



***E**DUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE*

ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREȘCOLAR



GHID METODIC

NR. 1/ 2023

ISSN 2972 – 208X ISSN-L 2972 – 208X



COLECTIVUL DE REDAȚIE



COORDONATORI:

PROF. MORLOVEA ANGELA

PROF. STOICA GABRIELA FLORENTINA

TEHNOREDACTARE:

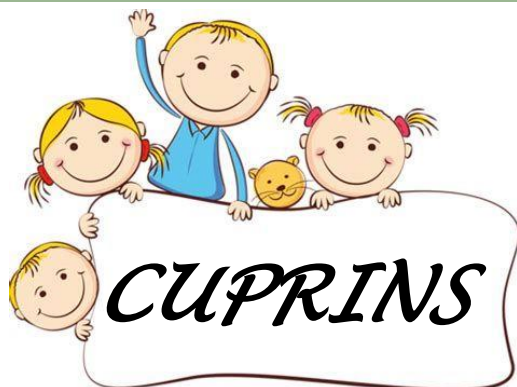
PROF. STOICA GABRIELA FLORENTINA

PROF. ZAMFIRESCU-DRĂGUȚ GEORGIANA LARISA

***AUTORII ÎȘI ASUMĂ ÎNTREAGA RESPONSABILITATE PENTRU CONȚINUTUL
MATERIALELOR PUBLICATE !***



2023



MICROCERCETĂRI:

1. *Educația pentru sănătate* - Prof. înv. preșc. Cristea Simona - Grădinița Voinicel, Chitila, județul Ilfov **6-7**
2. *Cum promovăm starea de bine/ O minte sănătoasă, într-un corp sănătos!* – Prof. înv. preșc. Mihalcea Ramona Florina - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”, Târgoviște, județul Dâmbovița **8-10**
3. *Sănătatea mentală a copiilor* - Prof. înv. preșc. Zamfirescu-Drăguț Georgiana - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”, Târgoviște, județul Dâmbovița **10-12**
4. *Sănătatea – cel mai prețios dar* - Prof. înv. preșc. Marin Elena-Cristina- Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”, Târgoviște, județul Dâmbovița **13-15**
5. *Importanța jocului în aer liber* - Prof. înv. preșc. Dimancea Irina/ Prof.în.v.preșc. Ștefănescu Alina - Grădinița cu program prelungit nr.13, Târgoviște, județul Dâmbovița **15-16**
6. *Influența negativă a digitalizării asupra sănătății mentale a preșcolarilor* - Prof. înv. preșc. Vasile Iuliana - Grădinița cu program prelungit nr. 16, Târgoviște, județul Dâmbovița **17-18**

PROIECTE DE OPȚIONAL:

7. *Minte sănătoasă în corp sănătos* - Prof. înv. preșc. - Dincă Mădălina - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”, Târgoviște, județul Dâmbovița **18-22**
8. *Voioși, sănătoși și frumoși* - Prof. înv. preșc. Drăgan Daniela - Grădinița cu program prelungit nr. 2, Caransebeș, județul Caraș-Severin **23-26**
9. *Educație pentru sănătate* - Prof. Emurla Nurșen - Grădinița cu program normal „Aurel Marinescu”, Cobadin Cobadin, județul Constanța **27-30**
10. *Mici și sănătoși* - Prof. înv. preșc. - Fiat Paraschiva - Grădinița cu program prelungit nr.2, Caransebeș, județul Caraș-Severin **30-36**
11. *Planificare activități educație pentru sănătate* – Prof. înv. preșc. Ilie Ioana Cristina - Școala Gimnazială Gura Șuții - Grădinița cu program normal Gura Șuții (structură), județul Dâmbovița **36-37**
12. *Să cresc mare și voinic!* - Prof. înv. preșc. Vlaciuc Marina-Simona/ Prof. înv. preșc. Kurtuhuz Rodica - Grădinița cu program prelungit nr.16, Târgoviște, județul Dâmbovița **37-41**

13. *Pitici sănătoși și voioși de mici* - Prof. înv. preșc. Nichitov Cornelia/ Prof. înv. preșc. Nichitov Paula - Grădinița cu program prelungit nr. 12, Tulcea/ Seminarul Teologic Ortodox „Sf. Ioan Casian”, județul Tulcea **42-44**
14. *Sănătoși și voioși* - Prof. înv. preșc. Vaida Laura - Grădinița cu program prelungit „Junior”, Dej, județul Cluj **44-47**
15. *Tainele științei – experimente* – Prof. Voicilă Daniela-Vasilica/ Educ. Mălîia Ștefania Lavinia, Grădinița cu program prelungit nr.6 (Structură 32), Brăila, județul Brăila .. **47-53**

PROIECTE DE PARTENERIAT EDUCAȚIONAL:

16. *Educație pentru viață! Educație pentru sănătate!* - Prof. înv. preș. Cristescu Corina Florentina/ Prof. înv. preș. Ciolac Simona/ Prof. înv. preș. Vlad Olesea - Grădinița cu program prelungit nr.13, Târgoviște, județul Dâmbovița **54-57**
17. *Minte sănătoasă în corp sănătos!* - Prof. înv. preșc. Morlovea Angela/ Prof. înv. preșc. Stoica Gabriela Florentina - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște, județul Dâmbovița **58-63**
18. *Copil voios și sănătos* - Prof. înv. preșc. Mihaela Paraschiv - Grădinița „Rază de Soare”, Buftea, județul Ilfov **64-65**
19. *Sănătoși, voioși, voinici* – Prof. înv. preșc. Păun Daniela/ Prof. înv. preșc. Dinu Georgeta - Grădinița cu program prelungit „Prichindel”, Amara, județul Ialomița **66-68**
20. *Să cresc mare și voinic!* - Prof. înv. preșc. Simonescu Raluca Aida - Școala Gimnazială Șoimuș, județul Hunedoara **69-70**
21. *Sănătatea bunul cel mai de preț!* - Prof. Siteavu Jenica - Liceul Cobadin, județul Constanța **70-73**
22. *Sănătatea pe primul loc* - Ed. Vechiu Teodora-Marilen/ Prof. Cojocaru Andreea-Ionea, Grădinița cu program normal Băleni, județul Dâmbovița **73-75**

PROIECTE DIDACTICE/ SECVENȚE DIDACTICE

23. Proiect didactic - *Asa da, asa nu* - Prof. înv. preșc. Aron V. Aurelia Gheorghiza – Grădinița cu program prelungit Valea Voievozilor, județul Dâmbovița **76-79**
24. *Sănătate prin mișcare și alimentație sănătoasă* – Prof. înv. preșc. Bălănescu Camelia - Grădinița cu program prelungit „Constantin Brâncuși” Târgu-Jiu, județul Gorj **80-81**
25. Proiect didactic - *Primăvara în grădină* - Prof. înv. preșc. Beldiman Cristina Mihaela - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”, Târgoviște, județul Dâmbovița **81-84**
26. Proiect de activitate integrată - *Daruri pentru mama* - Ed. Cîmpean Andreia Andrada Grădinița cu Program Prelungit „Junior” Dej, județul Cluj **85-90**
27. Proiect didactic - *Sănătate din salate* - Prof. Chiran Lenuța - Școala Gimnazială „Carmen Sylva” (Structura Grădinița cu program normal nr. 3), județul Iași **91-93**
28. *Mănânc sănătos, sunt sănătos!* – Prof. În. preșc. Costache Alina Georgiana - Grădinița cu program prelungit nr. 2, Comuna Filipeștii de Pădure, județul Prahova **94**
29. Proiect de activitate - *Salata de fructe* - Prof. înv. preșc. Constantin Alina Cosmina/ Prof. înv. preșc. Constantin Georgiana Roxana, Grădinița cu program prelungit „Albinuțele”, sector 6, București **95-98**

30. Proiect de activitate integrată - *Fetița cu fundițe rosii* de Cella Aldea – Prof. învă. preșc. Crișan Anca/ Prof. învă. preșc. Iepure Cristina - Grădinița cu program prelungit „Voinicel”, Zalău, județul Sălaj **99-102**
31. Proiect didactic - *Fructele și legumele-alimente sănătoase* - Prof. învă. preșc. Cruceru Mihaela Carmen - Grădinița cu program prelungit „Constantin Brâncuși”, Târgu Jiu, județul Gorj **102-105**
32. *Piramida alimentelor* - Prof. învă. preșc. Damian Marilena, Grădinița cu program normal Niculești, Vintilă Vodă, județul Buzău **106**
33. Proiect didactic - *Mănânc sănătos* - Prof. învă. preșc. Ioana Alexandra Dobrin - Școala Profesională nr.1 (structură Grădinița cu program prelungit nr. 2), Vișeu de Sus, județul Maramureș **107-110**
34. Proiect de activitate integrată - *Iepurașul de Paște* - Prof. învă. preșc. Ghibu Mirela - Grădinița cu program prelungit „Căsuța de turtă dulce”, Constanța, județul Constanța **111-116**
35. Proiect de activitate integrată - *Parfumul florilor de primăvară* - Prof. învă. preșc. Fîciu Mariana-Danisia - Grădinița cu program prelungit „Vis De Copil”, Târgu-Jiu, județul Gorj **116-121**
36. Proiect de activitate integrată - *Un pas mic spre o viață sănătoasă* - Prof. învă. preșc. Ioniță Crina-Tatiana - Grădinița cu program prelungit nr. 16, Târgoviște, județul Dâmbovița **122-124**
37. Proiect didactic inovator - *Vreau să cresc mare și voinic* - Prof. Hasineți Angela Geanina - Clubul Copiilor Caransebeș, județul Caraș – Severin **125-127**
38. *Sănătatea- bunul cel mai de preț* - Prof. învă. preșc. Rădulescu Nicoleta - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”, Târgoviște, județul Dâmbovița **127-130**
39. Proiect didactic - *Măinile le spălăm, microbii îi îndepărtăm!* – Prof. învă. preșc. Sîrcă Raluca - Grădinița cu program normal și program prelungit Băicoi, județul Prahova **130-136**
40. Proiect de activitate nonformală - *Sănătos și voinic* – Prof. învă. preșc. State Daniela Iuliana - Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște, județul Dâmbovița **136-138**

EDUCAȚIA PENTRU SĂNĂTATE

*Prof. inv. preșc. Cristea Simona
Grădinița Voinicel, Chitila, județul Ilfov*

Promovarea conceptului de sănătate în rândul copiilor de grădiniță, prin oferirea de informații despre reguli de igienă individuală și colectivă și de formare a unor deprinderi de viață sănătoasă, fundamentează conceptul de educație pentru sănătate, pe care noi dascălii învățământului preșcolar am ales de câțiva ani să-l implementăm în grădiniță.

Educația pentru sănătate la nivelul școlii reprezintă una dintre principalele căi de promovare a cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de formare a atitudinilor și deprinderilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos. În multe țări educația pentru sănătate este obligatorie în școli, începând din clasa întâi, folosindu-se pentru fiecare ciclu de dezvoltare programe și materiale didactice adecvate vârstei.

De ce educația pentru sănătate la preșcolari?

Sănătatea este definită ca starea de bine fizică, mentală și socială a fiecărei persoane.

Principalii factori care au impact asupra stării de sănătate și boală sunt comportamente care descriu stilul de viață: alimentație echilibrată, practicarea exercițiului fizic, reducerea consumului de sucuri, respectarea orelor de somn.

Comportamentele sănătoase sunt învățate social de către copii prin observarea și imitarea adulților. De exemplu, alimentația, practicarea exercițiului fizic sunt comportamente care se învață din familie în perioada timpurie de dezvoltare (vârsta preșcolară) și au un rol definitoriu în dezvoltarea atitudinilor și practicilor din perioadele ulterioare de dezvoltare și din viața adultă relaționate cu stilul de viață sănătos.

La vârsta preșcolară, copiii învață comportamente prin observarea și imitarea adulților, își formează atitudinile față de comportamente sanogene și de risc. La această vârstă se formează și reprezentarea stării de sănătate și de boală. Părinții și adulții care interacționează direct cu copiii au un rol major în dezvoltarea comportamentelor sanogene cu rol protectiv asupra sănătății. Adulții influențează comportamentele adoptate de copii prin modelul pe care îl reprezintă. De asemenea, aceștia sunt principalii furnizori ai oportunităților de petrecere a timpului liber și ai diversității alimentare. Părinții și educatorii sunt cei care conturează preferințele copiilor și atitudinile lor față de comportamentul alimentar, exercițiul fizic prin reacțiile pe care le exprimă.

Educația pentru sănătate la preșcolari permite învățarea comportamentelor sanogene și integritatea lor în rutinele comportamentale. În sens larg, educația pentru sănătate este reprezentată de toate experiențele de învățare care conduc la îmbunătățirea și menținere stării de sănătate. În sens restrâns, educația pentru sănătate implică dezvoltarea abilităților cognitive, sociale și emoționale cu rol protector asupra sănătății și dezvoltarea unui stil de viață sănătos prin întărirea comportamentelor sănătoase și reducerea comportamentelor de risc.

Dezvoltarea comportamentelor care descriu stilul de viață în perioada de vârstă preșcolară

Dezvoltarea comportamentului alimentar. Pentru preșcolari, alimentele și servirea mesei reprezintă o nouă oportunitate de a explora și de a culege informații. Comportamentul alimentar în această perioadă de dezvoltare se caracterizează prin: curiozitate (întrebă de ce morcovii sunt portocalii, în loc să îi mănânce, sunt fascinați de noile alimente și de modul de a le servi); scop (preșcolarii mănâncă când le este foame și se concentrează asupra mesei și

refuză mâncarea când s-au săturat sau nu le e foame); fluctuanța (apetitul copiilor crește după perioade de activitate intensă și scade când sunt obosiți sau entuziasmații, preferințele culinare se modifică de la o zi la alta); dorința de companie (preșcolarii doresc să mănânce împreună cu alți copii, de multe ori preferințele alimentare a celor din jur)

Educația pentru sănătate a copiilor se poate realiza prin toate categoriile de activități de învățare din grădiniță. Activitățile de dezvoltare personală ne oferă, prin conținutul, structura și modul lor de organizare, multiple posibilități de realizare a educației pentru sănătate.

Rutinele sunt activități-reper după care se derulează întreaga activitate a zilei. Acestea acoperă nevoile de bază ale copilului și contribuie la formarea/ exersarea/ consolidarea celor mai elementare deprinderi de igienă individuală și colectivă, de ordine și disciplină („Ne pregătim pentru activități”), în special – și la educație pentru sănătate, în general, prin activitățile pe care le înglobează (micul dejun, igiena – spălatul și toaleta, masa de prânz, somnul/ perioada de relaxare de după-amiază, gustările și nu în ultimul rând întâlnirea de dimineață, când accentul cade pe autocunoaștere („Cine sunt eu/ Cine ești tu?” – imaginea/ stima de sine); dezvoltarea abilităților de comunicare („Azi mi-a plăcut/ nu mi-a plăcut...”; „Sunt vesel/ trist pentru că...”); dezvoltarea empatiei („Cum v-ați simți dacă cineva v-ar spune...?”); medierea conflictelor („Fără violență!”).

Activitățile opționale au menirea de a descoperi și dezvolta înclinațiile copiilor și de a dezvolta abilități, prin conținutul lor, pot viza și educația pentru sănătate a copiilor.

Cât privește literatura pentru copii, posibilitățile de a face educație pentru sănătate prin conținutul ei sunt nelimitate. Rămâne ca o primă îndatorire a educatoarei să sesizeze valorile educative ale textelor, să le transpună în obiective formulate în termeni comportamentali, pentru ca, prin metode adecvate acestea să capete finalitatea dorită. Iată cum, copiii de 3-4 ani, află din povestea „Maricica”, de Luiza Vlădescu, că aceasta este o fetiță din grupa mică, murdară, neglijentă, care, vrând să plece la grădiniță, nu ține cont de părerile prietenilor săi: săpunul, apa, pieptenul și periuța de dinți. Ajunsă la grădiniță, fetița suportă consecințele neascultării și neglijenței de care a dat dovadă: colegii o marginalizează, motivând că este nepieptănată, murdărică, cu hainele neîngrijite, jucăriile nu doresc să se joace cu ea, sub același pretext. Afectată profund de cele întâmplate, Maricica hotărăște să-și schimbe comportamentul.

În concluzie, rolul educatoarei este unul major în formarea unui „subiect” activ, liber și critic, fiind orientat și format pentru a înțelege, interpreta și evalua orice influență educațională pentru a deveni capabil să facă opțiuni adecvate.

Scopul educației pentru sănătate în grădiniță este să asigure cunoștințele despre sănătate și formare a deprinderilor de viață sănătoasă adecvate vârstei preșcolare. Obiectivele unei astfel de educații vizează conștientizarea unor probleme de sănătate fizică, mentală și socială pe înțelesul copilului preșcolar, depistarea unor deficiențe și boli și îndrumarea spre cabinetele de specialitate. Mijloacele de realizare sunt cele utilizate în mod frecvent în procesul de educație în grădiniță: jocul, povestirea, desenul, pictura, cântecul, observarea etc.

Grădinița este prima verigă a sistemului de învățământ care trebuie să intre în funcțiune în domeniul educației pentru sănătate, exercitând influențe educative menite să modeleze și care-și vor pune amprenta pe întreaga dinamică ulterioară a comportamentului civic al individului.

Bibliografie:

- Silvia Borțeanu et alii. Curriculum pentru învățământul preșcolar. Didactica Publishing House, 2009.
- Marcela Peneș. Igiena personală. Editura Ana, 2004.
- Alice Nichita, Mihaela Mitroi. Educația pentru sănătate. Editura Aramis, 2009.

CUM PROMOVĂM STAREA DE BINE O MINTE SĂNĂTOASĂ, ÎNTR-UN CORP SĂNĂTOS!

*Profesor învățământ preșcolar: Mihalcea Ramona Florina
Grădinița cu Program Prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”
Târgoviște, județul Dâmbovița*

„Nu-mi este frică de mâine, pentru că am văzut ziua de ieri și o iubesc pe cea de astăzi.” - William Allan White

Copiii își petrec o bună parte din timp la grădiniță, prin urmare, aceasta trebuie să fie un loc esențial pentru conturarea stării lor generale de bine, cu toate aspectele sociale, fizice și emoționale. Starea de bine a preșcolarilor le influențează capacitatea de a-și atinge întregul potențial. Calitatea relațiilor pe care le au copiii între ei, pe care le au cu adulții, precum și calitatea mediului de învățare, influențează fundamental progresele lor școlare. Cunoaștem că mediul fizic, social și emoțional în care personalul și preșcolarii petrec o mare parte din fiecare zi, poate afecta sănătatea lor fizică, emoțională și mentală și starea de bine. S-a apreciat că mediul școlar poate îmbunătăți bunăstarea socială, emoțională și capacitatea de învățare când:

- ✚ este cald, prietenos și recompensează învățarea;
- ✚ promovează în special cooperarea și mai puțin competiția;
- ✚ oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă;
- ✚ încurajează activitățile creative;
- ✚ promovează interacțiunea non-violentă pe terenul de joacă, în clasă prevenind în felul acesta pedeapsa fizică, agresivitatea, hărțuirea și violența;

Avantajele unui mediu pozitiv constau în bunăstarea și fericirea, întărirea sentimentului de apartenență și o mai bună calitate a vieții celor implicați în procesul instructiv-educativ. Indirect, poate avea ca rezultat performanțe academice mai bune. De asemenea, poate modifica unele aspecte negative ale vieții școlare prin reducerea intimidării și hărțuirii, injuriilor și absenteismului școlar. Are potențialul de a diminua stereotipiile, teama, anxietatea, depresia și pierderea motivației. Sentimentele de bunăstare în timpul copilăriei și adolescenței pun temelii solide pentru o bună sănătate la maturitate.

Profesorul Martin Seligman propune modelul următor pentru atingerea stării de bine:

P E R M A

P – Positive Emotions/Emoții pozitive, precum bucuria, speranța, satisfacția, euforia, mulțumirea, optimismul, recunoștința, entuziasmul, plăcerea etc., care au rolul de a reduce stresul și de a crește performanța în activitate. Există o gamă variată de exerciții care pot duce la trăirea unor emoții pozitive, iar practicarea lor regulată are un impact sigur asupra stării de bine a unei persoane.

E – Engagement/Implicare, starea în care te afli atunci când ești absorbit de o activitate care îți place, fie că este vorba despre locul de muncă, despre un hobby sau un anumit mod de a petrece timpul liber.

R – Positive Relationships/Relații pozitive, constituie un element foarte important al acestui model. Pentru a fi mulțumit și fericit, este esențial să fii înconjurat de oameni, să fii integrat în diverse grupuri, să ai relații sociale solide, să comunici, să ai un raport sănătos de interacțiune cu cei din jur.

M – Meaning/Sens/Semnificație/Scop înalt, atunci când faci ceva remarcabil pentru alte persoane, acțiunile tale conducând la îndeplinirea unui scop mai mare decât propria

persoană. Starea de fericire este mai pregnant prezentă atunci când simți că aduci o contribuție la rezolvarea unor probleme ale comunității și ale societății în care trăiești, prin activități de voluntariat sau prin implicarea în cauze în care credem.

A – Accomplishments/Realizări/Succese/Reușite, sentimentul pe care îl trăiești atunci când constăți că munca ta are o finalitate atât pentru tine, cât și pentru cei din jurul tău. Acest sentiment crește stima de sine, încrederea în forțele proprii și, ca urmare, sporește starea de bine.

Unul dintre modurile în care profesorii îi pot ajuta pe copii să se concentreze mai mult asupra studiilor lor este de a face învățarea atât de irezistibilă încât să pară că să nu există altă opțiune.

Jocurile pot oferi copiilor echilibrul dintre plictiseală și anxietate, la fel ca și alte forme de învățare captivantă, cum ar fi jocul de rol, simularea și rezolvarea problemelor. Atâta timp cât resursa de învățare este concepută pentru a include nivelurile adecvate de provocare, preșcolarii vor fi interesați. Pentru a avea succes, învățarea bazată pe provocări necesită obiective realizabile care necesită o dezvoltare incrementală a abilităților dincolo de medie și în care provocarea crește proporțional pentru a se potrivi cu aceste abilități. Dacă materia devine suficient de interesantă și de plăcută, profesorii nu vor trebui să lucreze prea mult pentru a încuraja copii să se angajeze activ.

Creierul nostru poate prelua informații mult mai ușor dacă materialul este semnificativ, util, interesant, distractiv sau are relevanță emoțională. Acesta este motivul pentru care trezirea entuziasmului este atât de importantă. Odată ce un profesor reușește să trezească interesul copiilor pe o temă pe care o studiază, învățarea devine ușoară și naturală. Activitățile fizice sunt una dintre cele mai eficiente modalități de a implica interesul și implicarea.

Există multe modalități prin care copii pot procesa, reflecta și împărtăși experiențele lor de învățare. Se pot folosi scenete, dans, muzică, poezie, lucrări de artă. Oferirea de oportunități de a-și împărtăși experiențele crește învățarea pentru întreaga grupă. Când energia este trezită, concentrată, experimentată și împărtășită, apar experiențe de învățare mai profunde.

Profesorii sunt oameni care joacă un rol fundamental în cadrul societății, întrucât îndeplinesc funcția importantă de educare a generațiilor viitoare. Munca lor nu se concentrează doar pe predarea cunoștințelor teoretice, ci sunt de asemenea, însărcinați cu promovarea unei serii de valori și abilități la preșcolari pentru dezvoltarea lor în cadrul societății.

Metodele de educație pozitivă axate pe satisfacerea nevoilor pe care le au copiii reduc momentele de criză, de rezistență și încăpățănare din partea acestora, îi determină să fie cooperanți, să-și formeze trăsături de personalitate clare și pozitive. Adaptarea corectă a metodelor de educație pozitivă contribuie la formarea și dezvoltarea deprinderilor necesare unei vieți de succes a copiilor secolului nostru. Câteva dintre acestea sunt: iertarea, a semenilor și a lor, dărnicia, capacitatea de a amâna primirea răsplății, prețuirea de sine, răbdarea, perseverența, respectul pentru ceilalți și respectul de sine, cooperarea, compasiunea, îndrăzneala și capacitatea de a fi fericiți. Această abordare, împreună cu dragostea și sprijinul nostru, le va oferi copiilor posibilitatea să se dezvolte, să fie capabili să-și trăiască viața din plin.

”Prin motivație înțelegem totalitatea mobilurilor interne ale conduitei, fie ca sunt innăscute sau dobândite, conștientizate sau neconștientizate, simple trebuințe fiziologice sau idealuri abstracte”. Al. Roșca

Motivația învățării se subsumează sensului general al conceptului de motivație și face referire la totalitatea factorilor care îl mobilizează pe preșcolar la o activitate menită să conducă la asimilarea unor cunoștințe, la formarea unor priceperi și deprinderi. Procesul de

învățate este facilitat și energizat de motivație. Preșcolarii motivați sunt mai perseverenți și învață mai eficient. Motivația energizează învățarea, iar învățarea încununată de succes intensifică motivația.

➤ **Grupa- o comunitate de învățare, în care membrii ei cooperează, se susțin și se sprijină reciproc.**

Pentru a crește motivația pentru învățare asigură-te că mediul educațional, persoana ta, și activitățile propuse sunt atractive pentru preșcolari. Utilizează în activitățile zilnice jocuri și strategii de socializare, colaborează cu cei mici (încearcă să-i faci pe preșcolari să te perceapă ca pe un prieten, un partener de joacă), îmbină activitățile din sala de clasă cu cele în aer liber, utilizează metode activ-participative, interactive care să îi stimuleze curiozitatea și interesul. Dacă preșcolarul se simte bine în preajma ta, îi plac activitățile propuse și se simte sprijinit de colegi atunci și motivația acestuia de a realiza sarcinile propuse, de a participa activ la învățare, crește. Activitățile propuse trebuie să-i permită preșcolarului să interacționeze și să colaboreze cu ceilalți (pentru atingerea unui scop comun). Cooperarea crește motivația, pentru că favorizează percepția despre propriile competențe și despre capacitatea acestora de a controla activitatea de învățare. Un preșcolar lăudat, susținut și sprijinit se dezvoltă armonios, este motivat să descopere și să învețe.

➤ **Tipurile de activități și conținuturile propuse**

Pentru a crește motivația pentru învățare combină activitățile, de exemplu pe cele practice cu cele intelectuale, pe cele simple cu cele cu un grad mai mare de complexitate, pe cele din clasă cu cele în aer liber. Fiecare activitate propusă trebuie să fie semnificativă pentru preșcolar, adică să corespundă intereselor și preocupărilor acestuia. Conținutul abordat trebuie să fie predat integrat, să reprezinte o provocare pentru preșcolar (nici prea dificil, nici prea ușor), să-l responsabilizeze pe copil permițându-i să facă alegeri.

Din activitatea desfășurată să rezulte un produs (un obiect concret) care să-i confere satisfacție și mândrie preșcolarului. Tipurile de activități propuse trebuie să-i dezvolte copilului curiozitatea, nevoie de cercetare și descoperire, dar și nevoia de mișcare, de joacă. Metodele utilizate sunt foarte importante, în special modul în care sunt împletite metodele tradiționale cu cele moderne. Toți acești factori duc la creșterea motivației. Un copil fericit, care înțelege ce îi transmiți, care încearcă cu plăcere să rezolve sarcinile date, sprijinit și lăudat este motivat să învețe, să se dezvolte și să participe activ la toate tipurile de activități propuse.

SĂNĂTATEA MENTALĂ A COPIILOR

*Prof. Zamfirescu-Drăguț Georgiana
Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”
Târgoviște, județul Dâmbovița*

Sănătatea mentală este importantă în fiecare etapă a vieții – copilărie, adolescență și maturitate - și este definită de un nivel psihologic al stării de bine caracterizat de funcționalitatea ființei umane în condiții satisfăcătoare ale adaptării emoționale, comportamentale, biologice și sociale. În conformitate cu Organizația Mondială a Sănătății (OMS) sănătatea mentală include ”starea de bine subiectivă, sentimentul de autoeficacitate,

autonomie, competență, dependența între generații, autoactualizarea potențialului intelectual și emoțional, printre altele.”

O persoană care are probleme de sănătate și comportament se poate confrunta cu stresul, depresia, anxietatea, probleme de relație, durere, dependență, ADHD sau dificultăți de învățare, tulburări de dispoziție, sau alte probleme psihologice. La gestionarea problemelor de sănătate pot ajuta consilierii, psihoterapeuții, antrenorii de viață, psihologii, practicienii în asistența medicală sau medicii, conform calificărilor și metodelor profesionale specifice. Sănătatea mentală este o componentă esențială pentru creșterea și dezvoltarea armonioasă a copiilor și a adolescenților. Bazele sănătății mintale sunt puse în primii ani de viață ai copilului, iar de această investiție în sănătatea copiilor și familiilor beneficiază întreaga societate.

Problemele ce țin de sănătatea mintală a copiilor sunt reale, extrem de frecvente și, în majoritatea cazurilor, tratabile. Când vorbim de sănătatea mintală, nu ne referim doar la existența anumitor tulburări sau deficiențe severe, ci și la starea generală a psihicului.

Atunci când copilul prezintă o timiditate excesivă, se enervează rapid, este sperios ori incapabil de a lega prietenii, trebuie să devenim conștienți că aceste manifestări necesită găsirea unor soluții. De asemenea, dacă cel mic se află mereu într-o stare negativă, suferă sau plânge des, trebuie să înțelegem că, în timp, lucrurile pot degenera și e posibil să vedem cu propriii ochi cum problemele încep să devină din ce în ce mai serioase.

Indiferența părinților îi poate costa scump pe copii, atunci când devin adulți.

Când ignorăm simptomele și nu luăm în calcul aplicarea unui tratament, copilul va începe să aibă un comportament indezirabil acasă, la școală sau în societate. De asemenea, poate crește riscul de eșec școlar sau delincvență, pot apărea dependențe sau poate fi tentat mai ușor să aleagă un anturaj nepotrivit. Toate aceste aspecte nu fac decât să umbrească șansele copilului spre o dezvoltare armonioasă, care să îl ajute să devină un adult responsabil, implicat în viața de familie, cu o gândire analitică și coerentă. Identificarea timpurie, diagnosticarea corectă și furnizarea tratamentului adecvat vor ajuta copilul respectiv să-și atingă potențialul maxim. Neglijarea sănătății mintale a copilului este cel puțin la fel de gravă ca neglijarea sănătății sale fizice.

Factori ce înrăutățesc sănătatea mintală:

- Probleme genetice, cu sau fără antecedente în familie.
- Probleme familiale: dispute, neînțelegeri, respingeri, probleme economice, violență domestică, abuzuri, deces, divorț etc.
- Probleme în mediul școlar: dispute cu profesorii, inadaptare față de colegii de clasă, bullying, violență, consum de substanțe periculoase etc.
- Traume: evenimente nefericite, care au repercusiuni la nivel psihologic.

Ce pot face părinții, pentru a ocroti sănătatea mintală a copiilor?

Sănătatea mintală a copiilor depinde cel mai mult de ceea ce se întâmplă acasă. Unul dintre cele mai importante sfaturi ar fi ca, în calitate de părinți, să validați emoțiile copiilor. E necesar să înțelegeți de ce sunt supărați, fericiți, entuziasmați etc. Puneți întrebări, arătați-vă curiozitatea și interesul față de ce simte copilul. Practicați ascultatul activ și limbajul pozitiv. Vorbiți frecvent despre sentimente și aflați cum se simte cel mic, respectând totuși niște bariere și limite – nu vă așteptați să vă povestească chiar tot și nu faceți presiuni pentru a afla mai multe. Permiteți-i să aibă propria intimitate și propriile secrete. Învățați-l cum să exprime emoțiile în cuvinte încă de la o vârstă fragedă și fiți un bun exemplu în acest sens. Oferiți-le responsabilități și faceți-i să se simtă importanți. Chiar dacă e ușor de trecut cu vederea, este foarte important pentru un copil să se simtă util și apreciat pentru ceea ce face. Acest sentiment îl va determina să își crească încrederea în sine, să fie independent și să își hrănească curiozitatea. Oferiți încurajări și renunțați la a mai fi niște părinți prea exigenți.

Evitați să sancționați cu duritate eșecul celor mici și nu apelați niciodată la comparații. Lăsați fiecare copil să realizeze totul în ritmul propriu, să facă greșeli și să învețe din ele.

Apelați la armonie și disciplină în familie. Orice dispută, ceartă sau agresiune din cadrul familiei poate avea un impact major în cazul copiilor. Cu cât reușim să avem o viață de familie mai echilibrată (în care membrii reușesc să conviețuiască în armonie), cu atât sănătatea mintală a copilului nu va avea de suferit. Este bine de știut faptul că în copilărie pot apărea cele mai multe traume cu repercusiuni severe pe durata întregii vieți. Cea mai bună metodă de a le elimina este să le prevenim, fiind atenți în permanență la modul în care cel mic percepe evenimentele din familie sau din exteriorul acesteia. Organizați frecvent activități în familie (jocuri, ieșiri, excursii etc.), vorbiți despre modul în care vă simțiți, roștiți aprecieri, fiți atenți la nemulțumiri și încercați să găsiți o rezolvare. Nu ignorați ceea ce se întâmplă la școală sau grădiniță. Păstrați în permanență legătura cu cadrele didactice și puneți întrebări despre diferitele activități desfășurate de copil. Observați dacă cel mic are vreo problemă de adaptare în colectivitate, de atenție sau de memorare. Dacă e trist, obosit sau presat de stresul din școală, oferiți-i încurajări și înțelegere.

Motivați-l inteligent, fără a-i impune prea multe restricții. Fiți atenți la comportamentul lui și al colegilor, pentru a preveni posibilele cazuri de bullying sau eventualele agresiuni de orice tip. Interesați-vă dacă elevii păstrează în permanență legătura cu psihologul școlii și dacă sunt evaluați la începutul fiecărui an. Ajutați-i să întreprindă activități diverse în afara școlii și să își fixeze obiective realiste. Pentru a scăpa de oboseala acumulată și stresul din timpul școlii, copiii nu au nevoie doar de multă odihnă, ci și de activități care să îi scoată din rutină. Este bine să îi îndemnăm să facă sport, desen, canto, teatru etc. Cu acest prilej, vor învăța să fie mai sociabili și să facă față unor noi provocări. Totodată, ei își pot fixa și noi obiective pe care să le atingă – să fie cât mai buni la activitățile extrașcolare, petrecând astfel din ce în ce mai puțin timp în fața televizorului, calculatorului sau telefonului. Este bine de știut faptul că dependența de tehnologie duce la probleme de atenție, hiperactivitate sau anxietate. În plus, crește riscul ca aceștia să cadă pradă bullying-ului online sau să fie victime ale unui conținut neadecvat.

BIBLIOGRAFIE:

- www.desprecopii.com ;
- Alice James , Louie Stowell, *Ai grija de sanatatea ta mentala*, editura NICULESCU, anul 2022;
- https://www.salvaticopiii.ro/afla-mai-multe/noutati/sanatatea-mintala-a-copiiilor-si-adolescentilor-din?gad=1&gclid=CjwKCAjwjMiiBhA4EiwAZe6jQ0_3qQOVHE53qiIyHG2wKOq9IVwT1GGsXtejP3ChkGkzsSiVBACjxoCHvQQA_vD_BwE .

SĂNĂTATEA – CEL MAI PREȚIOS DAR

*Prof. inv. preșc. MARIN ELENA-CRISTINA
G.P.P. ALEXANDRINA SIMIONESCU GHICA TÂRGOVIȘTE*

„Sănătatea nu este numai o problemă individuală, ci privește întreaga societate. Sănătatea nu este totul, dar fără sănătate totul este nimic.”

(Schopenhauer)

Păstrarea sănătății și lupta contra bolilor se înscriu printre cele mai vechi preocupări ale omului. De altfel cuvântul sănătate care evocă o stare atât de prețioasă fiecăruia apare frecvent în vorbirea curentă nelipsind aproape niciodată cu ocazia urărilor de bine.

Corpul nostru este considerat de budiști un ulcior în care sălășluiește spiritul. În toate religiile, corpul este considerat sălașul sufletului, puntea de legătură între sufletul nemuritor și realitatea fizică, trecătoare. De aceea a avea grijă de sănătatea ta înseamnă să te preocupe modul în care îți aduni forțele pentru a lupta împotriva bolilor. Conform dictonului latin, „mens sana in corpore sano” se înțelege că sănătatea corpului se va reflecta automat și asupra minții. Acest lucru este valabil și în sens invers: unei minți sănătoase îi corespunde un corp sănătos.

Definiția Organizației Mondiale a Sănătății este: “Sănătatea este acea stare perfectă de bine în care se găsește un individ din punct de vedere organic, spiritual și social.”

Din alte puncte de vedere, sănătatea reprezintă starea în care ființa umană funcționează optim în toate domeniile vieții sale, în care se simte fericită cu adevărat și în care se îndreaptă către realizarea potențialului său interior maxim. Pentru ca funcționarea optimă, fericirea și realizarea potențialului să poată avea loc, este necesar să avem sănătate fizică, mentală, emoțională și spirituală.

Sănătatea fizică înseamnă buna funcționare a organismului uman – a creierului, a tuturor organelor, sistemelor - ceea ce duce la o stare de vitalitate, putere interioară, claritate a minții, atenție, conștiență.

Sănătate mentală reprezintă deschiderea minții către tot ce este nou și cu adevărat folositor pentru crearea unei vieți armonioase. Înseamnă deschiderea către a citi, a auzi, a vedea, a discuta, a înțelege, a aplica idei, informații care s-au dovedit eficiente de-a lungul vremurilor sau care au fost descoperite de curând – toate acestea în scopul îmbunătățirii continue a propriei vieți. Înseamnă capacitatea de a gândi, analiza, crea, lua cele mai bune decizii raționale care duc la liniștea, mulțumirea și împlinirea sufletească.

Sănătatea emoțională înseamnă o bună gestionare a stărilor interioare prin care trecem zi de zi, emiterea către noi înșine și în exterior a emoțiilor considerate pozitive. Acest lucru este foarte important, el având o influență directă benefică asupra sănătății fizice, așa cum s-a dovedit deja. Înseamnă, în primul rând, acceptarea, grija, înțelegerea – față de noi înșine, în primul rând, și apoi față de tot ceea ce ne înconjoară.

Sănătatea spirituală reprezintă un cumul al celor trei tipuri enunțate anterior și, în plus: capacitatea de a-ți propune și de a duce la îndeplinire scopul cel mai înalt al vieții tale; înțelegerea naturii, lumii interioare și exterioare; abilitatea de a descifra și de a crea, pentru tine, sensul propriei tale vieți; credința în Dumnezeu, așa cum îl înțelege fiecare.

Deși grija pentru sănătate este la fel de veche pe cât de veche este și condiția umană, în zilele noastre constatăm că, de cele mai multe ori, sănătatea devine importantă pentru noi doar atunci când lipsește. Am început să lăsăm sănătatea pe un alt plan, în favoarea obținerii altor valori: materiale (bunuri mobile, imobile, etc), recunoaștere profesională. Muncim mult, chiar foarte mult, plecăm dimineața devreme și ne întoarcem seara târziu acasă. Se

acumulează stres, oboseală, corpul nu mai are timp să se refacă pentru că nu îi mai acordăm timpul necesar. Toată lumea spune că sănătatea reprezintă darul cel mai frumos cu care ne-a înzestrat natura, dar din nefericire este și cea mai prost păzită, motiv pentru care se și pierde așa ușor. Vrem să fim sănătoși, să trăim mult (unii se cred chiar nemuritori), și să trăim și bine.

Mulți contemporani cred că sănătatea reprezintă doar absența simptomelor, sau a oricărei stări de boală. „Nu mă doare nimic înseamnă că sunt sănătos!” Este greșit acest mod de gândire. Pe lângă lipsa stărilor de boală este imperios necesar ca funcțiile organismului nostru să se afle într-o stare de echilibru, energiile vitale să fie armonioase, precum și cele mentale și sufletești. Chiar dacă nu suferim de o boală anume, dacă sufletul nostru nu este împăcat cu o anumită stare a lucrurilor, suntem neliniștiți, avem gânduri care nu ne dau pace, acest lucru în timp se va transforma în boală.

A fi sănătos presupune să ai capacitatea de a-ți desfășura toate activitățile în care ești angajat în bune condiții, să poți fi util atât ție cât și semenilor tăi. Cu cât gradul de vitalitate al unei persoane este mai ridicat cu atât nivelul sănătății este mai mare. Vitalitatea corpului este dată de energia de care dispune corpul la un moment dat.

Sănătatea este o importantă valoare și resursă socio-umană, care trebuie protejată atât de medici, cât și de specialiști aparținând diverselor domenii ale științelor sociale. Boala nu este numai o problemă de biologie umană, ci și o importantă problemă socială dependentă, pe de o parte, de factorii și condițiile mediului social, iar, pe de altă parte, de comportamentele, normele, valorile sociale, de deprinderile, obiceiurile și stilurile de viață practicate de o anumită populație și de grupurile sale componente.

Sănătatea reprezintă un înalt ideal social spre îndeplinirea căruia se orientează eforturile conjugate ale tuturor popoarelor. Sănătatea tuturor popoarelor este fundamentală pentru obținerea păcii și securității și este dependentă de cooperarea deplină între indivizi și state...”, deci sănătatea reprezintă un bun și un drept fundamental al omului. Menținerea sănătății într-o stare bună este o condiție obligatorie pentru dezvoltarea durabilă a oricărei națiuni.

În măsura în care sănătatea este o valoare socială cu resurse inestimabile pentru colectivitate, necesitatea conservării și promovării ei în rândul membrilor societății ar trebui să preocupe pe toți cei care sunt interesați de bunul mers al societății.

Sănătatea grupurilor umane reprezintă o sinteză a grupurilor individuale. Sănătatea reprezintă marea bogăție a lumii. Dreptul la sănătate al individului și al colectivității umane reprezintă o componentă a eticii întregii societăți, determinând acesteia gradul funcționării sub principiul echității. Sănătatea este, pe de o parte, o calitate a vieții, iar, pe de altă parte reprezintă și o măsură a calității vieții.

E ciudat să vedem cum toți sunt din ce în ce mai preocupați de sănătate ca valoare primordială a mării majorități a populației, dar fac foarte puține pentru prevenirea îmbolnăvirilor. Fumăm deși știm că nu este sănătos, mâncăm peste măsură deși kilogramele în plus duc la îmbolnăviri, preferăm să ne relaxăm în fața televizorului deși activitatea fizică în aer liber ne-ar ajuta mult în funcționarea optimă a organismului, piața este invadată de alimente pline de aditivi, conservanți deși toți știm că nu sunt sănătoase, industriile poluează din ce în ce mai mult mediul înconjurător deși acesta reprezintă casa noastră. Precum s-a observat sănătatea ca valoare socială este indisolubil legată de alte valori cum ar fi: spiritualitatea, responsabilitatea, adevărul, binele, frumosul, dreptatea, libertatea, etc. Dar cred cu tărie că fără sănătate nu te poți bucura de nimic. Și poate să-și dea seama de asta oricine a avut măcar o gripă sau o durere cumplită de măsele. Ce să mai zicem de cei care au afecțiuni grave?...

Deși toate celelalte valori sunt importante, fără sănătate, acestea pălesc, lăsând loc deznădejdi și durerii...

„A păstra sănătatea este o datorie morală și religioasă, sănătatea este baza tuturor virtuților sociale și ele nu mai pot fi utile atunci când nu suntem bine.” (Samuel Johnson)

Bibliografie:

- Ivan Aurel, “Medicina omului sănătos”, Ed. Medicală, București, 1993,
- <http://www.psihohipnoza.ro/lucrari-personale/dimensiuni-biopsihosociale-ale-sanatatii-si-bolii/>

IMPORTANȚA JOCULUI ÎN AER LIBER

*Prof. învă. preșcolar Dimancea Irina,
Grădinița P.P. nr.13, Târgoviște, județul Dâmbovița*

*Prof. învă. preșcolar Ștefănescu Alina,
Grădinița P.P. nr.13, Târgoviște, județul Dâmbovița*

„Nu există vreme nepotrivită pentru joaca afară, ci doar îmbrăcăminte neadecvată”

Jocul în aer liber are un rol crucial în dezvoltarea armonioasă și sănătoasă a copilului. Într-o epocă în care televizorul și calculatorul domină din ce în ce mai mult viața copilului și îl atrag în plasa sedentarismului, activitățile în aer liber sunt o fărâmă de speranță la care merită să apelezi pentru a crește un prichindel falnic și sănătos, atât din punct de vedere fizic, cât și mental! Joacă în aer liber dezvoltă copilului o mulțime de abilități noi, complet diferite de cele pe care le dobândește din joaca în spații închise!

Beneficii în dezvoltarea fizică a copilului:

Beneficiile fizice ale jocului în aer liber sunt cele mai numeroase pentru dezvoltarea copilului. Petrecerea timpului în aer liber încurajează, înainte de orice, practicarea multor tipuri de sport: fotbal, baschet, handbal, volei etc., care se dovedesc esențiale pentru creșterea lui armonioasă.

Jocul în aer liber oferă copilului oportunitatea de a alerga, de a se plimba sau de a merge cu rolele, bicicleta, trotineta etc. Există o mulțime de jocuri pe care le pot practica copiii în aer liber și care au un rol esențial în a-l menține activ și sănătos. Țopăiala și alergatul de colo până colo sunt exerciții fizice importante, care ajută la dezvoltarea grupelor de mușchi, la întărirea oaselor și la buna funcționare a tuturor organelor.

În mare, copiii care se joacă frecvent în mijlocul naturii se dezvoltă mai armonios din punct de vedere fizic decât cei care petrec majoritatea timpului în scaun la calculator sau pe canapea, cu ochii în televizor.

Beneficii emoționale și de ordin social și comportamental:

Activitatea fizică și jocurile care se practică în aer liber au un impact puternic și asupra dezvoltării lui emoționale și sociale, dar și asupra comportamentului lui. Jocul în aer liber ajută copilul să își facă prieteni noi și să-și dezvolte viața socială. Este un instrument puternic de socializare.

Atunci când iese în parc sau într-un spațiu de joacă amenajat în aer liber, cel mic intră în contact cu o mulțime de copii cu care are ocazia să interacționeze și să lege prietenii. O

viață socială bogată a copilului contribuie la creșterea stimei și încrederii de sine, esențiale pentru dezvoltarea lui emoțională.

În plus, învață cel mai bine să coopereze cu alți copii și să înțeleagă ce este spiritul de echipă din jocurile de grup care au adesea loc în aer liber.

Atunci când copilul construiește castele, se joacă frunza, șotronul sau elasticul cu ceilalți prichindei sau explorează diverse spații și locuri din natură, își dezvoltă gândirea logică și capacitatea de a raționa.

Joaca afară, în aer liber, încurajează copilul să își dezvolte imaginația și creativitatea, să își asume riscuri și responsabilități, să găsească singur soluții sau strategii și să descopere plăcerea de a face anumite lucruri.

Activitățile făcute de copii în mijlocul naturii se dovedesc a fi cel mai puternic remediu antistres. Alergarea și petrecerea timpului în aer liber contribuie la redarea unei stări de relaxare și destindere, esențiale pentru sănătatea lui emoțională.

Beneficii pentru copiii bolnavi de ADHD:

Se pare ca micuții bolnavi de ADHD au foarte multe de beneficiat de pe urma jocului în aer liber. Specialiștii au constatat că aceștia funcționează mai bine și manifestă mai puține simptome atunci când au activități în aer liber.

Sigur că jocul în aer liber nu poate fi considerat o terapie care vindecă complet afecțiunea, dar poate fi folosit pe post de tratament simptomatic. Ajută la reducerea severității simptomelor și la îmbunătățirea abilităților de cooperare și relaționare, acolo unde cei bolnavi de ADHD au mari deficite.

Contactul cu natura sprijină sau favorizează funcționarea mai bună a copiilor cu ADHD și îi ajută să își controleze mai bine pornirile și simptomele bolii.

Jocul în aer liber are un efect terapeutic și în alte afecțiuni. Se pare că activitățile din mijlocul naturii și respirarea aerului curat contribuie la recuperarea mai rapidă din convalescență, după anumite boli sau accidente.

Beneficii intelectuale și cognitive:

Specialiștii au demonstrat, în nenumărate rânduri, că jocul constant al copilului în natură are un impact puternic asupra performanțelor lui școlare. Copiii care fac mișcare și se joacă în aer liber au rezultate mai bune la școală și o putere de concentrare mai mare la ore.

De asemenea, și memoria are de beneficiat de pe urma relaxării copilului în mijlocul naturii. Expunerea copilului în natură îi oferă o experiență multisenzorială care are un rol esențial în dezvoltarea creierului în copilăria timpurie. Ajută la îmbunătățirea și dezvoltarea simțurilor.

Contactul cu natura îi oferă copilului oportunitatea de a învăța și de a înțelege mai bine mediul înconjurător. Este un izvor nesecat de cunoștințe și informații pentru cel mic. Îl ajută nu doar să își dezvolte cultura generală, dar și să se integreze mai bine în comunitate și să înțeleaga care sunt regulile ei.

Rolul educativ al jocului în aer liber este nelimitat. De când ieși cu micuțul pe ușa casei, ai șansa să îl înveți lucruri esențiale pentru educația și siguranța lui. Îmbinarea jocului în natură cu regulile de siguranță pe care le presupun anumite medii de joacă, cu conduita potrivită pe care trebuie să o aiba în public și învățarea locurilor pe unde și cum să traverseze corect ajută copilul să se descurce mai ușor în spațiile exterioare, din afara casei.

Bibliografie:

1. Bellac, Brigitte, 2014, *Joc și mișcare în aer liber-Activități pentru copii de 6-12 ani*, București, Editura Didactica Publishing House, p.93.
2. Ambrose, Jamie, 2015, *365 de activități în aer liber pe care trebuie să le încerci*, București, Editura Litera, p.127.
3. Gregori, Alex, 2017, *Tataventuri în aer liber*, București, Editura Curtea Veche, p.29.

INFLUENȚA NEGATIVĂ A DIGITALIZĂRII ASUPRA SĂNĂTĂȚII MENTALE A PREȘCOLARILOR

Prof. Vasile Iuliana

Grădinița cu P.P. nr. 16, Târgoviște, județul Dâmbovița

Sănătatea mentală a copiilor este un lucru prețios de care atât părinții, cât și cadrele didactice trebuie să aibă grijă. Există numeroase pericole care îi pot afecta pe copii, printre acestea numărându-se și cele legate de tehnologia informației și comunicațiilor.

Pentru a înțelege puterea pe care tehnologia o are asupra copiilor și efectele negative ale acesteia, pericolele la care sunt supuși copiii trebuie în primul rând să înțelegem faptul că toți copiii de astăzi sunt nativi digitali. Nu putem să îi asemănăm cu alte generații deoarece ei s-au născut într-o perioadă în care tehnologia a reușit să se dezvolte și să se răspândească în toate colțurile lumii. Este important să înțelegem acest aspect și să le oferim un exemplu potrivit pentru cum pot să integreze componenta digitală în viața lor într-un mod echilibrat.

Din curiozitate și dorința de explorare, copiii accesează foarte ușor diverse spații online. Acestea sunt uneori foarte potrivite pentru ei și pot avea un efect benefic pentru dezvoltarea abilităților acestora, însă, alteori, poate neintenționat, ajung să acceseze informații și conținut neadecvat, ajung să întâlnească în mediul online persoane care îi pot face să se simtă speriați, triști, rușinați sau vinovați. Trebuie să înțelegem faptul că tehnologia face parte din viața copiilor și noi trebuie să îi îndrumăm în această aventură a cunoașterii Internetului și a tehnologiei.

Când vine vorba de Internet putem apela la aceleași principii pe care le folosim când ghidăm copiii să fie în siguranță în locurile publice. Lumea online, ca orice alt context, implică o realitate nuanțată, nu există doar pericole sau doar avantaje. Este important să știm ce limite să impunem, ce modele le dăm copiilor când vine vorba de utilizarea tehnologiei și să îi informăm cu privire la importanța siguranței lor. Pe termen lung, acestea contribuie la felul în care copilul se va raporta la tehnologie și vor deveni principii care îi vor servi să aleagă, într-un mod conștient, cum folosește o astfel de resursă.

Dependența de internet este o problemă din ce în ce mai gravă în societatea de astăzi. Trebuie să știm cum să dozăm contactul cu Internetul și să cunoaștem semnele dependenței.

Între 0 și 2 ani copilul nu trebuie să aibă contact cu Internetul și tehnologia. Între 2 și 5 ani pot fi introduse dispozitive interactive pentru maxim o oră pe zi cu pauze mari între sesiuni, iar peste 6 ani se poate extinde intervalul menținând pauzele după aproximativ o oră de utilizare.

Care sunt semnele dependenței?

1. Dorința de a petrece cât mai mult timp în fața ecranelor;
2. Existența unor stări de neliniște;
3. Folosirea tehnologiei fără a avea un scop specific;
4. Neglijarea aspectelor legate de hrană, somn sau mișcare;
5. Subestimarea importanței pe care Internetul o are în viața sa;
6. Neglijarea familiei și a prietenilor;
7. Navigarea pe Internet pentru a scăpa de probleme.

În momentul în care sunt îndeplinite minim cinci dintre semnele dependenței menționate anterior se consideră că s-a ajuns la un prag considerabil de dependență și este nevoie de realizarea unor măsuri de ameliorare și înlăturare a problemei.

Care sunt pericolele cele mai mari la care se expun copiii navigând pe Internet?

- Conținutul inadecvat precum: violență, droguri, terorism etc.;
- Groomingul- agresori din mediul online care pot pune în pericol securitatea copilului;
- Descărcarea de conținut în dispozitive: site-uri cu software piratat, virusi, programe care monitorizează toate activitățile, copiază și trimite toate informațiile către o persoană străină, programe care afișează reclame pe dispozitive;
- Cyberbullying-ul- hărțuirea online realizată prin dispozitive mobile sau Internet.

Ce este de făcut pentru menținerea siguranței copiilor în contactul cu tehnologia?

Trebuie să fim deschiși și generoși în materie de comunicare cu copilul, să răspundem la întrebările acestora fără teamă. De asemenea, puteți să navigați împreună, fără a le inspira copiilor o atitudine de supraveghetor. Nu trebuie să îi interzicem accesul copilului la Internet și să nu-l limităm în mod excesiv, pentru că aceste limite îi vor stârni și mai mult curiozitatea.

O altă soluție pentru prevenirea pericolelor TIC este reprezentată de controlul parental. Există o serie de aplicații care odată instalate în computer previn accesarea site-urilor ce pot fi periculoase pentru copii.

Siguranța copiilor este extrem de importantă, iar pericolele la care aceștia se expun odată cu utilizarea tehnologiei și a Internetului sunt numeroase și îi pot afecta substanțial. Este important să știm care sunt aceste pericole și să știm cum să le combatem.

Bibliografie:

- Casadei Iacopo. Bilotto Andrea. 2016. *A fi părinte în vremurile Facebook și WhatsApp*. Ed. Lizuka Educativ;
- Catarina Katzer. 2018. *Cyberpsihologia. Viața în rețea: Cum ne schimbăm Internetul?*. Ed. ALL;
- Iancu Ștefan. *Impactul social al utilizării tehnologiei și informațiilor*;
- Iancu Ștefan. *O incursiune în istoria științei și tehnologiei informației*;
- *Nevoile copiilor în era digitală*. Salvați copiii. Ora de net.

PROIECT PROGRAMĂ OPȚIONAL **„Minte sănătoasă în corp sănătos”**

*Prof. inv. preșcolar: Dincă Mădălina
Gr cu P.P. „Alexandrina Simionescu Ghica”,
Târgoviște, județul Dâmbovița*

- 1. ARIA CURRICULARĂ:** la nivelul mai multor domenii de activitate (Domeniul Limbă și Comunicare, Domeniul Estetic Creativ, Domeniul Științe, Domeniul Psihomotric, Domeniul Om și Societate).
- 2. NIVELUL:** II grupa mare
- 3. DURATA DESFAȘURĂRII:** un an
- 4. ARGUMENTUL:**
În primii șapte ani de viață copiii se dezvoltă într-un ritm alert și au nevoie de un aport alimentar bogat și hrănitor pentru dezvoltarea lor fizică, comportamentală și intelectuală. Sunt esențiale și activitățile atât activitățile educative, cât și cele distractive legate de alimentația sănătoasă.

Primii ani de viață sunt deosebit de importanți pentru formarea obiceiurilor sănătoase. În această perioadă, copiii își formează preferințele legate de gusturi, își dezvoltă abilitățile fizice de bază și atitudinile legate de alimentație, de mișcare. Experiențele pe care copiii le acumulează în acești ani constituie baza obișnuințelor pe care le vor consolida pe parcursul întregii vieți, a stilului de viață pe care îl vor adopta. Este important ca cei mici să trăiască experiențe plăcute și educative în legătură cu alimentația sănătoasă și cu activitățile fizice, pentru a învăța cum să trăiască sănătos – mâncând suficiente fructe și legume, luând micul dejun zilnic, bând apă și făcând mișcare. Aceste comportamente îi ajută să crească și să se dezvolte armonios, să aibă vitalitate și putere de învățare, să rămână sănătoși pe parcursul vieții.

Am propus această disciplină ca activitate opțională deoarece am considerat că va contribui la asigurarea sănătății copiilor, atât în timpul anilor de grădiniță/ școală, cât și după terminarea acestora. Astfel, mai întâi am dorit să transmitem copiilor informațiile accesibile despre alcătuirea și componentele corpului uman, despre păstrarea igienei personale și evitarea unor accidente, pericole pentru sănătate. Apoi pe baza exercițiilor variate – de observare, de comunicare, jocuri de rol și de simulare, jocuri didactice, teme de reflecție și de imaginație, precum și sarcini aplicative – am urmărit formarea și consolidarea unor deprinderi și obișnuințe de activitate organizată, de odihnă armonioasă, de alimentație corectă și igienică.

Prin toată activitatea noastră, vom căuta să formăm și să educăm grupul de copii în așa fel încât să poată deveni un factor educativ atât pentru el cât și pentru grupul din care face parte – familie, colegi, prieteni.

5. COMPETENȚE SPECIFICE:

- Cunoașterea schemei corporale;
- Cunoașterea alimentelor care mențin sănătatea, diferențiindu-le pe cele dăunătoare;
- Cunoașterea alimentelor ce conțin vitamine principale;
- Cunoașterea principalelor reguli de igienă personală, dovedind aceasta și prin folosirea din proprie inițiativă a obiectelor sanitare personale;
- Cunoașterea regulilor de igienă personală și consecințele nerespectării acestora;
- Înțelegerea faptului că după o activitate solicitantă sunt necesare și binevenite jocul și odihna;
- Identificarea propriei stări de sănătate privindu-se în oglindă;
- Înțelegerea necesității curățeniei, păstrându-ți curate: corpul, hainele, camera;
- Formarea deprinderilor igienico-sanitare corecte;
- Utilizarea șervețelului în scopuri precise.

6. CONȚINUTURI :

✓ *Noțiuni elementare de anatomie și fiziologie:*

- Corpul uman – părți componente
- Starea de sănătate/ boală

✓ *Igiena personală:*

- Igiena cavității bucale
- Igiena mâinilor, a unghiilor
- Igiena corpului
- Igiena îmbrăcăminte, încălțăminte, a camerei
- Boli bazate pe lipsa de igienă
- Alimente sănătoase
- Igiena în timpul mesei

✓ **Activitate și odihnă:**

- Regimul de activitate și odihnă în perioada copilăriei
- Sportul și sănătatea
- Mediul și sănătatea
- Sănătatea – bunul cel mai de preț

7. VALORI ȘI ATITUDINI:

- Atitudine pozitivă față de educație, cunoaștere, societate, cultură
- Interes pentru cunoașterea anatomiei umane
- Interes pentru cunoașterea și adaptarea unui stil de viață sănătos
- Interes pentru dezvoltarea prin mișcare

8. SUGESTII METODOLOGICE:

➤ **Mijloace de realizare:**

- Observare
- Desen
- Joc didactic
- Convorbire
- Memorizare
- Activitate gospodărească
- Povestea educatoarei
- Modelaj
- Joc muzical
- Joc de rol
- Jocuri de mișcare în aer liber

➤ **Metode și procedee:**

- observația
- conversația
- învățarea prin descoperire
- problematizarea
- explicația
- demonstrația
- exercițiul

➤ **Mijloace de învățământ:**

- mijloace audio
- mijloace video
- consumabile

9. MODALITĂȚI DE EVALUARE:

- Desen
- Activitate practică
- Joc de mișcare
- Joc de rol
- Concurș
- Aprecieri verbale
- Recompense

10. BIBLIOGRAFIE:

- Curriculum pentru educație timpurie, 2019
- Peneș Marcela, „Igiena personală”, Editura Ana, București, 2000

PLANIFICARE CALENDARISTICĂ A ACTIVITĂȚILOR

Semestrul I

Nr. crt.	Tema activității	Mijloc de realizare	Obiective urmărite	Responsabili și parteneri implicați	Data
1.	„Cum ne ferim de boli”	convorbire	- să recunoască comportamentele sănătoase și comportamentele de risc	educatoarea	
2.	„Alimente bogate în vitamine”	joc didactic	- să manifeste interes pentru aprecierea calității valabilității produselor, a proceselor, aspectelor mediului înconjurător	educatoarea	
3.	„Salvat de vitamine”	vizionare film	- să cunoască alimentele ce conțin vitamine principale	educatoarea	
4.	„Salate de fructe sau de legume”	activitate practică	- să consume zilnic fructe și legume	educatoarea	
5.	„Prietenii sănătății”	joc didactic	- să formeze deprinderea de a consuma micul dejun zilnic	educatoarea	
6.	„Luăm masa la restaurant”	joc de rol	- să respecte regulile din codul bunelor maniere	educatoarea	
7.	„Moș Ene, prietenul copiilor”	convorbire	- să cunoască beneficiile somnului	educatoarea	
8.	„Sună ceasul la ora...8, 12, 16...; Ce facem?”	joc didactic	- să respecte programul zilnic pentru dezvoltarea armonioasă a organismului	educatoarea	
9.	„Dacă vreau să cresc voinic, fac gimnastică de mic”	lectură după imagini	- să practice activități fizice zilnice	educatoarea	
10.	„Aer, soare și mișcare/ Sănătate și vigoare”	vizionare film	- să-și călească organismul la factorii de mediu (apă, aer, soare)	educatoarea	
11.	„Gimnastica de învioreare” de Ana Ruse	memorizare	- să practice activități fizice zilnice	educatoarea	
12.	„Soarele strălucește în sala noastră de grupă”	citire de imagini	- să manifeste interes pentru menținerea sănătății	educatoarea	
13.	„Primim musafiri”	joc de rol	- să manifeste interes pentru menținerea sănătății proprii și a celor din jur	educatoarea	
14.	„Unde soarele nu intră pe	convorbire	- să cunoască beneficiile luminii, soarelui și	educatoarea	

	fereastră, nici sănătatea nu intră pe ușă”		căldurii		
15.	„Sănătatea, bunul cel mai de preț”	lectură după imagini	- să manifeste interes pentru menținerea sănătății proprii și a celor din jur	educatoarea	
16.	„Minte sănătoasă în corp sănătos”	convorbire	- să persevereze, dorind să aplice regulile de igienă	educatoarea	
17.	„Cine știe, câștigă!”	concurs	- să redea în limbaj propriu cunoștințele însușite pe parcursul participării la activitățile opționalului	educatoarea	

Semestrul al II-lea

Nr. crt.	Tema activității	Mijloc de realizare	Obiective urmărite	Responsabili și parteneri implicați	Data
18.	„Acesta sunt eu”	convorbire	- să denumească părțile componente ale corpului	educatoarea	
19.	„Chipul prietenului meu”	observare	- să identifice părțile componente ale feței umane	educatoarea	
20.	„Ce ne spune oglinda?”	joc-exercițiu	- să identifice propria stare de sănătate, privindu-se în oglindă	educatoarea	
21.	„Povestea măseleței negre”	povestea-educatoarei	- să aplice regulile de igienă a cavității bucale	educatoarea	
22.	„Sfatul periutei de dinți”	memorizare	- să aplice regulile de igienă a cavității bucale	educatoarea	
23.	„Apa și săpunul – prietenii mei dragi”	lectură după imagini	- să aplice regulile de igienă personală și colectivă	educatoarea	
24.	„Arată-mi ce și cum pot folosi”	joc didactic	- să aplice corect normele igienico-sanitare	educatoarea	
25.	„Maricica”	povestea-educatoarei	- să cunoască regulile de igienă personală și consecințele nerespectării acestora	educatoarea	
26.	„Spațiul meu”	activitate - gospodărească	- să manifeste comportament ecologic responsabil	educatoarea	
27.	„Ia priviți cum fac eu treabă” de E. Blaghinina	memorizare	- să înțeleagă necesitatea curățeniei, păstrându-și curate corpul, hainele, camera	educatoarea	
28.	„Ce sunt microbii, bacteriile, virușii?”	convorbire	- să înțeleagă noțiunile de sănătate, igienă, boală	educatoarea asistenta medicală	

OPȚIONAL EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE „VOIOȘI, SĂNĂTOȘI ȘI FRUMOȘI”

*Prof. inv. preșcolar Drăgan Daniela
Grădinița cu Program Prelungit Nr. 2
Caransebeș, județul Caraș-Severin*

ARGUMENT

Educația pentru sănătate încă de la vârstă preșcolară, reprezintă una din principalele căi de promovare a cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de formare a atitudinilor și deprinderilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.

Copiii trebuie ajutați să-și dezvolte capacitatea de adaptare rapidă și activă la mediu, să-și făurească o manieră rațională, igienică de activitate, de odihnă, de folosire a timpului liber. Copiii trebuie să fie învățați treptat să cunoască, la nivelul lor de înțelegere, valoarea regimului de viață ordonat, importanța unor deprinderi igienice, alimentare, comportamentale, bine constituite, avantajele ritmului și ale alternanțelor în activitatea de învățare, efectele nocive și consecințele vieții dezordonate. Copilul trebuie ferit de epuizare. Este necesar să i se ofere condiții de odihnă și momente de recreere și joc. Drumețiile și excursiile trebuie să devină o necesitate în viața copiilor.

Un rol important în asigurarea sănătății copilului îl are educația pentru sănătate, justificată de familiarizarea acestora cu limbajul, tematicile și cu activitățile de învățare specifice; de nevoia de a-și dezvolta un comportament activ, liber, responsabil, deschis, comunicativ;

CONȚINUTURI

I. Noțiuni elementare de anatomie și fiziologie.

1. Corpul uman – părți componente
2. Organele de simț
3. Starea de sănătate / boală

II. Igiena personală

1. Igiena cavității bucale
2. Igiena mâinilor, a unghiilor
3. Igiena corpului
4. Igiena îmbrăcăminte, încălțăminte
5. Boli cauzate de lipsa igienei

III. Activitate și odihnă

1. Regimul de activitate și odihnă în perioada copilăriei

VALORI ȘI ATITUDINI

- Promovarea unei vieți sănătoase; respect față de mediu, față de sport
- Atitudine pozitivă față de elementele ce ajută la susținerea unei vieți sănătoase

SUGESTII METODOLOGICE

- Modalități de realizare: convorbiri, joc de rol, joc senzorial, joc – exercițiu, fișe de muncă independentă.

RESURSE UMANE: preșcolari, medic familie, medic pediatru, medic stomatolog, părinți, bunici.

RESURSE MATERIALE: imagini, reviste, jocuri de masă, jetoane, fișe, culori, coli albe și colorate, obiecte de vestimentație, obiecte pentru igiena bucală, a mâinilor, alimente, veselă, trusă de bucătărie, șorțuri, bonete, halate, bonete, trusă de doctor.

BENEFICIARI : copii, părinți, comunitate.

MODALITĂȚI DE EVALUARE

Având în vedere că evaluarea este o componentă importantă a procesului de învățământ (și a oricărei situații de învățare) vor fi utilizate cele mai variate, dar eficiente, modalități de evaluare:

- Evaluare orală: convorbiri, povestiri, ghicitori, comparații și evaluări
- Evaluarea scrisă: fișe de activitate individuală
- Evaluarea practică: confecționare de afișe / pliante, realizarea de desene, expoziții tematice
- Autoevaluarea

PLANIFICARE

TEMA	MIJLOC DE REALIZARE	ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE	METODE ȘI PROCEDEE	INDICATORI DE EVALUARE
„Corpul meu”	- observare	- Descrierea verbală empirică a principalelor părți ale organismului uman	conversația problematizarea	- înțelegerea importanței igienei în sănătatea proprie
„Batistuța”	memorizare	- înzestrarea sistematică a copiilor cu noțiuni privind igiena individuală	exercițiul conversația	- recitarea poeziei
„Batistuța mea”	-pliere Activitate practică	-însușirea normelor de igienă personală	-conversația - explicația -demonstrația	- fixarea normelor de igienă personală
„Alimente naturale bogate în vitamine”	- observare	- exerciții de îndrumare spre consumul alimente-lor sănătoase	- observația - învățarea prin descoperire - conversația	- fixarea unor noțiuni despre o alimentație sănătoasă
„ De-a medicul nutriționist”	- joc didactic	- Exerciții de folo-sire a alimentelor sănătoase	-exercițiul - conversația	- găsirea de soluții eficiente
„Dințișorii”	- lectură după imagini	- formarea unor deprinderi de igienă dentară	-exercițiul - conversația	- aplicarea reguli-lor de igienă individuală
„Prietenii curățeniei”	memorizare	- cunoașterea obiectelor necesare igienei corpului	- exercițiul - conversația	- recitarea poeziei
„Fetița cu fundițe roșii”, Cella Aldea	- lectura educatoarei	- însușirea unor cunoștințe și norme specifice asigurării igienei individuale	-expunerea narativă -conversația	- fixarea regulilor de igienă pentru sănătatea proprie
		- Exerciții de expri-	- conversația	

„Cum ne păstrăm sănătatea ?”	-convorbire	mare a propriei păreri cu privire la importanța sănătății	euristică -problematizarea	- redactări de texte orale scurte
„Ghetuța murdară”	memorizare	- aplicarea normelor de igienă a încălță-mintei	- conversația - exercițiul	- consolidarea regulilor de igienă a încălțăminteii
„Așa da, așa nu !”	- joc didactic	- sistematizarea cunoștințelor dobândite anterior	problematizarea – exercițiul conversația	- prezentarea părerii proprii
„De-a doctorul”	- joc de rol	- identificarea și tratarea unei boli cunoscute	- exercițiul - conversația	- simulări
„Dinții sănătoși”	memorizare	-aplicarea normelor de igienă a dinților	- expunerea narativă - conversația	- verificarea regulilor de igiena cavității bucale
„Ce face fetița ? Ce face băiețelul ?”	-convorbire	- exerciții de dialog privind normele de igienă pentru protejarea organismului de microbi	- conversația euristică problematizarea - explicația	- dialoguri
„Alege ce-i sănătos !”	- joc didactic	- sistematizarea cunoștințelor dobândite anterior	-conversația -explicația - exercițiul	- verificarea normelor de igienă dobândite
„Așa arăt eu !”	- activitate practică	- folosirea corectă a îmbrăcămintei de sezon	-conversația -explicația -exercițiul - demonstrația	- identificarea hăinuțelor potrivite sezonului
„Sănătatea, bunul cel mai de preț”	- lectură după imagini	- fixarea regulilor de igienă a diferite-lor părți ale corpului	- expunerea narativă - conversația	- aplicarea normelor de igienă proprie
„Noi sun-tem copii cuminiți”	- cântec	- aplicarea normelor de igienă individu-ală și colectivă	- conversația - exercițiul	- intonarea cântecului
„Periem hăinuțele de praf”	- activitate practică	- consolidarea normelor de igienă personală	- exercițiul - conversația - explicația	- redarea prin desen a obiectelor necesare igienei proprii
„Cum servim masa ?”	- joc de rol	- fixarea regulilor de igienă în timpul mesei	-explicația -conversația - exercițiul	- respectarea normelor de igienă la servirea mesei
„Jucăriile curate”	- colaj	- respectarea igienei jucăriilor	-conversația -explicația -demonstrația - exercițiul	- fixarea normelor de igienă a jucăriilor
„Sănătatea și plantele medicinale”	-convorbire	- aplicarea normelor de igienă și alimentație sănătoasă	- expunerea narativă - conversația	- construcții de enunțuri
„Ghici, ghicitoarea	- dezlegare	- exerciții de completare a unor	-explicația -conversația	- ghicitori

mea !”	de ghicitori	propoziții lacunare	- exercițiul	
„Singur merg la doctoriță”	memorizare	- fixarea regulilor de igienă pentru o viață sănătoasă	- expunerea narativă - conversația	- recitarea poeziei
„Ce e bine, ce e rău ?”	-exercițiu-joc	- consolidarea deprinderilor de igienă individuală și colectivă	problematizarea - conversația - exercițiul	- verificarea regulilor de igienă proprie și colectivă
„La cabinetul medical”	- joc de rol	- instruirea privind probleme de prim-ajutor în caz de accidente minore	-explicația -conversația - învățarea prin descoperire	- capacitatea de utilizare a trusei de prim-ajutor
„De-a salvarea”	- joc de rol	- fixarea unor norme de prim-ajutor	- exercițiul - învățarea prin descoperire	- capacitatea de utilizare a trusei de prim-ajutor
„Eu și prietenii mei”	- desene pe asfalt	- exprimarea atitudinii pozitive privind aplicarea normelor de igienă necesare unei vieți sănătoase	- conversația - explicația -exercițiul	- realizarea de desene
„Aerul, prietenul nostru”	- jocuri de mișcare în aer liber	- aplicarea normelor privind sănătatea oferită de mediul înconjurător	- explicația - conversația -demonstrația -exercițiul	- concursuri
„Vine vara, bucură-te de natură!”	-plimbare în aer liber	- aplicarea normelor esențiale privind sănătatea oferită de mediul înconjurător	-conversația -observația	-observația sistematică a comportamentului copilului

BIBLIOGRAFIE

- „Minighid de educație pentru sănătate”, 1994,- Ed.Dystell, Craiova;
- Dumitrana Magdalena, 2008, „Programa activităților instructiv - educative în grădinița de copii”, Ed. V&I Integral, Bucuresti;
- „ Cum să fii politicos” și „ Cum să fii sănătos”, Constanța Cucinic;
- „ Educație pentru sănătate”, Buletinele informative editate sub egida MEC;
- Ministerul Educației și Cercetării, Institutul de Științe ale Educației, Revista Învățământul Preșcolar, 2009, București;
- Șchiopu Ursula, 1981, „Psihologia vârstelor” , Șchiopu Ursula, Editura Didactică și Pedagogică, București

EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE

Opțional

Prof. Emurla Nurșen
G.P.N. “Aurel Marinescu” Cobadin
Cobadin, județul Constanța

ARGUMENT

A învăța copilul, de la cea mai fragedă vârstă să fie îngrijit, să respecte reguli de igienă personală, să se obișnuiască cu un regim rațional de alimentație, înseamnă a pune baze trainice formării comportamentului igienic.

Deprinderile elementare de igienă trebuie imprimate de timpuriu pentru a deveni elemente ale modului de viață cotidian. Deprinderile igienice o dată formate, îi dau copilului siguranță în acțiune, încredere în posibilitățile lui, chiar îi formează o oarecare independență. Lipsa deprinderilor igienice creează dificultăți în respectarea regimului din grădiniță, îngreunează activitatea educatoarei.

Modul de abordare a acestor activități pleacă de la ideea că este bine pentru copii să înțeleagă că sănătatea nu înseamnă numai absența bolii, ci și un mod de viață echilibrat.

Deprinderile igienice au un rol formativ deosebit prin stimularea motivației intrinseci, stând la baza comportamentului civilizat al adultului de mâine.

Am propus această disciplină ca activitate opțională deoarece am considerat că va contribui la asigurarea sănătății. Astfel, mai întâi am dorit să transmit copiilor informațiile accesibile despre alcătuirea și componentele corpului uman, despre păstrarea igienei personale și evitarea unor accidente și pericole pentru sănătate.

Apoi, pe bază de exerciții variate – de observare, de comunicare, jocuri de rol și de simulare, jocuri didactice, teme de reflecție și de imaginație, precum și sarcini aplicative – am urmărit formarea și consolidarea unor deprinderi și obișnuințe de activitate organizată, de odihnă armonioasă, de alimentație corectă și igienică.

Prin toată activitatea mea, voi căuta să formez și să educ grupul de copii în așa fel încât să poată deveni un factor educativ atât pentru el cât și pentru grupul din care face parte – familie, colegi, prieteni.

COMPETENȚE GENERALE:

- Formarea capacității de a utiliza cunoștințele însușite în situații reale;
- Formarea și dezvoltarea interesului pentru problematica sănătății, pentru cunoașterea organismului uman, și a funcțiilor sale vitale;
- Cunoașterea noțiunilor legate de sănătate și boală în vederea dezvoltării armonioase a organismului;
- Formarea și consolidarea deprinderilor de igienă a muncii, de odihnă și recreere;
- Formarea deprinderilor de alimentație rațională și de desfășurare de exerciții fizice în vederea menținerii sănătății;
- Educarea deprinderilor de a păstra curate și în bună stare îmbrăcămintea, vesela precum și mobilierul și dotările colective ale grădiniței.

COMPETENȚE SPECIFICE:

- O 1** - Să cunoască schema corporală umană;
- O 2** - Să cunoască principalele reguli de igienă personală, dovedind aceasta și prin folosirea din proprie inițiativă a obiectelor sanitare personale;
- O 3**-Să înțeleagă necesitatea curățeniei, păstrându-și curate corpul, hainele, camera;
- O 4**-Să cunoască implicațiile respectării regulilor de igienă personală și consecințele nerespectării acestora;
- O 5**-Să înțeleagă noțiunile de sănătate, igienă, boală;
- O 6**-Să cunoască propria stare de sănătate și simptomele unor stări de boală;
- O 7**-Să respecte regulile de igienă dentară;
- O 8**-Să cunoască alimentele care mențin sănătatea dinților, diferențiindu-le pe cele dăunătoare;
- O 9**-Să înțeleagă că după o activitate solicitantă sunt necesare și binevenite jocul și odihna;
- O10**-Să respecte programul zilnic pentru dezvoltarea armonioasă a organismului;
- O11**-Să cunoască alimentele de bază, să le diferențieze, consumând toată gama de alimente;
- O12**-Să cunoască normele igienico-sanitare, respectându-le în orice împrejurare;
- O13**-Să realizeze conexiunea cauză-efect vizând factorii naturali (apă, aer, soare) și ambientali
asupra sănătății individului și grupului;
- O14**-Să-și formeze deprinderi igienico-sanitare corecte.

EXEMPLE DE COMPORTAMENTE

- Să identifice principalele părți ale organismului uman
- Să înțeleagă noțiunile de sănătate,igienă,boală
- Să cunoască (să recunoască) simptomele unor stări de boală
- Să aplice corect normele igienico-sanitare
- Să recunoască comportamentele sănătoase si comportamentele de risc
- Să cunoasca alimentele ce mențin sănătatea dinților si sa le evite pe cele ce le dăunează
- Să prevină si să combata cariile
- Să reprezinte grafic schema corporala
- Să folosească corect obiectele de igienă personală
- Să cunoască principalele reguli de igienă personală (si să le aplice)
- Să deosebeasca prin comportament atitudini favorabile ocrotirii mediului si sănătății propriului organism
- Să-și căleasca organismul la factorii de mediu(apa,aer,soare)
- Să cunoască alimentele de bază,să le diferențieze(piramida alimentelor)
- Să identifice rolul activității si a odihnei in mentinerea sănătății
- Să manifeste interes pentru aprecierea calității produselor alimentare(valabilitatea acestora)etc

CONȚINUTURILE ÎNVĂȚĂRII- o activitate /săptămână

I.Noțiuni elementare de anatomie și fiziologie.

- 1.**Corpul uman – părți componente- 2 activități
- 2.**Organele de simț- 2 activități
- 3.**Starea de sănătate / boala- 6 activități

II. Igiena personală

1. Igiena cavității bucale- 2 activități
2. Igiena mâinilor, a unghiilor- 2 activități
3. Igiena corpului- 2 activități
4. Igiena hainelor- 2 activități
5. Boli cauzate de lipsa igienei- 2 activități
6. Tratarea bolilor cauzate de lipsa igienei- 2 activități
7. Alimentele sănătoase- 4 activități

III. Activitate și odihnă

1. Regimul de activitate și odihnă în perioada copilăriei- 2 activități
2. Sportul și sănătatea- 4 activități
3. Mediul și sănătatea- 2 activități

ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

- Descrierea verbală empirică a principalelor părți ale organismului uman, a organelor de simț și a stării de sănătate și boală
- Jocuri senzoriale
- Exerciții de identificare a persoanelor sănătoase și persoanelor bolnave
- Exerciții de exprimare a propriei păreri cu privire la importanța sănătății
- Joc de rol „De-a doctorul” – identificarea și tratarea unei boli cunoscute
- Exerciții de dialog pe tema „Cum să fiu sănătos”
- Exerciții de folosire a alimentelor sănătoase
- Joc de rol „De-a medicul nutriționist” (exerciții de îndrumare spre consumul alimentelor sănătoase)
- Exerciții-joc de descoperire a părților componente ale corpului uman, utilizând planșe, imagini, mulaje sau prin studiul propriului corp.

METODE ȘI MIJLOACE DE REALIZARE

METODE DIDACTICE: observația, conversația euristică, învățarea prin descoperire, problematizarea, explicația, exercițiul, demonstrația, memorizarea, expunerea narativă.

MIJLOACE DE REALIZARE: observare, desen, joc didactic, convorbire, memorizare, activitate gospodărească, povestea educatoarei, modelaj, joc muzical, joc de rol, jocuri de mișcare în aer liber.

EVALUAREA cunoștințelor și deprinderilor copiilor se va face prin:

- ✓ convorbire
- ✓ desen
- ✓ exercițiul
- ✓ activitate practică
- ✓ joc de mișcare
- ✓ joc didactic
- ✓ joc de rol
- ✓ portofoliu cu lucrările copiilor și fotografii.

MODALITĂȚI DE EVALUARE

- probe orale
- probe practice
- probe scrise

BIBLIOGRAFIE:

1. M.E.N.,1979, „Educația pentru sănătate în învățământul preșcolar”, îndrumător metodic,București, Ed. Medicală
2. Bartoș E., Hagi G., 1996, „Consultații pentru activitatea metodică în grădiniță”, Timișoara, Ed. Eurobit
3. Peneș Marcela, 2000, „Igiena personală”, București, Ed. Ana

OPȚIONAL MICI ȘI SĂNĂTOȘI

*Prof. Înv. Preșcolar : Fiat Paraschiva
Grădinița P.P.Nr.2 Caransebeș
Caransebeș, județul Caraș-Severin*

ARGUMENT

A învăța copilul, de la cea mai fragedă vârstă, să fie îngrijit, să respecte regulile de igienă personală, să se obișnuiască cu un regim rațional de alimentație, înseamnă a pune baze trainice formării comportamentului igienic.

Deprinderile elementare de igienă trebuie imprimate de timpuriu pentru a deveni elemente ale modului de viață cotidian. Deprinderile igienice odată formate, îi dau copilului siguranță în acțiune, încredere în posibilitățile lui, chiar îi formează o oarecare independență.

Lipsa deprinderilor igienice creează dificultăți în respectarea regimului din grădiniță, diminuează calitatea procesului de învățământ, îngreunând în același timp și activitatea educatoarei. De aceea trebuie avută în vedere educarea deprinderilor copiilor, de a păstra curate și în bună stare îmbrăcămintea, precum și mobilierul și dotările colective ale grădiniței.

Alegerea opționalului „Micii sanitari” am făcut-o, împreună cu părinții, gândindu-ne că toți copiii trebuie să învețe de ce și cum să-și îngrijească sănătatea. În același timp ei trebuie să înțeleagă de mici că sănătatea nu înseamnă numai absența bolii, ci un mod de viață echilibrat.

Scopul conceperii acestui opțional este acela de a transpune noțiunile teoretice în reguli și norme comportamentale pentru copii, oferind un prilej de îmbinare a activităților specifice unor domenii diverse, prin abordare interdisciplinară.

METODE ȘI TEHNICI DE EVALUARE

- Observația sistematică
- Evaluare verbală
- Evaluare pe produs

ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

- Lectură după imagini
- Observare
- Povestire
- Memorizare
- Joc de rol
- Joc didactic
- Joc distractiv
- Modelaj
- Dactilopictură
- Activitate practică
- Activitate gospodărească
- Concurs interactiv

CONȚINUTURI

1. Introducerea copiilor în studiul educației sanitare;
2. Familiarizarea copiilor cu noțiunile de sănătate și boală în vederea dezvoltării armonioase a organismului;
3. S.O.S. corpul uman;
4. Activități practice de însușire a unor norme igienico-sanitare;

COMPETENȚE GENERALE/SPECIFICE

Domenii de dezvoltare	Dimensiuni ale dezvoltării	Comportamente vizate
A. Capacități și atitudini de învățare	A.1. Activare și manifestare a potențialului creativ	A.1.1. Manifestă creativitate în activități diverse
		A.1.2. Demonstrează creativitate prin activități artistico-plastice, muzicale și practice, în conversații și povestii creative
	A.2. Finalizarea sarcinilor și a acțiunilor (persistență în activități)	A.2.1. Realizează sarcinile de lucru cu consecvență
		A.2.2. Integrează ajutorul primit, pentru realizarea sarcinilor de lucru la care întâmpină dificultăți
B. Dezvoltarea limbajului, a comunicării și a premiselor citirii și scrierii	B.1. Mesaje orale în diverse situații de comunicare	B.1.1. Demonstrează capacitatea de comunicare clară a unor idei, nevoi, curiozități, acțiuni, emoții proprii (comunicare expresivă)
		B.1.2. Respectă regulile de exprimare corectă, în diferite contexte de comunicare
C. Dezvoltarea cognitivă și cunoașterea lumii	C.1. Relații, operații și deducții logice în mediul apropiat	C.1.1. Identifică elemente caracteristice ale unor fenomene/relații din mediul

		apropiat
		C.1.2.Compară experiențe, acțiuni, evenimente, fenomene/relații din mediul apropiat
		C.1.3.Identifică posibile răspunsuri/soluții la întrebări, situații-problemă și provocări din viața proprie și a grupului de colegi

PLANIFICAREA ACTIVITĂȚILOR

SEMESTRUL I

Nr. crt.	Data	Obiective operaționale	Conținuturi	Activități de învățare	Evaluare	Obs.
1.	07.09 2022	- să enumere simptome ale stărilor de boală;	„Cine e sănătos, cine e bolnav?”	-observare	- evaluare verbală	
2.	14.09 2022	- să utilizeze obiectele de uz personal (periuța de dinți, prosop, săpun) pentru menținerea igienei corpului;	„Curat și sănătos”	-concurs interactiv	- observația sistematică	
3.	21.09 2022	- să recunoască regulile de igienă dentară,dovedind respectarea lor; - să enumere alimente ce mențin sănătatea dinților;	„Dinți albi și sănătoși	-lectură după imagini	- evaluare verbală	
4.	28.09 2022	- să-și formeze deprinderea de a-si peria singur dinții, respectând igiena periutei și tehnica de periaj;	„Știu să-mi perii corect dinții?”	-observare	- evaluare verbală	
5.	05.10 2022	- să recite poezia, cu respectarea intonației, pauzei, ritmului;	„Prietenii” de Dan Faur	- memorizare	- evaluare verbală	
6.	12.10 2022	- să se spele corect,folosind apa și săpunul; - să descrie imaginile	„La spălător”	- lectură după imagini	- observația sistematica	

		prezentate;				
7.	19.10 2022	- să interpreteze corect rolul „micilor sanitari”; - să precizeze rolul „micilor sanitari” în păstrarea sănătății;	„Micii sanitari”	- joc de rol	- evaluare verbală	
8.	02.11 2022	- să recunoască obiectele de uz personal; - să-și formeze deprinderea de a utiliza corect obiectele de uz personal;	„Arată-mi ce și cum pot folosi!”	- joc didactic	- evaluare verbală	
9.	09.11 2022	- să realizeze o lucrare originală;	„Șervețelul”	- desen decorativ	- evaluare pe produs	
10.	16.11 2022	- să recite poezia clar și expresiv; - să retina mesajul poeziei de a-și menține ordinea și curățenia în cameră;	„Îa priviți cum fac eu treaba” de E. Blaghinina	- memorizare	-evaluare verbală	
11.	23.11 2022	- să-și formeze deprinderea de a-si curata singuri hainele și de a le aranja în dulap;	„Periem hăinuțele de praf”	- activitate gospodărească	- observarea sistematică	
12.	07.12 2022	- să recunoască principalele reguli de igienă personală;	„Cinci minute despre igienă”	-lectură după imagini	-evaluare verbală	
13.	14.12 2022	- să realizeze „Piramida alimentelor” marcând alimentele sănătoase cu ajutorul jetoanelor;	„Piramida alimentelor”	-joc didactic	- observarea sistematică	
14.	21.12 2022	- să recunoască simptomele stărilor de boală;	„În vizită la medic”	-joc de rol	- observarea sistematică	

SEMESTRUL AL II-LEA

15.	11.01 2023	- să enumere câteva reguli igienico-sanitare corect formate;	„Sănătatea-bunul cel mai de preț”	-observare	-evaluare verbală	
16.	18.01 2023	- să recite poezia clar și expresiv; - să-și descrie corect propriul corp;	„Oglinda” de I. Bumbac	-memorizare	-evaluare verbală	
17.	25.01 2023	- să selecteze imaginile adecvate titlului panoului, înțelegând mesajul transmis de acestea;	„Prietenii sănătății”	- activitate practică	-evaluare pe produs	
18.	01.02 2023	- să recite poezia clar și expresiv;	„Sfatul periutei de dinți” de M. Marancea	- memorizare	-evaluare verbală	
19.	08.02 2023	- să enumere principalele reguli de igienă dentară și consecințele nerespectării lor;	„Povestea măseleței negre” de Ramona Costea	- povestirea educatoarei	-evaluare verbală	
20.	15.02 2023	- să descrie activitatea medicului stomatolog și principalele reguli de igienă dentară;	„De vorbă cu medicul stomatolog”	- lectura educatoarei	- observația sistematică	
21.	01.03 2023	- să identifice alimentele de bază ;	„De-a bucătării”	- activitate gospodărească	-evaluare verbală	
22.	08.03 2023	- să identifice analizatorii corpului uman și funcțiile acestora ;	„Poveste cu Tom și Tina” de E. Butunoi	- lectura educatoarei	-evaluare verbală	
23.	15.03 2023	- să modeleze folosindu-și imaginația;	„Obiectele mele personale”	- modelaj	- observația sistematică	
24.	22.03 2023	- să precizeze că alcoolul și fumatul sunt dăunătoare	„Dușmanii sănătății”	- lectura educatoarei	-evaluare verbală	

		sănătății;				
25.	29.03 2023	- să respecte programul zilnic pentru a se dezvolta armonios și a fi sănătos;	„Sună ceasul la ora 8, 12,16... ce facem?”	- joc distractiv	- observația sistematică	
26.	05.04 2023	- să redea pe scurt conținutul textului și mesajul transmis;	„Cum mâncăm?” de Silvia Dima	- povestirea educatoarei	-evaluare verbală	
27.	19.04 2023	- să picteze obiecte de uz personal, folosindu-și imaginația;	„Obiecte de uz personal”	- dactilopictură	-evaluare pe produs	
28.	26.04 2023	- să rețină mesajul transmis de poveste;	„Supărarea Danielei”	- povestire	-evaluare verbală	
29.	03.05 2023	- să realizeze jurnalul unei zile prin marcarea momentelor acesteia cu ajutorul jetoanelor cu simboluri;	„Jurnalul unei zile”	- activitate practică	- observația sistematică	
30.	10.05 2023	- să recite poezia corect;	„Gimnastica de înviorare” de Ana Ruse	- memorizare	-evaluare verbală	
31.	17.05 2023	- să redea principalele măsuri de menținere a igienei corporale și obiectele folosite pentru aceasta;	„Stația curățeniei”	- joc didactic	-evaluare verbală	
32.	24.05 2023	- să răspundă la întrebări și să execute practic acțiunile învățate;	„Întrecerea săpunurilor”	-concurs interactiv	-evaluare verbală	
33.	31.05 2023	- să-și formeze deprinderea de a spăla fructele și legumele înainte de a le consuma;	„Salata de fructe”	- activitate gospodărească	- observația sistematică	
34.	07.06 2023	- să realizeze o lucrare originală;	„Batista colorată”	- desen decorativ	-evaluare pe produs	

35.	14.062 023	-să răspundă corect la întrebările adresate;	„Sănătos și voios”	-concurs interactiv	-evaluare verbală	
-----	---------------	--	--------------------	---------------------	-------------------	--

BIBLIOGRAFIE

1. Marcela Peneș 2019 „Curriculum pentru învățământul preșcolar, prezentare și explicitări” București, Didactica Publishing House,
2. Șova Siminica(coord), 2004 „Igiena personală”, București, Editura Ana
3. „Activități opționale în grădiniță” 2010, Ed. AS’S, Iași
Minighid de educație pentru sănătate-2007, Ed.Dystell-Craiova

PLANIFICARE ACTIVITĂȚI EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE

Ilie Ioana Cristina
Profesor în învățământul preșcolar
Școala Gimnazială Gura Șuții - Grădinița cu program normal Gura Șuții

SĂPTĂMÂNA	OBIECTIVE	TEMA MIJLOACE DE REALIZARE
1	Să recunoască și să respecte regulile de igienă	„CE ÎNSEAMNĂ SĂ FII CURAT SAU MURDAR?” conversație
2	Să respecte regulile de igienă	„MARICICA” Povestea educatoarei
3	Să respecte regulile de igienă	„PRIETENII CURĂȚENIEI” Memorizare
4	Să utilizeze corect obiectele de igienă personală	„OBIECTE DE IGIENĂ PERSONALĂ” - desen
5	Să utilizeze corect obiectele de igienă personală	„CE NE SPUNE OGLINDA?” Joc didactic
6	Să utilizeze corect obiectele de igienă personală	„ARATĂ CE ȘI CUM FOLOSEȘTI” Joc didactic – mimă
7	Să înțeleagă necesitatea de a fi curați	„SUNT CURAT PENTRU MINE ȘI SĂNĂTATEA MEA” - Conversație
8	Să își pastreze îmbrăcămintea și încălțăminte	„CUM NE PUTEM PĂSTRA ÎMBRĂCĂMINTEA CURAȚĂ?” Discuții libere
9	Să folosească corect	„NE ÎMBRĂCĂM ȘI NE ÎNCĂLȚĂM

	îmbrăcămintea și încălțăminte	CORECT” Activitate exercițiu
10	Să cunoască specificul hainelor corespunzător anotimpurilor	„SĂ ÎMBRĂCĂM PĂPUȘA” Joc de masă
11	Aranjarea corectă și ordonată a hainelor în dulap	Activitate gospodărească
12	Să cunoască legătura dintre sănătate, igienă, stare de boală	„CINE E SĂNĂTOS, CINE ESTE BOLNAV?” Discuție cu asistenta medicală
13	Să cunoască simptomele unei stări de boală	„CUM ȘTIU DACĂ SUNT BOLNAV?” - Discuții libere
14	Să cunoască simptomele unei stări de boală	„AMOS E RĂCIT!” Povestirea educatoarei
15	Să cunoască simptomele unei stări de boală	„DE CE AM FEBRĂ?” Vizionare DVD
16	Să cunoască beneficiile apei, aerului, soarelui	„CUM NE CĂLIM ORGANISMUL?” - Vizionare DVD
17	Să cunoască beneficiile apei, aerului, soarelui	„LA MARE, LA MUNTE, ÎN PARC, ÎN PĂDURE, LA ȘTRAND” - Discuții libere
18	Evaluare	„VREAU SĂ FIU MEREU SĂNĂTOS” - Concurs

OPȚIONAL „SĂ CRESC MARE ȘI VOINIC!”

*Prof. învă. preșcolar Vlaciuc Marina-Simona
Prof. învă. preșcolar Kurtuhuz Rodica
Grădinița cu program prelungit Nr.16
Târgoviște, județul Dâmbovița*

Denumirea opționalului: „Să cresc mare și voinic!”

Tipul: Educație pentru sănătate

Nivelul: I (4-5 ani)

Grupa: mijlocie Step by Step „Piticii”

Durata: anul școlar 2022-2023

Număr de activități pe săptămână: 1 activitate de 30 minute/săptămână

Locul de desfășurare : Grădinița P.P. Nr.16 Târgoviște

ARGUMENT:

Educația pentru sănătate este o componentă educațională primordială la vârsta preșcolară. Studiile recente relevă faptul că produsele alimentare de pe piață sunt din ce în ce mai nesănătoase, pline de zahăr, grăsimi și substanțe toxice. Din nefericire majoritatea consumăm aceste produse iar cel mai mult de suferit au copiii. Sedentarismul, alimentația

deficitară, statul în fața televizorului și a calculatorului, lipsa activității fizice au dus la obezitatea infantilă. Astfel, copiii trebuie să învețe încă de mici cum își pot păstra sănătatea, care sunt alimentele sănătoase și cât de importantă este mișcarea fizică. Atitudinile și comportamentele legate de sănătate se formează de la vârste fragede iar procesul instructiv educativ din grădiniță contribuie în mod semnificativ la formarea și dezvoltarea acestora.

Prin activitățile propuse în cadrul acestui opțional urmărim formarea și dezvoltarea unei atitudini pozitive, a unui mod de viață sănătos și totodată formarea și dezvoltarea deprinderilor igienico-sanitare în ceea ce privește alimentația și mișcarea în scopul adoptării unui comportament și regim de viață sănătos.

Scopul:

Formarea și dezvoltarea unor comportamente de igienă, care să susțină un stil de viață sănătos.

Competențe generale:

- 3.1. Exersează, cu sprijin, respectarea unor principii de bază specifice unei alimentații sănătoase
- 3.2. Manifestă deprinderi de păstrare a igienei personale
- 3.3. Demonstrează abilități de autoprotecție față de obiecte și situații periculoase
- 3.4. Utilizează reguli de securitate fizică personală

Competențe specifice:

- Cunoașterea deprinderilor igienico-sanitare pentru menținerea stării de sănătate;
- Educarea trăsăturilor pozitive de voință și caracter și formarea unei atitudini pozitive față de sine și față de ceilalți;
- Familiarizarea și utilizarea limbajului specific educației pentru sănătate;
- Formarea și dezvoltarea unor comportamente de protejare a sănătății personale și a mediului;
- Dezvoltarea și manifestarea de atitudini favorabile exprimării opiniilor și luării deciziilor pentru păstrarea sănătății personale.

Conținuturi:

- Corpul uman (componente)
- Igiena personală
- Igiena dinților
- Cabinetul medical
- Alimentație sănătoasă
- Mișcarea pentru sănătate

Activități de învățare:

- *“Să ne cunoaștem corpul!”* – observare;
- *„Singurel mă îngrijesc”* – lectură după imagini
- *„Dinți curați/dinți sănătoși”* – vizita medicul stomatolog;
- *„Periuța, prietena mea”* - observare;
- *„Mâncăm sănătos, creștem sănătos!”*- piramida alimentelor;
- *„Micul dejun, începutul unei zile sănătoase”* – activitate practic-gospodărească;
- *„Povestea picăturii de apă”*- povestirea educatoarei

- „Apa – izvor de sănătate” - realizarea unui poster;
 - „Vitamine, vitamine de la cine?” – joc didactic;
 - „Legumele și fructele – sănătate curată” – joc senzorial;
 - „Știm să ne jucăm în curte” – jocuri recreative;
 - „Când și de ce mergem la doctor?” – întâlnire cu un specialist;
 - „De-a doctorul”- joc de rol
 - „Maricica murdărica” - lectura educatoarei
 - „Micul sportiv” – jocuri sportive în curtea grădiniței;
 - „Colorăm, învățăm, sănătatea o păstrăm!” – realizare de desene, picturi, colaje;
 - „Mersul pe jos este sănătos!” – plimbare în cartier;
 - „Așa da/Așa nu! -Alimente sănătoase/nesănătoase”- joc didactic;
- Evaluare finală- „Cum îmi păstrez sănătatea?”- concurs, realizare poster.

Valori și atitudini:

- Grija față de aspectul îngrijit al corpului/ ținută;
- Respectarea unor reguli elementare de igienă ;
- Respect față de cadrele și serviciile medicale;
- Respectarea unui stil de viață sănătos (hrană, mișcare, odihnă).

Grup țintă:

- Preșcolarii grupei mijlocii Step by Step „Piticii”;
- Părinți, bunici.

Forme de organizare:

- activități frontale;
- activități pe grupe;
- vizite;
- expoziții;
- concursuri;

Strategii didactice:

- **metode și procedee:** observația, conversația, dezbateră, explicația, exercițiul, povestirea, experiment, lectură după imagini, memorizarea, vizionare PPT, jocul didactic, activitate practică, jocuri de mișcare, recreative și jocuri sportive în aer liber;
- **material didactic:** schelet/planșe corpul uman, laptop, cd, planșă-piramida alimentelor, fructe, legume, diverse alimente, foi de desen, creioane colorate, acuarele, carioci, jaloane, biciclete, fluiere, mingi etc.

Modalități de evaluare:

- Probe orale;
- Probe practice;
- Autoevaluare;
- Probe scrise (fișe de muncă independentă);
- Joc-Concurs;
- Jocuri didactice;
- Album foto;
- Portofoliu;
- Postere.

Locul desfășurării:

- Sala de grupă;
- Curtea grădiniței;
- Parc/Aer liber;

Planificarea activităților:

Nr. crt.	Obiective operaționale	Activități de învățare	Perioada
1.	Să precizeze părțile componente ale corpului uman și funcțiile acestora.	„Să ne cunoaștem corpul!” – observare;	Ian. 2023
2.	Să identifice reguli și obiecte de igienă personală.	„Singurel mă îngrijesc” – lectură după imagini	Ian. 2023
3.	Să știe cum se previn cariile dentare;	„Dinți curați/dinți sănătoși” – vizita medicul stomatolog;	Ian. 2023
4.	Să dovedească existența deprinderii de a-și peria dinții, respectând igiena periutei și tehnica de spălat;	„Periuța, prietena mea”- observare	Feb. 2023
5.	Să precizeze alimentele sănătoase/nesănătoase.	„Mâncăm sănătos, creștem sănătos!”- piramida alimentelor;	Feb. 2023
6.	Să pregătească micul dejun folosind alimente sănătoase.	„Micul dejun, începutul unei zile sănătoase” – activitate practică-gospodărească;	Feb. 2023
7.	Să asculte povestea și să precizeze drumul unei picături de ploaie.	„Povestea picăturii de apă”- povestirea educatoarei	Feb. 2023
8.	Să înțeleagă beneficiile consumului de apă și importanța acesteia ca resursă primordială pentru om.	„Apa – izvor de sănătate” - realizarea unui poster;	Mar. 2023
9.	Să denumească fructe și legume; Să cunoască beneficiile aduse de fructe și legume pentru sănătate.	„Vitamine, vitamine de la cine?” – joc didactic;	Mar. 2023
10.	Să denumească fructele/legumele pe care le-au gustat.	„Legumele și fructele – sănătate curată” – joc senzorial;	Mar. 2023
11.	Să manifeste cooperare și fair-play în jocurile întreprinse.	„Știm să ne jucăm în curte” – jocuri recreative;	Mar. 2022
12.	Să precizeze când și de ce ar trebui să meargă la doctor.	„Când și de ce mergem la doctor?” – întâlnire cu un specialist;	Apr 2023
13.	Să inițieze și să interpreteze rolul de doctor și de pacient.	„De-a doctorul”- joc de rol	Apr.. 2023

14.	Să conștientizeze importanța igienei personale.	„ <i>Maricica murdărica</i> ”- lectura educatoarei	Mai. 2023
15.	Să execute exercițiile propuse. Să cunoască beneficiile mișcării fizice pentru sănătate.	„ <i>Micul sportiv</i> ” – jocuri sportive în curtea grădiniței;	Mai 2023
16.	Să realizeze prin desen, pictură sau colaj lucrări artistico-plastice.	„ <i>Colorăm, învățăm, sănătatea o păstrăm!</i> ” – realizare de desene, picturi, colaje;	Mai 2023
17	Să cunoască beneficiile mișcării fizice pentru sănătate.	„ <i>Mersul pe jos este sănătos!</i> ” – plimbare în cartier;	Mai 2023
18	Să identifice alimentele sănătoase/nesănătoase și efectele acestora asupra sănătății.	„ <i>Așa da/Așa nu! Alimente sănătoase/nesănătoase</i> ” – joc didactic;	Iun. 2023
19	Să cunoască importanța unei alimentații corecte și a mișcării fizice pentru sănătate.	Evaluare finală- „ <i>Cum îmi păstrez sănătatea?</i> ”- concurs, realizare poster.	Iun. 2023

Sugestii metodologice:

Pentru cursul de optional „*Să cresc mare și voinic!*” propus la nivelele preșcolar, se va avea în vedere folosirea unor strategii și metode didactice modern, care pun preșcolarii în situații similar celor din realitate astfel încât cunoștințele și deprinderile să fie maxim potențate.

Jocul este mijlocul principal de realizare al activităților , prin jocul de rol, jocuri senzoriale, jocuri didactice, jocuri sportive. O importanță deosebită o are și activitatea practică.

Instrumentele de evaluare trebuie să evidențieze progresul realizat de fiecare preșcolar pe parcursul anului școlar, prin formarea competențelor propuse în programa școlară.

Bibliografie:

- *** (2019). *Curriculum pentru educație timpurie*
- Stama Ioana, Partin Zoe, *Educație pentru sănătate, manual optional, clasele I –II*, Editura Corint, București, 2005
- Marinescu, M. (2013). *Noile educații în societatea cunoașterii*. București: Editura Pro Universitaria.

PROGRAMĂ PENTRU ACTIVITATEA OPȚIONALĂ ”PITICI SĂNĂTOȘI ȘI VOIOȘI DE MICI”

*Prof. înv. preșc. Nichitov Cornelia
Prof. înv. preșc. Nichitov Paula
Grădinița cu P.P. Nr.12 Tulcea/
Seminarul Teologic Ortodox ”Sf. Ioan Casian”
județul Tulcea*

Grupa: Mijlocie

Tipul opționalului: Transcurricular

ARGUMENT

Sănătatea este cel mai de preț bun pe care-l poate avea un om. Primii ani de viață sunt deosebit de importanți pentru formarea obiceiurilor sănătoase. Sunt esențiale atât activitățile educative cât și cele distractive legate de alimentația sănătoasă.

În această perioadă, copiii își formează preferințele legate de gusturi, își dezvoltă abilitățile fizice de bază și atitudinile legate de alimentație și de mișcare. Experiențele pe care copiii le acumulează în acești ani constituie baza obișnuințelor pe care și le vor consolida pe parcursul întregii vieți, a stilului de viață pe care îl vor adopta. Este important ca cei mici să trăiască experiențe plăcute și educative în legătură cu alimentația sănătoasă și cu activitățile fizice, pentru a învăța cum să trăiască sănătos – mâncând suficiente fructe și legume, luând micul dejun zilnic, bănd apă și făcând mișcare. Aceste comportamente îi ajută să crească și să se dezvolte armonios, să aibă vitalitate și putere de învățare și să rămână sănătoși pe parcursul vieții.

Am propus această disciplină ca activitate opțională deoarece am considerat că va contribui la asigurarea sănătății copiilor. Astfel, mai întâi am dorit să transmitem copiilor informațiile accesibile despre alcătuirea și componentele corpului uman, despre păstrarea igienei personale și evitarea unor accidente și pericole pentru sănătate. Ulterior, printr-o varietate de activități – de observare, de comunicare, jocuri de rol și de simulare, jocuri didactice, teme de reflecție și de imaginație, precum și activități practice și artistico-plastice – am urmărit formarea și consolidarea unor deprinderi și obișnuințe de activitate organizată, de odihnă armonioasă, de alimentație corectă și igienică.

Dreptul la sănătate, la dezvoltarea fizică și psihică armonioasă constituie unul dintre drepturile fundamentale înscrise în Convenția cu privire la drepturile copilului, adoptată de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la data de 29 noiembrie 1989, de aceea considerăm că activitățile propuse în acest opțional vor stimula copiii în însușirea cunoștințelor și formarea deprinderilor benefice pentru sănătatea.

DOMENIILE DE DEZVOLTARE:

- A. Dezvoltarea fizică, a sănătății și igienei personale
- B. Dezvoltarea socio-emoțională
- C. Capacități și atitudini de învățare
- D. Dezvoltarea limbajului, a comunicării și a premiselor citirii scrierii
- E. Dezvoltarea cognitivă și cunoașterea lumii

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

A1 Motricitatea grosieră și motricitatea fină în contexte de viață familiare

- A3 Sănătate (nutriție, îngrijire, igienă personală) și practici privind securitatea personală
- B1 Interacțiuni cu adulții și cu copiii de vârste apropiate
- C1 Curiozitate, interes și inițiativă în învățare
- C3 Activare și manifestare a potențialului creativ
- D2 Mesaje orale în diverse situații de comunicare
- E3 Caracteristici structurale și funcționale ale lumii înconjurătoare

COMPORTAMENTE VIZATE:

- A1.3. Utilizează mâinile și degetele pentru realizarea de activități variate.
- A3.1. Exersează, cu sprijin, respectarea unor principii de bază specifice unei alimentații sănătoase
- A3.2 Manifestă deprinderi de păstrare a igienei personale
- B 1.2. Demonstrează abilități de solicitare și de primire a ajutorului în situații problematice specifice
- B1.3 Inițiază/participă la interacțiuni pozitive cu copii de vârstă apropiată
- C1.1. Manifestă curiozitate și interes pentru experimentarea și învățarea în situații noi
- C1.2. Inițiază activități de învățare și interacțiuni cu copiii sau cu adulții din mediul apropiat
- C2.2. Integrează ajutorul primit, pentru realizarea sarcinilor de lucru la care întâmplină dificultăți
- C3.1. Manifestă creativitate în activități diverse
- C 3.3. Demonstrează simț muzical ritmic, armonic prin cântec, joc cu text și cânt, dans etc.
- D1.1. Exersează, cu sprijin, ascultarea activă a unui mesaj, în vederea înțelegerii și receptării lui (comunicare receptivă)
- D1.2. Demonstrează înțelegerea unui mesaj oral, ca urmare a valorificării ideilor, emoțiilor, semnificațiilor etc. (comunicare expresivă)

CONȚINUTURILE ÎNVĂȚĂRII

1. Corpul uman
2. Organele de simț
3. Igiena personală (igiena cavității bucale și a nasului, a mâinilor și a unghiilor, igiena corporală)
4. Obiectele personale și rolul lor
5. Mișcare și odihnă
6. Igiena alimentației
7. Prietenii sănătății

ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

- Observarea părților componente ale corpului uman (pe un coleg, planșe) și observarea diferențelor dintre indivizi.
- Discuții libere cu privire la identitatea fiecăruia dintre noi.
- Executarea unor jocuri senzoriale ce implică cele 5 organe de simț.
- Recitări de versuri.
- Audierea unor povești cu rol de însușire a normelor de igienă elementare și consecințele nerespectării acestora.
- Activități practice de utilizare a obiectelor de igienă personală.
- Lecturarea unor imagini cu acțiuni de igienă desfășurate în diferite momente ale zilei.
- Realizarea unor întâlniri cu asistentul grădiniței.
- Executarea unor jocuri de mișcare cu text și cânt.

TEME ORIENTATIVE ȘI MIJLOACE DE REALIZARE

1. Corpul uman: "Eu sunt unic!"- desen
2. Organele de simț: "Simțurile mă ajută!"-joc senzorial/ "Simțurile"- memorizarea
3. Igiena personală: "Maricica murdărica" de L. Vlădescu- povestirea educatoarei, "Cu săpun mă spăl"- memorizare, "Piticlic și Zâna Măseluță"-convorbire cu suport video, "Batista"- memorizare, "Batista"- îndoire, decorare, "Mâini curate-sănătate"- observare/experiment, "Microbii"- experiment
7. Obiectele personale și rolul lor: "Săculețul cu surprize"-joc didactic, "Obiecte de igienă"-pictură, "Prietenii sănătății"- învățare cântec
8. Mișcare și odihnă: "Ziua unui pitic voinic"- lectură după imagini, "Dacă vreau să cresc voinic"- memorizare, "Piticii sportivi"-întrecere, "Rățuștele"-dans
9. Igiena alimentației: "Piramida alimentelor"- observare, "Vitamine de la cine"- concurs de ghicitori, "Fruite și legume curate-sănătate"- activ. practic- gospodărească, "Salata de fructe"- activ. practic- gospodărească
10. Sănătatea mintală "Minte sănătoasă în corp sănătos"-convorbire, "Dacă vesel se trăiește"- joc cu text și cânt

MODALITĂȚI DE EVALUARE

- "Prietenii sănătății"- joc didactic
- "Piramida alimentelor"- activitate practică
- "Cel mai bun sportiv"-parcurs aplicativ

BIBLIOGRAFIE

MEN, 2019, "Curriculum pentru educație timpurie", București

PROGRAMA PENTRU ACTIVITATEA OPȚIONALĂ „SĂNĂTOȘI ȘI VOIOȘI”

*PROF. ÎNV. PRESC. VAIDA LAURA
GRADINIȚA CU P.P. JUNIOR DEJ, JUDEȚUL CLUJ*

DOMENIUL DEZVOLTAREA FIZICĂ, A SĂNĂTĂȚII ȘI IGIENEI PERSONALE
NIVELUL I

GRUPA MICĂ „GREIERAȘII”

AN ȘCOLAR 2022-2023

DOMENIUL DEZVOLTAREA FIZICĂ, A SĂNĂTĂȚII ȘI IGIENEI PERSONALE

DURATA: an școlar 2022-2023

NUMĂR DE ACTIVITĂȚI: 1/săptămână

LOCUL DESFĂȘURĂRII: sala de grupă

ARGUMENT

MOTTO:

„Esența fericirii este sănătatea, iar a sănătății e mișcarea.”

James Thomson

Problema alimentației copiilor și a educației nutriționale în grădiniță, respectiv intervențiile la vârstele mici sunt aspecte extrem de actuale în lume, în condițiile în care copiii care frecventează mediul preșcolar se confruntă cu o serie de probleme de sănătate: obezitate, carii, lipsa activității fizice și schimbări ale obiceiurilor alimentare.

Intervențiile privind alimentația sănătoasă trebuie să înceapă de timpuriu. Obiceiurile alimentare sănătoase sunt esențiale pentru creșterea și dezvoltarea normală a copiilor preșcolari. Dezvoltarea biofizică a preșcolarului se constituie ca efect direct al alimentației copilului din această perioadă și exprimă calitatea regimului său de viață. Copilăria timpurie este o perioadă în care copiii dezvoltă o serie de comportamente, preferințe și atitudini legate de nutriție și produse alimentare pe parcursul anilor preșcolari. Astfel, experiențele copiilor din această perioadă joacă un rol major în conturarea comportamentelor lor alimentare de pe parcursul vieții; prin urmare, influențarea pozitivă a preferințelor alimentare în timpul copilăriei contribuie la stabilirea unor obiceiuri alimentare sănătoase pe tot parcursul vieții.

Concluzionând importanța grădiniței ca primă verigă a sistemului de învățământ care trebuie să intre în funcțiune în domeniul educației pentru sănătate, exercitând influențe educative menite să modeleze și care-și vor pune amprenta pe întreaga dinamică ulterioară a comportamentului civic al individului, ne-am oprit asupra acestui element pentru a-l aprofunda. Așa s-a născut opțiunea „Sănătoși de mici vom crește voinici”.

COMPETENȚE GENERALE/ DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII

- Motricitate grosieră și motricitate fină în contexte de viață familiare.
- Sănătate (nutriție, îngrijire, igienă personală) și practici privind securitatea personală.
- Autocontrol și expresivitate emoțională.

COMPETENȚE SPECIFICE/ OBIECTIVE

- Să cunoască schema corporală umană.
- Să cunoască principalele reguli de igienă personală, dovedind aceasta și prin folosirea din proprie inițiativă a obiectelor sanitare personale.
- Să înțeleagă necesitatea curățeniei, păstrându-și curate corpul, hainele, camera.
- Să cunoască implicațiile respectării regulilor de igienă personală și consecințele nerespectării acestora.
- Să cunoască propria stare de sănătate și simptomele unor stări de boală.
- Să respecte regulile de igienă dentară.
- Să cunoască alimentele care mențin sănătatea dinților, diferențiindu-le pe cele dăunătoare.
- Să înțeleagă că după o activitate solicitantă sunt necesare și binevenite jocul și odihna.
- Să respecte programul zilnic pentru dezvoltarea armonioasă a organismului.
- Să cunoască alimentele de bază, să le diferențieze, consumând toată gama de alimente.
- Să cunoască normele igienico-sanitare, respectându-le în orice împrejurare.
- Să-și formeze deprinderi igienico-sanitare corecte.

EXEMPLE DE COMPORTAMENTE

- Identifică principalele părți ale organismului uman.
- Înțelege noțiunile de sănătate, igienă, boală
- Cunoaște/ recunoaște simptomele unor stări de boală.
- Aplică corect normele igienico-sanitare.
- Recunoaște comportamentele sănătoase și comportamentele de risc.
- Cunoaște alimentele ce mențin sănătatea dinților și le evită pe cele ce le dăunează.
- Folosește corect obiectele de igienă personală.
- Cunoaște principalele reguli de igienă personală și le aplică.
- Deosebește prin comportament atitudini favorabile ocrotirii mediului și sănătății propriului organism.
- Cunoaște alimentele de bază, și le diferențiază (piramida alimentelor).
- Conștientizează rolul activității și a odihnei în menținerea sănătății.
- Manifestă interes pentru aprecierea calității produselor alimentare (valabilitatea acestora) etc.
- Își coordonează mușchii în desfășurarea unor activități diversificate, specifice vârstei.
- Participă la activități fizice variate, adecvate nivelului lui de dezvoltare.
- Exersează, cu sprijin, respectarea unor principii de bază specifice unei alimentații sănătoase.
- Manifestă deprinderi de păstrare a igienei personale.
- Demonstrează abilități de autoprotecție față de obiecte și situații periculoase.
- Utilizează reguli de securitate fizică personală.
- Recunoaște și gestionează emoțiile personale și ale celorlalți.

METODE ȘI MIJLOACE DE REALIZARE

- Memorizare, joc didactic, povestea educatoarei, cântec, joc distractiv, lectura educatoarei, joc de rol, conversația, modelaj.

CONȚINUTURI

Săptămâna Data	Teme	Mijloace de realizare
1.	<i>Acesta sunt eu</i>	Observare
2.	<i>Obiecte de uz personal</i>	Convorbire
3.	<i>Cine e sănătos, cine e bolnav?</i>	Vizită la cabinetul medical
4.	<i>Sfatul periutei de dinti</i>	Memorizare
5.	<i>Ce spune oglinda?</i>	Joc didactic
6.	<i>Vitamin pentru mine – salata de fructe</i>	Activitate practic-gospodărească
7.	<i>Pe Tărâmul dulciurilor – poveste terapeutică</i>	Povestirea educatoarei
8.	<i>La spălător</i>	Lectură după imagini
9.	<i>Prietenii sănătății</i>	Activitate practică
10.	<i>Astăzi mă simt...</i>	Convorbire (emoții)
11.	<i>Curățăm papucii pentru Moș Nicolae</i>	Activitate practice-gospodărească
12.	<i>Săculețul fermecat – obiecte de uz personal</i>	Joc didactic
13.	<i>Pe locuri, fiți gata, start!</i>	Traseu aplicativ
14.	<i>De-a bucătării</i>	Joc de rol
15.	<i>Igiena locuinței</i>	Convorbire
16.	<i>Așa da, așa nu!</i>	Joc didactic, fișă de lucru

17.	<i>Dacă vessel se trăiește!</i>	Joc musical
18.	<i>Poienița cu emoții – poveste terapeutică</i>	Lectura educatoarei
19.	<i>Dinți frumoși, dinți sănătoși</i>	Vizită la stomatolog
20.	<i>Dinți curați și bine periați</i>	Exerciții de îngrijire
21.	<i>Mâncarea mea preferată</i>	Modelaj
22.	<i>Igiena locuinței</i>	Convorbire
23.	<i>Microbii – dușmanii noștri</i>	Experiment
24.	<i>La ce mă folosești?</i>	Joc didactic
25.	<i>Stomatologul</i>	Memorizare
26.	<i>Obiecte de igienă personală</i>	Desen
27.	<i>Răspunsul dacă-l vei ști, sănătos mereu vei fi!</i>	Joc - concurs
28.	<i>Aer, soare și mișcare/ Sănătate și vigoare</i>	Jocuri de mișcare în aer liber
29.	<i>Batistuța</i>	Desen decorativ
30.	<i>Mihaela și cei trei ursuleți, de Neil Cobar</i>	Lectura educatoarei
31.	<i>Periem hăinuțele de praf</i>	Activitate practice-gospodărească
32.	<i>1, 2, fă acum ca noi!</i>	Traseu aplicativ
33.	<i>Curățel și Microbel</i>	Poveste cu început dat
34.	<i>Găsește locul potrivit!</i>	Joc didactic
35.	<i>Spune/arată ce ai învățat!</i>	Evaluare (convorbire, activitate practică)

MODALITĂȚI DE EVALUARE

- jocuri-exercițiu, jocuri de rol, desene, expoziții, portofoliile copiilor probe orale, probe practice, fișe de activitate individuală, jocuri-concurs, autoevaluarea, jocuri didactice

BIBLIOGRAFIE

- Curriculum pentru educație timpurie, 2019.
- „ABC-ul sănătății”, Ed. V&INTEGRAL, București, 2000.
- Constanța Cucinic, „Cum să fiu sănătos?”, Editura Aramis, București, 2000.
- D. Gaman, F. Stroe „Educație sanitară pentru preșcolari și școlarii mici” – Culegere, Editura Alfa, Piatra –Neamț, 2003.

ACTIVITATE OPȚIONALĂ „TAINELE ȘTIINȚEI - experimente”

Prof: VOICILĂ DANIELA-VASILICA

Educ: MĂLÎIA ȘTEFANIA LAVINIA

Grădinița cu P. P. Nr.6 (Structură 32) Brăila, județul Brăila

ARGUMENT

”Retinem 10% din ce citim,20% din ce auzim,30% din ce vedem si 90% din ce facem!”

(*Christian Drapeau*)

Natura este un loc unic și armonios care ne atrage permanent și îndeamnă să o descoperim. Totodată le dă copiilor oportunitatea de a se mișca în voie, de a experimenta și de a învăța lucruri noi. Totodată aceasta oferă copiilor materiale diferite și interesante a căror observare, colecționare, sortare, conservare și prelucrare contribuie la lărgirea orizontului de cunoaștere. Numărul infinit de flori, frunze, semințe, de forme și culori diferite au oferit nepuizabile modalități de realizare a unor tablouri, machete, jucării.

Cu ajutorul acestui opțional, ne-am propus să le facem cunoscute preșcolarilor câteva din secretele și minunile lumii înconjurătoare create de om sau de natură însăși prin intermediul unor experimente și activități practice, potolindu-le astfel setea de cunoaștere, dar în același timp dorindu-și să afle cât mai multe despre mediul înconjurător. De la vârste fragede, copiii testează limite, interacționează, explorează și caută soluții în mod creativ.

Preșcolarii vor fi antrenați în acțiuni de observare, de experimentare, de cercetare, de percepere și redare a frumosului din mediul înconjurător dezvoltând abilități, aptitudini și capacități psiho-motrice și creative.

„Frumusețea naturii este egalată numai de frumusețea sufletului.” (Victor Hugo)

SCOP:

- * Dezvoltarea de competențe, cunoștințe și abilități cu aplicabilitate în viața de zi cu zi.
- * Dezvoltarea unei atitudini pozitive față de științe și mediu.
- * Cunoașterea realității și dezvoltarea capacității de investigare, explorare și rezolvare a unor situații problemă

COMPETENȚE SPECIFICE:

- Cunoașterea mediului înconjurător;
- Utilizarea unui limbaj adecvat în prezentarea unor fenomene din natură și din mediul înconjurător;
- Familiarizarea copiilor cu deprinderi de activitate practică prin realizarea și participarea directă la efectuarea experimentelor;
- Favorizarea însușirii de cunoștințe prin asigurarea contactului direct, nemijlocit cu obiectele/fenomenele, prin provocarea planificată și controlată a fenomenelor.

UNITĂȚI DE COMPETENȚĂ:

- Să poată exprima prin cuvinte proprii păreri;
- Să observe și să descrie plante și animale;
- Să rețină componente ale spațiului cosmic;
- Să manipuleze obiecte specifice realizării unui experiment;
- Să participe cu interes și să manifeste atitudini pozitive în legătura cu activitatea opțională desfășurată;

MODALITĂȚI DE EVALUARE:

- Expoziție cu materialele realizate la experimentele desfășurate;
- Diseminarea rezultatelor în cadrul comisiei metodice din unitate;

RESURSE MATERIALE: hârtie albă și colorată de diferite dimensiuni, hartie absorbantă, apă, alcool, ulei, acuarele, pensule de diferite dimensiuni, trusă de chimie, eprubete și vase de plastic și de sticlă, pipete, lichide colorate, microscop, laptop, televizor, cablu usb, bureți, paie, fire textile de diferite grosimi, materiale din natură, albume, cărți cu experimente, sare,

nisip, cereale, coji de ouă, zahăr tos/pudră, amidon de porumb, oțet, bicarbonat, sticla, servetele, magnet, ace, material din natură – frunze, crengi etc.

FORME DE ORGANIZARE – frontal, individual, în perechi

PARTENERI / COLABORATORI- părinți, educatoare, copiii din grupele vecine

TIPUL OPȚIONALULUI: Integrat

GRUPA: mare

DURATA: 1 an școlar

NUMĂRUL DE ACTIVITĂȚI: 1 activitate/săptămână

LOCUL DESFĂȘURĂRII : sala de grupă

PLANIFICAREA CALENDARISTICĂ

Nr. ctr.	Data	CONȚINUTURI	RESURSE MATERIALE	MIJLOC MOD DE REALIZARE
1.		Natura	CD	Vizionare CD.
2.	Sept. 2023	„Culegem comori”	Frunze Castane Scoarță de copac Pietricele Pene păsări	Copiii adună lucruri din pădure. Întorși de la plimbare, pun la expoziție lucrurile adunate și le clasifică după diferite criterii: culoare, mărime, etc.
3.	Sept. 2023	”Cutii de pădure”	Cutii de carton Hârtie decor Frunze Castane Scoarță de copac Pietricele Pene păsări	Preșcolarii vor avea fiecare câte o cutie. Fiecare își va lipi în cutia lui „comorile” găsite anterior în pădure.
4.	Sept. 2023	Despre fructe și legume	Fructe Legume	Joc ”Gustă și ghicește”.
5.	Sept. 2023	Migrația păsărilor în ținuturile calde	Planșe Pene păsări	Discuții despre migrația păsărilor Pana plutitoare
6.	Oct. 2023	Concurs- „Zâna Toamna ne întreabă”	Bilețele cu întrebări	Concurs pe echipe
7.	Oct. 2023	„Pământul – casa noastră”	Glob pământesc PPT	Vizualizare PPT și observarea <i>Globului Pământesc</i> .
8.	Oct. 2023	Călătorie în spațiu	CD Videoproiector	Vizionare film.
9.	Oct. 2023	„Vrem să fim astronauti”	Plastilină Planșete Balon cu heliu	Activitate de modelaj. Cum plutește balonul?
10.	Noi. 2023	Mândru că sunt român	Fișă harta României Lipici Orez Coloranți alimentari	Orezul va fi pus în 3 pungi peste care vom adăuga coloranți alimentari (albastru, galben, roșu) obținând astfel culorile drapelului. Vor primi fișele pe care se află

				conturul hărții țării noastre,iar ei vor lipi orezul proaspăt colorat în
11.	Noi. 2023	Decor din coji de ouă	Coji de ouă Acuarele Pensule Castronele Lipici Fișe	Copiii vor vopsi cojile de ou pe care le vor sparge după ce culoarea se va usca și le vor pune în castronele în funcție de culoare. Vor primi apoi fișe cu motive de iarnă pe care le vor decora cu ajutorul cojilor pictate.
12.	Noi. 2023	Desen cu promoroacă	Țiplă A4 Coală albă A4 Cariocă Zahăr pudră Lipici	Copiii vor realiza un desen cu carioca neagră pe coala A4.Apoi introduc coala in folia de protecție.Cu lipiciul vor contura desenul pe care îl vad prin folie,apoi presară zahăr peste acel contur, obținând desenul cu promoroacă.
13.	Noi. 2023	Transformările apei	Zăpadă Recipiente	Copiii vor lua zăpadă în cele trei recipiente:un recipient va fi lăsat afară, un recipient pe masă în clasă,iar ultimul va fi pus pe calorifer.După câteva minute vor constata transformările.
14.	Dec. 2023	Norul din sticlă	Sticlă de plastic Apă caldă Chibrit	Umplem o sticlă cu apă caldă apoi pune dopul. Agită sticla temeinic. Desfacem capacul, educatoarea aprinde un chibrit și îl introduce în sticla apoi pune dopul.sticla se închide și se agita iar apoi dopul se desface încet.
15.	Dec. 2023	Erupție vulcanică	Sticlă Hârtie creponată Bicarbonat de sodiu Oțet	Am folosit o sticlă pe care am decorat-o cu hârtie creponată.În sticlă am introdus bicarbonatul colorat în roșu cu ajutorul unei acuarele. Erupția a avut loc în momentul în care în sticlă am turnat și oțetul peste bicarbonatul de sodiu.
16.	Dec. 2023	Ploaia!	Pahar de sticlă cu apă Spumă de ras Acuarelă lichidă albastră Pensulă	Vom pune spuma deasupra apei din paharul de sticlă pentru a simula norii albi de pe cer. Cu ajutorul unei pensule vom lua acuarela albastră pe care o vom picura deasupra spumei de ras. Acuarela va pătrunde prin spumă și va ajunge la fundul paharului simulând în acst fel picăturile de ploaie care cad din nori și ajung

				pe pământ.
17.	Ian. 2024	Incălzirea globală!	PPT	Vizionare PPT care le va arăta copiilor cum emisiile de CO2 pun în pericol atmosfera.
18.	Ian. 2024	Ce plutește?	Recipient plin cu apă Diverse obiecte	Toate obiectele vor fi puse într-o ordine aleatorie lângă recipientul cu apă. Copiii vor veni pe rând, își vor alege câte un obiect, își vor spune părerea despre ce urmează să se întâmple(să plutească sau să se scufunde) după care vor pune obiectul în apă pentru a-și verifica ipoteza.
19.	Ian. 2024	Grădina de zarzavat	Semințe de cimbru,pătrunjel,mărar,etc Pământ Ghivece Etichete cu numele plantelor Apă	Copiii vor pune pământul în ghivece și îl vor umezi. Vor pune semințele plantelor în gropițe, vor acoperi cu un strat subțire de pământ și vor uda. Fiecare ghiveci va fi etichetat corespunzător.
20.	Feb. 2024	Grădină multicoloră	Apă Cerneală Acuarele Flori	În câteva recipiente cu apă am adăugat cerneală albastră,acuarele de diferite culori.Am folosit flori albe ale căror tulpini le-am introdus în recipientele cu apă colorată. După câteva momente de așteptare am observat că florile care înainte erau albe,acum încep să capete culorile corespunzătoare apei din recipientele în care se află.
21.	Feb. 2024	Știința mâncării	Frișcă lichidă Tel manual Mixer 2 Boluri de inox	În recipientele de inox se varsă frișca lichidă în cantități egale. Folosind mixerul copiii observă cum frișca se întărește prin batere rapidă. Același lucru îl observă la viteză mai mică cu telul manual. Frișca lichidă, prin batere, se întărește.
22.	Feb. 2024	Experimente cu ouă!	Ou fiert Ou crud Vas cu apă Sare	Experimente distractive: Cum băgăm un ou fiert într-o sticlă? Cum știm dacă un ou este fiert sau nu? Oul plutitor.

23.	Mar. 2024	Flori de apă!	Vas cu apă Flori de hârtie	Experiment prin care copiii vor observa cum apa se îmbibă în hârtie și îi modifică acesteia proprietățile.
24.	Mar. 2024	Aluatul care umflă balonul!	Apă Drojdie Zahăr Sticlă Balon	Amestecăm apa cu zahărul și drojdia. Conținutul îl punem în sticlă, iar pe filet punem un balon. În timp vom observa că balonul se va umfla datorită reacției pe care o va avea drojdia.
25.	Mar. 2024	Să facem o morișcă!	Un pătrat de hârtie de desen Un ac Un dop Două mărgele O țepușă de frigărui Lipici Foarfecă	Copiii vor decora pătratul de hârtie pe ambele părți. Foaia va fi împărțită prin trasarea a două diagonale, se va tăia la capete și se vor răsuci. Dopul va fi lipit apoi pe bățul de frigărui. Prindem morișca pe o mărgică și pe rondul de dop. Jucându-se cu morișca, copilul își poate da seama de prezența vântului.
26.	Apr.. 2024	„Să plantăm un copăcel!”	Copăcei Apă	Activitate practică de plantare.
27.	Apr.20 24. 2024	Acul plutitor	Recipient apă Ace Șervețel Scobitoare	Într-un recipient cu apă vom pune un ac și vom observa că acesta se va scufunda. Pentru a face acul să plutească punem un șervețel pe suprafața apei, iar peste șervețel așezăm acul. Cu o scobitoare împingem șervețelul spre fundul apei și vom observa că de această dată acul plutește.
28.	Mai. 2024	Stafide dansatoare	Recipient apă Apă carbogazoasă Stafide	Într-un recipient cu apă puternic carbogazoasă vom pune câteva stafide. Inițial se vor scufunda, dar când bulele dioxidului de carbon se lipesc de suprafața stafidelor, fructele sunt propulsate la suprafață, unde balonașele acidulate se sparg, iar stafidele plonjează din nou pe fundul paharului. Procesul continuă până la eliminarea întregii cantități de acid din apă.
29.	Mai 2024	„Voluntari în acțiune”	Saci menajeri Mănuși Apă, piper, lichid de vase	Activitate practică de sortare a deșeurilor. Cum fug microbii? În farfurii albe se adaugă apă, piper măcinat

				presărat la suprafața apei apoi cu un băț de urechi îmbibat în lichid de vase se fac mișcări în apă. Ce se observă?
30.	<i>Mai 2024</i>	<i>Mini oceanul</i>	Apă Ulei Colorant alimentar	Într-o sticlă cu trei sferturi apă adăugăm colorant alimentar și ulei de gătit. Înșurubăm capacul sticlei și îi demonstrăm copilului ca uleiul nu se dizolvă în apă.
31.	<i>Iun. 2024</i>	<i>Meduza din sticlă</i>	Sticlă Pungă plastic subțire Elastic birou Foarfece Colorant alimentar	Într-o sticlă cu apă punem colorant alimentar albastru. În interiorul sticlei punem punga de plastic legată la un capăt pentru a simula capul meduzei, iar restul o tăiem franjuri pentru a simula tentaculele. Strângem filetul sticlei și o rotim pentru a face meduza să înoate.
32.	<i>Iun. 2024</i>	<i>Tornadă în pahar</i>	Borcan înalt cu capac Apă Oțet Detergent lichid Colorant alimentar	Într-un borcan înalt cu $\frac{3}{4}$ apă punem oțet, detergent de vase și colorantul alimentar pentru a se observa mai bine experimentul. Cu o linguriță amestecăm compoziția cu o mișcare circulară, formându-se în acest fel efectul de tornadă.

BIBLIOGRAFIE:

- Minna Lacey, dr. Lisa Gillespie, Lucy Bowman, *”365” de activități științifice* Editura RAO 2015
- DeAgostini, *„Marea carte despre experimente”*, Editura Litera, 2008;
- *„150 de Mari experimente științifice”*, Editura Aquila, 2008;

„EDUCAȚIE PENTRU VIAȚĂ! EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE!”*Prof. învă. preș. Cristescu Corina Florentina**Prof. învă. preș. Ciolac Simona**Prof. învă. preș. Vlad Olesea**Grădinița P.P. Nr.13-Târgoviște, județul Dâmbovița***PROIECT EDUCAȚIONAL
„ÎNGRIJEȘTE CEEA CE VREI SĂ OCROTEȘTI!”****ARGUMENT**

Formarea deprinderilor igienice începe din familie și este completată în grădiniță și, mai târziu, în școală.




Pentru acest domeniu educativ considerăm importante formarea unor moduri de execuție corectă a deprinderilor și formarea motivației necesare pentru efectuarea lor, prin înțelegerea necesității executării anumitor activități igienice.

„Educația pentru viață! Educația pentru sănătate” în grădiniță se realizează prin jocuri, povești, dramatizări, vizite, întâlniri cu cadre medicale. Aceste activități vor stimula copiii dezvoltându-le acea motivație interioară de care au nevoie.

Educația pentru viață, educația pentru sănătate la nivelul grădiniței reprezintă una din principalele căi de promovare a cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de formare a atitudinilor și deprinderilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.

Activitățile din cadrul acestui proiect dau posibilitatea cadrului didactic să utilizeze informația în funcție de nivelul grupei, de dezvoltarea psihosomatică a copiilor. Activitățile vin în întâmpinarea nevoilor fundamentale de educație ale oricărui copil, iar formarea unui stil de viață sănătos devine o condiție esențială pentru dezvoltarea armonioasă a personalității preșcolarului.

Educația pentru viață, pentru sănătate se află într-o strânsă interdependență cu:

-  educația pentru mediu, care își propune dezvoltarea conștiinței, a simțului responsabilității finite umane în raport cu mediul și problemele sale;
-  educația pentru pace, care presupune cultivarea unor atitudini superioare, formarea oamenilor pentru evitarea conflictelor;
-  educația pentru timpul liber, care include componente axiologice de natură culturală, artistică, turistică, socială, sportive, care țintesc un mod util și formativ de petrecere a timpului liber.

Educatorul poate asigura o bună relaționare între discursul teoretic din planul noilor educații și transpunerea acestora în practica educativă prin implicarea copiilor, asistentelor medicale, părinților, în activități care să răspundă intereselor copiilor și să stimuleze participarea la acțiuni variate, în context nonformale. Prin desfășurarea activităților din cadrul acestui proiect, grădinița poate aduce o contribuție substanțială în transmiterea acestor cunoștințe de educație pentru sănătatea copiilor.

I. SCOPUL:

Promovarea unui stil de viață sănătos, a respectului față de viața personală, sănătatea proprie și a celorlalți.

II. OBIECTIVE:

- a) apărarea și întărirea sănătății personale și colective a copiilor;
- b) însușirea de cunoștințe cu privire la igiena individuală și de grup;
- c) însușirea de cunoștințe cu privire la mediul ambiant în care trăiesc;
- d) formarea unor deprinderi de alimentație rațională și sănătoasă;
- e) formarea unor deprinderi elementare cu privire la prevenirea bolilor;
- f) aplicarea corectă a normelor de igienă a cavității bucale;
- g) identificarea și completarea setului de valori personale;
- h) conștientizarea importanței autocunoașterii în adoptarea unui stil de viață responsabil;
- i) promovarea comportamentelor responsabile în grădiniță și în afara ei;
- k) dezvoltarea abilităților necesare lucrului în echipă.

III. DURATA PROIECTULUI

An școlar

IV. LISTA DE CONȚINUTURI

- Cunoașterea rolului dinților în dezvoltarea organismului/pronunțării cuvintelor;
- Cunoașterea și respectarea regulilor de igienă dentară;
- Cunoașterea locului de păstrare a obiectelor sanitare;
- Cunoașterea alimentelor care contribuie la sănătatea dinților;
- Prevenirea și combaterea cariei dentare cu ajutorul doctorului stomatolog;
- Cunoașterea aspectelor activității medicului dentist și conștientizarea necesității colaborării cu acesta;
- Definirea alimentelor de bază;
- Consumarea întregii game de alimente;
- Consumarea alimentelor într-o anumită ordine și la o temperatură corespunzătoare;
- Cunoașterea importanței vitaminelor din legume și fructe;
- Cunoașterea importanței odihnei;
- Cunoașterea importanței sănătății;

V. ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE ȘI GENUL DE ACTIVITATE

- ✚ Conversație: „Dinți de lapte/dinți definitivi”
- ✚ Desen: „Paharul, periuța de dinți și periuța de dinți” Convorbire: „Unde sunt așezate...?”
- ✚ Exercițiu: „Periem corect dinții”
- ✚ Joc de rol: „De-a stomatologul”
- ✚ Concurs: „Periuța de aur”
- ✚ Poveste creată de educatoare: „Mi-e foame, mămico!”
- ✚ Joc de rol: „De-a bucătăresele”
- ✚ Activitate gospodărească: „Salată originală”
- ✚ Povestire: „Cum mâncăm?” de S. Dima
- ✚ Expoziție culinară: „Legumele, fructele și vitaminele”
- ✚ Concurs: „Sănătatea noastră”
- ✚ Expoziție: „Minte sănătoasă în corp sănătos”

VI. DESCRIEREA GRUPULUI ȚINTĂ

- copiii grupei de preșcolari;
- părinții copiilor;
- comunitatea locală.

VII. RESURSE UMANE:

- educatoarele grupei
- preșcolarii grupei
- părinți
- asistente medicale

VIII. RESURSE MATERIALE:

- videoproiector, tablă inteligentă, coli flip-chart, planșe

IX. NUMĂR COPII PREȘCOLARI IMPLICAȚI:

X. ECHIPA DE PROIECT

Coordonatori

XI. PARTENERI

- părinții preșcolarilor
- cabinetul medical al grădiniței

XII. PLANUL ACTIVITĂȚILOR

Nr. crt.	Denumirea activității	Obiective urmărite	Tipul activității/ mijloace de realizare	Participanți/ Invitați	Locul	Responsabil
1.	„Zâna Măseluță si caria”	identificarea aspectelor referitoare la igiena dinților	- vizionare de material informativ - discuții libere -convorbiri -jocuri de rol -concursuri	-preșcolari -asistentele grădiniței -medicul stomatolog	- sala de grupă - cabinetul medical al grădiniței	Echipa de proiect
2.	„Din natură ne luăm sănătatea”	-sensibilizarea populației cu privire la păstrarea unui mediu natural curat	- acțiune de distribuire a unor mesajelor cu caracter ecologic pt păstrarea mediului curat și pt menținerea sănătății	-preșcolari -educatoare - părinți	-cartierul grădiniței	Echipa de proiect
3.	Ziua Mondială a	conștientizarea unui	-activitate de educație			

	Drepturilor Omului „E dreptul meu să trăiesc într-un mediu curat”	comportament responsabil in relația om-natură	ecologică și sanitară -întâlnire cu personalul medical al unității	-preșcolari -educatoare -asistenta medicală -	-curtea grădiniței	Echipa de proiect
4.	„Vitaminele înseamnă sănătate”	-formarea unor deprinderi de alimentație rațională și sănătoasă	-prepararea unor salate de fructe sau legume împreună cu preșcolarii	-preșcolari -educatoare -părinți	sala de grupă	Echipa de proiect
5.	„Minte sănătoasă într-un corp sănătos”	adoptarea de către părinți și copii a unui stil de viață sănătos prin mișcare și sport	competiții sportive între grupe	-copii -educatoare -părinți	curtea grădiniței	Echipa de proiect

XIII. REZULTATE AȘTEPTATE

- a) Formarea de atitudini și deprinderi indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.
- b) Dezvoltarea unor comportamente de protejare a sănătății personale și a mediului în care trăiesc.
- c) Educarea copiilor și sensibilizarea părinților pentru a susține și promova comportamentele sănătoase.

XIV. MONITORIZAREA ȘI POPULARIZAREA PROIECTULUI

Având în vedere mediul în care trăim, obiceiurile nesănătoase adoptate de oameni și problemele cu care se confruntă societatea. *Educația pentru viață, educația pentru sănătate* reprezintă o necesitate, abordând o tematică de actualitate.

Activitățile desfășurate de-a lungul anului școlar vor fi popularizate pe situ-ul grădiniței și pe pagina de facebook a grupeii.

XV. BIBLIOGRAFIE:

- Glava, A., 2002, *Introducere în pedagogia preșcolară*, Editura Dacia, Cluj Napoca
- Tomșa, Gh., 2005, *Psihopedagogia preșcolară și școlară*, Editura V&I Integral, București
- *Curriculum pentru educația timpurie 2019- anexă la O.M.E.N. NR. 4694/02.08.2019*,
- XXX, 2009, *Ghid de intervenție sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli*, București

PROIECT DE PARTENERIAT EDUCAȚIONAL NAȚIONAL

Prof. învă. preșc. MORLOVEA ANGELA
Prof. învă. preșc. STOICA GABRIELA FLORENTINA
Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”
Târgoviște, județul Dâmbovița

„Minte sănătoasă în corp sănătos!”
-Educație pentru sănătate-
An școlar 2022-2023

ARGUMENT:

Educația constituie un sistem complex și unitar, care prezintă mai multe dimensiuni corespunzătoare principalelor laturi ale personalității umane: educația intelectuală, educația estetică, educația civică, educația fizică, educația pentru sănătate etc. Aceste dimensiuni se află în raporturi de interdependență și complementaritate, fapt ce-i conferă educației în cadrul grădiniței un caracter sistemic, deschis și dinamic.

Este bine știut că sănătatea reprezintă pentru om cea mai mare avuție a sa. Acest lucru are ca urmare situarea educației pentru sănătate în primele locuri ale acestui sistem.

Educația pentru sănătate trebuie să înceapă de la o vârstă timpurie pentru că în această etapă se dobândesc obiceiuri care sunt importante pentru activitățile ulterioare.

Motivăm alegerea acestei teme din dorința de a aduce un plus de cunoștințe referitoare la educația pentru sănătate printr-o alimentație corectă, prin respectarea regulilor de igienă personală și de grup pentru a forma o conduită corectă și responsabilă față de sănătatea noastră și a celor din jur. Deprinderile elementare de igienă trebuie imprimare de timpuriu pentru a deveni elemente ale modului de viață cotidian.

Lipsa igienei sau o igienă precară conduce spre boli grave care afectează mai ales copiii. Totuși, acestea se pot preveni dacă, încă din primii ani de viață, se respectă o alimentație corectă și reguli de igienă personală și de grup. Prin urmare este important ca preșcolarii să fie ajutați să înțeleagă cum trebuie să-și îngrijească corpul, precum și factorii care contribuie la asigurarea sănătății noastre.

I. DESCRIEREA PARTENERIATULUI:**I. 1. GRUP ȚINTĂ:**

- Preșcolarii Grădiniței cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște și din grădinițele partenere;
- părinții preșcolarilor implicați;
- Cadre didactice din Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște și din grădinițele partenere;
- comunitatea locală.
-

I.2. DURATA: septembrie 2022 – iunie 2023**I.3. RESURSE UMANE:**

- preșcolari;
- cadre didactice;

- părinții preșcolarilor;
- asistente medicale;
- medic stomatolog;
- medic specialist/pediatru;
- medic nutriționist;
- medic oftalmolog;
- membrii comunității locale.

I.4. PARTENERI:

- Inspectoratul Școlar Județean Dâmbovița;
- Fundația „*Inimă de copil*”;
- Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Dâmbovița;
- Grădinița Nr. 1, Voluntari, Ilfov;
- Grădinița cu program prelungit Nr. 2, Filipeștii de Pădure, Prahova;
- Grădinița cu program prelungit Nr. 6, Brăila;
- Grădinița Nr. 239, București.

I.5. COMISIA DE IMPLEMENTARE

➤ **Inițiatori:**

Grădinița cu program prelungit „*Alexandrina Simionescu Ghica*” Târgoviște

1. *Prof. inv. preșc.* MORLOVEA ANGELA
2. *Prof. inv. preșc.* STOICA GABRIELA FLORENTINA

➤ **Responsabili:**

Grădinița cu program prelungit „*Alexandrina Simionescu Ghica*” Târgoviște

1. *Prof. inv. preșc.* STOICA GABRIELA FLORENTINA

Grădinița Nr. 1, Voluntari, Ilfov

2. *Prof. inv. preșc.* SAVU MARIA

Grădinița cu program prelungit Nr. 2, Filipeștii de Pădure, Prahova

3. *Prof. inv. preșc.* VULPE MARCELA RAMONA

Grădinița cu program prelungit Nr. 6, Brăila

4. *Prof. inv. preșc.* GROSU GENA

Grădinița N. 239, București

5. *Prof. inv. preșc.* CRUCEANU DANIELA

➤ **Membri:**

Grădinița cu program prelungit „*Alexandrina Simionescu Ghica*” Târgoviște

1. *Prof. inv. preșc.* BELDIMAN CRISTINA MIHAELA
2. *Prof. inv. preșc.* BONDAC-STATE ELENA MIRELA
3. *Prof. inv. preșc.* CIUȘNEL ALEXANDRINA
4. *Prof. inv. preșc.* DINCĂ MĂDĂLINA
5. *Prof. inv. preșc.* GHIGHEANĂ ELENA CLAUDIA
6. *Prof. inv. preșc.* MARIN ELENA CRISTINA
7. *Prof. inv. preșc.* MIHALCEA RAMONA FLORINA
8. *Prof. inv. preșc.* NECHITA CORINA CRISTINA
9. *Prof. inv. preșc.* PINȚUR ELENA DANIELA
10. *Prof. inv. preșc.* RAȚU IONELA OANA
11. *Prof. inv. preșc.* RĂDULESCU NICOLETA
12. *Prof. inv. preșc.* STATE DANIELA IULIANA
13. *Prof. inv. preșc.* TOADER VERONICA LOREDANA

14. *Prof. inv. preșc.* ZAMFIRESCU-DRĂGUȚ LARISA GEORGIANA

Grădinița Nr. 1, Voluntari, Ilfov

15. *Prof. inv. preșc.* TUDORACHE CORNELIA

16. *Prof. inv. preșc.* SAVU MARIA

17. *Prof. inv. preșc.* ZAMFIR CRISTINA

18. *Prof. inv. preșc.* BOCAI LUCICA

19. *Prof. inv. preșc.* TOBESCU DIANA

20. *Prof. inv. preșc.* DEDIU PATRICIA

21. *Prof. inv. preșc.* STOICA-SAVU ELENA

Grădinița cu program prelungit Nr. 2, Filipeștii de Pădure, Prahova

22. *Prof. inv. preșc.* COSTACHE ALINA

23. *Prof. inv. preșc.* ANTIMIU ECATERINA

Grădinița cu program prelungit Nr. 6, Brăila

24. *Prof. inv. preșc.* DURBACA GABRIELA

25. *Prof. inv. preșc.* STROE TEODORA

26. *Prof. inv. preșc.* PISICĂ RODICA

27. *Prof. inv. preșc.* ISPAS IRINA ANCA

28. *Prof. inv. preșc.* VOICILĂ DANIELA-VASILICA

29. *Prof. inv. preșc.* MĂLÎIA ȘTEFANIA-LAVINIA

Grădinița Nr. 239, București

30. *Prof. inv. preșc.* BĂLUȚĂ GRAȚIELA MARIA

31. *Prof. inv. preșc.* BURGHELEA MĂDĂLINA VERONICA

32. *Prof. inv. preșc.* BURSUC ALEXANDRA CORINA

33. *Prof. inv. preșc.* DIMA MAGDALENA

34. *Prof. inv. preșc.* DROSU ALINA

35. *Prof. inv. preșc.* DUMITRU FLORENTINA ALEXANDRA

36. *Prof. inv. preșc.* GANEA CĂTĂLINA DANIELA

37. *Prof. inv. preșc.* GHIORGHE GEORGETA

38. *Prof. inv. preșc.* GRIGORESCU SIMONA

39. *Prof. inv. preșc.* IANCU ȘTEFANIA IONELA

40. *Prof. inv. preșc.* ION ANDREEA

41. *Prof. inv. preșc.* MANOILĂ CLARA

42. *Prof. inv. preșc.* MIHĂILESCU DOINA

43. *Prof. inv. preșc.* MIREA MARA

44. *Prof. inv. preșc.* MITROI GABRIELA

45. *Prof. inv. preșc.* NEAGU ELENA

46. *Prof. inv. preșc.* NECULA MIHAELA

47. *Prof. inv. preșc.* PARASCHIV CORINA

48. *Prof. inv. preșc.* RĂBOJ DENISA

49. *Prof. inv. preșc.* SAVA AIDA

50. *Prof. inv. preșc.* TROSCOT DOMNICA

51. *Prof. inv. preșc.* ȚÎNȚĂREANU SIMONA MĂDĂLINA

52. *Prof. inv. preșc.* VLAD CORINA MARIA

53. *Prof. inv. preșc.* ZAHARIA RODICA

I.6. RESURSE MATERIALE: Spațiile de învățământ din unitățile de învățământ implicate în proiect, laptop, videoproiector, ecran proiecție, materiale consumabile, flip-chart, coli de xerox, jucării, auxiliare didactice, flayere, markere etc.

I.7. SURSE DE INFORMARE:

- ***, *Curriculum pentru educația timpurie*, 2019
- Alice Nichita, Mihaela Mitroi, *Educația pentru sănătate*, Editura Aramis, 2009;
- *Ai grijă de tine!* – *Educație pentru sănătate și securitate personală*, Editura Diana, 2010;
- Hutanu Irina, Crocnan Elena, Chebici Sultana, *Educație pentru sănătate*, Editura Didactică și Pedagogică, 2008;
- Mira Loghin, *Grădinița pentru totdeauna*, Editura Univers, 2019;
- Alice Nichita, Mihaela Mitroi, *Educație pentru sănătate – îndrumător*, Editura Aramis, 2009.

I.8. PRODUSE ALE ACTIVITĂȚILOR PLANIFICATE: Pliante realizate de educatoare, postere, fotografiile, imagini, jurnalul proiectului, diplome, CD-uri, lucrări ale copiilor etc.

I.9. SCOPUL PROIECTULUI:

Cunoașterea modalităților de menținere și îmbunătățire a stării de sănătate, formarea unei atitudini pozitive și responsabile față de propria sănătate și a celor din jur.

I.10. OBIECTIVUL GENERAL

Principalul obiectiv al proiectului este de a ajuta copiii să dobândească, încă din fragedă vârstă, obiceiuri sănătoase de îngrijire personală (igiena dentară, igiena corporală), igiena alimentației, să adopte un comportament sănătos privind consumul de apă, fructe și legume, cât și importanța activității fizice zilnice.

OBIECTIVE:

- formarea unui stil de viață sănătos în rândul copiilor;
- formarea deprinderilor igienice necesare în vederea călirii organismului copiilor;
- dezvoltarea armonioasă a organismului și întărirea rezistenței acestuia;
- înzestrarea sistematică a copiilor cu noțiuni elementare privind problemele de igienă individuală și colectivă specifice vârstei;

I.11. Rezultate anticipate (măsurabile) pentru fiecare obiectiv specific:

- Cultivarea unei atitudini și a unui comportament igienic care să permită copiilor să acționeze în folosul propriei sănătăți;
- Creșterea interesului preșcolariilor de a desfășura activități de voluntariat și caritate;
- Colectarea de produse de igienă personală pentru scopul caritabil;
- Realizarea a cel puțin o activitate de educație pentru sănătate pe săptămână;
- Menținerea sau schimbarea stilului de viață din familiile preșcolariilor în ceea ce privește igiena, alimentația, activitatea fizică etc.
- Implicarea partenerilor din comunitate pentru asigurarea resurselor materiale necesare derulării activităților cuprinse în programul proiectului.

I.12. MODALITĂȚI DE EVALUARE, MONITORIZARE ȘI DISEMINARE

- Întâlniri cu echipa de proiect;
- Diplome;
- Fotografii;
- Produse ale activității copiilor;
- Mese rotunde cu partenerii și colaboratorii;
- Procese-verbale încheiate în urma desfășurării activităților;
- Raport de evaluare finală;

- Donații;
- Diseminarea activităților pe site-ul grădiniței și pe site-ul instituțiilor partenere.

I.13. IMPACTUL PROIECTULUI

- Acest proiect aduce beneficiarilor direcți- preșcolarii participanți la proiect, un plus de cunoștințe referitoare la educația pentru sănătate printr-o alimentație corectă, prin respectarea regulilor de igienă personală și de grup pentru a forma o conduită corectă și responsabilă față de sănătatea noastră și a celor din jur; vor dobândi obiceiuri sănătoase de îngrijire personală- igienă dentară, igienă corporală, igiena alimentației, vor adopta un comportament sănătos privind consumul de apă, fructe și legume și vor acorda importanța cuvenită activităților fizice zilnice, activităților în aer liber.
- Îmbunătățirea imaginii grădiniței în spațiul comunității locale.

I.14. MEDIATIZARE:

- Site-urile instituțiilor partenere;
- Facebook;
- Cercuri pedagogice.

I.15. METODE ȘI TEHNICI DE LUCRU

- activități comune între partenerii proiectului;
- activități extracurriculare;
- schimb de experiență între educatoare, asistente medicale și partenerii proiectului.

II. CALENDARUL ACTIVITĂȚILOR

Nr. crt.	Denumirea activității Mijloc de realizare	Locul desfășurării	Participanți	Luna
1.	<i>Întocmirea protocoalelor de colaborare și lansarea proiectului</i>	<i>Instituțiile partenere</i>	- <i>Parteneri;</i> - <i>Inițiatori;</i>	<i>Septembrie 2022</i>
2.	„Cum ne păstrăm sănătatea – Piramida alimentelor” - <i>întâlnire cu asistentele medicale;</i> - <i>activitate practică/artistic-plastică/practic-gospodărescă;</i>	<i>Grădinița cu program prelungit Nr. 2, Filipeștii de Pădure, Prahova</i>	- <i>Preșcolari;</i> - <i>Cadre didactice;</i> - <i>Asistente medicale;</i>	<i>Octombrie 2022</i>
3.	„Minte sănătoasă în corp sănătos” - <i>întâlnire cu medic specialist/pediatru;</i> - <i>lectorat cu părinții;</i>	<i>Grădinița Nr. 239, București</i>	- <i>Preșcolari;</i> - <i>Cadre didactice;</i> - <i>Medic specialist;</i> - <i>Părinți;</i>	<i>Noiembrie 2022</i>
4.	„Prietenii igienei” - <i>acțiune caritabilă;</i> - <i>prezentare film educativ;</i>	<i>Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște</i>	- <i>Membrii Direcției Generale de Asistență Socială și Protecția Copilului Dâmbovița;</i>	<i>Decembrie 2022</i>

			<ul style="list-style-type: none"> - Fundația „Inimă de copil”; - Cadre didactice; - Preșcolari; - Părinți; 	
5.	<p>„Digitalul în viața copiilor” - întâlnire cu medicul oftalmolog; - prezentare film educativ;</p>	Grădinița cu program prelungit Nr. 6, Brăila	<ul style="list-style-type: none"> - Cadre didactice; - Medic oftalmolog; - Preșcolari; 	Ianuarie 2023
6.	<p>„Ne mișcăm și ne distrăm!” - flashmob</p>	Instituțiile partenere	<ul style="list-style-type: none"> - Cadre didactice; - Preșcolari; - Membrii comunității locale; 	Februarie 2023
7.	<p>„Păstrează-ți zâmbetul sănătos întreaga viață!” 20 martie - Ziua Mondială a Sănătății Orale - întâlnire cu medicul stomatolog; - activitate practică;</p>	Grădinița Nr. 1, Voluntari, Ilfov	<ul style="list-style-type: none"> - Cadre didactice; - Preșcolari; - Medic stomatolog; 	Martie 2023
8.	<p>„Să cresc mare și voinic!” 7 aprilie – Ziua Mondială a Sănătății – concurs cu participare directă/indirectă; - schimb de experiență;</p>	Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște	<ul style="list-style-type: none"> - Parteneri; - Inițiatori; - Cadre didactice; - Preșcolari; - Părinți; 	Aprilie 2023
9.	<p>„Să acționăm împreună!” 22 mai - Ziua Europeană împotriva obezității - întâlnire cu medicul nutriționist; - lectorat cu părinții;</p>	Grădinița Nr. 239, București	<ul style="list-style-type: none"> - Cadre didactice; - Preșcolari; - Medic nutriționist; - Părinți; 	Mai 2023
10.	<p>„Minte sănătoasă în corp sănătos!” –ghid de bune practici; finalizarea proiectului.</p>	Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica” Târgoviște	<ul style="list-style-type: none"> - Parteneri; - Inițiatori. 	Iunie 2023

PROIECT DE PARTENERIAT EDUCAȚIONAL „COPIL VOIOS ȘI SĂNĂTOS”

*prof. inv. preșc. Mihaela Paraschiv
Grădinița „Rază de Soare”, Buftea, județul Ilfov*

Argument

Educația pentru sănătate la vârsta preșcolară reprezintă una din principalele căi de promovare a cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de formare a atitudinilor și deprinderilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.

Caracteristica fundamentală a vârstei preșcolare este dezvoltarea unui copil capabil să se descurce independent în societate. Este bine știut că bunele maniere nu se învață prin sfaturi, discursuri sau observații ci numai prin exemple. La această vârstă copilul imită și de aceea adulții din preajma lui trebuie să fie un exemplu pozitiv în comportament.

Copiii sunt privați de prea multe ori de alimentație sănătoasă și corespunzătoare vârstei, dar din păcate, de foarte multe ori din inconștiența părinților sau diferitele probleme financiare, sunt privați chiar de controalele și îngrijirile medicale și stomatologice necesare unei dezvoltări mintale și corporale armonioase.

Activitățile din cadrul acestui proiect educațional dau posibilitatea educatoarei să utilizeze informații în funcție de nivelul grupei, de dezvoltarea psihosomatică a copiilor și de particularitățile de vârstă. Aceste activități vin în întâmpinarea nevoilor fundamentale de educație ale oricărui copil iar formarea unui stil de viață sănătos devine o condiție esențială pentru dezvoltarea armonioasă a personalității copilului.

Coordonator proiect: prof. inv. preșcolar Paraschiv Mihaela

Echipa de proiect:

- ✓ Cadre didactice
- ✓ Medic, asistentă medicală

Scopul proiectului

Scopul acestui proiect îl constituie promovarea unui stil de viață sănătos, a respectului față de viața personal, sănătatea proprie și a celorlalți.

Obiective

- ✓ Însușirea de cunoștințe privind igiena individual și de grup;
- ✓ Formarea deprinderilor de alimentație sănătoasă;
- ✓ Formarea unor deprinderi elementare cu privire la prevenirea bolilor;
- ✓ Aplicarea corectă a normelor de igienă a cavității bucale;
- ✓ Îmbunătățirea vocabularului propriu utilizând cunoștințele însușite pe parcursul participării la activitățile de educație pentru sănătate;
- ✓ Dezvoltarea abilităților necesare lucrului în echipă.
- ✓ Educarea copiilor și sensibilizarea părinților pentru a susține și promova comportamentele sănătoase.

Durata proiectului:

Grup țintă și beneficiari

- ✓ Preșcolarii grădiniței

- ✓ Cadrele didactice
- ✓ Părinții copiilor
- ✓ Medic
- ✓ Asistenta medical

Resurse umane

- ✓ Cadre didactice
- ✓ Preșcolari
- ✓ Părinții copiilor
- ✓ Medic, asistentă medical

Resurse material

- ✓ Material didactice din dotarea grădiniței sau procurate de către cadrele didactice: pliante, tablă sau suport de hârtie, etc.
- ✓ Material aduce de părinți și copii
- ✓ Cabinet medicale, farmacie

Rezultate așteptate:

- ✓ Formarea de atitudini și deprinderi indispensabile unui comportament responsabil și sănătos;
- ✓ Dezvoltarea unor comportamente de protejare a sănătății personale;
- ✓ Educarea preșcolarilor și sensibilizarea părinților pentru susținerea și promovarea comportamentelor sănătoase.

Evaluarea proiectului

- ✓ Valorificarea activităților se poate face prin realizarea de portofolii și a unui album de fotografii, precum și organizarea unei expoziții cu lucrările copiilor.

Teme propuse :

1. „Voios și sănătos !”
2. „Alimentele și sănătatea!”
3. „Vitamine de la cine ?”
4. „Vizită la cabinetul medical”
5. „Vizită la farmacie”
6. „Singurel mă îngrijesc!”
7. „Zâmbet frumos, dinți sănătoși!”
8. „Mediul și sănătatea”
9. „Legumele, fructele și sănătatea”
10. „Carnavalul copiilor sănătoși și voioși”

PROIECT DE PARTENERIAT EDUCAȚIONAL “SĂNĂTOȘI, VOIOȘI, VOINICI”

*Profesor învățământ preșcolar Păun Daniela
Profesor învățământ preșcolar Dinu Georgeta
Grădinița cu program prelungit „Prichindel” Amara, județul Ialomița*

PARTENERIAT EDUCAȚIONAL ÎNTRE GRĂDINIȚĂ ȘI DISPENSARUL MEDICAL “SĂNĂTOȘI, VOIOȘI, VOINICI”

ARGUMENT

Există multe lucruri minunate în viața unui om, dar nici unul mai minunat decât sănătatea lui și, de aceea, referindu-ne la titlul parteneriatului, putem spune pe drept că sănătatea nu este totul, însă fără sănătate totul este nimic! A pune baze trainice formării unui comportament igienic pornește de la atenția care trebuie acordată copilului de la cea mai fragedă vârstă, începând în mediul familiei și continuând în mediul școlar: grădiniță.

Copilăria constituie o perioadă de asimilări masive, de formare a unor atitudini și abilități, care se vor transforma în instrumente pentru tot restul vieții, iar grădinița și școala, prin autoritatea morală pe care o au, pot aduce o contribuție substanțială la formarea unor atitudini comportamentale legate de sănătate, de dezvoltare armonioasă a preșcolarilor de azi, a elevilor de mâine și a tinerilor și adulților din viitorul apropiat, viitor care le aparține!

Parteneriatul de față, prin tematică și conținut, își propune promovarea unui stil de viață sănătos prin conștientizarea în rândul preșcolarilor a faptului că sănătatea este o valoare și o condiție indispensabilă pentru celelalte activități umane. Copiii, de mici e bine să înțeleagă că sănătatea nu înseamnă absența bolii, ci un mod de viață echilibrat/o respectare strictă a normelor de igienă, un mod de comportare și exigență igienică.

INIȚIATORI: Prof. învă. preșc. Paun Daniela și Prof. Dinu Georgeta de la Grădinița cu Program Prelungit „Prichindel”, Str. Viilor „Amara” .

SCOPUL: Părțile implicate în parteneriat au convenit să colaboreze în vederea informării preșcolarilor și a părinților acestora în scopul cunoașterii și respectării regulilor de igienă individuală și colectivă, precum și în prevenirea îmbolnăvirilor și menținerea sănătății.

OBIECTIVE:

- Să își însușească noțiuni legate de sănătate și boală în vederea dezvoltării fizice armonioase;
- Să își formeze deprinderi și norme de comportament pentru asigurarea echilibrului dintre sănătatea individuală și cea colectivă;
- Să contribuie la formarea capacității de a construi un mediu educațional propice formării unor deprinderi sănătoase, igienice, sanitare, de alimentație sănătoasă, de protejare a vieții privind părinții;
- Să accepte și să coopereze cu alți factori educaționali în activitatea grădiniței, tratându-i ca parteneri în educație privind medicul de familie;

PĂRȚI IMPLICATE: 1.Gradinita cu Program Prelungit,,Prichindel” , Str.Viilor reprezentata de doamna Director prof. Grigore Mocanita Geta, coordonatori prof.Paun Daniela si prof.Dinu Georgeta
2.Dispensarul medical al orasului Amara reprezentat de medicul de familie dr.Maciuca Silvia.

DURATA: 2019—2020

GRUP ȚINTA:Preșcolarii din gradinita, părinții acestora, educatoarele , asistentul principal Nicolaie Mariana.

RESURSE UMANE: - 60 prescolari
- trei educatoare

RESURSE MATERIALE: spațiile de învățământ din gradinita, CD-uri cu filme documentare, aparate foto, coli de scris, fotografiile și lucrări realizate de copii împreună cu părinții cărți,broșuri, reviste de sănătate, pliante, mulaje,trusa medicală,retrospectivă, seringă, garou, tensiometru,halat alb

IMPLEMENTAREA PROIECTULUI: Derularea propriu-zisă a activităților conform calendarului din programul de activități stabilit

MONITORIZAREA PROIECTULUI: înregistrarea video, foto.

EVALUAREA PROIECTULUI: -chestionare, expoziții cu lucrările copiilor , albume cu poze din activitatea copiilor,

CALENDARUL ACTIVITĂȚILOR

DATA	TEMA ACTIVITĂȚII	MIJLOACE DE REALIZARE	RESPONSABIL	LOCUL DESFĂȘURĂRII	EVALUARE
Octombrie 2019	“Prietenii dinților: pasta și periuța de dinți, vitaminele și, la nevoie, medicul stomatolog!” „Ziua mondială a alimentației”	- prezentare de imagini -periajul dinților -activitate practica „Piramida alimentelor”	Asistent medical Nicolaie Mariana Prof.Dinu Georgeta Prof.Paun Daniela	G.P.P.,„Prichindel’ Sala de grupa	Fotografii Colaj
Noiembrie 2019	„Bogățiile toamnei” – vitaminele din fructe și legume	-activitate practică-gospodărească a „Salata de fructe/legume”	Prof.Grigore Mocanita Geta Prof.Dinu Georgeta Prof.Paun Daniela Asistent medical	G.P.P.,„Prichindel’ 	Fotografii

		-activitate practica,,Pomul fructifer’’	Nicolaie Mariana		
Decembrie 2019	„Medicul de familie- prietenul copiilor’’ prezentarea cabinetului medical și a celor mai folosite instrumente „La ce se folosește?’’	-vizita	Medic de familie Dr.Maciuca Silvia Asistent medical Nicolaie Mariana Educatoarele grupelor mici	Dispensarul medical	Pliante
Ianuarie 2020	„Vitaminele și importanța lor pentru sănătate în anotimpul iarnă ’’	Lectura educatoarei	Asistent medical Nicolaie Mariana Prof.Dinu Georgeta Prof.Paun Daniela	G.P.P.,Prichindel’	Planșe
Februarie 2020	„Educatoare pentru 30 minute’’ Trusa medicală și obiectele de prim-ajutor prezentate de educatoare-medic. Resuscitarea!	Curs de prim ajutor	Medic de familie Dr.Maciuca Silvia Asistent medical Nicolaie Mariana	G.P.P.,Prichindel’	Fotografii
Martie 2020	“Ziua mondiala a sanatatii orale’’	Vizita la cabinetul stomatologic	Medic stomatolog Rubinescu Sorin Toate educatoarele implicate in proiect	Dispensarul medical ,Amara	pliante
Aprilie 2020	„Ziua mondiala a sanatatii’’ „Importanta apei in viata omului’’	Prezentare Power Point Experimente	Asistent medical Nicolaie Mariana Toate educatoarele implicate in proiect	G.P.P.,Prichindel’	Fotografii
Mai 2020	“Oul și importanța lui pentru organism’’	Convorbire	Asistent medical Nicolaie Mariana	G.P.P.,Prichindel’	Fotografii
Iunie 2020	„Sanitarii priceputi’’	Evaluare Concurs „Raspunde repede si bine!’’	Eucatoarele Asistent medical	G.P.P.,Prichindel’	- impresii -expoziții foto -finalizarea proiectului

SĂ CRESC MARE ȘI VOINIC!

*Profesor în învățământul preșcolar Simonescu Raluca Aida
Școala Gimnazială Șoimuș , Șoimuș, județul Hunedoara*

PROIECT EDUCAȚIONAL

Argument:

“Fiecare copil are șansa de a trăi într-o lume mai bună, mai curată, mai onestă, aici în locul unde te-ai născut!”

Depinde de noi, oamenii maturi, cum știm să le creăm această lume, cum îi conștientizăm să aibă un program riguros de masă, joc și trai.

Este important pentru sănătatea lor să își dezvolte un comportament corect privind respectarea orelor de masă și consumul de alimente sănătoase.

Ne dorim să inițiem copii în activități recreative plăcute, care să le dezvolte atât simțul practic, cât și comportamentele civilizate, comunicarea și aptitudinile. Se știe că în societatea modernă apare tot mai des problema sănătății din cauza poluării tot mai mari a mediului înconjurător și în același timp din cauza apariției a tot mai mulți aditivi alimentari foarte nocivi pentru organism.

Este vârsta la care se formează primele deprinderi de igienă personală, alimentație, sport și mișcare. Aceste deprinderi trebuie să fie corecte pentru că odată cu trecerea anilor copiilor le este tot mai greu să-și modifice deprinderile greșite.

Alegerea acestei teme are ca scop și aducerea unui plus de cunoștințe cu privire la regulile de igienă personală și de grup, promovarea sportului și formarea unei conduite corecte și responsabile față de sănătatea proprie și a celor din jur.

Obiective - stimularea consumului de alimente sănătoase produse de familiile lor în gospodărie

-apropierea de natură prin realizarea unor activități sportive

Scopul proiectului - organizarea unor expoziții de postere realizate la temele indicate

-atragerea copiilor în activități de tip joc în natură

-promovarea interesului pentru o viață sănătoasă

Grupul țintă- preșcolarii gruper ,părință, cadre didactice

Resurse umane - preșcolarii, cadrele didactice, asistenta medicală

Resurse materiale - planșe , pliante , postere, laptop, CD, materiale informative

Teme - prezentări PPT

- jocuri în aer liber
- drumeții în jurul grădiniței
- informarea despre alimentele sănătoase
- realizarea unor afișe,postere

Calendarul activităților -

1. Să oferim copiilor noștri o viață mai bună
2. Nu mai vrem chipsuri, vrem doar mâncare sănătoasă

3. Suntem liberi, suntem sănătoși la trup și suflet

Evaluare-

1. Discutarea beneficiilor proiectului
2. Activitatea demonstrativă
3. întreceri sportive

Rezultate așteptate-

În urma derulării proiectului copiii vor fi capabili

- să-și pregătească meniuri sănătoase
- să practice exerciții fizice cu interes în natură
- să devină mai activi, sănătoși
- să renunțe la mâncurile nesănătoase și sucurile din comerț
- să realizeze cât de des se poate drumeții în natură

Beneficiarii proiectului- preșcolarii.

BIBLIOGRAFIE - A.Ardelean, Gh. Mohan *Ecologie și protecția mediului*, Ed. Scaiul
-Gabriela Bărbulescu-*Educație pentru sănătate*, Ed.Prior-Books

Coordonatori proiect- Simonescu Raluca Aida.

**“SĂNĂTATEA BUNUL CEL MAI DE PREȚ!”
Parteneriat educațional -de educație sanitară**

*PROF. SITEAVU JENICA
LICEUL COBADIN, LOC. COBADIN, JUDEȚUL CONSTANȚA*

ARGUMENT:

A învăța copilul de la cea mai fragedă vârstă să fie îngrijit și să respecte regulile de igienă personală, să se obișnuiască cu un regim rațional de alimentație, înseamnă a pune bazele temeinice formării comportamentului igienic. Educația pentru sănătate este una dintre componentele educației pentru societate ce reprezintă o pârgie importantă de acțiune asupra dezvoltării fizice și psihice optime a preșcolarilor.

Inițierea acestui parteneriat cu cabinetul medical vine în întâmpinarea nevoilor fundamentale de educație ale oricărui copil. Astfel se va urmări promovarea cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și formarea de atitudini și deprinderi indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.

Educația pentru sănătate trebuie să înceapă la vârste mici pentru că în această etapă se dobândesc obiceiuri care sunt relevante activităților ulterioare.

DESCRIEREA PROIECTULUI:

Proiectul se derulează pe parcursul unui an școlar, perioadă în care preșcolarii vor învăța din ce este format corpul uman, să respecte regulile de igienă, să recunoască modul în care alimentația sau mișcarea pot influența starea de sănătate .

SCOP:

- Formarea unui stil de viață sănătos, în vederea dezvoltării armonioase sub aspect psiho-fizic a preșcolarilor, prin derularea unor activități specifice;
- Formarea unei atitudini pozitive față de sănătatea proprie și a celor din jur.

OBIECTIVE:

A. privind copiii

- asimilarea unor noțiuni și cunoștințe, privind problemele legate de sănătatea individuală și colectivă, specifice vârstei;
- însușirea unor norme de comportament pentru asigurarea echilibrului dintre sănătatea individuală și cea colectivă;
- îmbogățirea vocabularului propriu, utilizând cunoștințe însușite pe parcursul participării la activitățile de educație pentru sănătate;
- valorificarea cunoștințelor despre corp și sănătate în vederea respectării regulilor de igienă personală și organizării unui regim rațional alimentar;

B. privind educatoarele

- stimularea capacității de a construi un mediu educațional propice formării unor deprinderi sănătoase de igienă, alimentație sănătoasă și de protejare a vieții;
- aplicarea unor noi metode de stimulare a copilului în vederea desfășurării unor activități cu caracter sanitar;
- diseminarea experiențelor pozitive dobândite în urma derulării proiectului;

C. privind părinții

- implicarea responsabilă a părinților și a altor factori educaționali în activitatea grădiniței, privind crearea unui mediu sănătos pentru viitorul copiilor;
- exprimarea opiniilor și luarea deciziilor pentru păstrarea sănătății propriilor copii;

GRUP TINTA:

- copiii preșcolari cu vârste între 3-6 ani
- educatoarele grupei, parinti.

RESURSELE PROIECTULUI:

- **umane** - copii preșcolari și educatoarele;
 - specialiști: medici și asistente;
 - părinții copiilor;
 - parteneri locali care pot sprijini derularea proiectului.
- **materiale**
 - material didactic din dotarea grupei;
 - materiale procurate de educatoare, părinți, copii, specialiști (planșe, pliante, mulaje, etc.);
 - broșuri și reviste de sănătate;
 - aparat foto, computer, CD-uri, DV-uri;
 - cabinete medicale cu aparatura din dotare;

- **financiare**
 - autofinanțare;
 - părinți, bunici;

REZULTATE:

- ✓ copii sănătoși și frumoși;
- ✓ atitudini pozitive față de sănătatea lor și a celor din jur;
- ✓ grijă pentru sănătatea proprie;
- ✓ postere, fotografii, pliante, expoziții de lucrări;

EVALUARE:

- chestionare, expoziții foto, expoziții cu lucrările copiilor, album realizat de către copii.

IMPACTUL ESTIMAT AL IMPLEMENTĂRII PROIECTULUI

În urma desfășurării activităților cuprinse în planificarea activităților din cadrul proiectului educațional, copiii vor fi mai preocupați de îngrijirea corpului lor, de ceea ce mănâncă, de activități sportive desfășurate în aer liber, în general de sănătatea lor.

Vor apela cu mai multă încredere la cadrele medicale, deoarece teama de doctor în mare parte va fi înlăturată.

Părinții vor fi captați să participe ca parteneri în procesul educativ, fapt ce va duce la înțelegerea importanței colaborării cu grădinița, cu educatoarele. Se vor implica mai activ în derularea activităților pe care le desfășoară copilul în grădiniță și vor colabora în scopul dezvoltării armonioase a copiilor.

Educatorele vor reuși să-i stimuleze pe copii în a acorda mai multă importanță propriei lor persoane. De asemenea, informându-se și documentându-se vor contribui la îmbunătățirea procesului instructiv-educativ din grădiniță.

CALENDARUL ACTIVITĂȚILOR

NR. CRT	DATA	TEMA ACTIVITĂȚII	MODALITĂȚI DE REALIZARE
1.	Octombrie	Lansarea proiectului	Masă rotundă împreună cu părinții, educatoarea și medicul .
2.	Noiembrie	„Curățenie= sănătate”	Evaluarea de către asistenta a copiilor- instructaj „Cunoașterea regulilor de bază în păstrarea curățeniei corporale”
3.	Decembrie	„Dialog cu medicul de familie”	Vizită la cabinetul medical „Prevenirea bolilor respiratorii”
4.	Ianuarie	„Ce am văzut la cabinetul medical”	Desenăm și pictăm ce am văzut la cabinetul medical
5.	Februarie	„Ce sunt microbi?”	Vizită la cabinetul medical
6.	Martie	„Maricica” de Luiza Vlădescu	Lectura educatoarei
7.	Aprilie	„Ce și cum mâncăm?”	Cunoașterea regulilor de alimentație corectă- concurs.

8.	Mai	„Sportul și sănătatea”	Vizită la Dispensarul comunal
9.	Iunie	Evaluarea proiectului	Expoziție de fotografii realizate pe parcursul derulării proiectului și lucrări realizate de copii

PROIECT DE PARTENERIAT EDUCAȚIONAL „SĂNĂTATEA PE PRIMUL LOC”

*Ed. Vechiu Teodora-Marilena
Prof. Cojocaru Andreea-Ionela
Grădinița cu Program Normal Băleni, loc. Băleni, județul Dâmbovița*

ARGUMENT

În prezent, putem spune că tehnologia este mai presus decât universul copilăriei. Astfel, mișcarea fizică lipsește cu desăvârșire din viața copiilor, ceea ce duce la o lipsă a dezvoltării armonioase și sănătoase. Uneori, aceștia i se adaugă alimentația de slabă calitate, mâncăruri gătite în fugă sau fast food-ul. Copiii deseori se confruntă cu privarea de consultații stomatologice, medicale, atât de necesare sănătății mintale și fizice.

Este esențial ca preșcolarii să cunoască aspecte de igienă personală, alimentație sănătoasă, mișcare, pentru a deveni responsabili și a avea grijă de ei înșiși. În acest sens, trebuie să înțeleagă că unitatea de învățământ, prin educatoare și alți parteneri, se îngrijesc temeinic de educația lor și în această direcție, și sunt sprijiniți.

Prezentul parteneriat vine în ajutorul preșcolarilor, încercând să le asigure o dezvoltare fizică și mintală armonioasă.

DURATA PROIECTULUI

- 24 aprilie 2023- 16 iunie 2023

PARTENERI

- Dispensarul comunei Băleni

GRUP ȚINTĂ

- Două grupe de prescolari de la Grădinița cu Program Normal Băleni

BENEFICIARI DIRECTI

- 49 de preșcolari de la Grădinița cu Program Normal Băleni;
- 2 cadre didactice.

SCOPUL PROIECTULUI

- Dobândirea de cunoștințe cu privire la rolul medicului în viața oamenilor;

- Formarea unei atitudini pozitive și responsabile față de sănătate;
- Promovarea unui stil de viață de calitate;
- Dezvoltarea armonioasă sub aspect psiho-fizic al preșcolarilor prin derularea unor activități referitoare la igienă, sănătate.

OBIECTIVELE PROIECTULUI:

- să identifice ustensile folosite de către medic;
- să observe vestimentația specifică medicilor;
- să manifeste interes pentru cunoașterea mai multor aspecte legate de meseria de medic și rolul acestuia în viața oamenilor.

RESURSELE PROIECTULUI

UMANE

- Preșcolari;
- Educatoare;
- Medic uman.

MATERIALE

- costum clinic, trusă medicală, trusă instrumentar, flacoane cu medicamente, stetoscop, termometru, pătură, mănuși, laptop, videoproiector, ecran de proiecție, boxe, trusă de prim ajutor etc.

MONITORIZAREA ȘI EVALUAREA PROIECTULUI

REZULTATE AȘTEPTATE

- Manifestarea spiritului de cooperare între copii;
- Schimburi de experiență între partenerii implicați în acțiuni;
- Recunoașterea importanței medicilor;
- Adaptarea unui comportament care promovează un stil de viață sănătos;
- Formarea unei atitudini pozitive pentru menținerea sănătății proprii și a celor din jur;
- Formarea deprinderilor de alimentație rațională.

EVALUAREA

- ✓ recompense;
 - ✓ postarea rezultatelor activităților pe pagina de Facebook „Grădinița cu Program Normal Băleni”;
 - ✓ realizarea unui filmuleț cu fotografiile din cadrul activităților;
- diseminarea rezultatelor proiectului în rândul celorlalte cadre didactice din unitate.

PLANUL ACTIVITĂȚILOR

ETAPELE	ACTIVITATEA	PERIOADA DE DESFĂȘURARE	PARTICIPANȚI	FORME DE REALIZARE
1.Elaborarea și redactarea proiectului	- alegerea temei; - elaborarea și redactarea proiectului; - stabilirea partenerilor; - trimiterea și semnarea	24 aprilie 2023	Inițiatorii Partenerii	Întâlnire cu partenerii, informări, discuții.

	acordurilor.			
2. Activități informative	- modul de desfășurare al proiectului; - informarea copiilor și părinților despre activitățile incluse în proiect.	Toată perioada proiectului	Inițiatorii	Întâlnire cu partenerii, părinții informări, discuții.
3. Activități formative	- „Singurel mă îngrijesc”;	28 Aprilie 2023	Preșcolari Cadre didactice	Discuții privind igiena
	- „De vorbă cu medicul de familie”;	22 Mai 2023	Toți partenerii implicați	Întâlnire cu medicul în sala de grupă
	„Nino, nino, ajutor!”	2 iunie 2023	Toți partenerii implicați	Activitate practică-acordarea primului ajutor
	- Realizarea unui filmuleț cu fotografii din timpul activităților și diseminarea lui în rândul partenerilor și părinților;	26-1 iunie 2023	Inițiatorii și coordonatorii proiectului	Material video
	- Postarea rezultatelor activităților pe pagina de Facebook.	14-16 iunie 2023	Inițiatorii și coordonatorii proiectului	Postare fotografii
- Diseminarea rezultatelor proiectului în cadrul grupului de cadre didactice din centrul metodic.	14-16 iunie 2023	Inițiatorii și coordonatorii proiectului	Vizionare filmuleț	

Bibliografie:

- Aurel Carasel, Viorel Lazar, 2007, *Psihopedagogia activitatilor extracurriculare*, Craiova, Editura Arves, pag. 102;
- David Haslam, 2012, *Sănătatea copilului meu*, București, editura Humanitas, pag. 40;
- 2019, *Suport pentru explicitarea și înțelegerea unor concepte și instrumente cu care operează curriculumul pentru educație timpurie*, pag. 37.

PROIECT DIDACTIC

*Prof. învă. preșc. Aron V. Aurelia Gheorghiu
Grădinița cu program prelungit Valea Voievozilor, județul Dâmbovița*

GRUPA: Mijlocie**TEMA ANUALĂ:** „Ce și cum vreau să fiu?”**SUBTEMA:** „Ce știi și ce pot să fac?”**DOMENIUL DE ACTIVITATE:** DOS-Educație pentru societate**TEMA ACTIVITĂȚII:** „„Asa da,asa nu”**TIPUL ACTIVITĂȚII:** consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi**FORMA DE REALIZARE:** Joc didactic**FORMA DE ORGANIZARE:** Fontală, pe grupe, individuală.**SCOP:**

- Consolidarea și valorificarea cunoștințelor referitoare la regulile de igienă;

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să recunoască regulile de igienă prezentate în imagini;
- Să-și exprime verbal dezacordul/aprobarea față de comportamentele din exemplele date;
- Să respecte regulile jocului;
- Să rezolve corect sarcina dată în joc și din fișa individuală de lucru.

SARCINĂ DIDACTICĂ:

- Identificarea aspectelor comportamentale pozitive sau negative;
- Exprimarea acordului/ dezacordul față de comportamentele din exemplele date.

REGULILE JOCULUI:

- Grupa este împărțită în două echipe;
- “Tolba poștașului” se plimbă din mână în mână, pe rând la fiecare echipă.. Copilul care are “tolba” atunci când culoarea “semaforului este roșie extrage un plic din tolba , va “citi” și va preciza dacă comportamentul reprezentat în imagine este pozitiv sau negativ și va așeza imaginea pe un panou. Pentru fiecare răspuns bun echipa va primi o bulină.
- Echipa care nu rezolvă corect cerința dată, este corectată de cealaltă echipă, căreia i se acordă punctul. La sfârșit se stabilește echipa câștigătoare.

ELEMENTE DE JOC:

- mișcare, aplauze, extragerea plicului, scandarea versurilor, întrecerea, hazardul, aplauze, surpriza (recompensele).

STRATEGII DIDACTICE**METODE ȘI PROCEDEE:** conversația, explicația, jocul, exercițiul, problematizare, explozia stelară.**MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT:** ecusoane, plicuri, imagini, indicator, laptop, tolba poștașului, săculeț, cufăr, buline, panou, fișe de lucru, recompense.**DURATA:** 30 de minute**MATERIAL BIBLIOGRAFIC:**

Laurenția Culea et all, (2009), *Aplicarea noului curriculum- Pentru educația tinpurie- o provocare?*, Pitești: Editura Diana;

Curriculum pentru învățământ preșcolar ,MECT, 2008;

Revista învățământului preșcolar nr. 1-2/2010.

DEMERSUL DIDACTIC

EVENIMENTE DIDACTICE	CONȚINUTUL ȘTIINȚIFIC	STRATEGII DIDACTICE	EVALUARE (INSTRUMENTE ȘI INDICATORI)
MOMENT ORGANIZATORIC	Se crează condițiile optime pentru desfășurarea activităților: - aerisirea sălii de grupă; - se aranjează mobilierul; - se aranjează materialul didactic în ordinea folosirii lui;	Conversația	Observarea comportamentului inițial-interesul pentru activitate.
CAPTAREA ATENȚIEI	Se realizeaza cu ajutorul unui video in care sunt exidentiate atat comportamente pozitive cat si comportamente negative. Dupa vizionare videoclipului se vor purta discutii și apoi voi recita cateva versuri din poezia ”Ce e bine,ce e rau” Un copil micut odata A –ntrebat pe tatal sau Spune-mi mie draga tata Ce e bine,ce e rau. Daca nu dai cu sapun Si nu-ti speli corpul zi de zi Asta cum crezi tu c-o fi? De asemenea, le voi prezenta copiilor tolba poștașului Petrică și se poartă o scurtă discuție depre rolul acesteia.	Conversația Surpriza	Observarea comportamentului copiilor.
ANUNȚAREA TEMEI ȘI A OBIECTIVELOR	Educatorea va prezenta titlul jocului „Asa da, asa nu!” si anuntarea obiectivelor.	Conversația Explicația	Observarea comportamentului nonverbal

	<p>Imprim jocului un caracter dinamic. Insist pe respectarea regulilor și pe realizarea sarcinii acestuia. Îi antrenez pe toți copiii în joc.</p>		
<p>OBȚINEREA PERFORMANȚEI</p>	<p>Educatorea prezinta copiilor un joculet digital wordwall in care vor trebui sa selecteze imaginile potrivite pentru casuta ASA DA- ASA NU</p>	<p>Explicatia Exercițiul</p>	<p>Proba digitala</p>
<p>ÎNCHEIEREA ACTIVITĂȚII</p>	<p>În încheiere voi face aprecieri individuale si colective asupra modului de participare la activitate. Se va căuta împreună copiii unde este ascunsă cheia din partea domnului poștaş, iar apoi se va deschide cufărul și se vor oferi recompensele, în semn de mulțumire pentru ajutorul dat.</p>	<p>Conversația Implicarea copiilor în aprecieri</p>	<p>Evaluare finală individuală, de grup</p>

SĂNĂTATE PRIN MIȘCARE ȘI ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ

*Profesor învățământ preșcolar Bălănescu Camelia
Grădinița cu Program Prelungit "Constantin Brâncuși"
Târgu-Jiu, județul Gorj*

Educația pentru sănătate are un loc important în programul zilnic din grădiniță. Pentru atingerea dezideratelor acestui tip de educație și ținând cont de faptul că mișcarea și activitățile gospodărești sunt îndrăgite de mulți copii, am realizat un scenariu de activitate integrată, prin intermediul domeniilor "Psihomotric" și "Om și societate", într-o zi frumoasă de toamnă, urmărind formarea și dezvoltarea deprinderilor motrice de bază: mers și alergare, precum și exersarea unor deprinderi practic-gospodărești, toate în scopul unei dezvoltări fizice armonioase și sănătoase. Activitatea cu titlul "Micii gospodari" a consolidat deprinderile motrice de bază, a format atitudini de cooperare, spirit de echipă, de competiție, fair-play, dar a exersat și acțiuni gospodărești, încurajând consumul de fructe, și, nu în ultimul rând, a dezvoltat comportamente și atitudini igienice corecte față de propria persoană și față de alte ființe și obiecte.

Activitatea a debutat prin captarea atenției copiilor, cu ajutorul unor personaje-surpriză: "Greierile" și „Furnica”. Greierile i-a îndemnat pe copii să cânte, iar furnica să adune provizii pentru iarnă. După o discuție cu doamna educatoare, preșcolarii au stabilit că este bine să fii harnic și să te pregătești de iarnă. Educatoarea le-a propus să meargă în livadă să adune fructe, pe care să le transporte în cămară, obținând din ele produse utile în miezul iernii. Copiii au pornit în coloană câte unul spre livadă, executând variante de mers, iar la semnalul educatoarei, au alergat în direcția indicată și au ascultat explicațiile educatoarei referitoare la prepararea bunătăților pentru iarnă. Copiii au ajuns în livadă și au format cercuri în jurul merilor și au urmărit explicațiile educatoarei despre modalitatea de a culege fructele. Ulterior, au cules fructele din pomii improvizați și le-au așezat în găleți. Grupați câte doi, au transportat găleata cu fructe la cămara potrivită (în funcție de cifra de pe șorț). În cămară, după ce s-au spălat pe mâini, lucrând în echipă, au spălat fructele, le-au taiat în bucăți, le-au așezat în borcane, au adaugat apă și zahăr și au potrivit capacele. Acțiunea s-a derulat pe fond muzical, cu cântece de toamnă. La terminarea melodiei, copiii s-au deplasat în coloană câte unul spre zona cu viță de vie, improvizată în curtea grădiniței. Au cules strugurii, respectând indicațiile educatoarei, au format perechi și au transportat strugurii în cămară. Aici, în echipă, au preparat mustul, acțiunile lor fiind însoțite de muzică. La terminarea melodiei s-au așezat în coloană câte unul și s-au deplasat la plantația de nuci, improvizată în curtea grădiniței. În formație de cerc, au cules nucile, respectând indicațiile educatoarei. Câte doi, au transportat nucile în cămară. Au plecat, în formație de gimnastică pe 4 coloane, în funcție de cifra de pe șorț, spre grădina de legume, improvizată. Echipele formate au transportat legumele din grămadă în cămară, sub formă de întrecere, fiecare membru al echipei luând o legumă în găleată, cu care a alergat la cămară. Aici, a spălat-o și a așezat-o în borcan. A câștigat echipa care a terminat prima așezarea legumelor în borcane, respectând regulile cerute. De la fiecare echipă, un copil a adaugat în borcane apă, sare și oțet și a înfiletat capacele.

La final, copiii, așezați în cerc, l-au ajutat pe „Aricel” să adune în țepi fructe și legume pentru iarnă. După plecarea lui Aricel, copiii au verificat cămara și au denumit produsele obținute prin munca lor. Ei au gustat compot de mere și must, iar la masa de prânz au mâncat castraveți murați.

În acest fel, copiii au fost familiarizați cu muncile de toamnă, dar și cu regulile igienice de preparare a unor produse alimentare, executând operațiunile de spălare a fructelor și legumelor și de spălare pe mâini, înainte de prepararea compoturilor și conservelor. Îmbinând mișcarea cu acțiunile gospodărești, atmosfera de lucru a fost relaxantă și plăcută, generând starea de bine a preșcolarilor. Învățarea experiențială a facilitat progresul în dezvoltarea psihică și fizică a tuturor copiilor și a îndeplinit multiple ținte ale educației pentru sănătate în învățământul preșcolar.

Bibliografie:

1. Baranov Maria, Botnaru Valentina, Vrânceanu Maria, 2010, Ghidul cadrelor didactice pentru educație timpurie și preșcolară, București, Ministerul Educației și Tineretului
2. Ionescu Mihaela (coord.), 2010, Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani, București, Editura Vanemonde

PROIECT DIDACTIC

*Profesor învățământ preșcolar Beldiman Cristina Mihaela
Grădinița cu program prelungit Alexandrina Simionescu Ghica
Târgoviște, județul Dâmbovița*

DATA: 06.04.2023

UNITATEA ȘCOLARĂ: Grădinița cu program prelungit Alexandrina Simionescu Ghica Târgoviște

PROFESOR ÎNVĂȚĂMÂNT PREȘCOLAR: Beldiman Cristina Mihaela

NIVEL: I

GRUPA: mică A Step by Step

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: Când, cum și de ce se întâmplă?

TEMA PROIECTULUI TEMATIC: Primăvara, anotimpul renașterii!

TEMA SĂPTĂMÂNII: Primăvară minunată

TEMA ACTIVITĂȚII: Primăvara în grădină

TIPUL ACTIVITĂȚII: mixtă (formare și consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi)

FORMA DE REALIZARE: activitate integrată ADP+ADE (DLC + DEC)+ALA

FORMA DE ORGANIZARE: frontal, pe grupuri mici, individual

Dimensiuni ale dezvoltării și comportamente vizate:

A . DEZVOLTAREA FIZICĂ, A SĂNĂTĂȚII ȘI IGIENEI PERSONALE

1.Motricitate grosieră și motricitate fină în contexte de viață familiare

1.1. Își coordonează mușchii în desfășurarea unor activități diversificate, specifice vârstei;

1.3. Utilizează mâinile și degetele pentru realizarea de activități variate.

D. DEZVOLTAREA LIMBAJULUI, A COMUNICĂRII ȘI PREMISELE CITIRII ȘI SCRIERII

1.Mesaje orale în contexte de comunicare cunoscute

1.1.Exersează, cu sprijin, ascultarea activă a unui mesaj, în vederea înțelegerii și receptării lui (comunicare receptivă);

1.2.Demonstrează înțelegerea unui mesaj oral, ca urmare a valorificării ideilor, emoțiilor, semnificațiilor etc. (comunicare expresivă).

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

- Consolidarea deprinderii copiilor de a se exprima în propoziții corecte din punct de vedere gramatical;
- Formarea priceperilor și deprinderilor de a modela pasta, prin mișcarea circulară și translatorie a palmelor față de planșetă, exersarea coordonării senzorio-motorie și dezvoltarea mușchilor mici ai mâinii.

ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ (ADP):

- ✚ **Rutine:** Întâlnirea de dimineață *Primăvara în grădină*, Salutul, Prezența, Calendarul naturii.
- ✚ **Tranziții:** *Veronica – Cântecul Primăverii* (cântec adaptat din filmul Veronica) <https://youtu.be/gxzynKxXOOA>;
Umbrela (joc muzical) https://fb.watch/hX-YVOU_RM/?mibextid=2Rb1fB
Bat din palme (joc muzical) <https://youtu.be/lWRD1IBh4r0>

ACTIVITĂȚI LIBER ALESE (ALA):

CONSTRUCȚII: *Minisolarii pentru legume*

NISIP ȘI APĂ: *Plantăm semințe de ridichi!*

ȘTIINȚĂ: *Descoperă legumele din borcane!*

JOC DE ROL: *De-a gospodinele (preparare salată)*

ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERIENȚIALE (ADE):

- **Domeniul Limbă și Comunicare – Lectura educatoarei** *Zi de primăvară – de Beldiman* Cristina
<https://www.storyjumper.com/book/read/153385581/64283be7804be>
- **ARTĂ: Domeniul Estetic și Creativ (Educație plastică) – modelaj** *Ridichea*

ACTIVITĂȚI LIBER ALESE (ALA):

- **Cursa legumelor timpurii** – Joc distractiv;
- **Dansul papuceilor** – Joc muzical <https://youtu.be/SruVR2fBQWE> .

OBIECTIVE OPERAȚIONALE: La sfârșitul activității, copiii vor fi capabili:

- O 1. Să identifice legumele timpurii prezentate în poveste;
- O 2. Să redea, în ordine cronologică, momentele poveștii;
- O 3. Să se exprime în propoziții corecte din punct de vedere gramatical;
- O 4. Să modeleze pasta, prin mișcări circulare și translatorii ale palmelor față de planșetă, pentru a realiza tema propusă (ridichea);
- O 5. Să construiască, prin îmbinarea materialelor puse la dispoziție minisolarii pentru legume;
- O 6. Să planteze semințe de ridichi în cartoane de ouă;
- O 7. Să descopere, folosind lumina lanternei, legumele timpurii aflate în borcane;
- O 8. Să asocieze legumele descoperite cu cele aflate pe masă;
- O 9. Să respecte normele de igienă (spălătul mâinilor și spălătul legumelor);
- O10. Să taie legumele în bucăți mici, pentru a realiza salata.

Strategii didactice:

METODE ȘI PROCEDEE DIDACTICE: conversația, expunerea, problematizarea, explicația, învățarea prin descoperire, experimentul, demonstrația, exercițiul, metoda *Turul galeriilor*, metoda *Răspunde-Aruncă-Întreabă*.

MIJLOACE DIDACTICE: laptop, videoproiector, panou de proiecție, carte digitală, imagini legume timpurii, făină, sare, apă, colorant alimentar (roșu și verde), pipete, boluri, planșete, șorțuri, borcane din hârtie, lanterne, masa luminoasă, pământ de flori, semințe ridichi, cartoane de ouă, lopeți, ridichi, scobitori, bețe frigărui, folie alimentară, salată verde, ridichi, ceapă verde, tocătoare, cuțite plastic, castroane, rețeta, coronițe, jetoane legume, pozele copiilor, jetoane față veselă/tristă.

FORME DE EVALUARE: aprecieri verbale asupra creativității răspunsurilor copiilor, observarea comportamentului copiilor, analiza produselor activității, aprecieri pozitive asupra activității copiilor, autoevaluarea, inter-evaluarea .

DURATA: o zi.

SCENARIUL ZILEI

Activitatea debutează cu intrarea copiilor în sala de grupă.

Întâlnirea de dimineață. Copiii stau așezați pe scăunele în semicerc și rostesc următoarele versuri: *Dimineața mă trezesc/ Ochișorii îi clătesc,/ 1-2, 1-2, faceți toți la fel ca noi./ Dințișorii i-am spălat,/ Părul l-am pieptănat,/ 1-2, 1-2, faceți toți la fel ca noi./ Haine curate am îmbrăcat,/ Spre grădiniță am plecat,/ 1-2, 1-2, faceți toți la fel ca noi.*

Programul de înviorare/ Îl respectăm fiecare,/ Sus, jos, sus, jos/ Sari ca mingea 1,2,3,/ Mergi pe vârfuri, dacă vrei/ Mare tu să crești,/ De boli să te ferești./ Sari ca mingea 1,2,3,/ Mergi pe călcâie,/ Nu te opri,/ Vesel tu mereu să fii!

Are loc **salutul:** *Bună dimineața dragă grădiniță! Bună dimineața dragi colegi!* Urmează **prezența:** un copil va completa panoul de prezență. Apoi, se va completa **calendarul naturii**, cu datele necesare (starea vremii și ziua respectivă).

Noutatea zilei se prezintă sub formă de surpriză: pe ecranul de proiecție își face apariția Zâna Primăvară (folosind aplicația Blabberize) <http://blabberize.com/view/id/2165260> , care le spune copiilor că s-a rătăcit. Aceasta îi roagă pe copii să lucreze corect activitățile de astăzi, pentru a găsi drumul spre casă.

Încep să expun povestea cu intonația adecvată, cu tonalitatea potrivită, cu modularea vocii, cu marcarea pauzelor determinate de punctuație, derulând imaginile poveștii cu ajutorul laptopului, a videoproiectorului și a ecranului de proiecție, prin aplicația Story Jumper <https://www.storyjumper.com/book/read/153385581/64283be7804be> . Ideile principale ale poveștii le fixează prin intermediul aplicației Wordwall <https://wordwall.net/resource/54740610>

Centrul ARTĂ: Modelaj *Ridichea*. La acest centru, copiii vor avea la dispoziție făină, sare, apă și colorant alimentar (roșu și verde), din care vor forma o pastă pentru a modela ridichea, prin mișcări circulare și translatorii ale mâinii față de planșetă.

CONSTRUCȚII: *Minisolarii pentru legume* – îmbinare. Copiii vor avea la dispoziție tăvi de plastic, bețe de frigărui, scobitori, ridichi și folie alimentară, din care vor construi minisolarii pentru legume.

NISIP ȘI APĂ: *Plantăm semințe de ridichi*. La acest centru copiii vor avea la dispoziție pământ de flori, semințe de ridichi, pe care le vor planta în cartoane de ouă. Apoi le vor uda, folosind recipiente cu pulverizator.

ȘTIINȚĂ: *Descoperă legumele din borcane!* – asociere. La acest centru copiii vor avea la dispoziție jetoane în formă de borcane. Cu ajutorul luminii lanternei vor descoperi legumele timpurii și le vor asocia cu jetoanele cu legume aflate pe masă.

JOC DE ROL: *De-a gospodinele (preparare salată)* – activitate practic-gospodărească. Copiii vor tăia legumele în bucăți mici, pentru a prepara o salată, după rețetă.

La finalul activităților, pentru că Zâna Primăvară a reușit să găsească drumul spre casă, își face apariția din nou pe ecranul de proiecție, prin aplicația Blabberize <http://blabberize.com/view/id/2165263>, să le mulțumească copiilor că au lucrat îngrijit, că au respectat cerințele doamnei educatoare, că au finalizat lucrările și că au ajutat-o astfel să ajungă acasă.

JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI DIDACTICE ALESE ALA:

Cursa legumelor timpurii - joc distractiv

În această etapă a activității, copiii vor fi împărțiți în două echipe: echipa ridichilor și echipa salatelor. Fiecare copil va purta pe cap câte o coroană cu elementul corespunzător echipei. Câte un copil din fiecare echipă efectuează traseul aplicativ până ajunge la grădina de legume, unde culege jetonul corespunzător echipei sale și o aduce în coș. Apoi predă ștafeta coechipierului următor. Jocul se termină când toate legumele au fost culese din grădina sau până copiii își pierd interesul pentru joc. Copiii vor fi aplaudați. Câștigă echipa cu cele mai multe jetoane adunate.

Dansul Papuceilor – joc muzical <https://youtu.be/SruVR2fBQWE>

Copiii execută mișcărilor sugerate de text și de educatoare, având papuceii în mâini.

BIBLIOGRAFIE:

- ✚ Borțeanu S., Axente M., Vodiță A., Crihan S., *Pofțiți în trenulețul jocurilor – Jocuri didactice pentru preșcolari*, Editura Diamant, 2010;
- ✚ Breben S., Gongea E., Ruiu G., Fulga M., "Metode interactive de grup" -ghid metodic pentru învățământul preșcolar, Editura Arves, București, 2002;
- ✚ Glava A., Chiș O., Tătaru L., *Piramida cunoșterii*, Editura Diamant, 2015;
- ✚ Kardos M., Kristof J., *Cufărul cu idei*, Editura Diamant, 2014;
- ✚ Preda V., Pletea M., Grama F., *Activitatea didactică din grădiniță*, Editura DPH, 2008;
- ✚ ****Curriculum pentru educația timpurie*, București, 2019;
- ✚ ****Programa activităților instructiv-educative în grădinița de copii*, București, 2005;
- ✚ <https://www.storyjumper.com/book/read/153385581/64283be7804be> ;
- ✚ <https://wordwall.net/resource/54740610> ;
- ✚ <https://youtu.be/gxzynKxXOOA>;
- ✚ https://fb.watch/hX-YVOU_RM/?mibextid=2Rb1fB ;
- ✚ <https://youtu.be/IWRD1IBh4r0> ;
- ✚ <https://youtu.be/SruVR2fBQWE> ;
- ✚ <http://blabberize.com/view/id/2165260> ;
- ✚ <http://blabberize.com/view/id/2165263> .

Proiect de activitate integrată „Daruri pentru mama,,

*Educatoare Cîmpean Andreia Andrada
Grădinița cu Program Prelungit „Junior,, Dej, județul Cluj*

DATA: 07.03.2023

INTERVALUL DE VÂRSTĂ: 4-5 ANI

GRUPA : MIJLOCIE,,BUBURUZELOR,,

GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT „JUNIOR,, DEJ

PROPUNĂTOARE: CÎMPEAN ANDREIA ANDRADA

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: CE ȘI CUM EXPRIMĂM CEEA CE SIMȚIM?

TEMA PROIECTULUI: PRIMĂVARA ȘI ALAIUL EI

TEMA SĂPTĂMÂNII: E ZIUA TA MĂICUȚA MEA

TEMA ACTIVITĂȚII INTEGRATE: DARURI PENTRU MAMA

CATEGORII DE ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE: ADP+ALA1+ADE(DȘ 2+ DOS) +ALA2

TIPUL DE ACTIVITATE: Consolidare de cunoștințe și deprinderi.

ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ:

Rutine: Primirea copiilor , micul dejun, gustarea (deprinderi specifice)

Întâlnirea de dimineață: „ De ce ne iubim mamele?, (discuții)

Tranziții: „Bună dimineața buburuze!,, , „ După ce ne-am adunat,, , „ Data, ziua, luna, anul,, , „ Suntem floricele,, , „ De ziua ta mămico,, , „Bat din palme,, , „ Înfloresc grădinile,, „Unul după altul,, „ Cântec de primăvară,,

ACTIVITĂȚI LIBER -ALESE ȘI JOCURI:

ARTĂ: „Dăm culoare florilor,, - colorare (folosite la jocul didactic)

„Coșul perfect,,- pictură (folosite la DOS)

ȘTIINȚĂ: „Daruri pentru mama,, - sortare jetoane daruri pentru mama
„Drumul mamei,, -labirint

CONSTRUCȚII: „Cutii de cadou,, (folosite la ultima variantă a jocului)

ALA II : „Coșulețe, coșulețe,,-joc distractiv

MOMENTUL DE MIȘCARE: „ Brațe scurte, brațe lungi,,

ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERIENȚIALE:

DOMENIUL ȘTIINȚE: - Activitate matematică-„Numărăm, numărăm cu darurile ne jucăm ,,
- joc didactic

DOMENIUL OM ȘI SOCIETATE: „ Coș cu flori pentru mama,, - aplicație

STRATEGII DIDACTICE:

Metode și procedee didactice: conversația, explicația, exercițiul, metoda „ Turul Galeriei,,

Mijloace și materiale didactice: jetoane, acuarele, pensule, sabloane, creioane colorate, flanelograf.

Forme de organizare a activității : frontală, individuală.

COMPORTAMENTE ȘI OBIECTIVE OPERAȚIONALE URMĂRITE PE PARCURSUL ACTIVITĂȚII INTEGRATE:

<p>A.1.1. Își coordonează mușchii în desfășurarea unor activități diversificate, specifice vârstei.</p> <p>B.1.2. Demonstrează abilități de solicitare și de primire a ajutorului în situații problematice specifice.</p> <p>C.2.1. Realizează sarcinile de lucru cu consecvență;</p> <p>C.3.1. Manifestă creativitate în activități diverse;</p> <p>E.2.4. Efectuează operații de seriare, grupare, clasificare, măsurare a obiectelor</p>	<p>O1. Preșcolarul va fi capabil să execute cu sprijin/fără sprijin sarcini de realizare a unor materiale de învățare: sortarea jetoanelor, pictarea șablonului coșului, construirea cutiilor de cadou, colorarea siluetelor de flori și jocul liber;</p>
<p>E.2.4. Efectuează operații de seriare, grupare, clasificare, măsurare a obiectelor</p> <p>D.2.1. Demonstrează capacitatea de comunicare clară a unor idei, nevoi, curiozități, acțiuni, emoții proprii (comunicarea expresivă)</p> <p>D.2.2. Respectă regulile de exprimare corectă, în diferite contexte de comunicare</p>	<p>O2. Preșcolarul va fi capabil să formeze șirul numeric în limitele 1-4 precizând locul fiecărei mulțimi.</p> <p>O3. Preșcolarul va fi capabil să stabilească vecinii numerelor naturale în șirul numeric 1-4 utilizând flanelograful;</p> <p>O4. Preșcolarul va fi capabil să raporteze corect numărul la cantitatea corespunzătoare de obiecte și invers, utilizând jetoane și cifre ;</p> <p>O5. Preșcolarul va fi capabil să formeze mulțimi de atâtea elemente câte indică cifra.</p>
<p>C.3.2. Demonstrează creativitate prin activități artistico- plastice, muzicale și practice, în conversații și povestiri creative.</p> <p>C.2.1. Realizează sarcinile de lucru cu consecvență.</p>	<p>O6. Preșcolarul va fi capabil să utilizeze materialele puse la dispoziție realizând coșul cu flori pentru mama respectând indicațiile primite;</p> <p>O7. Preșcolarul va fi capabil să lucreze îngrijit ducând lucrarea la bun sfârșit.</p>

SARCINA DIDACTICĂ:

Recunoașterea și precizarea locului fiecărui număr în șirul numeric, utilizarea corectă a numeralului cardinal și ordinal.

REGULI DE JOC:

Toate acțiunile se vor desfășura la semnalul educatoarei. Copilul numit de educatoare se va îndrepta spre masa cu material demonstrativ, respectând indicațiile educatoarei. La semnalul educatoarei copiii închid ochii, timp în care se ascunde o floare din șirul constituit, iar la clinchetul clopoțelului deschid ochii sesizând a câta floare lipsește.

Elemente de joc: Surpriza, aplauze, recompense, jetoane cu daruri pentru mama, bătați din palme.

DURATA: o zi (Tura I)

SCENARIUL ZILEI

Captarea atenției

Activitatea debutează cu întâlnirea de dimineață. După intrarea în sala de grupă, copiii se așază pe scaunele în semicerc.

Tranziție: ”Bună dimineața copii!/ Dimineața a sosit/ Toți copiii au venit/ În cerc să ne adunăm/ Și frumos să discutăm,,

Salutul – se realizează cu ajutorul apelativelor stimulative pentru copii, cu trimitere la tema săptămânii. Educatoarea salută copiii utilizând și propune copiilor să se salute folosind tehnica ”comunicării rotative”, spunând cum se simt și de ce, folosind formula:,, Bună-dimineța, eu sunt bucuros că a venit primăvara.,/ „Bună-dimineța, eu sunt încântat că se apropie ziua mamei.,/ Colegii ne-am întâlnit, / Oare cine la grădiniță n-a venit?,,

Se realizează prezența și se identifică preșcolarii prezenți și cei absenți. Se prezintă calendarul naturii:

Tranziție: „Data, ziua, luna, anul/ Anotimpul ni-l arată,/ Calendarul naturii / Să îl completăm îndată.,,

Se completează calendarul naturii cu ajutorul copiilor se numesc caracteristicile anotimpului, se completează ziua, luna, anul, se poartă discuții despre vreme, anotimp.

Împărtășirea cu ceilalți. Educatoarea inițiază o discuție despre tema studiată în săptămâna în curs prin metoda brainstorming.

Educatoarea întreabă preșcolarii de ce trebuie să ne iubim mamele și ce daruri putem pregăti pentru ele odată cu venirea zilei de 8 Martie.

Activitatea de grup va fi realizată prin jocul „Răspunde repede și bine,, în cadrul căruia copiii vor arunca unul de la altul o mică cutie de cadou și vor trebui să spună ce cadou ar fi potrivit pentru mama lor cu ocazia zilei de 8 Martie.

Noutatea zilei: În grupă apare o scrisoare de la o fetiță pe nume Anastasia care le cere copiilor să o ajute în alegerea cadourilor potrivite și confecționarea unui coș cu flori. (ANEXA 1)

III Captarea atenției

Va fi realizată prin intermediul scrisorii primite de la o fetiță pe nume Anastasia care le cere ajutorul să poată și ea să îi dăruiască ceva mamei ei.

Tranziție: „Suntem floricele / Mari și mititele/ Mergem să muncim / Să ne înveselim,,

IV. Dirijarea învățării:

Educatoarea prezintă centrele de interes deschise și sarcinile de lucru.

ARTĂ:

„Dăm culoare florilor,, - colorare (folosite la jocul didactic)

„Coșul perfect,, - pictură (folosite la DOS)

Sarcina de lucru: Copiii vor colora siluete de ghiocci și brândușe pentru ca ulterior să le folosim la adoua varianta a jocului, trebuie să coloreze diverse cadouri pentru mama pentru a le putea folosi la jocul didactic de asemenea, preșcolarii au și sarcina didactică de a picta șabloanele coșurilor.

ȘTIINȚĂ:

„Daruri pentru mama,, - sortare jetoane cu daruri (folosite la jocul didactic)

„Drumul mamei,, -labirint

Sarcina de lucru: Preșcolarii trebuie să sorteze jetoanele ce conțin cadouri potrivite pentru mama și trebuie să realizeze corespondența între mama și florile pentru ea parcurgând un labirint.

CONSTRUCȚII:

„Cutii de cadou,, (folosite la ultima variantă a jocului)

Sarcina de lucru: Preșcolarii trebuie să construiască din piese de lego diferite cutii pe care le vom folosi la formarea de mulțimi de la ultima variantă a jocului.

Copiii lucrează la centre, iar după finalizarea activităților se face prezentarea rezultatelor la fiecare centru prin metoda „Turul Galeriei”,.

Tranziție: „Unul după altul în rând ne așezăm/ Ținem pasul bine/ La baie noi plecăm”,.

Rutină: Copiii merg la baie și se spală pe mâini.

Tranziție: „Bat din palme clap-clap-clap,/ Din picioare trap-trap-trap,/ Ne învățăm, ne răsucim/ Și la lucru noi pornim”,.

Anunțarea jocului propus și sarcina didactică.

DOMENIUL ȘTIINȚE: - Activitate matematică-„Numărăm, numărăm cu darurile ne jucăm”, - joc didactic

EXPLICAREA ȘI DEMONSTRAREA JOCULUI:

Se vor explica regulile jocului și modul de desfășurare. Pentru a se asigura o înțelegere clară a jocului, se va utiliza atât metoda explicației cât și metoda demonstrației.

Cu ajutorul explicației se vor sublinia clar regulile jocului și sarcina didactică pe care o au copiii de îndeplinit. Copiii vor fi împărțiți în două echipe în număr egal prin metoda ”mâna oarbă”: echipa buchetelor și echipa cadourilor.

Se anunță regulile jocului și se trece la demonstrarea jocului de către educatoare. Să formeze șirul numeric în limitele 1-4, în șir crescător, descrescător și vecinii acestora.

Se solicită identificarea materialului demonstrativ (de la centru Știință, jetoane cu buchet de flori, ghiocel, cadou și brândușă) , se explică modul de desfășurare a jocului cu materialul necesar desfășurării.

Va fi așezat pe masă materialul demonstrativ. Un copil din echipa buchetelor vine și așază mulțimea buchetelor la flanelograf, iar un alt copil din echipa cadourilor numără prin încercuire și așază cifra corespunzătoare mulțimii nou formată. După ce se aranjează șirul numeric în limitele 1-4, se vor preciza vecinii numerelor naturale. Un copil alege un număr, iar un alt copil precizând vecinii numărului respective.

EXECUTAREA JOCULUI DEMONSTRATIV DE CĂTRE EDUCATOARE :

Se execută jocul model pentru înțelegerea lui. Educatoarea formează prima mulțime cu un buchet, așezând cifra corespunzătoare mulțimii. Numește un copil care să vină să așeze mulțimea cu două cadouri.

EXECUTAREA JOCULUI DE PROBĂ DE CĂTRE COPII:

Se execută jocul de probă de către copii, se fac observații și precizări suplimentare.

JOCUL PROPRIU-ZIS:

Se execută jocul de către copii. Un copil din echipa buchetelor vine și așază mulțimea buchetelor la flanelograf, iar un alt copil din echipa cadourilor numără prin încercuire și așază cifra corespunzătoare mulțimii nou formată. După ce se aranjează șirul numeric în limitele 1-4, se vor preciza vecinii numerelor naturale. Un copil dintr-o echipă alege un număr, iar un alt copil din cealaltă echipă precizează vecinii numărului respectiv.

Se execută jocul până când se formează mulțimile șirului numeric în limitele 1-4, atât crescător cât și descrescător. Copiii vor verbaliza acțiunea în termenii matematicii corespunzători. Fiecare răspuns corect va fi recompensat.

VARIANTA I:

Educatorea folosește tabla magnetică așezând pe ea două mulțimi una de ghiocei, iar una de brândușe (silete colorate la centrul Artă) elementele fiecărei mulțimi vor fi așezate unele lângă altele pe linie orizontală. Un copil numit de educatoare din echipa buchetelor vine și numără prin încercuire siluetele cu ghiocei de pe tabla magnetică folosind numeralul ordinal (primul ghiocel, al doilea ghiocel,...al patrulea ghiocel/ultimul), iar mai apoi cheamă un alt copil din cealaltă echipă să numere brândușele. La semnalul educatoarei copiii închid ochii, timp în care se ascunde un ghiocel din șirul constituit, iar la clinchetul clopoțelului deschid ochii sesizând al câtelea ghiocel lipsește. Toate răspunsurile copiilor sunt recompensate cu aplauze și aprecieri verbale din partea educatoarei.

Tranziție: „, Infloresc gradinile/ Ceru-i ca oglinda/ Prin livezi albinele/ Si-au pornit colinda/ Canta ciocarliile/ Imn de veselie/ Fluturii cu miile/ Joaca pe campie/ Joaca fete si baieti/ Hora-n batatura/ Ah, de ce n-am zece vieti/ Sa te cant, natura?

MOMENT DE MIȘCARE: „Brațe scurte- brațe lungi,,

DOMENIUL OM ȘI SOCIETATE,, Coș cu flori,, - aplicație

Copiii vor realiza coșuri cu flori pentru mama prin utilizarea șablonului pictat la centrul Artă, îndoirea pe marcajele date și lipirea acestuia. Coșul se va decora cu flori.(câte 3 ghiocei și 2 brândușe)

Intuirea materialelor și modul de lucru:

Copiii vor intui materialele puse la dispoziție pe măsuțe: șablon, flori de hârtie, lipici.

Prezentarea și analiza modelului educatoarei: educatoarea prezintă modelele și tehnica de lucru. Le voi arăta copiilor produsul finit pe care urmează să îl realizeze (Coșul cu flori) și îl voi analiza împreună cu copiii, scoțând în evidență modul corect de realizare a lucrării.

Demonstrarea și explicarea modului de lucru:

Se pregătesc materialele necesare pentru realizarea planșei: șablon, lipici, flori.

Le voi demonstra copiilor cum vor îndoii, iar mai apoi lipi materialele puse la dispoziție, în scopul realizării coșului cu flori: se îndoiește șablonul pe marcajele prevăzute cu linie punctată, iar mai apoi se lipesc părțile indicate ale coșului. După finalizarea coșului se va aplica lipici pe florile colorate și se vor lipi și acestea în partea de sus a coșului.

În timp ce se dau explicațiile se face și demonstrația pe o fișă lipită pe tablă de către propunător, iar lucrarea model va fi expusă pentru ca preșcolarii să o poată vedea pe tot parcursul activității.

Exerciții de încălzire a mușchilor mici ai mâinilor:

„Batem palmele ușor,
Batem palmele de zor!
Unu, doi, trei
Unu, doi, trei

Eu strâng pumnii și-i desfac
Degetelor fac pe plac
Unu-doi, unu-doi
Toți suntem acum vioi,

V.Obținerea performanței-

Realizarea proprie a lucrărilor:

Copii realizează lucrările după modelul educatoarei, respectând etapele de lucru și utilizând materialele puse la dispoziție în mod corect. Educatorea intervine dacă este necesar oferind indicații suplimentare sau ajutor. În timp ce se realizează lucrările , se audiază în surdina muzică relaxantă.

Analiza și evaluarea lucrărilor:

După finalizarea lucrării, copiii își lasă lucrările pe măsuțe, iar educatoarea alege câteva lucrări și le analizează împreună cu preșcolarii.

La final copiii sunt apreciați pentru efortul depus în realizarea lucrărilor.

Tranziție: „Câte unul pe cărare,/ Mergem toți la spălare/ Și la rând ne-am așezat/ Căci frumos noi am lucrat.,,

Copiii merg la baie apoi se întorc în grupă și se așază cu scăunelele în semicerc.

VI. ASIGURAREA RETENȚIEI ȘI A TRANSFERULUI

Varianta a II-a a jocului didactic:

La această variantă a jocului copiii trebuie să formeze mulțimi de daruri pentru mama în cutiile de cadou realizate la centrul Construcții. Copiii sunt așezați în semicerc, iar în fața lor se află trei cutii de cadou. Astfel că educatoarea le va spune copiilor că trebuie să așeze la fiecare cutie de cadou făcută de ei atâtea daruri câte indică cifra de pe cutie. De exemplu la cutia care are jetonul cu cifra 1 și un buchet de flori va trebui să așezăm un buchet de flori.

VII. Asigurarea feedback-ului și evaluarea

Se vor face aprecieri generale și individuale asupra disciplinei la activitate și a modului de lucru, educatoarea urmărind pe tot parcursul activităților realizarea corectă a sarcinilor didactice și corectarea eventualelor greșeli.

Tranziție: „Cântec de primăvară/ Iarnă să te duci cu bine, / Primăvara vine, vine/ Vestitorii au sosit înzăvoiu-ntinerit/ Vestitorii au sosit înzăvoiu-ntinerit/ Mult dorită primăvară/ Ne jucăm din nou pe-afară/ Sub caisul înflorit, bine bine ai venit/ Sub caisul înflorit, bine bine ai venit.,,

ALA II „Coșulețe, coșulețe „- joc distractiv

Copiii se vor juca jocul ”Coșulețe, coșulețe”. Se vor așeza în cerc, iar la semnalul educatoarei se vor grupa în grupe de doi, trei, patru copii. Copilul care nu reușește să intre în grup va fi eliminat din joc. Jocul se va desfășura până va rămâne un singur copil.

Se executa o dată jocul demonstrativ cu 2-3 copii iar apoi se efectuează cu întreaga grupa de 3-4 ori. Se urmărește dacă se formează corect grupuri de unul până la patru copii. Se fac aprecieri generale referitoare la comportamentul copiilor. Jocul se repetă până la semnalul educatoarei.

Joc liber la alegerea copiilor în curtea grădiniței.

VIII. Încheierea activității

La finalul activității, se fac aprecieri individuale și globale, se reactualizează denumirea jocului „Numărăm, numărăm cu darurile ne jucăm., și se fixează tehnica de lucru folosită pentru realizarea decorațiunilor. Copiii sunt recompensați pentru munca depusă.

BIBLIOGRAFIE:

- Curriculum pentru educație timpurie –M.E.N. București, 2019;
- Glava, A., Pascal, M., Tătaru, L., L. -, „Educație timpurie – „Ghid metodic pentru aplicarea curriculumului preșcolar”, Ed. Paralela 45 Pitești, 2009;
- Tătaru, L., Glava, A., Chiș, O. - „Piramida cunoașterii- repere metodice în aplicarea curriculumului preșcolar”, Ed. Diamant 2014
- Libotean, I., Cicioc, E., Seling., M.- „Jocuri didactice matematice pentru grădiniță”, Ed. V&I Integral București, 1997;
- Neagu, M., Beraru, G.- „Activități matematice în grădiniță”, Ed. AS’ S Iasi 1995;

PROIECT DIDACTIC

*Prof. Chiran Lenuța
Șc. Gim. Carmen Sylva
Structura GPN 3, județul Iași*

NIVELUL: II**GRUPA:** Mare**TEMA:** „Când cum și de ce se întâmplă?”**SUBTEMA:** „Sănătate înainte de toate”**SUBIECTUL ACTIVITĂȚII:** „Sănătate din salate”**CATEGORIA DE ACTIVITATE:** Activitate integrată (DOS)**MIJLOC DE REALIZARE:** convorbire, lipire**TIPUL ACTIVITĂȚII:** sistematizare cunostinte, priceperi și deprinderi**SCOPUL ACTIVITĂȚII:** Dezvoltarea unor comportamente de nutriție corecte în vederea adoptării unei alimentații sănătoase și a unei atitudini alimentare sănătoase; Educarea interesului pentru consumarea zilnică a legumelor.**OBIECTIVE OPERAȚIONALE:**

- ✚ 01. să descrie piramida alimentelor
- ✚ 02. să enumere alimente care susțin sănătatea
- ✚ 03. să prezinte caracteristicile alimentelor sănătoase
- ✚ 04. să precizeze importanța consumului de alimente sănătoase
- ✚ 05. să clasifice alimentele conform piramidei alimentelor
- ✚ 06. să lipescă formele de hârtie în spațiul dat
- ✚ 07. să organizeze într-o manieră organizată spațiul plastic
- ✚ 08. să coopereze activ în cadrul activității;

STRATEGII DIDACTICE:

- ✚ **metode și procedee:** expunerea, conversația, observația, demonstrația, explicația, problematizarea, exercițiul, turul galeriei;
- ✚ **material didactic:** videoproiector, imagine piramida alimentelor, cos cu alimente, fișe de lucru, hârtie creponată
- ✚ **locul de desfășurare:** sala de grupă;
- ✚ **durata:** 50 minute.
- ✚ **forma de organizare:** frontal, individual.




EVALUARE: observarea sistematică a comportamentului, analiza acțiunilor și a răspunsurilor, analiza produselor activității, aprecieri verbale, verificare orală, proba practică.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Etapele activității.	Conținutul științific	Ob op	Strategii didactice	Evaluare
1.Moment organizatoric	Pregătirea materialelor necesare desfășurării optime a activității. Aranjarea mobilierului.			
2. Captarea atenției	Se realizează prin intermediul unei surprize. Descoperirea coșului plin cu alimente .		frontală surpriza, explicația observația	Capacitatea de atenție și concentrarea a preșcolarilor
3. Anunțarea temei și a obiectivelor	Este anunțată tema activității : „Sănătate din salate”, precizându-se obiectivele urmărite pe parcursul activității. Sunt aduse în atenție reguli necesare desfășurării optime a activității.	01, 02, 03, 04, 05, 06, 07	frontal conversația explicația	Capacitatea de înțelegere a sarcinilor de lucru descrise
4. Dirijarea învățării	Anunțarea temei convorbirii. Orientarea activității prin intermediul întrebărilor care gravitează în jurul unei idei principale în vedea sintetizării unor informații legate de o alimentație corespunzătoare. Preșcolarii sunt solicitați să pună întrebări, la poate răspunde educatoarea sau ceilalți copii, scopul fiind acela de a fixa rolul alimentelor sănătoase în vederea unei dezvoltări optime .	01 02 03 04	orală individuală frontală conversație euristică explicația	Capacitatea preșcolarilor de a purta un dialog constructiv
a.Obținerea performanței	Este adus în atenție coșul cu alimente. Fiecare copil își alege din coș alimentul preferat , il denumeste, și prezintă caracteristicile și locul pe care	08	observația problematizarea	Capacitatea preșcolarilor de înțelegere și aprofundarea a unor

<p>6. Încheierea activității</p>	<p>acesta îl ocupă în piramida alimentelor.</p> <p>Tranziție: Trecerea la activitatea practică se realizează prin intermediul cântecului „S-a dus gospodina să ia zarzavat,, Prin intermediul acestei tranziții preșcolarii se așează la mese și sunt invitați să realizeze prin tehnica mototolirii hârtiei conturarea fișei ce reprezintă legume vesele.</p> <p>Se intuiesc materialele , sunt comunicate sarcinile de lucru.</p> <p>Este demonstrată tehnica de lucru specifică activității .</p> <p>Sunt efectuate exerciții de mișcare și de încălzire a degetelor:</p> <p>„Eu am zece degețe,,</p> <p>Se urmărește desfășurarea activității, se va interveni cu diverse specificații și îndrumări .</p> <p>Preșcolarii vor fi încurajați și stimulați</p> <p>Finalul activității, va facilita prezentarea și analiza lucrărilor. Momentul va fi realizat prin intermediul metodei Turul galeriei .</p> <p>Aprecieri verbale.Recompense.</p>	<p>05</p> <p>08</p> <p>06</p> <p>07</p> <p>08</p> <p>07</p>	<p>exercițiul</p> <p>individual</p> <p>exercițiul</p> <p>individual</p> <p>frontal turul galeriei</p>	<p>informații</p> <p>Capacitatea preșcolarilor de corelare a ritmului cu versurile cântecului</p> <p>Capacitatea preșcolarilor de realizare a sarcinii de lucru (mototolirea hârtiei, lipirea acesteia pe suprafața data)</p> <p>Capacitatea preșcolarilor de analiză</p> <p>Observarea comportamentului: receptivitatea copiilor, modul de implicare.</p>
---	---	---	---	--

BIBLIOGRAFIE:

-  ***, *Curriculum pentru învățământul preșcolar*, București, Editura DPH, 2009
-  ***, *Aplicațiile noului curriculum pentru învățământul preșcolar. Ghid pentru cadrele didactice*, vol. I, București, Editura DPH, 2009
-  ***, *Metodica activităților instructiv-educative în grădinița de copii*, București, Editura Didactică și Pedagogică, 2007

MĂNÂNC SĂNĂTOS, SUNT SĂNĂTOS!

*Profesor învățământ preșcolar Costache Alina Georgiana
Grădinița cu Program Prelungit nr. 2, Comuna Filipeștii de Pădure
județul Prahova*

Grupa: Mijlocie

Tema activității: “Mănânc sănătos, sunt sănătos!”

Mijloace de realizare: Joc didactic și activitate practică (identificarea alimentelor și poziționarea/ lipirea acestora în grupa corespunzătoare)

Obiective :

- Să identifice grupele de alimente benefice dezvoltării armonioase;
- Să decupeze, respectând conturul, alimentele;
- Să lipească alimentele decupate în spațiul corespunzător din piramida alimentelor;

Resurse materiale: imagini alimente, fișe de lucru, piramida alimentară, foi de flipchart, flipchart, foarfecă, lipici, videoproiector, prezentare P.P.T;

Metode și tehnici folosite: conversația, observația, explicația, demonstrația, metoda Piramida;

Modalități de evaluare a activității: fotografiile, produsele realizate de copii;

Descrierea activității: Cadrul didactic le prezintă preșcolarii *piramida alimentară*. Aceasta este o reprezentare grafică a proporțiilor adecvate grupelor alimentare, necesare în dieta zilnică. Li se explică preșcolarii modul în care sunt împărțite și așezate în piramidă grupele alimentare, produsele de la nivelul de jos al piramidei, fructele și legumele, ar trebui incluse în regimul nostru în cantitatea cea mai mare. Cu cât nivelul piramidei se micșorează, cu atât cantitatea și frecvența consumului de produse se reduc.

- La baza piramidei se află *fructele și legumele*, acestea ar trebui să reprezinte jumătate din ceea ce mâncăm.
- La nivelul următor sunt *produsele din cereale*, recomandat fiind consumul de cereale integrale (sunt considerate o opțiune mai sănătoasă).
- *Lactatele* sunt la nivelul superior, tot în această categorie regăsim și ouăle, untul și derivatele din lapte (brânză, iaurt, cașcaval, smântână).
- *Carnea* se găsește aproape de vârful piramidei. Se recomandă consumul de pește și carne slabă, moderat carne roșie, pentru a evita un nivel ridicat de acizi grași saturați.
- În vârful piramidei regăsim *alimentele bogate în grăsimi și zaharuri*. Acestea se consumă cu moderație cât mai rar. Toate aceste informații sunt furnizate preșcolarii prin intermediul unei prezentări P.P.T.

Pentru a fixa informațiile transmise prin intermediul prezentării, am realizat un *joc didactic*. Pe o foaie de flipchart am reprezentat piramida alimentară. Preșcolarii, rând pe rând, extrag câte un jeton, reprezentând imaginea unui aliment dintr-una din grupele alimentare, urmând să-l așeze în piramidă la locul potrivit. Mai apoi, preșcolarii au lucrat pe grupe mici (4 copii) pentru a realiza piramida alimentelor. Aceștia au decupat, așezat și lipit alimentele la locul potrivit din piramidă. În acest fel au învățat despre grupele alimentare de bază, dar au consolidat și lucrul în echipă și cooperarea. Accentul a fost pus pe consumul de alimente verzi, fructe și legume, pe o dietă echilibrată și un stil de viață sănătos alături de activitate fizică (se recomandă să facem mișcare zilnic).

Rezultate înregistrate: Preșcolarii au identificat grupele alimentare și au învățat în ce proporție să consume aceste alimente pentru păstrarea sănătății și dezvoltarea armonioasă;

Bibliografie:

- „Curriculum pentru învățământul preșcolar”, M.E.D.C.T., 2019

PROIECT DE ACTIVITATE

*Prof. înv. preșcolar: Constantin Alina Cosmina, București, sector 6
Constantin Georgiana Roxana, București, sector 6
Grădinița cu Program Prelungit “Albinuțele”*

Unitatea de învățământ: Grădinița cu Program Prelungit “Albinuțele”

Grupa: mică “STELUȚELE”

Prof. înv. preșcolar: Constantin Alina Cosmina

Tema anuală de studiu: “Când, cum și de ce se întâmplă?”

Subtema: “Mănânc sănătos”

Domeniul experiențial: Domeniul om și societate

Tema activității: “Salata de fructe”

Tipul activității: formare de noi cunoștințe, priceperi și deprinderi

Mijloace de realizare: ADE -- DOS- (Domeniul om și societate) – activitate gospodărească – Salată de fructe

Durată: 15-20 min

Scopul activității:

✓ Consolidarea abilităților practice specifice nivelului de dezvoltare motrică.

Obiective operationale:

Pe parcursul și la sfârșitul activității toți copiii vor fi capabili

O1:să respecte reguli de igienă înainte de lucru;

O2:să utilizeze obiectele de lucru necesare pentru realizarea unei activități practice;

O3: să enumere fructele folosite în compoziția produsului;

Strategii didactice:

Metode și procedee: : instructaj verbal, conversația, explicația, demonstrația, explozia stelară;

Material didactic: tocător, cutit de unică folosință, fructe, boluri

Forma de organizare: individual, frontal

BIBLIOGRAFIE:

1. *Curriculum pentru învățământ preșcolar 3-6/7 ani*, M.E.C.I., 2008

2. *Suport pentru aplicarea noului curriculum pentru invatamantul prescolar, nivel 5-6/7 ani.*
3. STEFANIA ANTONOVICI, GABRIELA NICU, *Jocuri interdisciplinare – material auxiliar pentru educatoare*, Ed. Aramis 2004.
4. Piramida cunoasterii, editura Diamant, Pitesti
5. Revista invatamantului prescolar si primar nr. 1-2/2017

DEMERS DIDACTIC

ETAPELE ACTIVITĂȚII	OB OP	CONTINUTUL ȘTIINȚIFIC	STRTEGII DIDACTICE			EVALUARE
			METODE ȘI PROCEDEE DIDACTICE	MIJOACE ȘI MATERIALE DIDACTICE	FORMA DE ORGANIZARE	
1.Moment organizatoric		Pentru bună desfășurare a activității se aerisește sala de grupă, se aranjează scaunele la masă, se pregătește materialul necesar și se introduc copiii în liniște în sală. Copiii se așază pe scaune.	Instructaj verbal		Frontal	Se observa comportamentul copiilor
2.Captarea atenției		Se va deschide un cutar unde se afla o scrisoare si o marioneta.	Conversatia	Cutar Scrisoare marioneta	Frontal	Se observa comportamentul copiilor
3. Anunțarea temei		Anunț copiii că astăzi vom face salată de fructe. Activitatea este interesanta si vă oferă multe surprise. Veți reusi acest lucru dacă în timpul activității veți fi atenți, și veți acorda multă atenție.	Conversația Explicația		Frontal	Se observa interesul manifestat de către copii

<p>4.Reactualizare a cunoștințelor</p>		<p>- Despre ce am învățat săptămâna aceasta? - Ce au pregătit mamele voastre din fructe? - Ce mai pun mămicile în conserve? - De ce?</p>	<p>Conversația</p>	<p>Imagini cu fructe, compoturi, dulceață, etc</p>	<p>Frontal</p>	<p>Analiza răspunsurilor Aprecieri verbale</p>
<p>5.Dirijarea invatarii</p>	<p>O1 O2 O3</p>	<p>, DOS-ACTIVITATE GOSPODAREASCA- va consta în realizarea unei salate de fructe. Educatorea prezintă copiilor o stea mare pe care este scris „Salata grupei” și cinci steluțe mici pe care sunt scrise întrebările: 1.CE fructe folosim pentru a face o salata de fructe? 2.CINE pregătesc conservele pentru iarnă? (compot, dulceață, etc) 3.UNDE cresc fructele? 4.DE CE trebuie să ne spălăm pe mâini înainte de a prepara și mânca ceva? 5.CÂND se coc fructele pe care le vom folosi pentru a face salată?</p> <p>Le voi arăta un cos cu fructe (fructe de toamnă) - Ce observați? - Ce fructe sunt în el? - In borcane ce avem? - Voi ce aveți pe mese? (intuirea materialelor) Astăzi, vom face salata de</p>	<p>Explozia stelara Conversația Explicația Demonstrația</p>	<p>Cuțit de unică folosință Tocător Fructe Boluri</p>	<p>Frontal Frontal Individual</p>	<p>Se observa comportamentul copiilor</p> <p>Copiii intuiesc materialele</p>

		fructe. Vă voi arăta cum vom tăia fructele, cum le vom amesteca. La sfârșit, veți mânca salata realizată de voi. Înainte de a tăia trebuie să ne aducem aminte despre tot ce am învățat despre fructe. Voi descrie un fruct, iar cel care îl recunoaște îl va alege și îl va tăia.				
6.Obținerea performantei		<p>Copiii vor continua jocul .</p> <p>Îi voi ajuta pe cei care vor întâmpina dificultăți. Voi verbaliza toate acțiunile făcute și voi solicita și copiii să facă același lucru.</p> <p>După tăierea fructelor și amestecarea lor, cei mici vor gusta din salata făcută.</p> <p>Se apreciază răspunsurile copiilor, precum și modul de colaborare și interacțiune.</p>	<p>Conversația</p> <p>Explicația</p>		<p>Frontal</p> <p>Frontal</p>	<p>Se observa comportamentul copiilor</p>
7.Incheierea activitatii		<p>Educatorea face aprecieri verbale asupra modului in care s-a desfasurat activitatea si ofera recompense copiilor.</p> <p>Pe tranzitia: “Randul iute sa-l formam, La usa ne adunam Si la baie noi plecam Mainile sa le spalam”, copiii parasesc sala de grupa.</p>	<p>Conversația</p>	<p>Recompense</p>	<p>Frontal si individual</p>	<p>Aprecieri generale si individuale.</p>

PROIECT DE ACTIVITATE INTEGRATĂ

*Profesor inv. preșcolar Crișan Anca
Profesor inv. preșcolar Iepure Cristina
Grădinița cu Program Prelungit Voinicel, județul Zalău/ Sălaj*

GRUPA: mică

TEMA ANUALĂ: „Cine sunt/suntem?”

TEMA PROIECTULUI TEMATIC: „Singurel mă îngrijesc”

TEMA SĂPTĂMÂNII: „Stiu să am grijă de mine!”

TEMA ACTIVITĂȚII: „Fetița cu fundițe roșii” de Cella Aldea

FORMA DE REALIZARE: Activitate integrată

ELEMENTE COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚII INTEGRATE: ADE:DOS(Educație pentru societate)+DOS (Activitate practică)

TIPUL ACTIVITĂȚII:Însușire de noi cunoștințe, formare de priceperi și deprinderi ;

MIJLOACE DE REALIZARE: povestirea educatoarei, activitate practic-gospodărescă

SCOPUL ACTIVITĂȚII: Formarea deprinderilor de igienă personală corectă și dobândirea unor comportamente igienice față de propria persoană pentru păstrarea sănătății.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

Să precizeze titlul și autorul poveștii;

Să formuleze enunțuri corecte din punct de vedere gramatical pe baza textului audiat;

Să enumere personajele din poveste prin utilizarea suportului ilustrativ;

Să precizeze motivul pentru care „Fetița cu fundițe roșii” a fost refuzată de animalele cu care dorea să se joace;

Să identifice obiectele și produsele de igienă personală cu ajutorul simțului tactil (săpun, șampon, prosop, pieptene);

Să precizeze modul de utilizare al produselor și obiectelor de igienă personală;

Să execute diferite acțiuni pentru igiena corporală a păpușilor.

STRATEGII DIDACTICE:

Metode și procedee didactice: surpriza, povestirea, explicația, demonstrația, exercițiul, jocul, brainstormingul, problematizarea, R.A.I (răspunde, aruncă, interoghează) Amestecă, îngheață, formează perechi ;

Mijloace didactice: O papușă – Fetița cu fundițe roșii, siluetele personajelor din poveste confecționate, cădiță cu apă, șampon, săpun, prosopel, pieptene, păpușile din sala de grupă.

FORMA DE ORGANIZARE: frontal, individual

DURATA ACTIVITĂȚII: 30 min

BIBLIOGRAFIE:

***Curriculum pentru educația timpurie 2019

* Tătaru, L., Glava, A., Chiș, O. – „Piramida cunoașterii”-Repere metodice în aplicarea curriculumului preșcolar,PDF, Ed Diamant, pag.362

*** Suport pentru explicitarea și înțelegerea unor concepte și instrumente cu care operează curriculumul pentru educație timpurie

Desfășurarea activității:

Etapele activității	Conținutul științific	Strategii didactice	Evaluare
1.Moment organizatoric	Asigurarea condițiilor optime, pentru desfășurarea activității: aerisirea grupei, așezarea măsuțelor și a scăunelelor, pregătirea materialului didactic necesar.		
2. Captarea atenției	Prezintă copiilor surpriza păpușa-Fetița cu fundițe roșii și un săculeț cu diferite produse și obiecte de igienă personală. Le voi comunica copiilor, că păpușica dorește să le spună povestea ei, o întâmplare pe care nu o va uita niciodată și azi dorește ca și copiii grupei mici să-i știe povestea.. Voi întreba copiii dacă doresc să-i afle povestea și ne vom reaminti câteva reguli de igienă și importanța acestora.	Surpriza Conversația	
3.Reactualizarea cunoștințelor	Prin intermediul unui joc senzorial, copiii vor identifica cu ajutorul simțului tactil produsele și obiectele de igienă personală din săculețul adus de „Fetița cu fundițe roșii”.	Conversația Jocul senzorial	Aprecieri verbale
4. Anunțarea temei și a obiectivelor	Azi, vă voi spune povestea „Fetița cu fundițe roșii”, scrisă de Cella Aldea iar apoi cu produsele și obiectele de igienă pe care le-ați găsit în săculeț, vom spăla și vom îngriji păpușile pe care le-am pregătit pentru a fi și ele curate și îngrijite.	Conversația Explicația	Observarea comportamentului copiilor
5.Prezentarea conținutului și dirijarea învățării	Prezintă copiilor conținutul poveștii „Fetița cu fundițe roșii” cu ajutorul dramatizării. Pe parcursul derulării firului narativ își vor face apariția personajele din poveste, care vor dialoga cu păpușa „Fetița cu fundițe roșii”. Conținutul poveștii va fi prezentat de către educatoare clar, corect, coerent și expresiv cu un ton și o mimică adecvată, explicându-se cuvintele și expresiile noi din text („pricină”, „s-au făcut ghem	Expunerea Dramatizarea Explicația	Observarea comportamentului copiilor

	<p>de supărare”).</p> <p>Povestea va fi prezentată după următorul plan de idei:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Fetița cu fundițe roșii s-a întâlnit cu veverița ocupată cu curățenia 2.Iepurașii nu au vrut să se joace cu fetița, fiindcă se duceau la râu să se spele 3.Ursuleții erau și ei ocupați cu treburi casnice 4.Aricii s-au jucat cu fetița deoarece au confundat-o cu un arici 5.Fetița s-a spălat, s-a pieptănat, iar acum toți copiii vor să se joace cu ea. 		
6.Obținerea performanței	<p>Propun prescolarilor jocul: “Spune ce stii!” desfășurat prin metoda R.A.I. (adaptată nivelului I-întrebările vor fi adresate de educatoare).</p> <p>Educatoarea adresează prima întrebare și aruncă mingea unui copil. Copilul numit răspunde iar dacă nu știe va aruncă mingea unui copil care se anunță că dorește să răspundă. Jocul continuă până la terminarea întrebărilor legate de conținutul poveștii.</p> <p>Cum se numește povestea pe care tocmai v-am citit-o?</p> <p>Cine este autorul poveștii?</p> <p>Care sunt personajele din poveste?</p> <p>Cum arăta fetița cu fundițe roșii?</p> <p>Cu cine s-a întâlnit prima oară?</p> <p>Ce făcea veverița?</p> <p>Cu cine s-a mai întâlnit fetița?</p> <p>Ce i-au spus iepurașii?</p> <p>Dar ursulețul?</p> <p>Care animale s-au jucat cu fetița?</p> <p>De ce s-au jucat aricii cu fetița?</p> <p>Ce a făcut fetița cu fundițe roșii după ce a fost alungată de arici?</p> <p>De ce credeți că acum toți copiii vor să se joace cu ea?</p> <p>De ce este important să respectăm reguli de igienă?</p>	<p>Conversația</p> <p>Explicația</p> <p>Metoda R.A.I.</p>	<p>Aprecieri verbale</p>
7.Asigurarea retenției și a transferului	<p>Activitatea practică o voi realiza prin jocul: „Amestecă, ingheață, formează perechi !”</p> <p>Copiii vor alerga prin sala de grupă,</p>	<p>Conversația</p> <p>Explicația</p> <p>Jocul</p>	<p>Observarea comportamentului copiilor și a modului de</p>

	<p>atunci cand aud cuvântul: „AMESTECĂ”. In momentul când este rostit cuvântul „ÎNGHEAȚĂ”, copiii stau nemișcati, iar cand li se spune: „FORMEAZA PERECHI”, se grupează câte doi. După formarea perechilor se intuiesc materialele pregătite și regulile pe care trebuie să le respecte.</p> <p>Educatorea adresează perechilor întrebări legate de modul de utilizare al produselor și obiectelor de igienă personală și demonstrează modul de realizare a sarcinii.</p> <p>Fiecare pereche trebuie să facă baie papușii și să o îngrijească folosind materialele puse la dispoziție.</p> <p>Activitatea practică este supravegheată de educatoare, oferindu-le ajutor și explicații copiilor care necesită sprijin.</p>	<p>Amestecă, îngheță, formează perechi.</p>	<p>realizare a sarcinii</p> <p>Aprecieri verbale</p>
8.Evaluarea activitatii	<p>La finalul activității se reamintește titlul poveștii și mesajul transmis.</p> <p>Fac aprecieri globale cu privire la modul în care copiii au rezolvat cerințele și au dus la îndeplinire sarcinile de lucru și le ofer copiilor recompensă.</p>	<p>Conversația</p>	<p>Aprecieri generale și individuale</p>

PROIECT DIDACTIC FRUCTELE ȘI LEGUMELE-ALIMENTE SĂNĂTOASE

*Prof. învă. preșc. Cruceru Mihaela Carmen
Grădinița cu program prelungit „Constantin Brâncuși”
Târgu Jiu, județul Gorj*

TEMA SĂPTĂMÂNII: „Doctorul spune...”

TEMA ZILEI: „Fructele și legumele-alimente sănătoase”

TIPUL ACTIVITĂȚII: verificare și consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi

SCOPUL: - Participarea și implicarea activă a copiilor în activitate în vederea dezvoltării capacității de cunoaștere și înțelegere importanței alimentației sănătoase.

ADP (Activități de dezvoltare personală)

Întâlnirea de dimineață: „Doctorul spune că e sănătos să mâncăm....”

RUTINA: „Ne pregătim de activități”

TRANZIȚII: „Salata de fructe„-joc de încălzire

ALA (Activități liber alese)

1. JOC DE MASĂ: „Mici constructori”-fructe și legume, joc educativ
2. ȘTIINȚĂ: „Cămara cu alimente sănătoase”
3. ARTĂ: „ Coșul sănătății„ -Colorăm și lipim fructe și legume”

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

Joc de masă: „Mici constructori”-fructe și legume

- Să construiască pe planșe forme ale unor fructe și legume și să respecte regulile jocului

Știință: „Cămara cu alimente sănătoase”

- Să grupeze legumele după cerință.
- Să selecteze imaginile cu alimente sănătoase și să le lipească pe raft.

Artă: „Coșul sănătății”-colorăm și lipim fructe și legume

- Să utilizeze corect materialele puse la dispoziție, exersându-și imaginația pentru realizarea produsului final cerut.
- Să exerseze deprinderi învățate, realizând lucrări estetice care să respecte tema dată.

STRATEGIA DIDACTICĂ:

1.TIPURI DE EXPERIENȚE DE ÎNVĂȚARE VIZATE: *activă și creativă*

2.METODE ȘI PROCEDEE DIDACTICE conversația, explicația, demonstrația, problematizarea, descrierea, turul galeriei.

3. RESURSE MATERIALE: imagini cu fructe și legume, lipici, folie, creioane colorate, planșă.

4 RESURSE UMANE: preșcolarii grupei, educatoarea

5. RESURSE SPATIALE: sala de grupă

6. EVALUAREA

- *frontală realizată pe parcursul activității*

- *finală, prin analiza produselor activității și a deprinderilor formate*

FORMA DE ORGANIZARE: frontală, individuală.

SCENARIUL ZILEI

ÎNTÂLNIREA DE DIMINEAȚĂ

Activitatea debutează cu întâlnirea de grup între copii și educatoare, prin intermediul salutului de dimineață.

„Dimineața a sosit

Dragi copii bine-ați venit

În cerc să ne adunăm

Frumos să ne salutăm:

Bună dimineața!”

Educatoarea: „Bună dimineața, copii sănătoși!”

Se face prezența: o fată numără toate fetele prezente, iar un băiat numără băieții prezenți.

CALENDARUL NATURII

Voi purta cu copiii un dialog referitor la vremea de afară, dialog în urma căruia voi ajuta copii să răspundă la următoarele întrebări, după care vom completa calendarul naturii cu jetoane corespunzătoare:

-În ce anotimp suntem?

-Ce zi a săptămânii este astăzi?

- Cum este vremea?
- Ce zi a fost ieri?
- Ce zi va fi mâine?

Se vor atașa imaginile corespunzătoare vremii din acea zi.

Are loc o scurtă conversație prin care copiii sunt introduși în tema lecției.



- Cine ne tratează când suntem bolnavi?
- Ați fost vreodată la doctor?
- Ce face el?
- Doctorul spune că e sănătos să mâncăm.....(fiecare copil spune un aliment)

Se ajunge la concluzia că fructele și legumele sunt sănătoase pentru că ne oferă vitamine.

Fiecare copil va primi câte un ecuson, iar în funcție de acestea vor lucra la sectoare.

Prin Tranziția „Salata de fructe„-elevii se vor pregăti pentru activitate printr-un joc de încălzire. Elevii se așează în cerc unul după celălalt. Se masează cu mânuțele spatele colegului prin comenzi de tipul:

- Spălăm fructele!
- Curățăm coaja!
- Tăiem fructele!
- Amestecăm salata!

Împreună cu copiii, vom vizita sectoarele și vom descrie materialele pe care le vom utiliza.

La centrul JOC DE MASĂ , copiii vor construi fructe și legume, la centrul ȘTIINȚĂ vor umple camera cu alimente, iar la centrul ARTĂ, vor colora, vor decupa și vor lipi fructe și legume.

Pe parcursul activității voi trece pe la fiecare sector, voi prezenta elemente de comportament, voi urmări modul de relaționare cu partenerii de grup și voi oferi ajutor acolo unde este necesar.

După terminarea sarcinilor de lucru de la fiecare sector se va face turul galeriei și se fac aprecieri asupra modului de realizare.

ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

A.D.P.(ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ)

Întâlnirea de dimineață: „Doctorul spune că e sănătos să mâncăm...”

RUTINA: „Ne pregătim de activități”

TRANZIȚII: „Salata de fructe„-încălzirea corpului.

ALA (Activități liber alese)

1. JOC DE MASĂ: „Mici constructori” realizarea fructelor și a legumelor după regulile jocului

2. ȘTIINȚĂ: „Camera cu alimente sănătoase”

3. ARTĂ: „ Coșul sănătății-Colorăm, decupăm și lipim fructe și legume”

DEFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

EVENIMENTUL DIDACTIC	CONȚINUTUL ȘTIINȚIFIC	STRATEGII DIDACTICE	EVALUARE
1. Moment organizatoric	Educatorea crează condițiile organizatorice și psihopedagogice necesare pentru desfășurarea eficientă a activității, aerisește sala, pregătește materialul didactic, aranjează mobilierul pe grupuri.	-conversația	
2. Captarea atenției	„Doctorul spune că e sănătos să mâncăm.....”,-brainstorming Joc: „Salata de fructe,”	-conversația -jocul didactic	-frontală
3. Anunțarea temei și a obiectivelor	Acum suntem prieteni cu toții și vom petrece o zi minunată. Vom călătorii în lumea magică a fructelor și legumelor, unde vom desena, ne vom juca și ne vom distra.	-conversația -explicația	
4. Reactualizarea cunoștințelor	Ne îndreptăm spre sectoare, după ecusoanele primite. 1. JOC DE MASĂ: „Mici constructori” realizarea fructelor și a legumelor după regulile jocului 2. ȘTIINȚĂ: „Cămara cu alimente sănătoase” 3. ARTĂ: „ Coșul sănătății-Colorăm, decupăm și lipim fructe și legume” Se vor explica sarcinile de lucru pentru fiecare sector. După terminarea activității la sectoare, aprecierea lucrărilor se va trece prin metoda TURUL GALERIEI. Copiii vor trece pe rând pe la fiecare grupă de lucru, să vadă și să aprecieze cum au fost realizate lucrările. Se oferă recompensă pentru activitatea realizată.	-explicația -demonstrația -turul galeriei	-frontală -orală -practică

PIRAMIDA ALIMENTELOR

*Prof. înv. preșcolar Damian Marilena
GPN Niculești, Vintilă vodă, județul Buzău*

Secvență didactică din proiectul tematic „Cum să creștem sănătoși?”

Tema: Alimente sănătoase

Abilități dezvoltate: luarea de decizii corecte cu privire la o alimentație sănătoasă

Scop: însușirea cunoștințelor privind regulile unei alimentații sănătoase

Obiective:

- însușirea cunoștințelor privind grupele de alimente, din cadrul piramidei alimentare
- consolidarea cunoștințelor asimilate cu privire la piramida alimentelor;

Metode: conversația, explicația, demonstrația, exercițiul, turul galeriei.

Materiale didactice: planșă cu piramida alimentelor, piramida alimentelor pe duplex, flip-chart, patafix, jetoane cu alimente, fișe de lucru, foarfece, lipici.

Exercițiul 1: Piramida alimentelor (activitate frontală)

Copiii privesc planșa cu ”Piramida alimentelor”. Se va discuta cu copiii despre fiecare categorie alimentară:

- Ce este piramida alimentelor?
- Din câte grupe de alimente este formată aceasta?
- Ce alimente se află în fiecare grupă?
- Din care grupă de alimente trebuie să mâncăm mai mult? De ce?
- Din care grupă de alimente trebuie să mâncăm mai puțin? De ce?

Exercițiul 2: Organizarea alimentelor în piramidă (activitate frontală)

Postați pe flip-chart o foaie cu piramida alimentelor goală, fără alimente. Pe aceasta veți așeza aleatoriu, cu patafix, jetoane cu alimente, în poziții diferite față de cea corectă. Rugați copiii să privească atent cele două piramide și să găsească locul potrivit al alimentelor de pe piramida cu jetoane. Chemați, pe rând câte un copil în față pentru a re poziționa în mod corect fiecare jeton, desprinzându-l de la locul unde este postat și așezându-l în poziția corectă pe piramida alimentelor.

Exercițiul 3: Organizarea alimentelor în piramidă (activitate de individuală)

Fiecare copil primește o coală A4 cu piramida alimentelor goală și o coală cu alimentele din piramidă. Copiii decupează alimentele și le asamblează pe piramida alimentelor în spațiile corespunzătoare. Apoi vor primi câte un lipici pentru a lipi alimentele pe piramidă. Expuneți imaginile realizate de copii în sala de grupă sau într-un loc special amenajat în grădiniță pentru a fi văzute de către părinți.

Bibliografie:

- Ministerul Educației Naționale, „Curriculum Pentru Educația Timpurie - 2019”, pagina 19
- Internet pentru imagini

PROIECT DIDACTIC „Mănânc sănătos”- joc didactic

*Prof. Înv. Preșcolar Ioana Alexandra Dobrin
Școala Profesională Nr.1/ G.P.P. Nr. 2
Vișeu de Sus, județul Maramureș*

GRUPA : mijlocie

GRĂDINIȚA CU PROGRAM

EDUCATOARE:

CATEGORIA DE ACTIVITATE: Domeniul Om și Societate

TEMA DE STUDIU: „Cine și cum planifică/organizează o activitate?”

TEMA SĂPTĂMÂNII: „Sănătate-n farfurie”

TEMA ACTIVITĂȚII: „Mănânc sănătos”

TIPUL DE ACTIVITATE: Recapitulare și verificare

FORMA DE REALIZARE: Joc didactic

DOMENIUL DE DEZVOLTARE: DEZVOLTAREA FIZICĂ, A SĂNĂTĂȚII ȘI IGIENEI PERSONALE

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII: Sănătate (nutriție, îngrijire, igienă personală) și practici privind securitatea personală

COMPORTAMENTE: 3.1. Exersează, cu sprijin, respectarea unor principii de bază specifice unei alimentații sănătoase

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

- * Consolidarea deprinderii copiilor spre o alimentație sănătoasă, pentru un stil de viață sănătos;

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

- * să identifice alimentele sănătoase pentru organism;
- * să enumere alimentele nesănătoase pentru organism;
- * să ordoneze alimentele în funcție de importanța acestora pentru organism;

SARCINA DIDACTICĂ:

- * Denumirea imaginilor, identificarea alimentelor din jetoane și sortarea acestora în funcție de criteriul dat.

REGULI DE JOC:

- * Copiii răspund cerinței numai când sunt solicitați de Rilă Iepurilă.

ELEMENTE DE JOC: aplauze, Rilă Iepurilă, surpriza, așteptarea, mânuirea materialului, aprecierea.

METODE ȘI PROCEDEE: conversația, explicația, exercițiul, jocul, demonstrația, surpriza, problematizarea, ciorchinele.

RESURSE MATERIALE: jetoane reprezentând alimente sănătoase și nesănătoase pentru organism, Rilă Iepurilă, cutii de cadou, fețe zâmbitoare, ecusoane, panou cu evidența scorului, salata de fructe, coșuri, planșă chiorchine;

RESURSE UMANE: copiii, educatoarea

FORMA DE ORGANIZARE: frontal, individual, pe echipe;

RESURSE TEMPORALE: 25 – 30 minute

MATERIAL BIBLIOGRAFIC:

- * Curriculum pentru educație timpurie 2019
- * ”Tătaru, I., Glava, A., Chiș, O.(2014) „Piramida cunoașterii”, Editura Diamant

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

<i>Eveniment didactic</i>	<i>Conținut științific</i>	<i>Strategii didactice</i>	<i>Evaluarea (instrumente și indicatori)</i>
<i>Moment organizatoric</i>	Pregătirea climatului psiho – afectiv necesar desfășurării activității.		
<i>Captarea atenției</i>	Se realizează cu ajutorul Rilă- Iepurilă, care a venit la noi în grupă, cu un cadou pentru a învăța care sunt alimentele sănătoase pentru organism atunci când va merge la magazin să cumpere mâncare pentru familia sa. Rilă îi dăruiește educatoarei cadoul și le spune copiilor că le va da o surpriză dacă îl vor ajuta să învețe.	Surpriza Conversația	<i>Observarea comportamentului copiilor</i> Toți copiii vor manifesta interes pentru subiectul propus.
<i>Anunțarea temei și a obiectivelor</i>	Se anunță tema activității și obiectivele în termeni accesibili copiilor. Astăzi m-am gândit să ne jucăm cu alimentele, un joc interesant care se numește „Mănânc sănătos!”. În cadrul jocului veți identifica alimentele sănătoase și nesănătoase pentru organism și le veți așeza în coșul potrivit(în coșul verde cele sănătoase, iar în cel maro cele nesănătoase). Rilă Iepurilă ne-a adus în dar niște jetoane foarte frumoase pe care noi o să le folosim în jocul nostru.	Conversația Explicația	<i>Evaluare orală</i> Copii vor da dovadă că au înțeles titlul jocului și obiectivele activității.
<i>Reactualizarea cunoștințelor</i>	Le voi cere copiilor să dea trei exemple de alimente sănătoase și nesănătoase.	Conversația	<i>Evaluare orală</i> Copiii vor da exemple alimente sănătoase și nesănătoase.
<i>Prezentarea conținutului și dirijarea învățării</i>	Joc didactic-„Mănânc sănătos” <u>Explicarea jocului, prezentarea regulilor și a elementelor de joc “Mănânc sănătos”</u> Copiii sunt împărțiți în două echipe, echipa roșie și echipa albastră. În fața celor două echipe sunt așezate două măsuțe cu câte o cutie cu jetoane pe fiecare măsuță. Pe prima măsuță sunt așezate în cutie jetoane care reprezintă	Observația Explicația Conversația	<i>Evaluare orală</i> Copii vor reda titlul jocului și vor respecta regulile acestuia.

	<p>alimente sănătoase, iar pe a doua mäsută se află o cutie cu jetoane care reprezintă alimentele nesănătoase. Rilă Iepurilă va numi pe rând câte un copil din fiecare echipă, care va veni la masă, va alege un jeton din cutia, denumește imaginea și numește un coleg din aceeași echipă să găsească locul în coșul potrivit.</p> <p>Împreună cu echipa vor preciza de ce au ales coșul respectiv. După fiecare răspuns corect echipa va primi câte o față zâmbitoare pe panoul cu evidența scorului.</p> <p><u>Jocul demonstrativ și jocul de probă</u></p> <p>Educatoarea execută jocul demonstrativ apoi se va executa jocul de probă împreună cu copiii pentru a vedea dacă au înțeles regulile jocului.</p> <ul style="list-style-type: none"> * Un copil va alege un jeton dintr-o cutie, denumește imaginea și numește un coleg din aceeași echipă să găsească coșul potrivit; * Copiii din echipă vor preciza de ce a ales una din variante. <p>Răspunsurile corecte vor fi recompensate cu fețe zâmbitoare.</p> <p><u>Desfășurarea jocului propriu zis de către copii</u></p> <p>Câte un copil din fiecare echipă va veni la masă, va alege un jeton din cutie, va verbaliza imaginea de pe jeton și va numi un coleg din aceeași echipă să găsească coșul potrivit.</p> <p>Ex: Copilul extrage din cutie un jeton fructe și spune: „Eu am pe jeton mai multe fructe”. Un coleg din echipă va pune cartonașul cu fructe pe coșul de alimente sănătoase și spune: „Eu am pus fructele în coșul verde de alimente sănătoase”.</p> <p>Apoi un copil din aceeași echipă va precizat de ce fructele sunt în coșul potrivit.</p> <p>Ex: „Fructele sunt sănătoase deoarece conțin vitamine.”</p>	<p>Explicația</p> <p>Demonstrația</p> <p>Jocul</p> <p>Exercițiul</p>	<p><i>Evaluare orală</i></p> <p>Copiii vor executa jocul de probă și vor respecta regulile jocului.</p> <p>Evaluare orală</p> <p>Copiii vor executa jocul de probă și vor respecta regulile jocului.</p>
<p><i>Asigurarea retenției și a transferului</i></p>	<p><u>Varianta I de joc</u></p> <p>Copilul chemat de Rilă Iepurilă, va alege un jeton din cele aflate pe masă, denumește imaginea. Alt copil ales de Rilă va așeza jetonul în coșul potrivit. După alt copil din echipă precizează de ce s-a ales coșul respectiv.</p>	<p>Exercițiul</p> <p>Conversația</p>	<p><i>Evaluare orală</i></p> <p>Copii vor identifica imaginile cu</p>

	<p>Se va insista asupra respectării regulilor de joc. Copiii continuă jocul. Se procedează la fel pentru celelalte imagini aflate pe masă.</p> <p><u>Varianta a II-a a jocului-descoperă greșeala</u> Educatorea amestecă alimentele din cele două coșuri. Copiii trebuie să fie atenți să sesizeze greșeala, să reașeze imaginile în coșurile potrivite. Ex: “Legume în coșul maro de alimente nesănătoase”.(greșit) „Legume în coșul verde de alimente sănătoase” (corect)</p>	<p>Exercițiul</p> <p>Conversația</p>	<p>alimente și le vor așeza la coșul potrivit.</p> <p><i>Evaluare orală</i> copii vor descoperi greșeala făcută de educatoare.</p>
<i>Obținerea performanței</i>	<p><u>Complicarea jocului Ciorchinele</u> Copiii vor lucra pe echipe, ei analizează, selectează jetoanele puse la dispoziție și vor completa ciorchinele. O echipă va completa ciorchinele cu alimente sănătoase, iar cealaltă echipă cu alimentele nesănătoase. Copiii vor alege imagini cu alimente sănătoase sau nesănătoase și le vor așeza în jurul “Așa da”/ “Așa da”, apoi le vor uni prin linii cu alimentele. Fiecare echipă își prezintă ciorchinele, apoi colegii pot face observații, exprimă idei, completări, sugestii. Răspunsurile corecte vor fi recompensate cu fețe zâmbitoare.</p>	<p>Explicația</p> <p>Ciorchinele</p> <p>Exercițiul</p>	<p><i>Evaluare practică acțională</i> Copiii vor completa ciorchinele conform instrucțiunilor;</p>
<i>Încheierea activității</i>	<p>Se fac aprecieri verbale asupra modului de desfășurare al întregii activități, copiii fiind recompensați cu salată de fructe.</p>		<p>Aprecieri verbale asupra modului de lucru și asupra comportamentului copiilor.</p>

Bibliografie:

- * Curriculum pentru educație timpurie 2019
- * ”Tătaru, I., Glava, A., Chiș, O.(2014) „Piramida cunoașterii”, Pitești, Editura Diamant

PROIECT DE ACTIVITATE INTEGRATĂ

*Prof. înv. preșcolar Ghibu Mirela
Grădinița P. P. Căsuța de turtă dulce, Constanța
județul Constanța*

UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT : Grădinița cu program prelungit “Căsuța de turtă dulce”, Constanța

NIVELUL/GRUPA: 3-4 ani, I, Grupa mica “Strumfii”

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: „ Când, cum și de ce se întâmplă? ”

TEMA SĂPTĂMÂNII: „Iepurașul va veni, ouă roșii vom ciocni!”

TEMA ZILEI: „Iepurașul de Paște”

ELEMENTE COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚII INTEGRATE:

ADP: Întâlnirea de dimineață ”*Bună dimineața, dragă grădiniță!*”- joc muzical

Rutine: prezența copiilor, completarea calendarului naturii, deprinderi de igienă și de autoservire

Tranziții: „Ne jucăm”, „Iepurașul Țup”, „Iepuraș coconaș”, „Iepurași drăgălași”

ADE: ”*Iepurașul de Paște*” (DLC – povestirea educatoarei; DPM – parcurs aplicativ)

ALA: *Construcții:* „Căsuța iepurașilor”

Artă: ”Pictăm ouă”

Joc de rol: ”Surprize dulci pentru Rilă Iepurilă”

Știință: Jocuri pentru minți istețe- „Sortează jetoanele și ouăle după culoare”

ALA 2:”Iepurași drăgălași”-joc de mișcare

„Iepurașul și doctorul!”- joc distractiv

SCOPUL: Dezvoltarea capacității de înțelegere și exprimare a propriilor emoții valorificând creații literare; Dezvoltarea capacității de orientare în spațiu și a deprinderilor motrice învățate (mers, ocolire de obstacole, alergare).

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

Ascultarea activă a mesajului pentru înțelegerea și receptarea lui (comunicare receptivă);

Exprimarea orală a mesajului, a emoțiilor (comunicare expresivă);

Motricitate grosieră și motricitate fină în context de viață familială;

Conduită senzorio-motorie pentru orientarea mișcării;

COMPORTAMENTE VIZATE:

Participă la activitățile de grup și la activitățile de joc în calitate de auditor;

Participă la activitățile de grup și la activitățile de joc, în situații uzuale, în calitate de vorbitor;

Utilizează structuri orale simple;

Își coordonează mușchii în desfășurarea unor activități diversificate, specifice vârstei;

Participă la activități fizice variate, adecvate nivelului lui de dezvoltare;

Utilizează mâinile și degetele pentru realizarea de activități variate;

OBIECTIVE:

O1- Să urmărească linia unei povești, concomitent cu siluetele expuse;

O2- Să descrie în cuvinte proprii acțiunile sugerate de imagini (siluete) ;

O3-Să rețină titlul și cuvinte noi din poveste;

O -Să formuleze cel puțin un enunț corect din punct de vedere gramatical referitor la emoțiile trăite de personaj pe baza textului audiat;

O5 - Să execute corect variantele de mers și de alergare, respectând indicațiile oferite de către educatoare;

O6 - Să execute corect acțiunile motrice învățate în condiții variate cât mai aproape de situațiile reale cu și fără obiecte;

O7- Să manifeste în timpul activității atitudini fair-play;

STRATEGII DIDACTICE:

Metode și procedee: povestirea prin mânuirea siluțelor; observația; conversația; explicația; demonstrația; expunerea; metoda Turul galeriei.

Resurse materiale: iepurași personaje din povești, carte cu imaginile poveștii, panou de expunere, laptop, machetă gradina din povești, imagini din povești, bețișoare igienice, trafaleti pentru pictură, tempera, veste pentru pictură, fișe de lucru, blat și forme de prăjituri, elemente decorative pentru prăjituri, sucitoare pentru a întinde blatul, platou, șorțulețe și bonete bucătar, siluete ou, siluete iepurași, copăcei, ouă, coșuri pentru ouă, urechi de iepurași.

Forme de organizare: frontal, pe grupe, individual

Durata estimată: 3 ore

BIBLIOGRAFIE:

Curriculum pentru educație timpurie 2019

Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la șapte ani

Repere metodologice pentru practica pedagogică la educația fizică, 2016, Mariana Dumitru, Miruna Moroianu, Editura Universitară

Metodica activităților de educare a limbajului în învățământul preșcolar, Florica Mitu, Ștefania Antonovici, 2005, Ed. Humanitas Educațional,

SCENARIUL ACTIVITĂȚII

La intrarea în sala de grupă copiii se vor așeza pe pernuțele de pe covor.

În cadrul „**Întâlnirii de dimineață**” se vor realiza salutul, prezența copiilor și se va completa calendarul naturii .

Salutul se realizează prin intermediul unor versuri rostite atât de educatoare, cât și de copii:

” Bună dimineața, iepurașilor!

Mă bucur că sunteți aici.”

Copiii realizează salutul, de la stânga la dreapta. **Prezența** se va face cu ajutorul altor versuri :

” După ce ne-am adunat

Și frumos ne-am salutat,

Cu toți ne-am întâlnit

Cine oare n-a venit ? ”

Voi spune copiilor că înainte de a pleca la drum, pentru a afla cine este adevăratul iepuras de Paste, este important să cunoaștem starea vremii. Cu ajutorul versurilor: „Calendaru-i încântat,/ Că va fi iar completat,/ Cu ninsoare, ger, furtună,/ Sau poate cu vreme bună! și, împreună cu copiii, vom completa **calendarul naturii**. Copiii nominalizați vor veni pe rând pentru completarea informațiilor calendarului naturii. Voi pune întrebările: Știe cineva în ce

anotimp suntem?; În ce lună suntem?; Ce zi a săptămânii este astăzi?; Cum este vremea astăzi?

Împărtășirea cu ceilalți: Voi iniția cu copiii o discuție referitoare la sărbătoarea care se apropie.

Noutatea zilei : Le voi spune copiilor o ghicitoare

E fricosul cel mai mare.

Iute-aleargă-n depărtare,

Dar la morcovi de îl chemi

Vine, doar să-i fac un semn!

Ghici cine-i?

Captarea atenției se va realiza prin apariția în sala de grupă a unui personaj, Rilă Iepurilă, un copil costumat în iepuraș. Acesta le va spune copiilor ca a venit ca să afle împreună cu noi adevărata poveste a iepurașului de Paște și să lucreze împreună cu noi multe lucruri frumoase cu ocazia sărbătorilor Pascale.

La sfârșitul zilei toți copiii vor fi recompensați cu daruri de la iepuraș.

Începem călătoria noastră către grădina iepurașilor și vom executa jocul de mișcare ”*Ne jucăm*”, realizându-se astfel momentul **zilnic de mișcare și tranziția spre DLC -”Povestea iepurașului de Paște”** – *povestirea educatoarei.*

Copiii se vor îndrepta către spațiul în care vor afla povestea, se vor așeza pe pernuțe, în două semicercuri. **Captarea atenției** o voi realiza prin descoperirea și prezentarea machetei cu elementele componente ale poveștii.

Voi anunța **tema și obiectivele activității:** ”Astăzi vă voi spune povestea ” Iepurasul de Paște”

Cu ajutorul formulei ”**Și când macheta se va descoperi, povestea va și porni**” voi descoperi macheta și voi începe povestea.

Copiii vor asculta „Povestea iepurașului de Paște”. Voi expune povestea clar, accesibil și expresiv pentru a putea trezi emoții și pentru a asigura motivația învățării. Expresivitatea expunerii o voi realiza prin modelarea vocii, schimbarea ritmului vorbirii pe parcursul expunerii, pauze logice, accentuări și scăderi ale intensității vocii, repetiții, mimică și gestică.

Povestea iepurașului de Paște

A fost odată o familie de iepurași: mama, tata și cei trei copii. Părintii nu știau care dintre cei trei copii ai lor va deveni adevăratul iepuraș de Paște.

Mama s-a gândit atunci (*voi cere copiilor să arate cum se gândea mama-copiii execută mișcări ale articulației capului și gâtului*) și a luat un cos cu ouă diferite colorate și a chemat cei trei copilași în jurul ei spunând iepurasului cel mare:

-Te rog, ia un ou din coșul ăsta și du-l în grădină, acolo unde copiii au pregătit cuiburile!

Iepurașul cel mare a luat un ou de aur și a fugit cu el. Afară începuse să bată vântul. (Voi cere copiilor să arate cum bate vântul- copiii vor executa mișcări ale membrelor superioare). Cand a ajuns într-o câmpie s-a întâlnit cu o coțofană care i-a zis:

-Dă-mi, te rog, și mie puțin oul să-l privesc mai bine! N-am vazut niciodată un ou atât de frumos!

Dar până când să se gândească ce să facă, coțofana a luat oul și a zburat cu el în cuib.

(*Voi cere copiilor să arate cum zbură coțofana- copiii vor executa mișcări ale membrelor superioare*).

S-a întors acasă supărat, iar mama i-a zis:

-Iepuraș, iepuraș, în grădină n-ai intrat,

Nu ești tu cel așteptat!

A venit rândul iepurașului mijlociu să-și încerce norocul. El a luat oul de ciocolată fugind cu el. Când a ajuns într-o pădure s-a întâlnit cu o veveriță care zburda voioasă printre crengile unui copac.

Ea l-a întrebat:

-E bun oul?

-Nu știu, eu îl duc copiilor!

-Lasă-mă să gust puțin din el! Iepurasul i-a dat oul veveritei care văzând cât este de bun l-a mâncat pe tot.

Iepurașul mijlociu s-a întors acasă supărat, iar mama iepuroaică i-a zis:

-Iepuraș, iepuraș în grădină n-ai intrat

Nu esti tu cel așteptat!

Toată familia iepurașilor era supărată pentru că niciun iepuraș nu a reușit să ducă copiilor oul în cuibul pregătit de aceștia.

Cel mai mic dintre iepurași a vrut și el să-și încerce norocul, așa că a pornit la drum spre cuibul din iarbă pregătit de copii.

A luat oul roșu și a fugit cu el. În câmpie s-a întâlnit cu coțofana căreia i-a zis că e grabit și ea l-a lăsat să plece mai departe. În pădure s-a întâlnit cu veverița căreia i-a spus că oul de ciocolată este pentru copii și veverița l-a lăsat să-și vadă de drum.

Așa a ajuns cu bine în grădina casei unde, cu atenție, a pus oul roșu în cuibușorul pregătit de copii.

Când s-a întors acasă, mama i-a spus fericită:

-Iepuraș, iepuraș,

În grădină ai intrat

Tu erai cel așteptat!

Iepurașul era tare fericit că el este iepurașul de Paște.

Voi cere copiilor să arate cum făcea iepurașul de fericire- copiii vor executa mișcări ale membrelor superioare . Și uite așa au aflat părinții care dinre cei trei copilași ai lor merită sa fie adevaratul iepuraș de Paște.

Totul s-a întâmplat demult, dar iepurașul trăiește și azi și aduce în fiecare an, de Paște, ouă roșii și daruri tuturor copiilor.

Cu ajutorul întrebărilor, copiii vor expune conținutul povestirii conform planului principal de idei redat prin imaginile expuse în machetă.

Apoi, printr-o discuție inițiată de educatoare despre iepurasul de Paste și frumusețea sărbătorii Pascale, copiii sunt invitați să realizeze un parcurs aplicativ „Drumul iepurașilor”. Trecerea la activitatea fizică se va face prin **tranziția „Iepurașul Țup”** -joc de miscare.

Organizarea colectivului de copii:

- adunarea;
- alinierea în linie dreaptă pe un rând;
- verificarea stării de sănătate a copiilor;
- verificarea echipamentului (*trebuie adecvat parcursului aplicativ*);
- salutul;

Pregătirea organismului pentru efort:

Exerciții de front și formație:

1. Acțiuni de pe loc

- poziția drepti/ pe loc repaus/ întoarceri stânga – dreapta;

2. Acțiuni din deplasare

- exerciții de mers (mers pe vârfuri, mers șerpuit);

- exerciții de alergare (alergare pe loc, alergare înainte, alergare șerpuit);
- exerciții de respirație: mirosim floarea;

Influențarea selectivă a aparatului locomotor

- formarea coloanei de gimnastică pe trei rânduri
- exerciții

Exercițiul 1

PI - Stând depărtat, mâinile pe șaolduri

T1-2- răsucirea capului spre stânga

T3-4 – răsucirea capului spre dreapta

Exercițiul 2

PI - Stând depărtat, brațele îndoite la piept

T1 -2 – extensia brațelor îndoite, mâinile la piept cu arcuire

T 3- 4 – rotarea brațelor înainte și înapoi

Exercițiul 3

PI – stând depărtat cu mâinile pe șaolduri

T1-2 – răsucirea trunchiului lateral stânga

T3-4 – răsucirea trunchiului lateral dreapta

T5-6- aplecarea trunchiului înainte

T7-8- aplecarea trunchiului înapoi

Urmează parcurgerea traseului aplicativ conform indiciilor sugerate :

Copiii sunt grupați în două echipe în funcție de ecuson. În fața fiecărei echipe se află traseul pe care urmează să îl parcurgă.

Explicarea traseului:

Alergăm până la ou pe care îl vom ocoli. De aici mergem pe varfuri până la copăcel și luăm un ou de la baza lui în mână. În continuare sărim în două picioare și ne oprim în fața liniei pentru a arunca oul în coșul iepurașului.

Fiecare copil va parcurge traseul de cel puțin 2 ori.

Revenirea organismului după efort (revenirea indicilor marilor funcțiuni) și efectuarea sintezei finale :

Joc liniștitor : „De vorbă cu Iepurașul!”

Copiii, organizați în cerc, în poziție șezând, îl trec din mână în mână pe iepuraș. La semnalul sonor al fluierului, copilul care îl are pe iepuraș în mână transmite colegilor ceea ce l-a impresionat cel mai mult pe parcursul activităților totodată acesta spunând ce își dorește în dar de la iepuraș.

Prin tranziția „ Iepuraș coconăș” se face trecerea la activitățile liber alese.

Sunt prezentate surprizele de la centrele de interes, apoi copiii selectează medalioanele pentru centrele de interes la care vor să participe. În timp ce lucrează sunt îndrumați și ajutați de educatoare. Voi da explicațiile necesare, iar acolo unde există dificultăți voi interveni, prin acordarea ajutorului necesar. Voi monitoriza întreaga activitate de la toate centrele de interes. Voi aminti copiilor comportamentul așteptat în cadrul acestor activități.

Copiii vor lucra la:

- Sectorul **Construcții**: ”Căsuța iepurașului”: realizarea unei căsute din cuburi lego; Copiii vor avea libertatea să construiască după libera alegere a pieselor.
- Sectorul **Artă**: ”Pictăm ouă”- aplicarea culorii pe ouă cu ajutorul trafaletului pentru pictură și cu ajutorului bețisorului
- Sectorul **Știință**: ”Jocuri pentru minți istețe”: „Sortează jetoanele și ouăle după culoare”.

Copiii vor sorta ouă cu ajutorul penselor în coșulețe după criteriul culorii.

- Sectorul **Joc de rol:** ”*Surprize dulci pentru iepuraș*” – pregătim mini tortulete pentru Rilă Iepurilă. Copiii își vor pune bonete și șorțulețe și, respectând normele igienice vor pregăti surprize dulci.

La finalul activității, copiii vor realiza o expoziție cu toate lucrările realizate la sectoare. (metoda Turul galeriei).

Copiii, bucuroși că au terminat lucrul, vor striga: „Iepuraș coconaș/Pentru tine am lucrat/Multe lucruri am realizat.” Iepurasul le va spune copiilor că îi apreciază pentru că au fost activi pe tot parcursul activităților, au realizat sarcinile primite și au răspuns corect.

La ALA2 copiii vor realiza jocul de miscare ”Iepurasi dragalași” și un joc distractiv ”Iepurașul si doctorul!”

La finalul zilei copiii vor fi apreciați pentru performanțele lor de pe parcursul zilei atat verbal cat și prin recompense dulci aduse de iepuraș.

PROIECT DE ACTIVITATE INTEGRATĂ PARFUMUL FLORILOR DE PRIMĂVARĂ

*GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT ”VIS DE COPIL”
PROF.ÎNV.PREȘCOLAR FÎCIU MARIANA-DANISIA*

EDUCATOARE: Fîciu Mariana-Danisia

UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT: Grădinița cu Program Prelungit ”Vis de Copil”, Târgu-Jiu

GRUPA :

NIVELUL : I

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: ”Când, cum și de ce se întâmplă?”

TEMA PROIECTULUI: ”Surprizele Primăverii”

TEMA SĂPTĂMÂNII: ”Flori în mii de culori”

TEMA ACTIVITĂȚII INTEGRATE : ”Parfumul florilor de primăvară”

FORMA DE REALIZARE: Activitate integrată ADP+ALA+ADE(DȘ+DEC)+ALA

TIPUL ACTIVITĂȚII : Verificare și consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi.

SCOPUL ACTIVITĂȚII: Consolidarea unor cunoștințe, priceperi și deprinderi utilizând elemente specifice anotimpului primăvara. Aplicarea cunoștințelor în diferite contexte de lucru.

ELEMENTE COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚII INTEGRATE:

ADP: Întâlnirea de dimineață: „Dacă aș fi o floare, aș vrea să fiu...”

ALA: Artă: ”Coronița primăverii” - lipire

Știință: ”Vaza cu lalele”- fișă de lucru

Bibliotecă: ”Narcise parfumate” - exercițiu grafic

ACTIVITATE INTEGRATĂ: DȘ+DEC

ADE: DȘ+DEC -”Grădina cu flori de primăvară”

DȘ - joc didactic-matematic

DEC - pictură pe polistiren

ALA: Joc distractiv- ”Buchetele”

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

- ✓ Motricitatea grosieră și fină în contexte de viață familiar;
- ✓ Conceptul de sine;
- ✓ Activare și manifestare a potențialului creative;
- ✓ Finalizarea sarcinilor și a acțiunilor (persistență în activități);
- ✓ Mesaje orale în contexte de comunicare cunoscute.

COMPORTEMENTE VIZATE:

- ✓ Își poziționează corpul și membrele în mod corespunzător pentru a imita ceva sau pentru a executa o mișcare;
- ✓ Exersează, cu sprijin, autoaprecierea pozitivă, în diferite situații educaționale;
- ✓ Manifestă creativitate în activitățile desfășurate;
- ✓ Exersează, cu sprijin, ascultarea activă a unui mesaj, în vederea înțelegerii și receptării lui.

ELEMENTE COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚII INTEGRATE:

1. Activități de Dezvoltare Personală (ADP)

Momentul mișcării - "Dacă vrei să crești voinic." - executarea unor mișcări de gimnastică

Întâlnirea de dimineață: „Dacă aș fi o floare, aș vrea să fiu...”

Salutul. Prezența. Calendarul naturii. Împărtășirea cu ceilalți. Noutatea zilei.

Tranziții: "Înfloresc grădinile", "Vine, vine primăvara", "Bat din palme clap, clap, clap." - joc cu text și cânt, "Mii de albine".

Obiective operaționale:

- ✓ să utilizeze corect formule de salut adecvate momentelor zilei,
- ✓ să sesizeze prezența sau absența unui coleg, cunoscându-i chipul și numele,
- ✓ să identifice în imagini, aspecte și caracteristici ale anotimpului primăvara,
- ✓ să comunice impresii, idei pe baza observărilor efectuate.

Metode și procedee: observația, conversația, exercițiul.

Mijloace și materiale didactice: calendarul naturii, jetoane, imagini specifice anotimpului primăvara, poze.

2. Jocuri și activități didactice liber-alese (ALA) –CENTRE DE INTERES

- **ȘTIINȚĂ:** "Vaza cu lalele" - *colorează cum îți indică cifra*

Mijloc de realizare: fișă de lucru

Obiective operaționale:

- ✓ să recunoască cifrele de pe fișă, denumindu-le;
- ✓ să coloreze tot atâtea flori câte îi indică cifra;

Metode și procedee: explicația, conversația.

Mijloace și materiale didactice: creioane colorate, fișele.

- **ARTĂ:** "Coronița primăverii" - *lipire*

Mijloc de realizare: lipire

Obiective operaționale:

- ✓ să manifeste interes pe tot parcursul activității;
- ✓ să adopte o ținută corectă pe parcursul activității.
- ✓ să utilizeze corect materialele primite;

Metode și procedee: explicația, demonstrația, conversația.

Mijloace și materiale didactice: flori de primăvară decupate, lipici, bețișoare de urechi.

• **BIBLIOTECĂ: "Narcise parfumate"- exercițiu grafic**

Mijloc de realizare: fișă de lucru

Obiective operaționale:

- ✓ să traseze corect semnele grafice în spațiul indicat;
- ✓ să utilizeze corect materialele primite;
- ✓ să manifeste interes pe tot parcursul activității;

Metode și procedee: explicația, demonstrația, conversația.

Mijloace și materiale didactice: fișă de lucru, creion, creioane colorate

3. Activități pe Domenii Experiențiale (ADE)

Activitate integrată:

- **DȘ(Domeniul Științe)+ DEC (Domeniul Estetic și Creativ):**

"Grădina cu flori de primăvară"- DȘ- joc didactic matematic; DEC- pictură pe polistiren

Domeniul Științe(activitate matematică)- joc didactic

Tema activității:" Grădina cu flori de primăvară"

Mijloc de realizare : Joc didactic-matematic

Tipul activității: consolidare de cunostinte, priceperi si deprinderi

Forma de realizare: frontal, individual, pe grupuri

Obiective operaționale:

- ✓ să recunoască cifrele în limitele 1-5
- ✓ să numere crescător și descrescător în limitele 1-5;
- ✓ să raporteze numărul la cantitate, cifra la număr și invers;
- ✓ să stabilească vecinii unui număr dat;
- ✓ să se exprime clar, corect și coerent;
- ✓ să participe activ în desfășurarea jocului și să respecte regulile jocului;

Sarcina didactică:

Alcătuirea de mulțimi în limitele 1-5, numărarea elementelor mulțimii , raportarea numărului la cantitate, a cifrei la număr și invers, precizarea vecinilor unui număr dat.

Elementele de joc: surpriza, aplauzele, siluete, selectarea și mânuirea materialului didactic.

Regulile jocului:

-copiii ascultă sarcinile jocului și intuiesc materialele aduse de ghiocelul mesager;

- la atingerea cu bagheta magică, copilul solicitat trebuie să răspundă sarcinii aflate pe biletul găsit în cutiuță;

-copiii vor fi împărțiți în două echipe(echipa lalelelor și echipa narciselor);

-ceilalti copii aprobă prin aplauze răspunsul corect.

Variantele de joc:

Varianta I

- ☆ Formează grupe de flori de aceeași culoare și aceeași formă(ghiocel)
- ☆ Formează grupe de flori de aceeași culoare și aceeași formă(lalele)
- ☆ Formează grupe de flori de aceeași culoare și aceeași formă(narcise)
- ☆ Formează grupe de flori de aceeași culoare și aceeași formă(brândușe)

Varianta II

- ☆ Așază în vaza galbenă tot atâtea brândușe cât arată cifra de pe ea (2).
- ☆ Așază în vaza mov tot atâtea lalele câte degete ai la o mână. Lipește pe vază cifra corespunzătoare.(5)
- ☆ Așază în vaza portocalie tot atâția ghiociei cât arată cifra de pe ea. (1)
- ☆ Așază în vaza albastră tot atâtea narcise câți puceluși sunt în povestea "Cei trei purceluși". Lipește pe vază cifra corespunzătoare.(3)
- ☆ Așază în vaza verde tot atâtea zambile cât arată cifra de pe ea.(4)

Varianta III

Un cub surpriză va avea pe fiecare față câte o sarcină.

Sarcinile vor fi următoarele:

- ☆ Aranjează ciupercuțele din grădina în ordine crescătoare;(1-5)
- ☆ Aranjează floricelele numerotate din grădina în ordine descrescătoare;(5-1)
- ☆ Spune vecinii numărului!(2)
- ☆ Pe a câta ciupercuță s-a așezat un fluturaș?(a doua);
- ☆ Pe a câta ciupercuță s-a așezat o albinuță?(a patra);
- ☆ Ghici, ghicitoarea mea!(ghicitoare despre cifra 4);

Varianta IV - Complicarea jocului:

- ☆ Rezolvati fișa de lucru.

Metode și procedee: conversația, explicația, demonstrația, exercițiul.

Mijloace și materiale didactice: jetoane, imagini cu anotimpul primăvara, panou, fise de lucru, cutiuțe colorate, flori pictate pe polistiren, jetoane cu cifre de la 1 la 5, vase din polistiren, cubul.

DEC: Domeniul estetic și creativ

Tema activității: "Grădina cu flori de primăvară"

Mijloc de realizare: pictură pe polistiren

Obiective operaționale:

- ✓ să numească materialele necesare realizării lucrării;
- ✓ să mănuiască în mod corect materialul didactic necesar realizării lucrării;
- ✓ să aplice corect culoarea pe suprafața florii cu ajutorul pensulei;
- ✓ să evalueze lucrarea sa și lucrările colegilor ținând cont de aspectul estetic și gradul de finalitate;

Metode și procedee: conversația, explicația, demonstrația, exercițiul.

Mijloace și materiale didactice: flori din polistiren, culori acrilice, pensulă, apă, pahar.

4. Jocuri și activități liber alese(ALA)

"Buchețele" - joc distractiv

Obiective operaționale:

- ✓ să execute mișcări sugerate de textul cântecului;
- ✓ să formeze buchețele de flori în funcție de culoare;
- ✓ să respecte regulile jocului.

Scopul: satisfacerea nevoii de mișcare, destinderea și recreerea copiilor, dezvoltarea dexterității, a îndemnării, a atenției;

Metode și procedee: conversația, explicația, exercițiul motric.

Mijloace și materiale didactice: ecusoane cu flori, laptop.

Forme de organizare: frontal, pe grupuri, individual

Resurse:- umane: 22 preșcolari

Durata: o zi

Loc de desfășurare: sala de grupă

Bibliografie:

- ✓ Revista „Învățământul Preșcolar 17/18 2014», Editura Reprograph ;
- ✓ Aplicațiile noului curriculum pentru învățământul preșcolar », Editura Didactica Publishing House 2009 .

SCENARIUL ZILEI

MOMENTUL MIȘCĂRII: Pentru a fi în formă vom face câteva mișcări de gimnastică - „Dacă vrei să crești voinic/Faci gimnastică de mic.”

ÎNTĂLNIREA DE DIMINEAȚĂ: „Dacă aș fi o floare, aș vrea să fiu...”

SALUTUL: După ce sosesc toți copiii, aceștia se vor așeza în semicerc pe pernuțe pentru a desfășura întâlnirea de dimineață:

„Dimineața a sosit
Toate florile frumoase la grădiniță au venit.
În cerc noi ne adunăm
Și frumos ne salutăm:
- Bună dimineața, flori!
Mă bucur că aveți multe culori.
A-nceput o nouă zi,
Bună dimineața, copii!”

PREZENȚA COPIILOR: Cu ajutorul fiecărei flori ce are în centru fotografia copilului, se va stabili cine este prezent și cine nu a venit astăzi la grădiniță. Se va completa copacul cu florile prezente.

CALENDARUL NATURII: Prin intermediul unei conversații se va stabili împreună cu copiii vremea de afară, caracteristicile zilei respective și anotimpul în care ne aflăm.

ÎMPĂRTĂȘIREA CU CEILALȚI:

Se inițiază printr-o discuție cu copiii referitoare la aspectele anotimpului primăvara, florile care înfloresc în anotimpul primăvara și păsările care vestesc sosirea acestui anotimp.

Le voi arată copiilor o floare de primăvară, printre petalele căreia se află câteva întrebări despre anotimpul primăvara. Prin descoperirea răspunsurilor la întrebări se realizează „Piramida primăverii”.(anexa 1)

NOUȚATEA ZILEI:

Noutatea zilei este ghiocelul mesager care le aduce copiilor o scrisoare și o cutiuță fermecată plină cu surprize, flori, și multe materiale. Ghiocelul mesager a fost trimis de prietena lui Zâna Primăvara, pentru că ea a răcit foarte rău și nu poate să ajungă astăzi la ei. Ghiocelul îi roagă pe copii să deschidă scrisoarea pe care le-a trimis-o zâna și astfel vor afla ce au de făcut pe tot parcursul zilei.

Dragi copii,

Trecând pe lângă grădinița voastră, am auzit că sunteți niște copii foarte isteți și m-am gândit să vă trimit această scrisoare împreună cu câteva surprize..Dar pentru că am răcit foarte tare,eu l-am trimis la voi pe prietenul meu ghiocelul-mesager.

Am aflat că astăzi aveți musafiri și de aceea m-am gândit să vă trimit și eu câteva surprize Prietenul meu o să fie alături de voi pe tot parcursul zilei și îl rog să vă dăruiască toate surprizele din cutiuța fermecată. Prin jocurile pe care le veți desfășura veți afla foarte multe lucruri despre mine. Prima surpriză vă așteaptă deja pe măsuțe,iar dacă sarcinile vor fi rezolvate corect, veți avea parte de alte surprize plăcute.

Stați! , Era să uit... în cutiuța fermecată veti găsi și o bucățică de puzzle, iar dacă astăzi veti duce la bun sfârșit toate sarcinile propuse, veti primi alte piese de puzzle, iar la final o sa deslușiți misterul care se ascunde în spatele pieselor de puzzle.

O zi minunată va doresc alături de prietenul meu ghiocelul!

Copiii sunt anunțați că pentru a fi astăzi ajutoarele ghiocelului-mesager, trebuie să lucreze pe centre, să aranjeze grădina primăverii cu flori care înfloresc în anotimpul primăvara, să picteze flori de primăvară și să danseze pe ritmul muzicii. Aflând ce au de făcut, se va realiza tranziția către centrele de interes „*Bat din palme clap, clap, clap*”. După ce copiii s-au așezat la centrele de interes, le explic ce au de făcut la fiecare centru în parte.

La centrul **ȘTIINȚĂ** (anexa2) copiii vor găsi o fișă de lucru unde va trebui să recunoască cifrele și să coloreze imaginea așa cum le indică cifra. La centrul **ARTĂ** copiii vor descoperi un suport de lucru(o fâșie verde de carton) pe care trebuie să lipescă flori de primăvară pentru a realiza coronița primăverii.La centrul **BIBLIOTECĂ**(anexa3) copiii vor avea de trasat conturul unor narcise, exersând astfel semnele grafice învățate. Voi supraveghea și antrena copiii la fiecare centru de interes, oferind explicații suplimentare acolo unde este nevoie. După terminarea activității, copiii vor vizita și celelalte centre prin Turul Galeriei, observând fișele colegilor. Dacă sarcinile de la fiecare centru sunt rezolvate corect, copiii vor primi de la ghiocelul-mesager o nouă piesă de puzzle pentru fiecare centru de lucru.

Când copiii au finalizat lucrul la centre, se realizează tranziția „*Mii de albine*” pentru a desfășura activitatea matematică, jocul didactic-matematic, „*Grădina cu flori de primăvară*”. În cadrul acestei activități preșcolarii vor fi împărțiți în două echipe(echipe lalelelor și echipa narciselor) și vor trebui să îl ajute pe ghiocelul-mesager să așeze florile în grădină după culoare și formă, să așeze florile în vase așa cum indică cifra de pe vază, să raporteze numărul la cantitate și invers, să spună vecinii cifrelor și să așeze ciupercuțele și florile numerotate în ordinea corespunzătoare și descrescătoare căutând în grădina primăverii plicurile cu sarcinile de joc. Dacă toate cerințele sunt rezolvate corect, copiii vor primi o nouă piesă de puzzle.

Tranziția spre următoarea activitate se va realiza prin intermediul cântecului „*Vine, vine primăvara*”.

La activitatea din cadrul **Domeniului estetic și creativ**, copiii vor picta flori pe polistiren pentru a îndeplini dorința Zânei Primăvara de a avea o grădină plină cu flori multicolore de primăvară. Dacă sarcinile sunt rezolvate corect și în cadrul acestei activități, copiii vor primi ultima piesă de puzzle. După îmbinarea ultimei piese de puzzle, vor desluși misterul ascuns de Zâna Primăvara.

Tranziția către jocurile și activitățile liber alese se va realiza prin versurile „*Înfloresc grădinile*”

În cadrul activității **Jocuri și Activități Liber Alese**, copiii vor juca un joc distractiv „*Buchețele*”.

Activitatea se încheie cu aprecieri asupra modului în care s-au descurcat copiii în realizarea sarcinilor primite de la ghiocelul mesager și cu recompensarea acestora.

PROIECT DE ACTIVITATE INTEGRATĂ

Prof. înv. preșc. Ioniță Crina-Tatiana
Grădinița cu program prelungit nr. 16, Târgoviște

Nivel de vârstă: 5-6 ani, nivel II, grupa mare „Ursuleții Panda”

Tema anuală de studiu: „Când, cum și de ce se întâmplă?”

Tema proiectului: „Vitamine, de la cine?”

Tema zilei: „Un pas mic spre o viață sănătoasă”

Tipul activității: consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

Consolidarea cunoștințelor privind alimentația sănătoasă precum și consolidarea deprinderii de a trasa linii pe suprafața dată folosind tehnica fontei.

DIMENSIUNI ALE DEZVOLTĂRII:

Sănătate (nutriție, îngrijire, igienă personală) și practici privind securitatea personală

Motricitate grosieră și motricitate fină în contexte de viață familiare

COMPORȚAMENTE VIZATE:

DOMENIUL OM ȘI SOCIETATE

3.1. Exersează, cu sprijin, respectarea unor principii de bază specifice unei alimentații sănătoase

DOMENIUL ESTETIC ȘI CREATIV

1.3. Utilizează mâinile și degetele pentru realizarea de activități variate.

COMPONENȚA ACTIVITĂȚII:

Activități de dezvoltare personală:

Întâlnirea de dimineață: „Ce fructe și legume îți plac?”

Salutul. Prezența. Calendarul naturii.

Rutine: „Vreau să fiu sănătos!” – deprinderea de a consuma legume și fructe

Tranziții:

„Du, du, du, du-ne tu, trenule”- mers în coloană câte unul

„Bate, bate, palmele”- recitativ ritmic

ALA (Jocuri și activități liber alese (pe centre de interes):

BIBLIOTECĂ: „Fructe și legume, spune-le pe nume”- scriere pe griș

JOC DE ROL: „De-a nutriționiștii”- susținem obiceiuri sănătoase

CONSTRUCȚII: „Grădina și livada”- aliniere, suprapunere, îmbinare

ADE (Activități pe domenii experiențiale):

DOMENIUL OM ȘI SOCIETATE (Educație pentru societate): „Magazinul Panda”- joc didactic

DOMENIUL ESTETIC ȘI CREATIV (Educație artistico-plastică):

Subiectul: „Legume și fructe favorite”

Tema plastică: linia

Tehnica fontei

ALA -Jocuri și activități liber alese (de recreere și relaxare):

„Sus, jos, de jur-împrejur”- joc distractiv

„Coșulețul Mariei”- joc de mișcare

SARCINA DIDACTICĂ:

Precizarea alimentelor care contribuie la formarea și dezvoltarea unui stil de viață sănătos.

REGULILE JOCULUI:

Copiii vor fi așezați pe scaune în semicerc, educatoarea va alege un copil care va trebui să îndeplinească următoarea sarcină: va extrage un jeton cu un aliment, pe care îl va denumi și pe care îl va așeza mai apoi în coșul cu alimente sănătoase sau coșul cu alimente mai puțin sănătoase, în funcție de felul acestuia. După rezolvarea sarcinii, copilul va merge la Magazinul Panda pentru a alege un aliment care ne ajută să creștem sănătoși. Alimentul ales va fi așezat în coșul de cumpărături al Mariei, pentru a-i arăta ce trebuie să mănânce ca să fie sănătoasă. Copiii vor fi aplaudați pentru răspunsurile corecte.

ELEMENTE DE JOC:

Surpriza, extragerea imaginii, mânuirea materialului, așteptarea, aplauze.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

La sfârșitul activității, copiii vor fi capabili:

O1- Să precizeze alimentele sănătoase și cele mai puțin sănătoase;

O2- Să potrivească alimentul extras unei categorii (sănătoase/mai puțin sănătoase, cereale, fructe, legume, lactate, carne, dulciuri, grăsimi);

O3- Să aplice culoare pe suprafața dată, folosind tehnica fontei, pentru a realiza fructul sau legume favorită;

O4 -Să traseze cu degetul în griș scrierea unor cuvinte ce denumesc fructe sau legume de toamnă, folosind cartonașele cu denumiri puse la dispoziție;

O5 - Să redea aspecte din viața cotidiană interpretând rolul de nutritionist și pacient;

O6- Să construiască cu ajutorul materialelor puse la dispoziție prin aliniere, alipire, suprapunere și îmbinare grădina de legume și livada.

FORMA DE REALIZARE: frontal, individual;

STRATEGII DIDACTICE:

Metode și procedee: explicația, conversația, exercițiul, observația, problematizarea. metoda R.A.I., jocul didactic, brainstormingul

Mijloace de învățământ: panoul de prezență, calendarul naturii, cântec „Gimnastica de înviorare”, Smart TV, minge colorată, povestea „Întâmplări din magazin”, aplicație educațională StoryJumper, păpușa Maria, cutie misterioasă, jetoane, coșul alimentelor sănătoase, coșul alimentelor mai puțin sănătoase, Magazinul Panda, alimente diverse, Planșă Piramida alimentelor, machetă Piramida alimentelor, cretă, planșe de lucru, fixativ, halate, fișe ale pacienților, cântare, farfurii de carton, alimente de hârtie, lipici, creioane, tăvițe, griș, jetoane cu alimente, fructe, legume, scobitori, stickere, ecusoane.

BIBLIOGRAFIE:

- ◆ M.E.N.- Curriculum pentru educație timpurie, București, 2019;
- ◆ Georgeta Ruiu, Breben Silvia, Gongea Elena- „Metode interactive de grup- ghid metodic pentru învățământul preșcolar”, Editura Arves, 2007;
- ◆ Ana Cristina David- „35 de idei inedite pentru proiecte tematice realizate cu preșcolarii”, Deva, 2019;
- ◆ Glava, A., Tătaru, L., (2014), *Piramida cunoașterii*, Pitești: Editura Diamant;
- ◆ Varzari, E., Taiban, M., (1970), *Cunoașterea mediului înconjurător și dezvoltarea vorbirii*, București: Editura Didactică și Pedagogică;
- ◆ Gimnastica de înviorare: Material YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=LI8NAW5SXQ0>
- ◆ Aplicație de creare conținut digital: Canva <https://www.canva.com/design/DAFRdYQWlo8/AF2uG-5uIFMmoWsVIIe9vg/edit>
- ◆ Carte de povești digitală creată în aplicația StoryJumper <https://www.storyjumper.com/book/read/143413771/636be99f06c45>

SCENARIUL ACTIVITĂȚII

Activitatea debutează cu **Întâlnirea de dimineață**. Preșcolarii sunt așezați în semicerc pe scăunele. Se realizează **Salutul, Prezența** și completarea **Calendarului naturii**, stabilind coordonatele temporale. Se vor purta discuții despre ziua în care ne aflăm, cât și despre vremea de afară. După completarea Calendarului naturii se va face înviorarea de dimineață pe materialul audio „Gimnastica de înviorare”.

Se va iniția o discuție referitoare la anotimpul toamna. Plecând de aici se va face legătura cu fructele și legumele de toamnă și importanța consumului acestora.

Surpriza zilei se va prezenta sub forma unei povești digitale „Întâmplări din magazin”. Conținutul poveștii face referire la alegerile unei fetițe pe nume Maria în ceea ce privește alimentele pe care le consumă și efectele pe care ele le au asupra organismului ei. De asemenea, se va prezenta și o păpușă ce întruchipează fetița din poveste.

Se va desfășura activitatea de **Educație pentru societate**. Copiii se vor juca de-a „Magazinul Panda”. Fiecare copil va extrage un jeton din „cutia misterioasă”, va denumi alimentul ilustrat pe el și îl va așeza în unul dintre cele două coșuri puse la dispoziție: coșul alimentelor sănătoase și coșul alimentelor nesănătoase. După rezolvarea sarcinii, copilul va merge la Magazinul Panda și va alege un aliment sănătos din raftul magazinului pentru a-l pune în coșul de cumpărături al Mariei, iar astfel o vor învăța și pe ea ce înseamnă să ai o alimentație sănătoasă. Se va efectua **jocul de probă**, iar apoi **jocul propriu-zis**.

Complicarea jocului: se va solicita preșcolarilor să extragă un jeton cu un aliment pe care acesta îl va denumi și va spune cărei categorii de alimente de pe Piramida alimentelor îi corespunde. De asemenea, se vor iniția, pe tot parcursul jocului, scurte discuții referitoare la faptul că unele alimente care par nesănătoase, dacă sunt consumate în cantități mici nu ne afectează sănătatea. Se va cere părerea copiilor referitor la acest aspect.

Copiii vor merge la centre împreună cu educatoarea în coloană (trenuleț) recitând: „Du, du, du, du-ne tu, trenule!”.

Activitatea desfășurată pe centre de interes (**ALA**) se va desfășura sub forma unor sarcini pentru a o ajuta pe Maria să înțeleagă importanța alimentației sănătoase.

La centrul **ARTĂ** se va integra activitatea de **Educație artistico-plastică**. Copiii vor realiza fructul sau leguma favorită prin tehnica fontei.

La centrul **BIBLIOTECĂ** copiii vor scrie pe griș cuvinte ce denumesc fructe și legume de toamnă.

La centrul **JOC DE ROL** copiii vor interpreta rolul de nutriționiști și pacienți.

La centrul **CONSTRUCTII** copiii vor realiza grădina de legume și livada.

Se vor realiza diferite exerciții pentru încălzirea mușchilor mici ai mâinilor: „Bate, bate palmele!”

După finalizarea lucrului la centrele de interes se vor strânge toate materialele, se vor evalua, iar educatoarea va felicita copiii pentru că au rezolvat toate sarcinile.

Ultima sarcină vine sub forma unor activități distractive.

Se va realiza un joc de mișcare „Coșulețul Mariei” și un joc distractiv „Sus, jos, de jur-împrejur”.

La sfârșitul activității preșcolarii vor fi apreciați pentru ceea ce au realizat la activități și vor putea face și ei aprecieri prin intermediul metodei R.A.I., spunând ceea ce le-a plăcut la activitatea acestei zile.

P R O I E C T D I D A C T I C I N O V A T O R

E D U C A Ț I E P E N T R U S Ă N Ă T A T E

V R E A U S Ă C R E S C M A R E Ș I V O I N I C

Prof. Hasineți Angela Geanina
Clubul Copiilor Caransebeș, județul Caraș - Severin

INIȚIATORI PROIECT:

Prof. Hasineți Angela Geanina

Motto: “Minte sănătoasă în corp sănătos”

ARGUMENT

Sănătatea este o problemă socială , economică și politică , dar și o problemă ce vizează drepturile omului, mai ales în aceste timpuri este o problemă mondială. Pandemia cu Coronavirusul ne-a făcut să fim mai grijulii, mai atenți cu tot ce est ă jurul nostru, cum să avem grijă de sănătatea noastră și a celor din jurul nostru.

Sănătatea este cel mai de preț bun pe care îl poate avea un om. Alături de cadrele medicale, mass-media etc., grădinița este un mediu propice în care preșcolarii își pot însuși norme igienico-sanitare de prevenire a unor boli, își pot forma comportamente igienico-individuale și de grup, pot învăța să se cunoască mai bine și să-și apere organismul de diverși factori nocivi, viruși, bacterii, etc. Sănătatea este cel mai de preț bun pe care îl poate avea un om.

„ Educație pentru sănătate” este necesară și pornește de la premisa că numai din partea unor copii sănătoși se poate aștepta un randament optim, iar mai târziu o bună inserție profesională și socială.

În condițiile societății contemporane , viața individului a devenit mult mai complicată decât altădată. Schimbările economice , sociale si culturale din toata lumea exercită o influență profundă asupra sănătății tinerilor și implicit asupra accesului acestora la serviciile sociale. Aceste schimbări provoacă mutații si deplasări de accent si in domeniul educației. Pe fondul acestor schimbări , educația pentru sănătate devine una din componentele esențiale ale educației, un obiectiv major al acesteia si , totodată , unul din drepturile fundamentale ale ființei umane in dezvoltare.

Formarea deprinderilor igienice începe în familie și este completată în grădiniță și mai târziu, în școală.

Pentru acest domeniu educativ considerăm importante formarea unor moduri de execuție corectă a deprinderilor și formarea motivației necesare pentru efectuarea lor, prin înțelegerea necesității executării anumitor activități igienice.

Starea de sănătate și de boală este influențată nu doar de factorii biologici, chimici sau genetici, ci și de factorii psihologici și sociali.

Factorii psihosociali care influențează starea de sănătate și boală sunt: comportamentele sănătoase sau de risc, abilități cognitive, emoționale și sociale, atitudini și valorile personale relaționate cu sănătatea, normele socio-culturale de gen.

Principalii factori care au impact asupra stării de sănătate și boală sunt comportamentele care descriu *stilul de viață*: alimentație echilibrată, practicarea exercițiului fizic, respectarea orelor de somn și a normelor de igienă.

La vârsta școlară copiii învață comportamente prin observarea și imitarea adulților, își formează atitudinile față de comportamentele sanogene și de risc. La această vârstă se formează și reprezentarea stării de sănătate și de boală. Părinții și adulții care interacționează direct cu copii au un rol major în dezvoltarea comportamentelor sanogene cu rol protectiv

asupra sănătății. Adulții influențează comportamentele adoptate de copii prin modelul pe care îl reprezintă. De asemenea, aceștia sunt principalii furnizori ai oportunităților de petrecere a timpului liber și ai diversității alimentare. Părinții și educatorii sunt cei care conturează preferințele copiilor și atitudinile lor față de comportamentul alimentar, exercițiul fizic și comportamentul sexual, prin întăririle și reacțiile aversive pe care le exprimă.

Educația pentru sănătate la școlari permite învățarea comportamentelor sanogene și integrarea lor în rutinele comportamentale. În sens larg, educația pentru sănătate este reprezentată de toate experiențele de învățare care conduc la îmbunătățirea și menținerea stării de sănătate. În sens restrâns, educația pentru sănătate implică dezvoltarea abilităților cognitive, sociale și emoționale cu rol protector asupra sănătății și dezvoltarea unui stil de viață sănătos prin întărirea comportamentelor sănătoase și reducerea comportamentelor de risc.

SCOP:

- Formarea unui mod de viață sănătos și promovarea sănătății în copilăria timpurie.
- Formarea unei atitudini pozitive și responsabile față de sănătatea sa și a celor din jur ,a unui stil de viață sănătos ,dezvoltarea armonioasă sub aspect psiho-fizic a preșcolarilor prin cunoașterea conținutului de educație pentru societate prin derularea unor activități referitoare la igienă , sănătate precum și a normelor necesare integrării în viața socială și reguli de securitate personală și de grup .
- Formarea unor deprinderi igienico-sanitare privind promovarea unui trai sănătos, protecția mediului ambient și prevenția bolilor.
- Formarea unor atitudini pozitive active față de sănătatea individuală.
- Dezvoltarea armonioasa sun aspect psiho fizic.
- Dezvoltarea și manifestarea de atitudini favorabile exprimării opiniilor și luării deciziilor pentru păstrarea sănătății personale

RESURSE UMANE:

- preșcolarii

RESURSE MATERIALE:

- cărți, reviste, CD-uri, softuri educaționale,casete, mediul on-line
- aparatură foto, casetofon,
- computer, imprimantă
- videoproiector

PERIODA DERULĂRII: ianuarie - iunie

OBIECTIVE SPECIFICE

- apărarea și întărirea sănătății personale și colective;
- însușirea cunoștințelor cu privire la igiena individuală și de grup;
- însușirea de cunoștințe cu privire la mediul ambient în care trăim;
- formarea unor deprinderi de alimentație rațională;
- implicarea responsabilă a copiilor în acțiuni de protecție a sănătății;
- formarea deprinderii de a păstra dinții sănatoși.
- identificarea rolului educației fizice în dezvoltarea armonioasa și sănătoasă a organismului

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

- să conștientizeze importanța respectării regulilor de igienă personală;
- să efectueze exercițiile de înviorare zilnic ;
- să cunoască importanța consumului de fructe și legume;
- să își formeze un comportament adecvat în ceea ce privește igiena;
- să identifice rolul activității fizice și al odihnei în menținerea sănătății;
- să manifeste interes pentru propria sănătate;
- să utilizeze modalități de exprimare a opiniilor și de comunicare

LOCUL DE DESFĂȘURARE

-sala de clasă.

DERULAREA ACTIVITĂȚILOR

-se va derula o activitate pe lună cu conținut integrat

“ Ce știm despre corpul nostru ?”

“ Ziua curățeniei!”

“Alimentația și sănătatea”

“Dacă mă îmbolnăvesc, ce pățesc?”

“ Așa da , așa nu!” – reguli de igienă personală

“ Dințișorii mei ...o să am grijă de ei!”

“Dăm viață fructelor și legumelor”

“ Sunt mic, voinic și sănătos!”- concurs de cunoștințe

EVALUARE

Evaluarea se realizează printr-un concurs tematic de cunoștințe generale între copiii claselor implicate, realizarea unor lucrări tematice, a unor jocuri sportive și întreceri în aer liber.

Toți copiii vor primi diplome și premii .

Bibliografie:

1.<https://www.didactic.ro/materiale-didactice/educatie-pentru-sanatate-20202021>.

2.<https://www.didactic.ro/materiale-didactice/p-r-o-i-e-c-t-didactic-inovator-educatie-pentru-sanatate>.

SĂNĂTATEA- BUNUL CEL MAI DE PREȚ

*prof. Rădulescu Nicoleta,
Grădinița Alexandrina Simionescu Ghica, Târgoviște, județul Dâmbovița*

Educația privind stilul de viață sănătos în perioada copilăriei creează premisele câștigării unor deprinderi sănătoase, care vor fi practicate pe toată durata vieții copilului, favorizând menținerea unei bune stări de sănătate pentru o perioadă cât mai lungă de timp.

Copiii care învață de mici să consume zilnic micul dejun, să mănânce fructe și legume, să facă mișcare, să își prețuiască starea de sănătate, vor practica aceste deprinderi și în viața de adult și își vor educa, la rândul lor, copiii pe baza acestor principii. În acest fel, investiția în educația pentru sănătatea copiilor are efecte peste generații, contribuind la dezvoltarea durabilă a națiunii. Cunoștințele, deprinderile, capacitățile dezvoltate prin fiecare arie curriculară se află în strânsă corelație și ele devin mai temeinice atunci când activitățile de învățare sunt realizate prin conținuturi/teme interdisciplinare, când prin activități se realizează conexiunea între cunoștințe, deprinderi, capacități din domenii diferite de dezvoltare.

Conform cercetărilor în domeniul pedagogiei, copiii învață cel mai bine făcând. Aceasta înseamnă că, prin implicare activă, copiii dezvoltă semnificații ale lumii din jurul lor, incluzând aici și tema nutriției. Rolul nostru este acela de a crea un mediu care să-i învețe pe copii să observe, să fie activi, să facă alegeri și să experimenteze.

Educația pentru sănătate a copiilor se poate realiza prin toate categoriile de activități de învățare din grădiniță.

- Activitățile de dezvoltare personală ne oferă, prin conținutul, structura și modul lor de organizare, multiple posibilități de realizare a educației pentru sănătate.
- Rutinele sunt activități-reper după care se derulează întreaga activitate a zilei. Acestea acoperă nevoile de bază ale copilului și contribuie la formarea/ exersarea/ consolidarea celor mai elementare deprinderi de igienă individuală și colectivă, de ordine și disciplină („Ne pregătim pentru activități”), în special – și la educație pentru sănătate, în general, prin activitățile pe care le înglobează (micul dejun, igiena – spălătul și toaleta, masa de prânz, somnul/ perioada de relaxare de după-amiază, gustările și nu în ultimul rând întâlnirea de dimineață, când accentul cade pe autocunoaștere („Cine sunt eu/ Cine ești tu?” – imaginea/ stima de sine); dezvoltarea abilităților de comunicare („Azi mi-a plăcut/ nu mi-a plăcut...”; „Sunt vesel/ trist pentru că...”); dezvoltarea empatiei („Cum v-ați simți dacă cineva v-ar spune...?”); medierea conflictelor („Fără violență!”).
- Tranzițiile, ca activități de scurtă durată ce fac trecerea de la rutine la activități de învățare/ de la o activitate de învățare la alta, în funcție contextul momentului, pot contribui la educația pentru sănătate a copiilor. În acest sens, ele pot lua forma unei activități desfășurate în mers ritmat sau a exercițiilor fizice de înviorare care să antreneze toate segmentele corpului și care – se impune – să se desfășoare zilnic.
- Activitățile opționale au menirea de a descoperi și dezvolta înclinațiile copiilor și de a dezvolta abilități, prin conținutul lor, pot viza și educația pentru sănătate a copiilor.

În procesul de predare-învățare de educație pentru nutriție și exercițiu fizic, metodele didactice utilizate vor fi:

- Povestirea
- Descrierea
- Explicația deductivă, inductivă și analogică
- Conversația euristică
- Discuția
- Dezbaterea
- Demonstrația (obiectuală, figurală, filme didactice, imagini)
- Observarea
- Problematizarea
- Studiul de caz

Sugestii de activități pentru copii:

- activități educative în care se prezintă noțiuni de anatomie, în care facilitatorul îi ajută să identifice locul principalelor organe din corp (inclusiv stomacul). Este important să li se explice că procesul de digestie începe din cavitatea bucală, iar mestecatul și mărunțitul bine al alimentelor este esențial;
- realizarea de planșe de desen cu legumele și fructele preferate;
- jocuri de rol, unde personajele sunt alimente, iar dialogul este construit astfel încât să își îndeplinească funcția informativă;
- jocuri de tip ghicitori.

Secvențe didactice:

1. Piramida nutriției

Obiectivele lecției:

La finalul lecției, copiii trebuie să cunoască următoarele:

- să conștientizeze că alimentația joacă un rol important pentru sănătate;
- cum funcționează digestia;
- varietatea de alimente existente.

COMPETENȚE SPECIFICE:

1. Înțelegerea și utilizarea corectă a limbajului de natură nutrițională cu privire la piramida nutriției
2. Dobândirea unor cunoștințe cu privire la diferențierea între tipurile de alimente

CONȚINUTURI

Puncte de învățat:

- varietatea de mâncare existentă.
- alimente care trebuie consumate zilnic și alimente care trebuie consumate rar.
- cum diferențiem între alimentația sănătoasă și cea nesănătoasă.

ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

Explicarea noțiunilor.

Exemplificarea piramidei nutriției.

Descrierea variațiilor de alimente.

Exprimarea în scris și oral a elementelor reprezentate grafic sau în imagini

JOC:

Vom porni într-un joc de descoperire a alimentelor. Avem cartonașe decupate care împreună formează o piramidă. Pe fiecare cartonaș este trecută câte o grupă de alimente. Piramida o vom lipi pe tablă cu scotch. Se iau 3 voluntari din clasă pentru a rezolva puzzle-ul. Alternativ, ca să salvăm cât mai mult timp, piramida va fi desenată de educator pe tablă. Putem folosi următoarea structură:

- Cartonașe verzi cu nume de fructe și legume, leguminoase.
- Cartonașe galbene cu cereale sau produse din cereale: (paste integrale, orez brun, orez salbatic, măămăligă, pâine), uleiuri sănătoase (ulei de măsline, ulei din pește, ulei din nuci etc.), semințe (semințe crude de floarea soarelui, migdale, nuci, caju etc.).
- Cartonașe albe cu nume de lapte și lactate.
- Cartonașe roz cu nume de carne și pește.
- Cartonașe galbene cu nume de semințe, nuci, uleiuri.
- Cartonașe mov cu nume de dulciuri, alimente procesate, alimente prăjite.

Piramida alimentelor va avea următoarele nivele (de jos în sus):

- Nivelul 1: apă
- Nivelul 2: fructe și legume (5 porții/zi)
- Nivelul 3: cereale (2-3 porții/zi)
- Nivelul 4: lactate (2-3 porții/zi) și carne, pește, ouă (carne 2-3 porții/ săptămână, pește 2 porții/săptămână, ouă 2-3 porții/săptămână)
- Nivelul 5: uleiuri vegetale, uleiuri din pește, nuci și semințe (1-2 porții/zi)
- Nivelul 6: dulciuri, alimente procesate (max 1 porție/zi).

Fiecare nivel va fi construit împreună cu cei mici, aceștia fiind rugați să dea exemple de alimente care se încadrează în fiecare grupă

2. Zahărul: prieten sau inamic?

Obiectivele lecției:

La final, elevii vor avea cunoștințe cu privire la:

- zaharurile sunt necesare pentru energie.
- zahărul în exces poate duce la îmbolnăvire.
- carbohidrați buni și carbohidrați răi.

COMPETENȚE SPECIFICE

1. Înțelegerea conceptului de carbohidrați
2. Înțelegerea efectelor nocive determinate de consumul în exces de zahăr

CONȚINUTURI

Puncte de învățat:

- zaharurile sunt necesare pentru energie.
- zahărul în exces dăunează sănătății.
- carbohidrați buni și carbohidrați răi.

ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

Explicarea noțiunilor cheie: carbohidrați, zaharuri, energie.

Descrierea fenomenelor chimice produse de zahăr .

Explicații cu privire la ce efecte negative poate avea zahărul consumat în exces

JOC:

Familiarizare cu conceptul de dulce și dulciuri, din prisma temei de prezentat. În cele 4 colțuri din cameră punem diverse tipuri de alimente. Pot fi aduse alimentele propriu-zise și/sau ambalajele lor. Copiii trebuie să viziteze fiecare colț și să vadă ce alimente sunt expuse: o masă cu alimente dulci (fructe, dulciuri, băuturi îndulcite artificial, zahăr). O masă cu alimente sărate (sare, brânză, alune). O masă cu alimente acre (lămâie, oțet etc.), o masă cu alimente cu gust amar (rucolla, ștevie). Fiecare colț are altă culoare, iar copiii primesc bilețele de culoarea colțului la fiecare vizită. După ce vizitează fiecare masă, copiii trebuie să identifice fiecare bilețel colorat cu ce gust au descoperit.

Bibliografie

1. Nichita A., Mitroi M., 2009, *Educație pentru sănătate*, București, editura Aramis;
2. Colonaș Florin, 1987, *Curățel și Murdărel și mulți alți copii ca el!*, București, editura Medicală
3. Culea Laurenția, 2008, *Aplicarea noului Curriculum pentru Educație Timpurie – o provocare?* Pitești, editura Diana,

PROIECT DIDACTIC

*Profesor învățământ preșcolar SÎRCĂ RALUCA
Grădinița cu PN și PP Băicoi
Băicoi, județul Prahova*

Nivel de vârstă/Grupa: nivel II, 5-6 ani, grupa mare

Tema anuală de studiu: Când, cum și de ce se întâmplă?

Proiect tematic: ”Sănătate de la toate”

Tema săptămânii: ”Apa, esența vieții”

Tema zilei: ”Mâinile le spălăm, microbii îi îndepărtăm!”

Tipul activității: mixtă

Forma de realizare: Activitate monodisciplinară: **DOS – educație pentru societate „Am grijă de corpul meu!” - convorbire**

Scopul activității: Cunoașterea regulilor de îngrijire personală, manifestarea deprinderilor de igienă personală și experimentarea pentru observarea efectelor propriilor acțiuni asupra obiectelor sau asupra altora.

Obiective:

- să identifice produse de îngrijire a corpului și să descrie modul de utilizare al acestora
- să observe efectelor acțiunilor asupra obiectelor sau asupra altor persoane
- să descrie consecințe pozitive și negative ale respectării/nerespectării regulilor de igienă

-să formuleze cu propriile cuvinte mesajul educativ al activității

Strategii didactice:

Metode și procedee: conversația, demonstrația, explicația, exercițiul, experimentul, problematizarea

Mijloace de învățământ: laptop, imagini cu obiecte de igienă personală, imagini cu reguli de igienă personală, săpun, pipete, dischete demachiante, farfurii, pahare și mănuși de unică folosință, sclipici, acuarele, apă, piper, cuburi plastic.

Forme de organizare: frontal, grupuri, individual

Bibliografie: Curriculum pentru educație timpurie, MEN, 2019
www.stepbystep.ro-activități de dezvoltare personală

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

ETAPELE ACTIVITĂȚII	CONȚINUTUL ACTIVITĂȚII	STRATEGII DIDACTICE	EVALUARE
MOMENT ORGANIZATORIC	Se asigură condițiile necesare desfășurării activității în bune condiții: -aerisirea sălii de grupă -așezarea mobilierului -aranjarea materialului didactic -introducerea copiilor în sala de grupă și ocuparea locurilor		
CAPTAREA ATENȚIEI	Captarea atenției se va face prin câteva ghicitori: Ghici ce este? E tare când e uscat, Dar, în apa de-a intrat, Face spumă și clăbuc, Te gădilă la năsuc. (Săpunul) În fiecare dimineață, Mă spală pe mâini, pe față; Și, oricând se întâlnesc, Eu pot să mă clăbucesc. (Apa și săpunul) Spre stânga de-i sucești nasul, Îndată îți umple vasul. (Robinetul)	Explicația, Conversația, Problematizarea	Observarea comportamentului Interesul pentru activitate Răspunsurile la ghicitori

	<p>Gâl, gâl, gâl Aștept ca să te spăl Sunt proaspătă și rece Nimeni nu mă-ntrece. (Apa)</p> <p>E oval și parfumat, Pe chiuvetă-i așezat, Lunecos și înspumat Te îmbie la spălat. (Săpunul)</p>		
ANUNȚAREA TEMEI ȘI A OBIECTIVELOR	<p>Voi anunța tema și obiectivele în termeni accesibili copiilor, spunându-le că azi ne vom reaminti regulile de igienă personală și vom realiza experimente pentru a observa cu ce, cum, cât și de ce trebuie să ne spălăm pe mâini.</p>	<p>Conversația, Explicația</p>	<p>Interesul pentru activitate</p>
REACTUALIZAREA CUNOȘTINȚELOR	<p>Ce înseamnă reguli de igienă? ...norme, măsuri, acțiuni pe care le realizăm pentru a ne proteja, îngriji, pentru a fi sănătoși. De ce este nevoie să ne îngrijim? ...pentru a fi curați și sănătoși. Ce sunt microbi? ...bacterii, organisme mici pe care nu le vedem cu ochiul liber și care ne fac să ne îmbolnăvim. Ce obiecte de igienă personală folosim pentru a ne îngriji? ...săpun, prosop, perie, pastă dinți, etc.</p>	<p>Conversația, Explicația, Problematizarea</p>	<p>Răspunsurile copiilor</p>
PREZENTAREA NOULUI CONȚINUT ȘI DIRIJAREA ÎNVĂȚĂRII	<p>Intuirea materialului didactic se face împreună cu copiii. Sinteza parțială o voi face pe baza răspunsurilor copiilor, apoi voi face sinteza generală, care va fi repetată de unul, doi copii. 1.Cu ce ne spălăm pe mâini?</p>	<p>Conversația, Explicația, Demonstrația, Exercițiul</p>	<p>Observarea comportamentului Răspunsurile</p>

	<p>Voi executa câteva mișcări, imitând mișcările pe care le executam atunci când ne spălăm pe mâini. Săpunul colorat va fi întins parțial pe suprafața mâinilor dar vor rămâne zone neacoperite.</p> <p>Voi întreba dacă am procedat corect, dacă m-am spălat corect pe mâini? Nu, pentru că săpunul nu a fost aplicat pe toată suprafața mâinilor și au rămas zone neacoperite de săpun, zone murdare, cu microbi.</p> <p>Voi executa din nou mișcări de spălare ale mâinilor, aplicând pe toată suprafața acestora săpunul colorat, pe palme, pe partea exterioară, printre degete, la încheietura mâinii, pe partea laterală a mâinilor și voi solicita copiilor să răspundă dacă, de această dată, am procedat corect.</p> <p>Sinteza parțială: Pentru a îndepărta toți microbii, aplicăm săpun pe toată suprafața mâinilor, pe fiecare deget în parte, printre degete, la încheietura mâinii.</p> <p>3. Cât timp ne spălăm pe mâini?</p> <p>Copiii primesc șabloane cu mânuțe decupate din dischete demachiante, pe care sunt colorați microbi cu carioca. Vor picura cu pipeta săpun diluat în apă și vor fi întrebați ce observă. Câte picurări sunt necesare pentru a îndepărta petele/ microbii? Petele de carioca nu se vor curăța de la prima</p>	<p>Conversația, Explicația, Demonstrația, Exercițiul, Experimentul, Problematizarea</p>	<p>Observarea comportamentului</p> <p>Răspunsurile copiilor</p>
--	---	---	---

	<p>aplicare, fiind necesară repetarea picurării.</p> <p>Sinteza parțială: Pentru a îndepărta microbi, este necesar să ne spălăm mâinile cu apă și săpun, un timp mai îndelungat. (de ex. cât numărăm până la 10, de două ori.)</p> <p>4. Când ne spălăm pe mâini?</p> <p>Copiii vor sta față în față și le voi aplica pe mâini sclipici de culori diferite. Voi solicita să se salute, dând mâna unul cu celalalt, să atingă o jucărie și să o dea unui coleg, să atingă masa sau scaunul.</p> <p>Îi voi întreba ce au observat. Sclipiciul colorat este pe jucării, măsuțe, scaune iar fiecare dintre ei au pe mâini, sclipici de diferite culori.</p> <p>Sinteza parțială: Este important să ne spălăm mâinile cu apă și săpun înainte și după ce mâncăm, după ce ne jucăm, după folosirea toaletei, după ce ne întoarcem de afară, după ce realizăm diverse activități.</p> <p>Voi face sinteza generală pe baza observărilor realizate și a răspunsurilor copiilor, insistând pe rolul și importanța îngrijirii personale, a igienei mâinilor.</p>		
<p>OBȚINEREA PERFORMANȚEI</p>	<p>Se realizează printr-o fișă de lucru, în care copiii vor diferenția, prin colorare cu creioane colorate diferite, respectarea sau nerespectarea regulilor de igienă.</p>	<p>Conversația, Explicația, Demonstrația, Exercițiul</p>	<p>Rezolvarea sarcinilor</p>

ASIGURAREA RETENȚIEI ȘI A TRANSFERULUI DE CUNOȘTINȚE	Copiii vor interpreta cântecul „Ne spălăm pe mâini”, executând mișcărilor sugerate de text.	Conversația, Explicația, Exercițiul	Observarea comportamentului
EVALUAREA ȘI ÎNCHEIEREA ACTIVITĂȚII	Mergem să ne spălăm pe mâini! ”Unu, doi, trei, la distanță ne-așezăm, Patru, cinci, șase, către baie ne-ndreptăm, Șapte, opt, nouă, mâinile ni le spălăm, Zece, cu săpun și apă rece.” Copiii vor merge la baie, unde se vor spăla pe mâini, respectând regulile discutate în timpul activității. Se fac aprecieri generale și individuale asupra modului de desfășurare a întregii activități.	Conversația, Explicația, Demonstrația, Exercițiul	Aprecieri verbale

PROIECT DE ACTIVITATE NONFORMALĂ
„Sănătos și voinic”- educație pentru sănătate

*Profesor învățământ preșcolar, State Daniela Iuliana
Grădinița cu program prelungit „Alexandrina Simionescu Ghica”
Târgoviște, județul Dâmbovița*

Denumirea proiectului: „Sănătos și voinic”

Propunător: State Daniela Iuliana

Nivel: Preșcolar

Tipul activității: expoziție de lucrări

Scopul activității:

- Îmbogățirea cunoștințelor preșcolarelor privind alimentele sănătoase, rolul acestora pentru organism și identificarea poziției alimentelor pe scara piramidei alimentelor;

Argument:

Dreptul la sănătate este unul din drepturile fundamentale ale omului. Conform Organizației Mondiale a Sănătății, sănătatea individului este definită drept “o stare de bine fizică, mentală și socială și nu doar absența bolii sau infirmității”.

Educația pentru sănătate, încă de la vârsta preșcolară, reprezintă una din principalele căi de promovare a cunoștințelor corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de

formare a atitudinilor și deprinderilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.

Când vorbim despre educație, nu trebuie să se piardă din vedere faptul că orice activitate umană este supusă unei legi suverane : adaptarea individului la mediul său, dar și întreținerea sănătății lui.

Educația pentru sănătate este un drum sigur, prin care noțiunile ajung la copilul de vârstă preșcolară ca reguli sau norme ce vor pătrunde adânc în modul de viață cotidian.

A învăța copilul , de la cea mai fragedă vârstă să fie îngrijit, să respecte reguli de igienă personală , să se obișnuiască cu un regim rațional de alimentație, înseamnă a pune baze trainice formării unui comportament responsabil și sanatos .

Grădinița îi învață pe copii cum să se poarte în natură și în societate, cum să se raporteze la ceilalți semenii, cum să trăiască frumos, demn și sanatos. Educația pentru sănătate este bine să înceapă la vârste mici, pentru că în această etapă se dobândesc obiceiuri care sunt relevante pentru activitățile ulterioare.

Sănătatea reprezintă un concept cu câteva aspecte ce cuprind dimensiunile: emoțională, intelectuală, fizică, socială și spirituală. Sănătatea înseamnă mai mult decât absența bolii. Ea este un proces ce contribuie la bunăstare și echilibru.

Obiective:

- Să identifice alimentele sănătoase și pe cele mai puțin sănătoase;
- Să deseneze piramida alimentelor, așezând corect alimentele pe fiecare treaptă;
- Să precizeze felul de mâncare preferat, argumentând dacă este sănătos, sau nu;
- Să-și formeze deprinderi de igienă și sănătate;

Grupul țintă: *Preșcolarii de la Grădinița cu P.P. „Alexandrina Simionescu Ghica – Grupa Mare D*

Scurtă descriere:

Cadrele didactice, asistentele medicale ale grădiniței, alături de preșcolari și părinții acestora, vor iniția o întâlnire, unde vor desfășura activitatea „Să cresc mare și voinic!” –activitate pentru sănătate, unde preșcolarii vor viziona o prezentare power-point despre importanța alimentelor sănătoase, urmată de prezentarea de către asistentele unităților de învățământ a piramidei alimentelor, rolul fiecărei categorii de macronutrienți pe scara alimentelor.

Strategia didactică:

- **Metode:** explicația, conversația, demonstrația, jocul.
- **Materiale didactice:** laptop, planșă piramida alimentelor, prezentare power-point, cântec
- „Vitamine”, fișe de lucru realizate în aplicațiile wordwall, liveworksheets.

Rezultate așteptate:

- Conștientizarea și responsabilizarea preșcolarilor în ceea ce privește consumul de alimente sănătoase și mai puțin sănătoase, descoperirea principalelor beneficii ale consumului de fructe și legume;

Evaluare:

- Expoziție cu lucrările copiilor, pe pagina de Facebook a proiectului: *Să cresc mare și voinic*

Activități propuse:

- Joc de mișcare: „Danseaza hopa-hopa” <https://youtu.be/K-qcXuT7TvE>
- Cântec :”Vitamine” <https://youtu.be/h4ATIYW89ao>

- Prezentare – Piramida alimentelor
- Joc: “Alimente sanatoase” <https://wordwall.net/resource/2281004>
- Fisa de lucru: Sortează alimentele sănătoase de cele nesănătoase: <https://www.liveworksheets.com/na1261054dp>
- Joc de miscare: „Statuile” <https://youtu.be/pwBgiJzIVIs>

În urma desfășurării acestei activități, copiii sunt invitați să realizeze desene, picturi sau colaje având ca temă alimentația sănătoasă.

