

# PROIECT DIDACTIC

## A. Algoritm introductiv

**Profesori:** Mihincău Dana, Chirilă Adriana

**Disciplina:** Consiliere și Dezvoltare personală

**Data:** 22.11.2017

**Unitatea de conținut:** Dezvoltare emoțională și socială

**Subiectul:** Emoțiile în viața noastră

**Clasa:** a V-a B

**Timp rezervat:** 50 minute

**Scop:**

Formarea caracterului prin cunoașterea emoțiilor pe care le trăim și le exprimăm în relațiile cu cei din jur

Formarea atitudinilor și a comportamentului responsabil la nivelul clasei de elevi.

### 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

- *exerciții de identificare a emoțiilor utilizând suporturi diverse: imagini, fotografii, povești, piese de teatru, secvențe de film*
- *asocierea între o activitate preferată, precum: lectura, dansul, șahul, mersul cu rolele și emoția pe care un copil o trăiește realizând această activitate, utilizând suporturi vizuale cu denumirea emoțiilor*
- *selectarea unor imagini sau realizarea unor desene în vederea elaborării unei hărți a emoțiilor umane*
- *exerciții de auto-reflecție cu privire la emoțiile personale prin completarea propozițiilor lacunare de tipul: „Eu simt ... atunci când ... ..”*

## **2.2. Acordarea feedbackului pozitiv în relaționarea cu ceilalți**

- *identificarea regulilor de oferire a feedbackului în secvențe de text/film și discutarea acestora*
  - *exerciții de completare de fraze: „Mi-a plăcut de tine atunci când...”, „Am învățat de la tine ...”*
  - *jocuri de oferire a feedbackului pozitiv prin notarea calităților unui coleg pe fișe individuale de lucru*
- realizarea unui poster de tipul „Copacul recunoștinței” pentru a pune în valoare acele calități/comportamente care au fost identificate la ceilalți ca fiind surse de învățare/inspirație

### **Obiective operaționale:**

O<sub>1</sub> – Să înțeleagă care sunt emoțiile plăcute și neplăcute;

O<sub>2</sub> – Să-și analizeze expresiile emoționale în funcție de starea și comportamentul propriu;

O<sub>3</sub> – Să deducă tipul de emoție pe baza imaginilor prezentate;

O<sub>4</sub> - Să-și personalizeze emoțiile trăite în excursia cu clasa;

### **Strategii didactice:**

**Metode și procedee:** expunerea, situația problemă, caracterizarea, argumentarea, memorarea, problematizarea, deducția, descoperirea, harta emoțiilor.

**Forme:** Frontal, independent, în perechi.

**Mijloace de instruire:** Fișe de lucru, imagini, fotografii, film, anexe.

### **Bibliografie și webografie:**

Gabriela Lemeni, Mihaela Porum, Consiliere și orientare. Activități pentru clasele 5-8, Editura: Asociația de Științe Cognitive din România, 2011  
Marcela Claudia CĂLINECI, Cristiana Ana-Maria BOCA, Daniela BARBU, Consiliere și dezvoltare personală, Manual clasa a V a, Editura CD Press, 2017

[https://www.google.ro/search?q=emotiile+din+viata+mea&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwipgKq1jofZAhXQUIAKHYYiqDQYQ\\_AUICigB&biw=1366&bih=](https://www.google.ro/search?q=emotiile+din+viata+mea&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwipgKq1jofZAhXQUIAKHYYiqDQYQ_AUICigB&biw=1366&bih=)

[psiholog-danielapasare.ro/rolul-emotiilor-in-viata-noastra.html](http://psiholog-danielapasare.ro/rolul-emotiilor-in-viata-noastra.html)

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

*Metode de evaluare:* observarea, manifestarea publică, aprecierea verbală.

## B. Demersul didactic

Momentele lecției	Activități (profesor-elev)	Strategia didactică	
		Forme	Mijloace de instruire
Captarea atenției Reactualizarea cunoștințele-lor	<p><b>1. Salutul</b></p> <p><b>2. Activitatea începe cu precizările introductive făcute de diriginte:</b> Dirigintele prezintă mai multe imagini cu fețe de copii în stări emoționale diferite și recomandă elevilor să asocieze imaginile cu stările emoționale corespunzătoare.</p> <p><b>3. Adresează elevilor o serie de întrebări pentru a deduce gradul lor de satisfacție și starea emoțională în acel moment al zilei.</b></p>	Frontal         Independent	Anexa 1. imagini
Anunțarea subiectului	<p><b>4. Intuiți subiectul lecției în baza următoarelor fotografii:</b> Tema lecției de astăzi este: <b>Emoțiile în viața noastră</b> Obiectivele lecției: O<sub>1</sub> – Să înțeleagă care sunt emoțiile plăcute și neplăcute; O<sub>2</sub> – Să-și analizeze expresiile emoționale în funcție de starea și comportamentul propriu; O<sub>3</sub> – Să deducă tipul de emoție pe baza imaginilor prezentate; O<sub>4</sub> - Să-și personalizeze printr-un stiker emoțiile trăite în excursia cu clasa;</p>	Frontal	Anexa 2 fotografii

**Predarea –  
învățarea temei  
noi**

**5. Semnificația cuvântului emoție, (DEX) :**

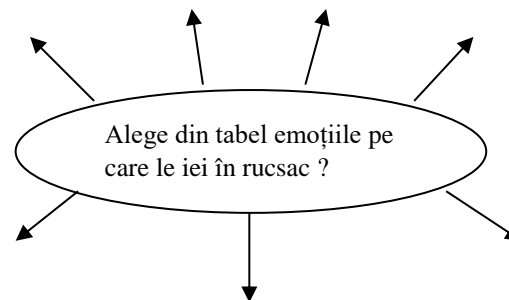
**EMOȚIE**– reacție afectivă de intensitate mijlocie și de durată relativ scurtă, însoțită adesea de modificări în activitățile organismului, oglindind atitudinea individului față de realitate.

**6. Alegeți cuvintele potrivite la întrebarea propusă:**

Te pregătești să pornești într-o excursie. Ce emoții alegi din tabel, pentru a le pune în rucsac.

(Scriu pe foi A4, apoi la tablă atârână pe foaia A1)

bucurie	empatie	fericire
frică	iubire	descurajare
entuziasm	vinovăție	panică
furie	apreciere	recunoștință
dezgust	rușine	tristețe
surpriză	mândrie	speranță



**7. Concluzie:**

**Emoțiile** sun firești, inevitabile atât în școală cât și în activitățile extrașcolare, astfel că elevii au trăiri intense și diferite. În funcție de temperamentul fiecăruia au fost alese diferite emoții, scoțând în evidență personalitate fiecărui elev.

Anexa 3

Fișă de  
lucru pentru  
fiecare elev

**Emoțiile** ne ajută să trăim o viață plină de experiențe deosebite, dar și să ne apărăm, să luăm decizii, sau să ne stabilim limitele.

**Emoțiile** ne armonizează cu mediul și cu noi înșine.

### 8. Activitate individuală și în pereche.

Călătoria a început, pentru fiecare dintre situațiile următoare alege din rucsacul tău cu emoții, pe cea potrivită.

Fiecare să noteze pe fișa de lucru alegerile făcute, apoi comparați-le cu cele ale colegului de bancă.

Situații	Emoțiile din rucsacul tău
Ești în pădure și auzi un mormăit	
Ai câștigat concursul de alergare	
Ai gustat dintr-o mâncare care avea un aspect ciudat	
Mâine veți da un test la matematică	
Prietena ta te-a ajutat să realizezi proiectul la geografie	
Ai primit un dar neașteptat de la mama ta	
Vrei să te cațeri pe panoul de escaladă dar nu îndrăznești	
Te-ai certat cu prietenul tău cel mai bun	
Colegul de clasă ți-a pus o poreclă	
Autocarul s-a stricat. Excursia se anulează.	

Independent  
În perechi

Anexa 4

Fișă de lucru  
pentru fiecare  
elev

	<p>a. Ce observi?  b. Câte situații comune și câte diferite sunt?  c. Puneți fișa în portofoliu.</p> <p><b>Rețineți: Foto - <i>O EMOȚIE COMUNĂ!</i></b></p>																
<b>Fixarea cunoștințelor</b>	<p><b>9. Jocul: Cât de bine mă cunosc!</b>  Fiecare copil își ia fișa de lucru . În prima coloană scrie denumirea emoțiilor trăite de tine de-a lungul timpului. În a doua coloană scrie situațiile cu care asociezi acea emoție.  Te poți gândi la: Bucurie, Surpriză, Frică, Fericire, Furie, Tristețe, Dezgust, Dezamăgire.  Compară răspunsurile tale cu cele ale colegilor. Ce asemănări sau deosebiri sunt?  Pune fișa în portofoliu</p>	Independent	Anexa 5 Fișă de lucru  Portofoliu														
<b>Obținerea performanțelor</b>	<p><b>10. Vizionați secvența de film: ” Întors pe dos ”</b></p>	Frontal	Anexa 6 film Video														
<b>Asigurarea retenției și transferului</b>	<p><b>11. Rețineți:</b> Uneori aceeași emoție este trăită de oameni diferiți în situații diferite!  <b>Emoțiile noastre se exprimă printr-un ansamblu de expresii emoționale care cuprind mimica (mișcări ale feței) și pantomimica (gesturi, mișcări, sau poziții ale corpului), precum și prin comportamentele sau faptele noastre.</b></p>	Frontal	Sala de clasă														
<b>Evaluarea</b>	<p><b>12. Descoperind 6 cuvinte din dreptunghi, veți afla cum ați fost astăzi la lecție. (atenți, descurcăreți, bravo, activi, ingenioși, fericiți)</b></p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>q</td><td>q</td><td>q</td><td>A</td><td>T</td><td>E</td><td>N</td><td>Ț</td><td>I</td><td>q</td><td>q</td><td>q</td><td>p</td><td>B</td> </tr> </table>	q	q	q	A	T	E	N	Ț	I	q	q	q	p	B	În perechi	Anexa 7
q	q	q	A	T	E	N	Ț	I	q	q	q	p	B				

		D	E	S	C	U	R	C	Ă	R	E	Ț	I	w	R			
		w	w	w	T	w	w	w	w	w	w	w	w	w	A			
		w	w	w	I	N	G	E	N	I	O	Ș	I	w	V			
		q	q	q	V	q	q	q	q	q	q	q	w	O				
		q	q	q	F	E	R	I	C	I	Ț	I	w	w	w			
<b>Tema pentru acasă</b>	<b>13. Realizează ” Harta emoțiilor din viața mea”.</b> <b>Poți decupa și lipi imagini, poți folosi cuvinte, simboluri și poți asocia emoțiile tale cu diferite desene, culori sau forme de relief.</b>															Independent		

**ANEXA 1**

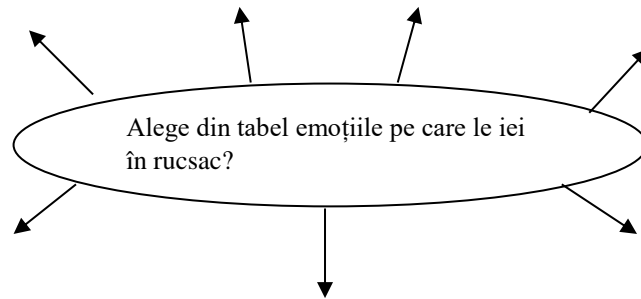




Anexa 2.



Anexa 3.



bucurie	Empatie	fericire
frică	Iubire	descurajare
entuziasm	vinovăție	panică
furie	Aprecieri	recunoștință
dezgust	rușine	tristețe
surpriză	Mândrie	speranță

Anexa 4.

<b>Situații</b>	<b>Emoțiile din rucsacul tău</b>
Ești în pădure și auzi un mormăit	
Ai câștigat concursul de alergare	
Ai gustat dintr-o mâncare care avea un aspect ciudat	
Mâine veți da un test la matematică	
Prietena ta te-a ajutat să realizezi proiectul la geografie	
Ai primit un dar neașteptat de la mama ta	
Vrei să te cațeri pe panoul de escaladă dar nu îndrăznești	
Te-ai certat cu prietenul tău cel mai bun	
Colegul de clasă ți-a pus o poreclă	
Autocarul s-a stricat. Excursia se anulează	

Anexa 5.

denumirea emoțiilor trăite de tine de-a lungul timpului	situațiile cu care asociezi acea emoție

ANEXA 6



Anexa 7.

**Descoperind 6 cuvinte din dreptunghi, veți afla cum ați fost astăzi la lecție.**

q	q	q	A	T	E	N	Ț	I	q	q	q	p	B
D	E	S	C	U	R	C	Ă	R	E	Ț	I	w	R
w	w	w	T	w	w	w	w	w	w	w	w	w	A
w	w	w	I	N	G	E	N	I	O	Ș	I	w	V
q	q	q	V	q	q	q	q	q	q	q	q	w	O
q	q	q	F	E	R	I	C	I	Ț	I	w	w	w