

# Proiect didactic

## Universul emoțiilor



<https://library.livresq.com/details/6069752a43286a00070d9da2>  
acesează link-ul și vizionează lecția



## Universul emoțiilor

Lecție demonstrativă- clasa a V-a- prof. Bungău Angela  
Școala Gimnazială „Avram Iancu”, Oradea

# Proiect didactic

## Universul emoțiilor

**Profesor:** Bungău Angela

**Disciplina:** Consiliere și dezvoltare personală

**Unitatea:** Dezvoltare socio-emoțională

**Clasa:** a V-a

**Platforma utilizată:** <https://library.livresq.com/details/6069752a43286a00070d9da2>

**Subiectul lecției:** Universul emoțiilor

**Competențe generale:**

2. Relaționarea armonioasă cu ceilalți în contexte școlare și extrașcolare

**Competențe specifice:**

2.1 Recunoașterea unei varietăți de emoții trăite în raport cu sine și cu ceilalți

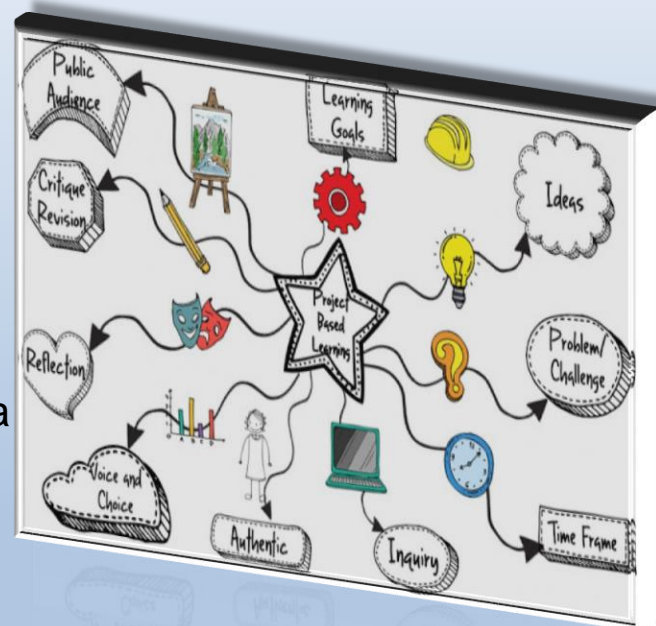
2.2 Acordarea feedbackului pozitiv în relaționarea cu ceilalți





## ❖ **La sfârșitul lecției elevii vor putea:**

- să numească emoțiile de bază și manifestările lor;
- să identifice emoții utilizând suporturi diverse: imagini, fotografiile, emoticoane, animații, secvențe de film;
- să grupeze emoțiile în categoria celor plăcute și neplăcute;
- să asocieze emoția trăită cu o activitate preferată sau o cu situație neplăcută;
- să exemplifice emoții personale în diferite contexte;
- să ofere un feedback privind informațiile reținute și exprimarea propriilor emoții din timpul lecției



## ❖ **Strategii didactice:**

- **Metode și procedee:** brainstorming, expunerea, instruirea prin tehnicile video, problematizarea, explicația, demonstrația, exercițiul interactiv online, descoperirea, ciorchinele
- **Materiale didactice:** laptop, material multimedia (PPT), manuale digitale, filmulețe, animații, aplicația Google Meet, jamboard, aplicații: [www.wordart.com](http://www.wordart.com) , [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com), [www.wordwall.net](http://www.wordwall.net), <https://library.livresq.com/details/6069752a43286a00070d9d> jocuri didactice, etc.

## ❖ Bibliografie și webografie:



Gabriela Bărbulescu, Cristina Maria Gunea, Angelica Sima, Elena Cristina Sima, Daniela Stoicescu, *Consiliere și dezvoltare personală. Manual pentru clasa a V-a*, Editura Litera, 2017

➤ Simona Popa, *Consiliere și dezvoltare personală. Manual pentru clasa a V-a*, Editura Uniscan, 2017

➤ Marcela Claudia CĂLINECI, Cristiana Ana-Maria BOCA, Daniela BARBU, *Consiliere și dezvoltare personală, Manual clasa a V a*, Editura CD Press, 2017

❑ <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20Va/Consiliere%20si%20dezvoltare%20personal a/Litera/>

❑ <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20Va/Consiliere%20si%20dezvoltare%20person ala/UNISCAN/>

❑ <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20Va/Consiliere%20si%20dezvoltare%20personal a/CD%20PRESS/>

❑ platformele cu resurse și materiale educaționale: [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com) ; [www.worldwall.net](http://www.worldwall.net); [www.wordart.com](http://www.wordart.com); <https://library.livresq.com>



# DEMERSUL DIDACTIC

## Etapele lecției:

### 1. Pregătirea clasei pentru lecție: 1'

- Profesorul asigură condițiile necesare unei bune desfășurări a lecției
- Verifică prezența și conectarea online a tuturor elevilor
- Elevii sunt prezenți la oră fizic sau online, cu durata de 50 minute
- Metode și procedee: conversația
- Materiale didactice: laptop, tablete, computere, telefoane

### 2. Captarea atenției: 7' (activitatea I - activitatea II)

#### Activitatea I

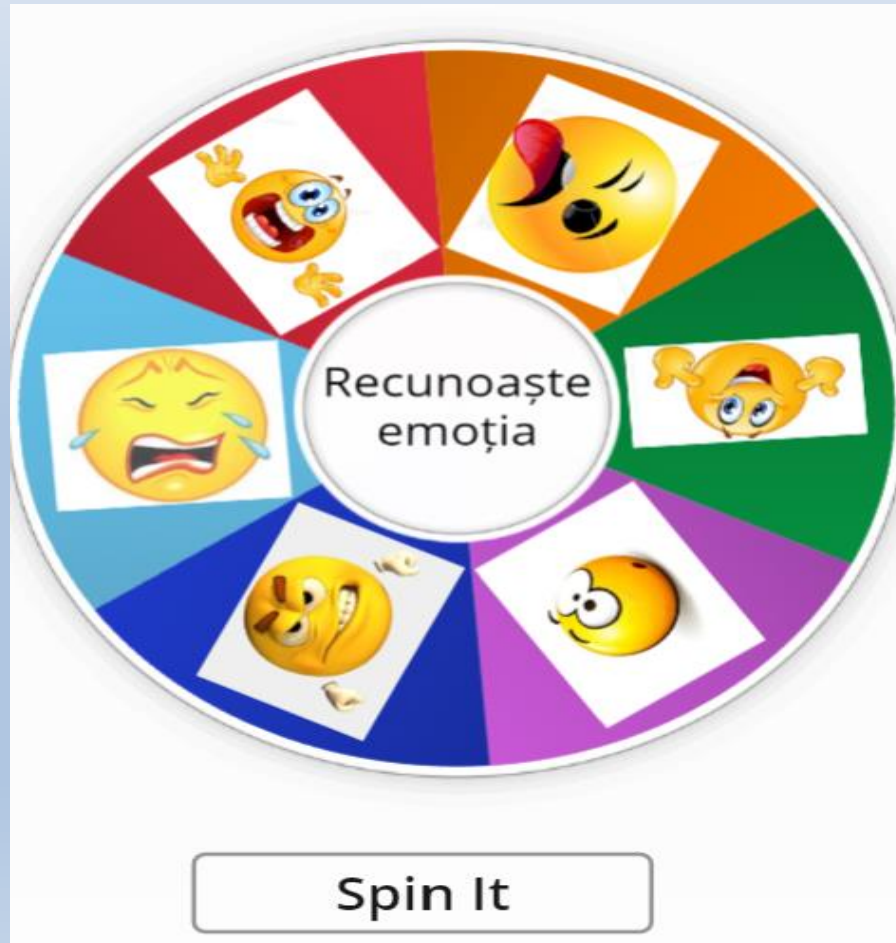
- Profesorul afișează pe monitor **-Roata emoțiilor-** un material interactiv- trimis și elevilor, de care profesorul învârte iar elevii trebuie să numească starea emoțională afișată de anumite emoticoane. Link-ul materialului:  
<https://wordwall.net/resource/7499448/copy-emo%c8%9biile>
- Li se cere elevilor să asocieze starea lor de moment sau dispoziția din această zi cu una dintre „fețele” afișate pe monitor și să justifice alegerea.
- Cât timp elevii răspund, profesorul face o „statistică” a trăirilor și introduce toate emoțiile sugerate de elevi în aplicația wordcloud - [www.wordart.com](http://www.wordart.com) și generează o inimă care cuprinde toate stările exprimate de ei. Li se afișează apoi imaginea pe desktop.



# Captarea atenției- **Activitatea I** 3'

Numiți starea emoțională exprimată de emoticoane și asociați starea voastră de moment cu una dintre „fețele” afișate, justificându-vă alegerea.

Vom centraliza emoțiile numite de voi în aplicația [www.wordart.com](http://www.wordart.com) și le putem da o formă dorită, precum în exemplul de mai jos.



[www.worldwall.net](http://www.worldwall.net)



[www.wordart.com](http://www.wordart.com)

# Captarea atenției

## Activitatea II 4'

- Elevilor li se prezintă trailer-ul filmului „Întors pe dos”, în regia lui Pete Docter, un film de animație din 2015, care prezintă emoțiile ce stăpânesc și coordonează acțiunile unei fetițe de 11 ani.  
[https://www.youtube.com/watch?v=54RdrstUS\\_M](https://www.youtube.com/watch?v=54RdrstUS_M)



- Profesorul le cere elevilor să identifice emoțiile care au controlat-o pe Riley și modul în care fetița a reacționat.
- După vizionarea secvențelor din film, elevii au fost foarte curioși și dornici să urmărească filmul în întregime, exprimându-și părerile despre emoțiile care au determinat schimbări în comportamentul lui Riley.





### 3. Anunțarea temei lecției 1'

- Tema lecției: „*Universul emoțiilor*” pe care le trăim zilnic. În cadrul acestei activități se urmărește formarea și dezvoltarea capacității de autocunoaștere, de identificare și conștientizare a emoțiilor

### 4. Transmiterea noilor cunoștințe 30'

- Profesorul notează pe jamboard titlul lecției: *Universul emoțiilor*.



Împreună cu elevii definește emoția ca fiind o **reacție afectivă intensă dar de scurtă durată a organismului la o situație nouă, neașteptată, însoțită de o stare afectivă, plăcută sau neplăcută.**

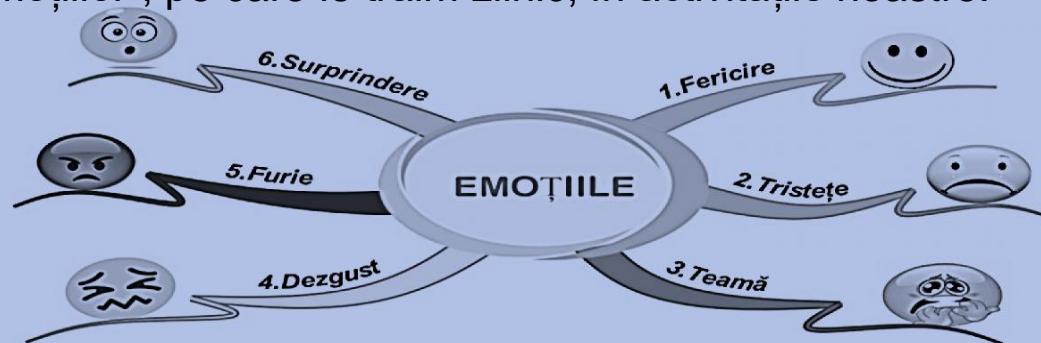
- De asemenea, li se explică faptul că toate emoțiile, fie plăcute, fie neplăcute, reprezintă un aspect normal, firesc al ființei umane, fiecare având rolul său. Este important ca balanța să încline în favoarea emoțiilor pozitive.



# Transmiterea noilor cunoștințe

**Activitatea III- ( 22' )** constă într-o prezentare multimedia, sub forma unui PPT, în care sunt detaliate emoțiile de bază: **bucuria**, **tristețea**, **frica**, **furia**, la care se adaugă **uimirea** și **dezgustul**.

- Profesorul adresează elevilor întrebări, de tip brainstorming, pentru a descoperi nivelul de înțelegere a emoțiilor de către copii, modul lor de a le defini, de a le distinge, de a le identifica în anumite situații.
- Profesorul le solicită și asocierea emoțiilor cu o culoare, o formă, o situație.
- Se oferă feedback elevilor pentru răspunsurile oferite.
- Se utilizează tabla jamboard, unde folosindu-se metoda ciorchinului se realizează „Universul emoțiilor”, pe care le trăim zilnic, în activitățile noastre.



- Profesorul le explică faptul că unele sunt benefice pentru noi, constructive, ajutându-ne să relaționăm cu ceilalți, să fim mai sănătoși, mai optimiști, iar altele, cele negative, sunt mai puțin plăcute, mai dificil de gestionat, dar ne avertizează în legătură cu anumite pericole, schimbări la care trebuie să fim atenți.

# Schița tablei jamboard -metoda ciorchinelui-

## UNIVERSUL EMOȚIILOR

EMOȚIE - reacție afectivă intensă, dar de scurtă durată a organismului la o situație nouă, neașteptată, însoțită de o stare afectivă, plăcută sau neplăcută.

BUCURIA



TRISTEȚEA



FRICA



FURIA



UIMIREA



DEZGUSTUL



# Transmiterea noilor cunoștințe

## -Activitatea IV- 4'

- **Activitatea IV**
- Profesorul a pregătit un joc didactic pe platforma [www.wordwall.net](http://www.wordwall.net)
- <https://wordwall.net/resource/7462722/universul-emo%c8%9biilor>
- Exercițiul constă în asocierea stărilor emoționale două categorii: plăcute și neplăcute.
- Aplicația folosită le oferă un feedback la sfârșitul jocului.
- Profesorul monitorizează, îndrumă, oferă sprijin și intervine, ajutându-i pe elevi.

Metode și procedee:-exercițiul interactiv, conversația, explicația

Speranța	Îngrijorarea	Frica	Încântarea	Invidia	Curiozitatea
Dezgustul	Mulțumirea	Surprinderea	Ura	Bucuria	Satisfacția
Încrederea	Frustrarea	Fericirea	Tristețea	Furia	Dezamăgirea

### Emoții plăcute

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

### Emoții neplăcute

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>



Submit Answers





## Transmiterea noilor cunoștințe -Activitatea V- 4'



- Activitatea V- ***Un adolescent călător prin gimnaziu***
- Profesorul propune o călătorie virtuală a elevilor prin anii de gimnaziu, când vor trece prin diferite situații, vor interacționa cu ceilalți colegi, vor avea bucurii și supărări sau conflicte de gestionat.
- Primul pas va consta în asocierea fiecărei situații ipotetice, apărute, cu o emoție, pentru a o putea cunoaște și stăpâni sau gestiona eficient.
- Activitatea se desfășoară tot printr-un joc interactiv de asociere, realizat pe platforma [www.wordwall.net](http://www.wordwall.net)
- <https://wordwall.net/resource/7504511/ce-emo%c8%9bie-tr%c4%83ie%c8%99ti-%c3%aen-aceste-situa%c8%9bii>
- Astfel, elevii constată că emoțiile sunt diverse, din cele de bază derivă altele, trăind un cumul de sentimente.
- Profesorul monitorizează activitatea elevilor și oferă feedback.
- Metode folosite: exercițiul interactiv, descoperirea
- Materiale didactice: jocul didactic [www.wordwall.net](http://www.wordwall.net) -laptop, telefoane



# Un adolescent călător prin gimnaziu

## -Activitatea V-

Exercițiu interactiv online [www.wordwall.net](http://www.wordwall.net)

Îți dorești să fii printre primii elevi la învățură din clasă	Colegii au obținut puncte roșii la ora de limba română și tu nu
Participarea la un joc preferat	Ai găsit un iaurt scurs în banca ta
Doamna dirigintă ți-a făcut observație fiindcă ai ascuns adevărul despre un coleg vinovat	Prietena ta cea mai bună a spus un secret de-al tău tuturor
Ai obținut o notă maximă la teza la limba română	Ai câștigat împreună cu echipa ta o competiție sportivă
Profesorul de matematică vă anunță că mâine dați test	Ai luat o notă foarte mică la un test neanunțat.

satisfacția

bucuria

fericirea

frustrarea

frică

dezamăgirea

dezgust

ambibiția

tristețea

rușinea

Submit Answers

Ce emoție trăiești în aceste situații?

Share

# Fixarea cunoștințelor 6'

## -Activitatea VI-

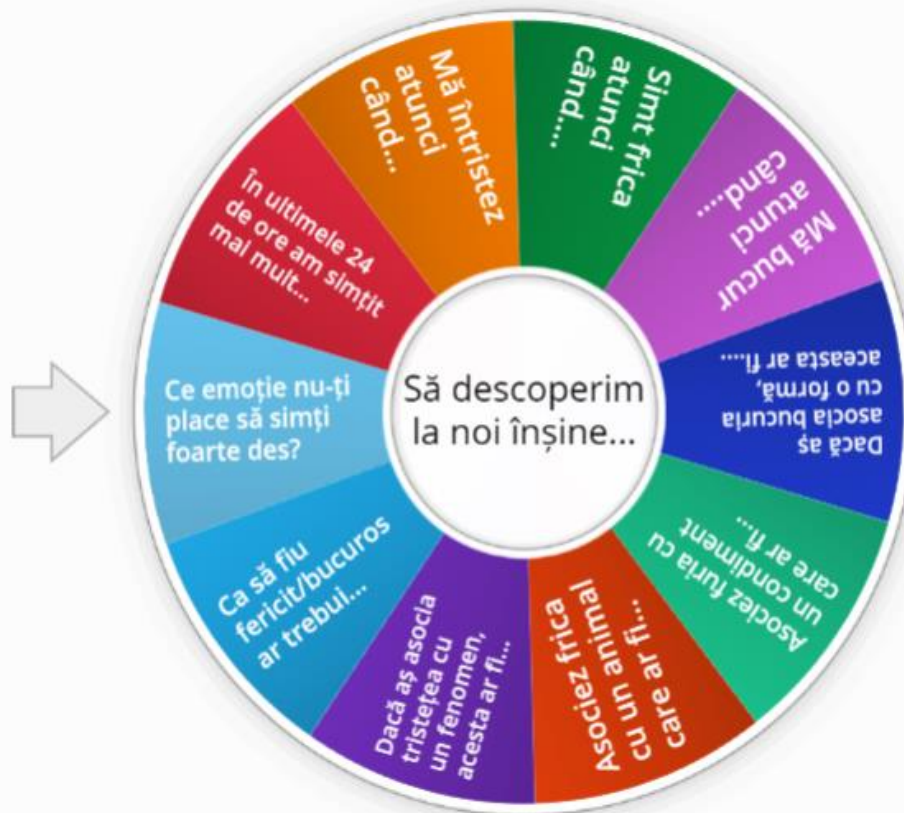
- Profesorul propune o altă activitate interactivă -**Roata provocărilor**- realizată pe platforma [www.wordwall.net](http://www.wordwall.net) care constă în câteva întrebări privind percepția personală a emoțiilor, pentru a conduce la cunoașterea de sine, la autorefecție.
- <https://wordwall.net/resource/7534668/roata-provoc%C4%83rilor>
- Profesorul provoacă un elev să răspundă la primele două întrebări. După răspunsurile oferite, acesta va numi pe altul și lanțul întrebărilor continuă.
- Întrebările sau provocările vizează autocunoașterea trăirilor, emoțiilor:
  - ❖ **Ce emoție nu-ți place să simți foarte des?**
  - ❖ **În ultimele 24 de ore am simțit mai mult...?**
  - ❖ **Mă întristez atunci când...**
  - ❖ **Simt frica atunci când....**
  - ❖ **Mă bucur atunci când....**
  - ❖ **Asociez bucuria cu o formă, care ar fi....**
  - ❖ **Asociez furia cu un condiment care ar fi...**
  - ❖ **Asociez frica cu un animal...**
  - ❖ **Asociez tristețea cu un fenomen....**
  - ❖ **Ca să fiu fericit/bucuros ar trebui...**
- Profesorul sprijină elevii în realizarea sarcinilor, monitorizează activitatea și intervine la nevoie, oferind feedback, la sfârșitul sarcinii de lucru.
- -exercițiul interactiv
- - aplicații online -resurse didactice online [www.worldwal.net](http://www.worldwal.net)



# Roata provocărilor

## -Activitatea VI-

Drag wheel to spin



Spin It



## 6. Asigurarea retenției și a transferului 3'

- **Activitatea VII- *Săptămâna emoțiilor***
- Profesorul le solicită elevilor să analizeze întâmplările, situațiile prin care au trecut în ultima săptămână. În funcție de emoțiile trăite în această perioadă, să contureze o inimă, în care să asocieze fiecărei emoții o culoare și să redea stările lor emoționale, prin culori, în acel contur.
- ***Încurajându-i spre autorefecție și analiză și pentru a pregăti lecția următoare, care vizează gestionarea emoțiilor, profesorul le cere să-și imagineze un scenariu, în care un extraterestru foarte trist ajunge pe Pământ. Se întâlnește cu cel mai fericit om de pe Pământ. Elevii trebuie să realizeze o compunere depre cum arată cel mai fericit om, ce-l face pe el fericit, cum este viața lui. Acesta poartă un dialog cu extraterestru și îi oferă sfaturi. Oare va reuși extraterestru să scape de tristețe?***
- Ambele sarcini de lucru vor fi rezolvate de elevi pentru ora următoare, urmând ca elevii să le atașeze în portofoliul elevului, letric sau online (pe platforma google classroom).
- Metode și procedee: problematizarea, exercițiul
- Materiale didactice: coli colorate, creioane colorate, caiete, platforma google



# Activitatea VII- Săptămâna emoțiilor

## Lucrările elevilor

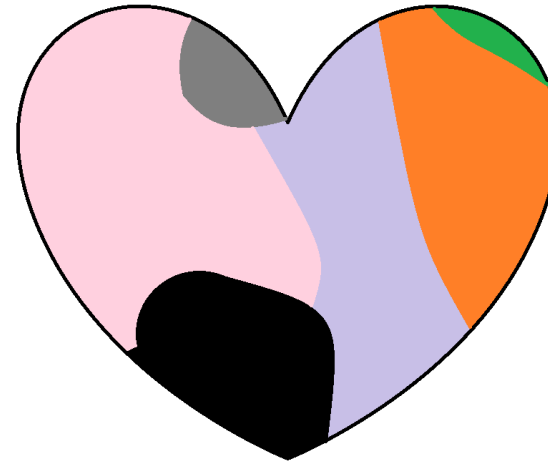


Legenda

- - bucurie
- - tristețe
- - umor
- - frică
- - dezgust
- - furie

1. Această săptămână pentru mine a fost una minunată. Sentimentele care le-am trăit au fost: bucuria, frica și umor.

2. Emoția care am trăit-o cel mai mult a fost bucuria. 😊



- - Bucuria
- - Dezgustul
- - Tristețea
- - Furia
- - Teama
- - Uimirea

Legenda

- bucuria
- tristețea
- umor
- frica
- dezgustul
- furia



## Activitatea VII

### Și tu trebuie să fii fericit!



Eu și Miki

Era o zi destul de mohorâtă, în care am simțit nevoia să ies cu Cezar, câinele meu, la plimbare, în parc. Mă legănam liniștită, când, deodată, Cezar a început să latre. Speriată de agitația lui Cezar, m-am uitat înapoi să-l văd și am văzut un omuleț foarte bizar. L-am lăsat să se apropie, iar când a ajuns aproape de mine, am coborât de pe leagăn și m-am dus înspre el:

- Bună ziua, omuleț dragut! Cine ești tu?

- Salut, numele meu este Miki!

- Dar care este motivul pentru care pari atât de trist?

- Îți voi spune, dacă îmi zici și tu cum te numești.

- Mă numesc Amelia!

Mi-am dat seama că în fața mea se afla un extraterestru, după culoarea verde a corpului, ochii foarte mari negri și o voce pe care nu o mai auzisem la nimeni.

- Dragă Amelia, eu vin dintr-o lume unde nu am prieteni, nici părinți, așa cum ai tu, nici un câțel atât de simpatic ca al tău. Eu, uneori, cobor printre oameni ca să mă bucur de lucrurile acestea și să îmi alung tristețea.



- Miki, într-adevăr, eu mă consider un copil foarte fericit. Sînt sănătos, am parte zilnic de multe lucruri, învăț multe lucruri la școală, iar la noi, pe Pământ, vine Moș Nicolae, cu daruri la copii.

- Cît de frumoasă sună tot ce îmi spui! Mi-ai dori și eu o vizită ca a ta.

- Uite, Miki, ce îți propun eu! Pășăi cu mine și cu familia mea, să îți petreci Crăciunul în casa mea! La noi se colindă, se împodobesc bradul, se fac coronaci și se petrec clipe de neuitat.

Am văzut pe Miki cum i se luminează fața și am zărit chiar un zâmbet pe chipul lui.

- Amelia, nimeni nu m-a învățat vreodată să preparer masa de sărbători, la el acasă. Vei veni cu cea mai mare bucurie alături de tine și de familia ta!

Oh, cît de fericit mă simt acum, că te-am întâlnit!



## 7. Evaluarea activității 2'

- **Activitatea VIII**

- Profesorul evaluează activitatea elevilor, interesul și trăirile lor din timpul desfășurării lecției printr-un chestionar realizat pe [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com) care centralizează și afișează răspunsurile în timp real.
- Chestionarul cuprinde întrebările:
- **-Cum ți s-a părut această lecție?**
- **-Cum te-ai simțit la această activitate?**
- <https://www.mentimeter.com/s/970971e00da9444a2629f1f90869db69/d5fcdeed9b07/edit>
- Elevii se conectează pe aplicația [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com) unde primesc un cod de logare, de acces la chestionarul realizat de profesor, iar răspunsurile lor sunt centralizate în timp real, sub formă de wordcloud.
- Metode și procedee folosite: chestionarul online
- -aplicația [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com) wordcloud



Chestionar online  
www.mentimeter.com

Go to [www.menti.com](http://www.menti.com) and use the code 99 32 00 8

# Cum ți s-a părut această lecție?



# Chestionar online

## www.mentimeter.com

Go to [www.menti.com](http://www.menti.com) and use the code 99 32 00 8



# Cum te-ai simțit la această activitate?

