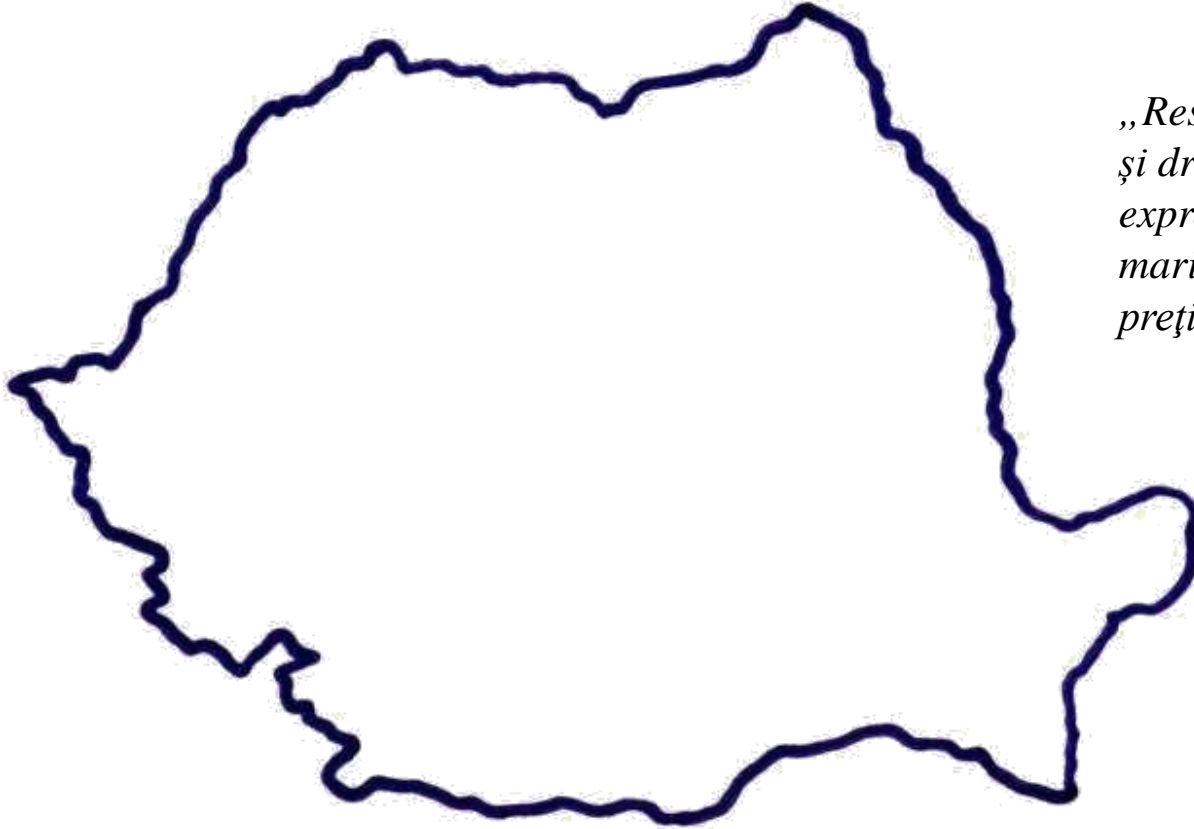
- ✓ *Mai multă energie*
- ✓ *Mușchi și oase mai puternice*
- ✓ *Riscul redus de a deveni supraponderali*
- ✓ *O inimă mai sănătoasă*
- ✓ *Sănătate emoțională*



Exerciții pentru acasă

- **Exerciții circuit pentru copii I**- alergare pe loc 30 secunde, 2- 3 flotări/semiflotări, 2-3 genuflexiuni, 2-3 „abdomene”, 30 secunde sărit coarda, 10 secunde cumpăna pe un picior/genunchi, 10-15 sărituri înainte și înapoi peste obiecte (încălțăminte, jucării) exerciții de respirație -inspir/expir amplu.
- **Exerciții circuit pentru copii II**- mers pe vârfuri cu brațele întinse deasupra capului până în sufragerie-10 genuflexiuni, mers pe călcâie cu mâinile pe șolduri până în dormitorul părinților-10 bătăi din palme cu brațele întinse deasupra capului, mersul elefantului până la baie-10 sărituri ca mingea, mers în ghemuit până la bucătărie-10 aplecări și extensii de trunchi cu brațele întinse pe lângă urechi, alergare ușoară până în camera copiilor plus încă 1 minut prin cameră, exerciții de respirație inspir/expir amplu.
- Antrenament cardio-la bicicletă, bandă de alergat sau stepper.
- Dansuri libere.

Educație interculturală



*„Respectul pentru varietatea culturilor
și dreptul lor nestânjenit de afirmare,
expresie și promovare este una din
marile achiziții ale secolului nostru și o
prețioasă moștenire pentru cel viitor.”*

Mircea Malița

Țara locuită de români este.....

Capitala țării tale este.....

Colorează harta țării tale



Educația interculturală

Identifică toate
componentele portului
popular!

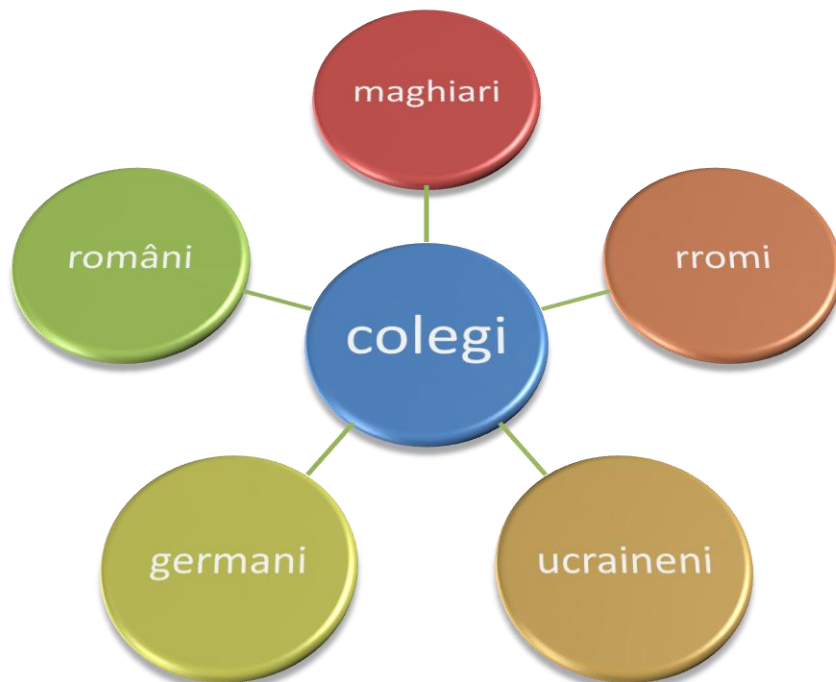


Poză de album

Familia mea în costum popular

Cea mai numeroasă minoritate etnică din România, MAGHIARII, au adus o contribuție deosebită la dezvoltarea societății, culturii și artelor.

Educația interculturală

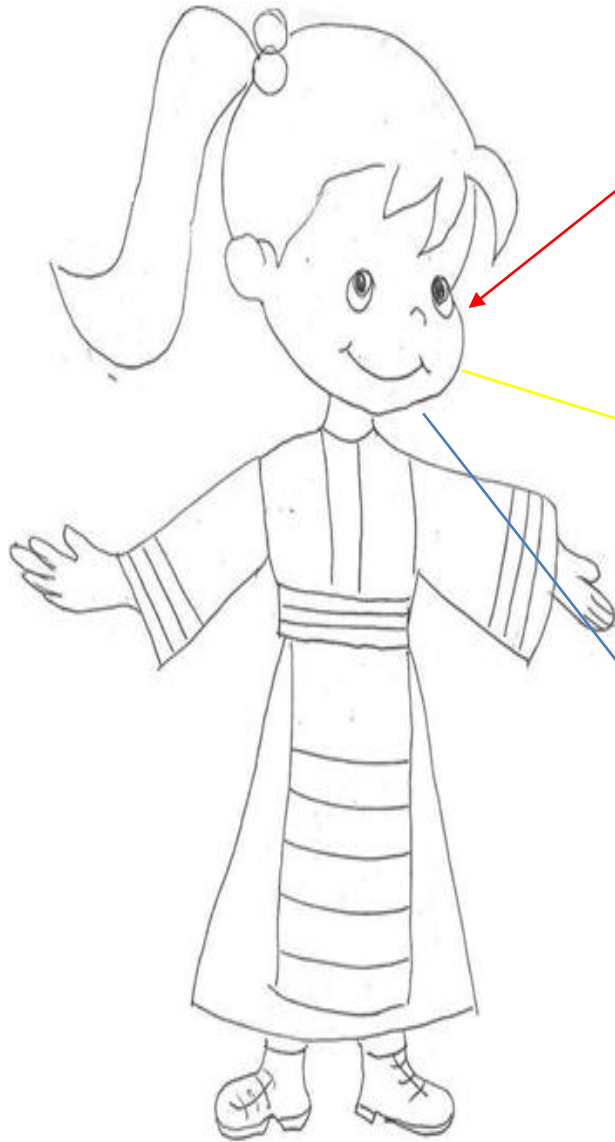


- ROMII se împart în mai multe neamuri: gaborii (rromii din Transilvania), lăutarii (cântăreții), florarii (vânzătorii de flori), rudarii (prelucrează aurul), argintarii (prelucrează argintul), căldărarii (confeționează căldări, tigăi, oale), geambașii (comercianți de cai).
- Sunt muzicieni și dansatori foarte talentați.

GERMANII formează comunități distincte în ceea ce privește confesiunea, dialectul și tradițiile. Locuiesc în Sibiu, Brașov, Cluj, Sebeș, Orăștie, Bistrița, Sighișoara, Mediaș, Vișeu de Sus.

Un alt grup minoritar, ca mărime, din România îl reprezintă UCRAINENII.
Ocupațiile tradiționale: păstoritul, creșterea animalelor, muncile forestiere.

Calități personale



Îmi place să aud.....
Ascult cu drag.....
Prefer să văd.....

Pot să rostesc nume cu sunetele
ce
ci
ge
gi

Maghiarii vorbesc limba.....
Rromii conversează în limba.....
Germanii dialoghează în limba.....
Ucrainenii vorbesc limba.....





Notează 2 cuvinte care
rimează cu **dreptate**:

.....

.....



Scrie 2 sensuri pentru
cuvântul **respect**:

.....

.....



Când privești acest tablou,
simți:

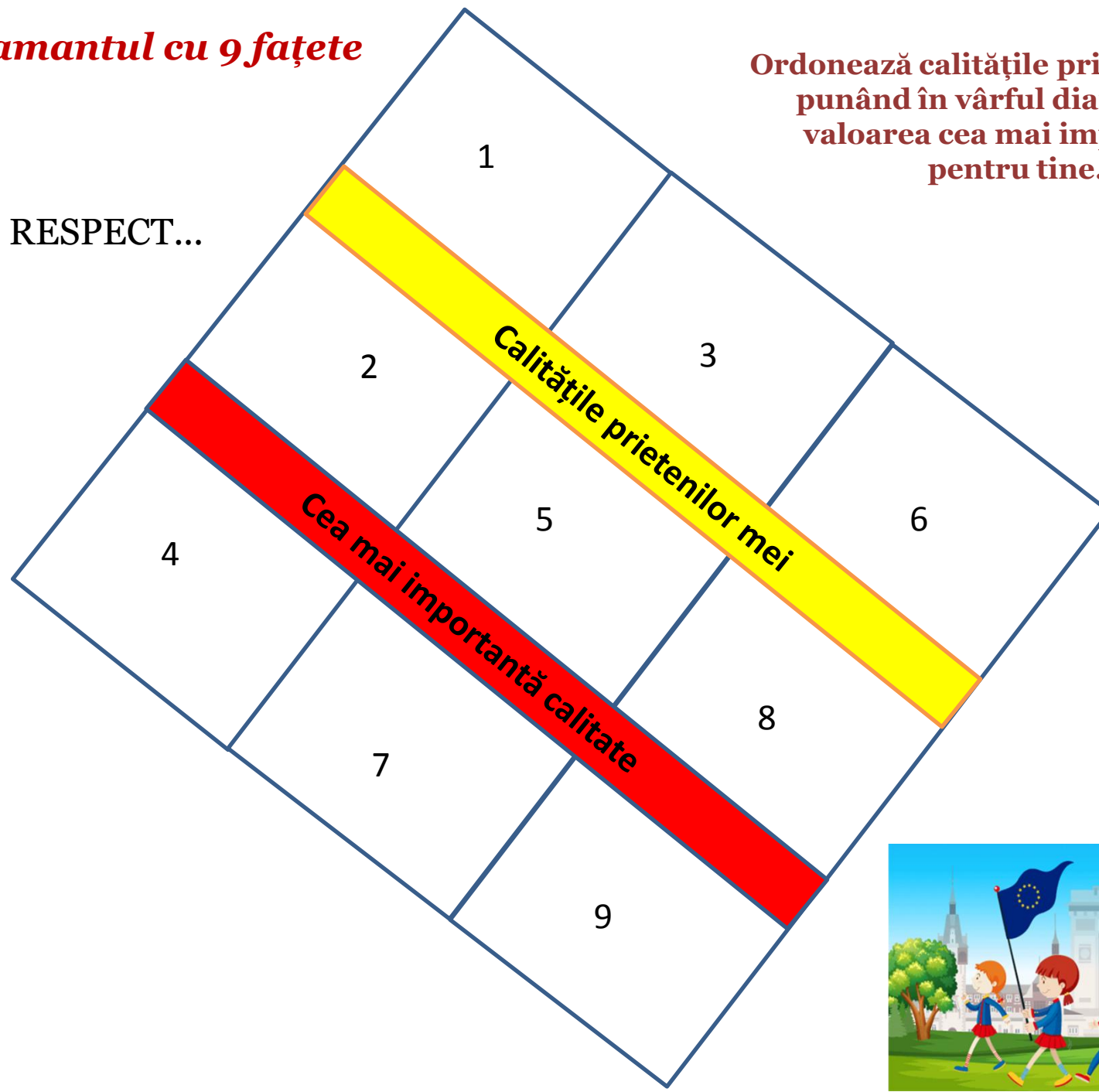
.....

.....

Diamantul cu 9 fațete

**Ordonează calitățile prietenilor tăi,
punând în vârful diamantului
valoarea cea mai importantă
pentru tine.**

RESPECT...



Educație artistică

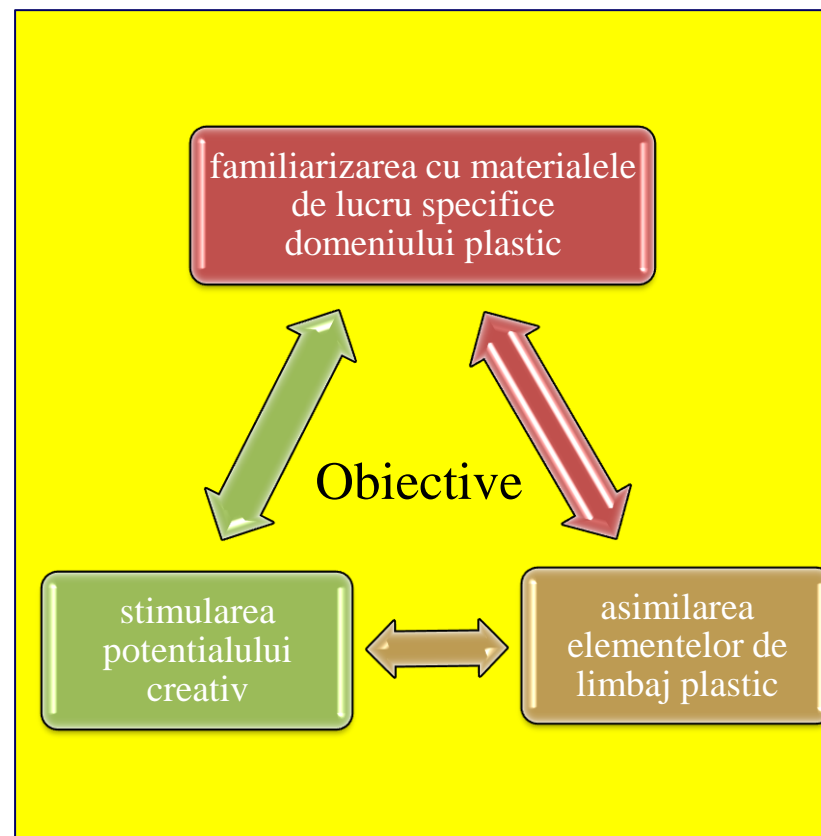
„Frumosul se educă prin frumos” Platon

TEATRU

DANS

MUZICĂ

DESEN, PICTURĂ, COLAJ



Atelier de dezvoltare a gândirii creative prin experiența artistică

Art- terapia. Esteticul emoției

„Tehnica decoupage a șervețelului”

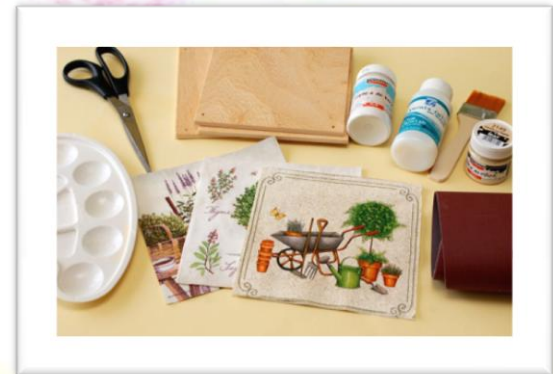
Argument - Acest atelier dezvoltă inteligența emoțională oferind contexte de comunicare și exprimare fără cuvinte, eliminând neliniștile și tensiunile emoționale, favorizând autoaprecierea și creșterea stimei de sine; dezvoltarea intelectuală este antrenată prin exersarea memoriei, atenției și activizarea vocabularului; prin cultivarea inteligenței sociale, vor comunica asertiv, vor coopera, vor lua decizii și vor manifesta acceptarea necondiționată atât a propriei persoane cât și a celorlalți; activitățile practice contribuie la dezvoltarea fizică prin controlul activității motrice fine.

Metoda de lucru: terapia narativă.

Obiective

- să-și însușească o tehnică nouă de lucru;
- să utilizeze materiale noi;
- să-și dezvolte simțul estetic;
- să-și valorizeze abilitățile dobândite în realizarea de noi colaje.

Materiale necesare: ipsos, lac adeziv, vopsele acrilice, pensulă, șervețele



Descrierea tehnicii:

1. se toarnă pasta omogenă (apă și ipsos) în diferite rame de tablou;
2. se lasă la uscat 3-5 zile;
3. se alege șervețelul preferat, se înlătură cele 2 straturi albe, rămânând doar primul start, cel cu imaginea;
4. se așază șervețelul pe tablou și cu un lac adeziv special pentru șervețel se fixează șervețelul pe tablou, prin mișcări repetate de la mijlocul tabloului spre partea de sus și de la mijlocul tabloului spre partea de jos;
5. ulterior, se pictează rama tabloului



EXPERIMENTEAZĂ...



- **Dactilopictură**

Materiale necesare: farfurie adâncă cu apă (pentru clătit mâinile), prosop, acuarele, fișe de lucru

Tehnica de lucru: se lasă amprente cu degetele și palmele.

- **Desenul cu ceară**

Materiale necesare: ceară brută, acuarele/guașă, fișe de lucru, apă, pensule

Tehnica de lucru: se desenează cu ceară brută forme plastice, după care se aștern culorile de apă.

- **Desen liber**

Materiale necesare: creioane colorate, carioci, creion grafic, coli de bloc de desen

- **Colorarea în contur**

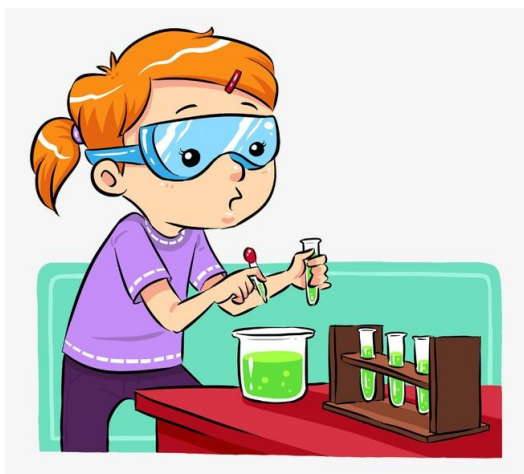
Materiale necesare: acuarele, creioane colorate, carioci.

- **Modelaj**

Materiale necesare: plastilină, lut, cocă

Tehnica de lucru: cu ajutorul palmelor și a degetelor

Teme de lucru: flori, pomi, fluturi, peisaje, fructe, legume, felicitări, animale, personaje din desene animate/povești etc.



Educația științifică

prin experimente simple

Activitățile nonformale care vizează educația științifică au rolul de a crește interesul elevilor la disciplinele din domeniul științelor și, în consecință, de a spori asimilarea cunoștințelor necesare perceperii lucrurilor și a fenomenelor naturii.

Utilizarea metodei experimentale este importantă prin contribuția adusă la formarea și dezvoltarea personalității elevilor.

Prin astfel de activități se realizează:

- a) cultivarea spiritului de observație asupra lumii înconjurătoare;
- b) cultivarea creativității gândirii – elevii redescoperă prin eforturi proprii adevăruri deja cunoscute;
- c) stimularea imaginației creatoare pentru găsirea de soluții la probleme practice concrete.



Exemplu de experiment la chimie

BALOANE CARE SE UMFLĂ SINGURE

REALIZAT CU INGREDIENTE CARE SE GĂSESC ÎN BUCĂTĂRIE

Materiale necesare:

- baloane
- o sticlă de plastic de 1 litru
- o pâlnie
- o linguriță
- oțet
- bicarbonat de sodiu



Descrierea experimentului:

- Se pun 2-3 lingurițe de bicarbonat în balon
- Se toarnă oțet în sticlă aproximativ o treime din volum.
- Se trage balonul peste gura sticlei și se ridică astfel încât bicarbonatul să cadă în oțet

Ce se observă?

Baloanele se umflă singure

Explicația

Ca urmare a reacției dintre oțet și bicarbonat, se formează dioxidul de carbon, care va umfla balonul.

Exemplu de experiment la fizică

LICHIDE CARE NU SE AMESTECĂ

Materiale necesare:

- apă
- ulei vegetal
- spirt
- miere
- un recipient transparent înalt

Descrierea experimentului:

- Se toarnă miere în recipient
- Se adaugă apa
- Se adaugă uleiul
- Spirtul se toarnă peste ulei.

Ce se observă?

Lichidele se vor separa unul peste altul în patru straturi.

Explicația

Aceste substanțe au densități diferite și nu se pot amesteca, astfel încât substanțele se dispun în straturi, substanța cea mai densă situându-se la fundul recipientului. Elevii vor identifica substanța care este mai densă și cea care este mai puțin densă.



La adresa <https://www.youtube.com/watch?v=gb8N5eVRCx8> se poate vedea experimentul, cu mai multe substanțe, de diferite culori.

Exemplu de experiment la biologie

GERMINAȚIA SEMINȚEI DE FASOLE

Materiale necesare:

- semințe sănătoase de fasole
- un vas întins
- vată
- apă

Descrierea experimentului:

- Se pune vata în vas
- Se pun 5-10 semințe pe vată
- Se umezește vata
- Se pune vasul la temperatura camerei, la lumină și se urmărește zilnic ce se întâmplă

Ce se observă?

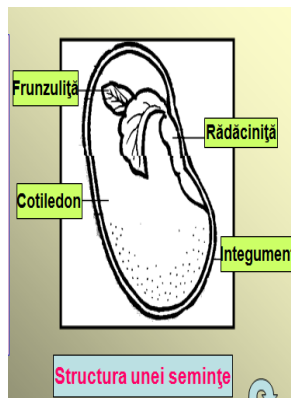
Se vor observa etapele germinației:

Îmbibarea – semințele se îmbibă cu apă și se umflă.

Formarea plantulei – tegumentul crapă și se deschide, iese rădăcina care se orientează vertical în jos, rădăcina își formează perișori absorbantși, se formează mici ramificații.

Tulpina – după ieșirea rădăcinii, tulpinița crește și se orientează vertical în sus, se transformă în tulpină.

Frunzulițele – cotiledoanele sunt scoase afară cu tulpinița apoi devin inutile și cad, Mugurașul embrionului formează primele frunze adevărate, care vor asigura hrănirea plantei.



Înainte de semănat, se desface o sămânță de fasole în două și se observa alcătuirea (aceasta nu se va semana).

Explicația

Având condițiile necesare, adică apă, lumină, temperatură și aer, sămânța va germina și va da naștere unei noi plante, parcurgând mai multe etape.

Elevul va ține un **jurnal/caiet de observații**, în care va nota zilnic ce schimbări se observă, precum și alte date pe care le crede utile.

Ziua	Observații
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
...	
...	



temperatură

lumină

sol
apă

GERMINARE

CREȘTERE ȘI DEZVOLTARE

În timpul germinării, planta folosește mâncarea stocată în interiorul seminței pentru a crește (în cotiledoane)

După răsărire, planta începe să își prepare singură hrana, prin FOTOSINTEZĂ, cu ajutorul frunzelor

Activitate practică posibilă

semănare/plantare în ghivece

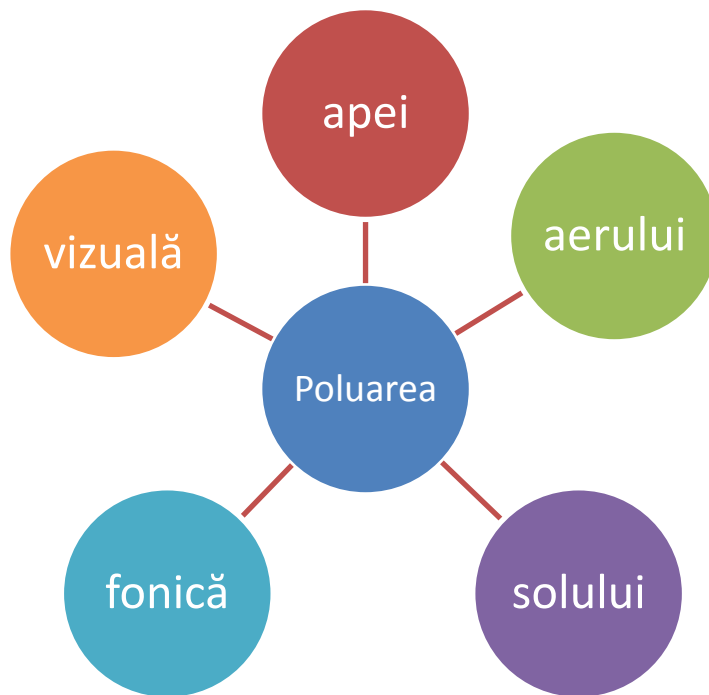
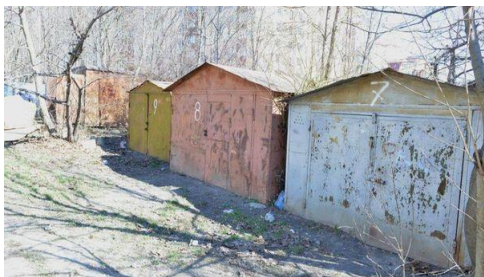


„Sădește o plantă, îngrijește un suflet, culege un gând bun”-Activitate practică a elevilor de la CSEI Baia Mare, în parteneriat cu elevi de la Liceul Tehnologic Agricol „Alexiu Berinde” din Seini

Educația ecologică

Educația ecologică se referă la relația dintre om și mediu și asigură formarea conștiinței ecologice, precum și dezvoltarea unui comportament adecvat în legătură cu natura. Una dintre cele mai importante probleme este **POLUAREA MEDIULUI** înconjurător, cu substanțe care afectează sănătatea oamenilor.

Identifică tipurile de poluare



Exemplu de activitate

1. Ce tipuri de poluare ai întâlnit? Dă exemple și realizează fotografii care surprind poluarea din zona apropiată, apoi realizează un afiș pe tema poluării !

a apei	• ... • ...
a aerului	• ... • ...
a solului	• ... • ...
vizuală	• ... • ...
fonică	• ... • ...



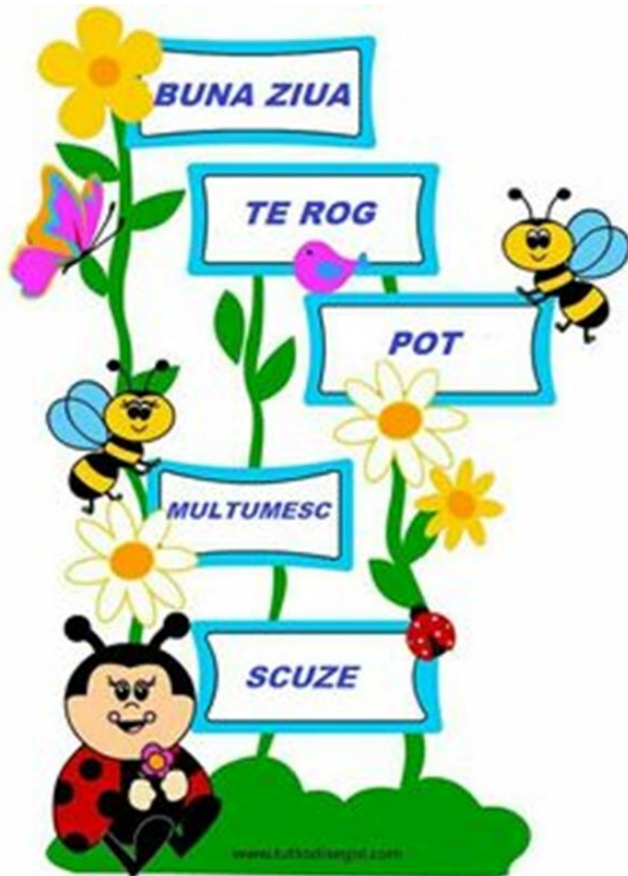
2. Ce ai putea face, astfel încât să contribui la reducerea poluării? Enumeră trei activități pe care le propui pentru a curăța mediul înconjurător!

- -
- -
- -

3. Desenează un peisaj de primăvară!

Abilități de viață

Un set de cunoștințe, comportamente, atitudini și performanțe necesare unei vieți de calitate în orice context psiho-social.



- Atunci când te adresezi cuiva la bibliotecă, la policlinică, la magazin sau chiar pe stradă, să nu uiți să te înclini ușor – e o formă de salut.
- Totodată, să îți amintești și de celelalte cuvinte magice:

Te rog frumos!

- Când primești un cadou, când cumperi ceva sau ți se răspunde la una din întrebările tale, nu iuta să spui:

Mulțumesc!

- Învață să deosebești cuvintele sincere și frumoase de cele înșelătoare, lingușitoare!

Exersează...

- Care sunt formulele de salut pe care le folosești?

cu tata

.....

cu mama

.....

cu frații

.....

cu prietenii

.....

- Dacă ai supărat pe cineva, ce formule adresezi?


.....

.....

.....

Ținuta adecvată

- Îmbrăcămintea și încălțăminte trebuie să fie adecvate sezonului și confortabile.
- Hainele, încălțăările și bijuteriile trebuie să se potrivească celui/celei care le poartă, să fie adecvate vârstei, situației și personalității.
- O persoană educată va avea mereu grijă ca ținuta sa să fie potrivită locului unde va merge.
- Concertul rock, competiția sportivă, teatrul – necesită costumații diferite.



Fă-ți un selfie cu
ținuta preferată!

Siguranța personală



- Dacă părinții au plecat de acasă și te-au lăsat singur pentru o vreme, atunci ia aminte: nu ai voie să deschizi ușa necunoscuților!



- Respectăm curățenia în spațiile comune: liftul, scările și holurile blocurilor sau ale magazinelor, spațiilor de joacă, parcuri.

- Podurile și subsolurile nu sunt locuri de joacă.



- Respectă oriunde regulile de prevenire și stingere a incendiilor.

- Apelăm 112 doar în cazurile excepționale



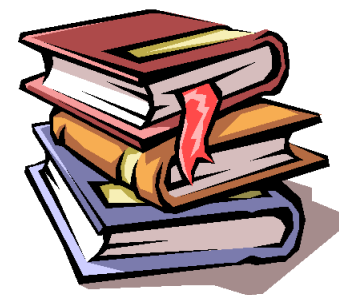
Reguli de aur!

#Stau acasă pentru că îmi pasă!

#Viața are prioritate!

#Urgența este pentru urgențe!

Bibliografie



- Albu C., *Psihomotricitate*, Ed. Institutul European , 2006
- Barbu- Petruț, G., *Copilul și motricitatea*, Ed. Nomina, 2012
- Băran-Pescaru A., *Educația interculturală*, Editura Universității Petrol-Gaze din Ploiești, 2008
- Butnari, Nadejda-„*NOILE EDUCAȚII*”-Suport de curs, Chișinău,2017
- Cucoș C., *Educația. Dimensiuni culturale și interculturale*, Editura Polirom, Iași, 2000
- Diaconu M., „*Îndrumător pentru lecțiile de abilități practice, clasele I-IV*” , Ed.Petrion, București, 2001
- Lucian Ștefan, Gabriela Dorobanțu – Ghid metodic privind proiectarea și desfășurarea activităților de predare- învățare- evaluare, Ed Aramis
- CURCUBEU- Ghid de educație interculturală
- Dezvoltarea abilităților de viață, curriculum la decizia școlii clasele V - VIII aprobată prin o.m.e.c.t.s. nr. 3960/3.05.2012
- Programa școlară pentru ARTE VIZUALE ȘI ABILITĂȚI PRACTICE Clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a Aprobată prin ordin al ministrului Nr. 3418/19.03.2013
- <https://elacraciun.ro/8-experimente-stiintifice-pe-care-le-poti-face-cu-copiii/>
- <https://tribunainvatamantului.ro/2016/06/27/experimentul-resursa-indispensabila-pentru-un-act-instructiv-educativ-de-calitate/>
- <https://ro.pinterest.com/danielapif/formule-de-politete/?autologin=true>
- <http://www.creatissimo.ro/baloane-care-se-umfla-singure-si-stau-lipite-de-tavan>
- www.google.com