

PROIECT DE LECȚIE

DEZVOLTARE PERSONALĂ

PROF. ÎNV. PRIMAR,
PETRE VALENTINA

Propunător:: Petre Valentina

Unitatea de învățământ: Școala Gimnazială Glodeanu Sărat

Clasa: I

Aria curriculară: Consiliere și orientare

Disciplina: Dezvoltare personală

Unitatea de învățare: Sunt o persoană sensibilă

Tema lecției: Emoțiile mele: bucuria, tristețea, furia, frica

Tipul lecției: mixtă

Scopul lecției: Formarea deprinderii de recunoaștere și exprimare a propriilor emoții și sentimente

Obiective operaționale:

O_1: să denumească emoțiile de bază, asociind imaginea reprezentativă unei emoții cu o situație corespunzătoare, reală sau imaginară;

O_2: să identifice emoțiile declanșate de situații cu o anumită încărcătură emoțională, pe baza demonstrației învățătoarei;

O_3: să exprime sentimente și emoții, mimându-le în exerciții aplicative;

O_4: să interpreteze cântece populare românești, însoțite de mișcările sugerate de versurile acestora;

Resurse:

a. **Procedurale:** conversația, explicația, demonstrația, observarea, exercițiul
b. **Materiale:** panoul „Întâlnirea de dimineață”, planșe demonstrative, videoproiector, calculator
c. **Organizatorice:** frontal, individual
d. **Evaluative:** observarea sistematică a comportamentului, verificare orală
e. **Temporale:** 50 min. (35 min. activ. de învățare + 15 min. activ. recreative)

Scenariul didactic

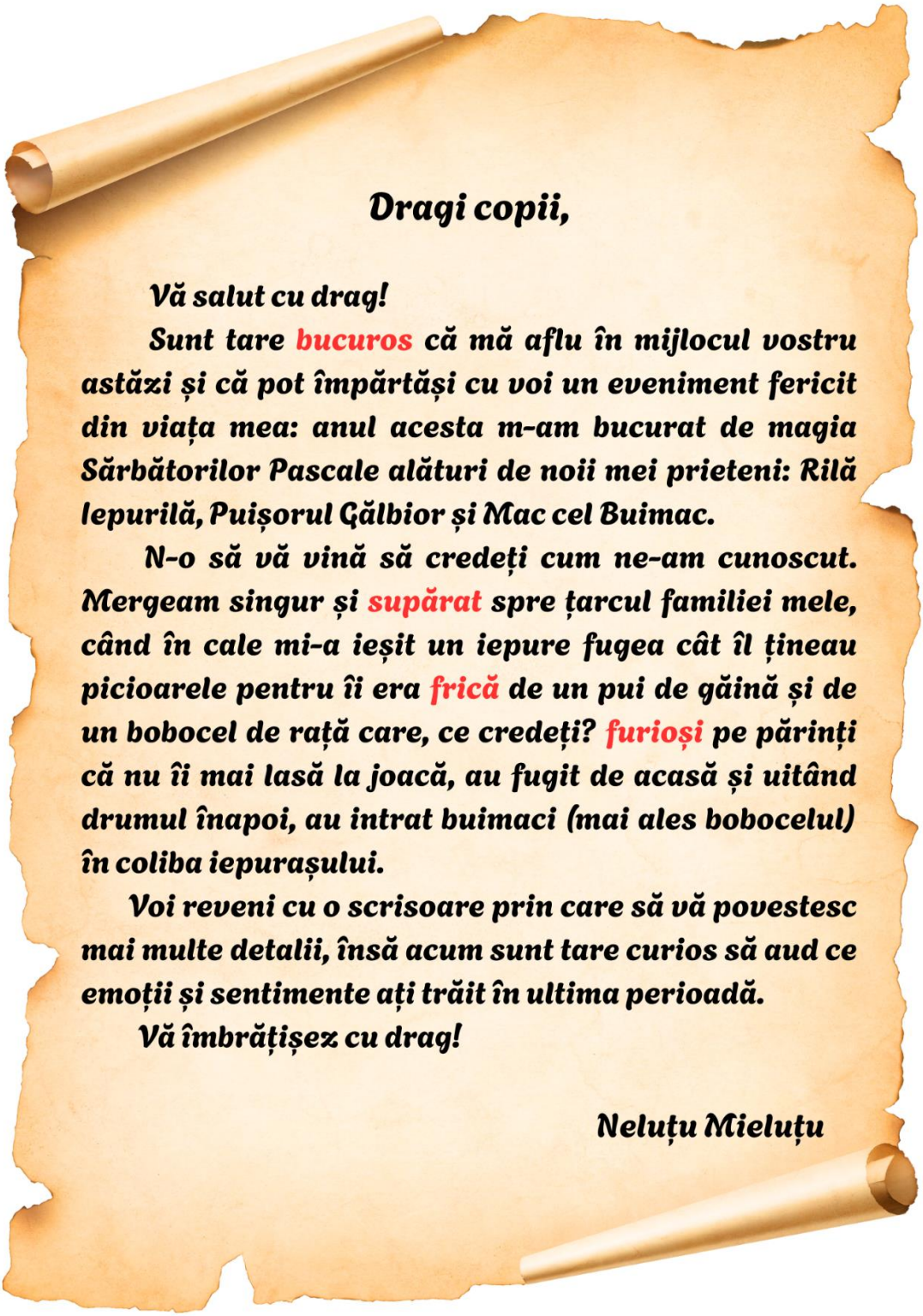
Etapele instruirii și dozarea	Ob. Op.	Conținutul instructiv-educativ	Resurse			Evaluare
			Procedurale	***Materiale***	***Organizato-rice***	
Momentul organizatoric **10 min.**		*Se asigură condițiile necesare desfășurării în condiții optime a lecției de dezvoltare personală.* *Elevii sunt așezați în semicerc, pe pernuțe.* *Lecția debutează cu întâlnirea de dimineață:* - *Calendarul naturii* - *Calendarul zilei* - *Prezența* - *Mesajul zilei*	Exercițiul organizatoric Conversația	Panoul „Întâlnirea de dimineață” Calculator	Frontal	Observarea sistematică a comportamentului
Captarea atenției **3 min.**		*Pornind de la mesajul zilei, elevii descoperă la fereastra sălii de clasă un miel de pluș cu o scrisoare agățată de gât. (Anexa nr.1)* *D-na învățătoare citește elevilor scrisoarea, prin care Neluțu Mielușu' le împărtășește bucuria legării unei noi prietenii, precum și bucuria organizării unei mese festive, apoi le propune*	Conversația	Miel de pluș Scrisoare	Frontal	Observarea sistematică a comportamentului

		acestora să povestească despre emoții și sentimente trăite de ei în diferite contexte.				
Anunțarea temei și a obiectivului **1 min.**		➢ *Elevii sunt anunțați că pe parcursul lecției vor discuta despre stările și emoțiile oamenilor, precum și despre situații în care au trăit anumite emoții.*	Conversația		Frontal	
Reproducerea, sistematizarea și generalizarea cunoștințelor **16 min.**	O_1 O_2	➢ *Pentru a-și aminti care sunt cele mai importante emoții pe care le pot transmite oamenii, d-na învățătoare propune elevilor vizionarea unui scurt material multimedia.* ➢ *Elevii observă la videoproiector planșa reprezentativă fiecăreia dintre emoțiile prezentate, discută despre elementele întâlnite, apoi dau exemple de situații când au simțit această emoție. (Anexa nr.2)* ➢ *D-na învățătoare propune un joc prin care elevii să identifice emoțiile de bază, numit „**Emoțiile noastre**”:*	Conversația Explicația Expunerea Observarea	Planșe demonstrative Videoproiector Cartonașe cu imagini reprezentând emoții	Frontal	Observarea sistematică a comportamentului

		- *elevii, rând pe rând, aleg de pe masă cartonașe cu imagini reprezentând diverse stări emoționale.* - *se descriu evenimentele ilustrate, denumind emoția corespunzătoare.* - *se expun pe tablă ilustrațiile, în dreptul celor patru emoții. (Anexa nr.3)*	Conversația Explicația Demonstrația	Tabla magnetică	Frontal Individual	Observarea sistematică a comportamentului Evaluare orală
Obținerea performanței și asigurarea feed-back-ului **4 min.**	O_3	*Se va realiza prin intermediul jocului „**Cum te-ai simți dacă...?**", unde elevii au sarcina de a extrage o bilă dintr-un bol și de a mima emoția corespunzătoare unei situații expuse pe bilet:* - *Câștigi la un concurs sportiv;* - *Ți-ai pierdut animalul de companie;* - *Un animal fioros se îndreaptă către tine;* - *Sora ta îți distruge proiectul la care ai lucrat o săptămână;* - *Participi la o serbare școlară. (Anexa nr.4)*	Conversația Explicația Demonstrația	Bilețele cu situații-problemă	Frontal Individual	Observarea sistematică a comportamentului Evaluare orală

Activitate de completare **15 min.**	O_4	➢ *Pornind de la ultima situație descrisă în cadrul jocului anterior, elevii vor prezenta un scurt moment dintr-o șezătoare populară, prin care vor transmite sentimente de bucurie și mândrie. (Anexa nr.5)*	Conversația Demonstrația	Elemente de decor Calculator CD-uri cu diverse melodii populare	Frontal Individual	Observarea sistematică a comportamentului
Aprecieri finale **1 min.**		➢ *Se fac aprecieri frontale și individuale asupra modului în care s-au descurcat pe parcursul lecției.* ➢ *După cum este obiceiul la șezători, elevii sunt recompensați cu gogoși.*	Conversația	Recompense	Frontal Individual	Aprecieri

ANEXA NR.1: SCRISOAREA MIELULUI PENTRU COPII



Dragi copii,

Vă salut cu drag!

Sunt tare bucuros că mă aflu în mijlocul vostru astăzi și că pot împărtăși cu voi un eveniment fericit din viața mea: anul acesta m-am bucurat de magia Sărbătorilor Pascale alături de noii mei prieteni: Rilă Iepurilă, Puișorul Gălbior și Mac cel Buimac.

N-o să vă vină să credeți cum ne-am cunoscut. Mergeam singur și supărat spre țarcul familiei mele, când în cale mi-a ieșit un iepure fugea cât îl țineau picioarele pentru îi era frică de un pui de găină și de un bobocel de rață care, ce credeți? furioși pe părinți că nu îi mai lasă la joacă, au fugit de acasă și uitând drumul înapoi, au intrat buimaci (mai ales bobocelul) în coliba iepurașului.

Voi reveni cu o scrisoare prin care să vă povestesc mai multe detalii, însă acum sunt tare curios să aud ce emoții și sentimente ați trăit în ultima perioadă.

Vă îmbrățișez cu drag!

Neluțu Mieluțu

ANEXA NR.2: EMOȚII DE BAZĂ

https://www.canva.com/design/DAGpecZ1o7U/Q7lmWrVUV-YBAmlg_CCuaQ/edit?utm_content=DAGpecZ1o7U&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton





FURIA

Se manifestă în mai multe feluri:

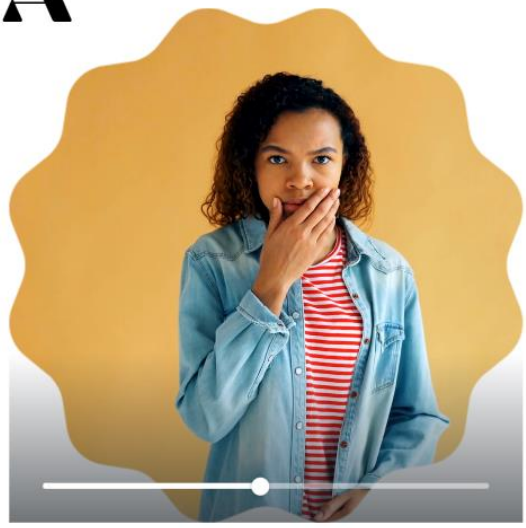
- **Sprâncenele sunt încruntate** – se apropie una de alta și se lasă în jos, ca două liniuțe supărate.
- **Ochii sunt mijiți sau mari** – privirea este intensă, poate chiar se uită urât sau fix la ceva.
- **Gura este strânsă sau deschisă tare** – uneori, buzele sunt strânse ca să nu țipe, alteori persoana strigă sau vorbește tare.
- **Gesturile sunt grăbite și nervoase** – Poate bate din picior, strânge pumnii, lovește ceva sau dă din mâini brusc.
- **Nările sunt umflate.**
- **Vocea este ridicată**



FRICA

Se manifestă în mai multe feluri:

- **Ochii sunt mari, deschiși** – parcă s-au mărit deodată și privesc în jur, căutând ceva.
- **Gura este deschisă puțin sau strânsă** – poate că vrea să spună ceva, dar nu poate. Uneori își mușcă buzele.
- **Sprâncenele sunt ridicate și apropiate** – fața pare încordată.
- **Transpiră sau respiră repede** – Se poate vedea că respiră mai greu.
- **Se ascunde sau se strânge** – Își acoperă fața, se dă un pas în spate sau se cuibărește.
- **Tace sau spune cuvinte scurte** – vorbește încet, tremurat, sau nu mai spune nimic.

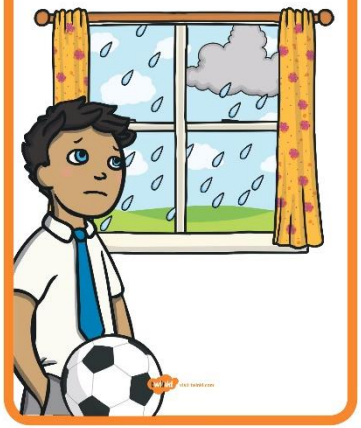


ANEXA NR. 3: „EMOȚIILE MELE”

DE CE ESTE ACEASTĂ FETIȚĂ FERICITĂ?



DE CE ESTE TRIST BĂIATUL?



DE CE ESTE FERICIT BĂIATUL?



DE CE ESTE ACEASTĂ FETIȚĂ SPERIATĂ?



DE CE ESTE SUPĂRAT BĂIATUL?



DE CE ESTE ACEST BĂIAT SPERIAT?



DE CE ESTE ACEASTĂ FETIȚĂ SUPĂRATĂ?



DE CE ESTE SUPĂRAT BEBELUȘUL?



DE CE ESTE FURIOS BĂIATUL?



DE CE ESTE BEBELUȘUL FERICIT?





FERICIRE



SUPĂRARE



FURIE



FRICĂ

ANEXA NR. 4: „CUM TE SIMȚI DACĂ…?”

CÂȘTIGI LA UN CONCURS DE TALENTE.
ȚI-AI PIERDUT ANIMALUL DE COMPANIE.
UN ANIMAL FIOROS SE ÎNDREAPTĂ CĂTRE TINE.
SORA TA ÎȚI DISTRUGE PROIECTUL LA CARE AI LUCRAT O SĂPTĂMÂNĂ.
PARTICIPI LA O SERBARE ȘCOLARĂ.

ANEXA NR.5: FRAGMENT DINTR-O ȘEZĂTOARE

Elev 1:
În ziua asta, la șezătoare
Eu împletesc un coș mare
La vară mi-o trebui
Pe ogor când oi munci.

Elev 2:
Eu cos cămașă cu flori
Ca s-o am de sărbători
Bundiță îmi face tata
Să-i fie frumoasă fata.
Că tot am zis de bundiță…

Cântec „Mi-am făcut bundiță nouă”
https://www.youtube.com/watch?v=NFdiUfN_n9s

Mi-am făcut bundiță nouă, măi frunzuliță
Dacă ninge, dacă plouă, eu am bundiță
Mă mândresc acum la lume și-arăt bundița
Am făcut-o eu anume pentru bădița.
Și de-o să-i placă tare bundița nouă
Mi-o da o sărutare, poate și două.

De vreo două luni încoace mi-o spus la horă
Că și maicăsii i-ar place, să-i fiu eu noră.
În bundița asta mică și cu broboade
Mă gândeam ca nevestică, frumos îmi șade.
Bundița mea e nouă, ce bine-mi pare
Uită-ne pe-amândouă, gătite tare.

Ieri când mă duceam la vale, mi-am pus bundița
Cine mi-o ieșit în cale? Taman bădița
În bundița mea cea nouă eram făloasă
Și când așteptam să-mi spună că îi frumoasă
Privind la amândouă îl văd că tace
Poate bundița nouă, poate nu-i place
Îi nouă n-am ce face, zice bădița
Dar mie vezi că-mi place mai mult mândruța.

Elev 3:
Mă vedeți? sunt romăncuță,
Cam micuță, dar drăguță.
În picioare, opincuțe
Și la brâu port tricolor.
Poale mândre c-ale mele,
Mititele, frumușele,
Spuneți, care fată mare
Se fălește că le are?

Elev 4:
Iar eu sunt un românaș!
Tata-mi zice ”fecioraș”
Iară mama puișor,
Chiar dacă-s mai mărișor.
Mă îmbracă, mă gătește,
Uite-așa pe românește,
Cu opinci, cu zurgălăi,
Cum stă bine la flăcăi
Și cu cușma pe ureche
Să le fiu drag la fete.

Cântec „Sunt o fată frumușică!”
https://www.youtube.com/watch?v=5vzvWL1qXI4

Sunt o fata, sunt o fata frumusica
Si de fel sunt maruntica mai-mai
Sunt o fata, sunt o fata frumusica
Si de fel sunt maruntica mai-mai
Mor flacaii dupa mine
Si eu cred c-asa-i mai bine
Nici nu sunt prea inalta tare
Nu stiu lor cum li se pare

Dara mie, dara mie nici nu-mi pasa
Ca-s in sat cea mai aleasamai-mai
Dara mie, dara mie nici nu-mi pasa
Ca-s in sat cea mai aleasa mai-mai
Seara cand ies in pridvor nu pot sta de ochii lor
Si pe toti ii necajesc ca nu vreau sa le vorbesc

Mor flacaii, mor flacaii dupa mine
Dar eu cred c-asa-i maqi bine mai-mai
Mor flacaii, mor flacaii dupa mine
Dar eu cred c-asa-i maqi bine mai-mai
Dara mie, dara mie nici nu-mi pasa
Ca-s in sat cea mai aleasa mai-mai
Nici nu sunt prea inalta tare
Nu stiu lor cum li se pare

Elev 5:
Haideți, fete și băieți,
Care vreți, care puteți,
Foaie verde ca pătrunjelu'
Haideți să jucăm Alunelu'!
*(urmează jocul muzical **Alunelul**)*
https://www.youtube.com/watch?v=h1wX1feZMoM