



# CUPRINS

Instrucțiuni de folosire a manualului digital.....	4
Competențe generale și competențe specifice .....	5

<b>Ce îmi amintesc din clasa I? .....</b>	<b>6</b>
<b>1. EU ȘI CEILALȚI .....</b>	<b>7</b>
<b>Eu și ceilalți .....</b>	<b>8</b>
<b>Cum arătăm noi .....</b>	<b>11</b>
<b>Băieți și fete .....</b>	<b>13</b>
<b>Câți ani ai?.....</b>	<b>15</b>
<b>Stilul meu vestimentar .....</b>	<b>17</b>
<b>Eu sunt unic .....</b>	<b>19</b>
<b>Toți suntem diferiți.....</b>	<b>21</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>24</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>26</b>

<b>2. TRĂIESC SĂNĂTOS .....</b>	<b>27</b>
<b>Sunt curat și îngrijit.....</b>	<b>28</b>
<b>Sănătatea mea este importantă.....</b>	<b>30</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>33</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>34</b>

<b>3. TOȚI AVEM EMOȚII.....</b>	<b>35</b>
<b>Fii vesel!.....</b>	<b>36</b>
<b>Alungă tristețea! .....</b>	<b>38</b>
<b>Îvinge-ți frica! .....</b>	<b>40</b>
<b>Fii calm!.....</b>	<b>42</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>44</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>46</b>

<b>4. COMUNICĂM EFICIENT .....</b>	<b>47</b>
<b>Privește-mă și mă vei înțelege!.....</b>	<b>48</b>
<b>Mesajul corpului .....</b>	<b>50</b>
<b>Vocea mea.....</b>	<b>52</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>54</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>54</b>

<b>5. CUM RELĂȚIONEZ? .....</b>	<b>55</b>
<b>Gesturi prietenoase .....</b>	<b>56</b>
<b>Codul bunelor maniere .....</b>	<b>58</b>
<b>Ne respectăm reciproc.....</b>	<b>61</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>63</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>65</b>

<b>6. TIMPUL ÎN VIAȚA NOASTRĂ.....</b>	<b>67</b>
<b>Timpul poate fi prietenul meu .....</b>	<b>68</b>
<b>Programul meu zilnic .....</b>	<b>70</b>
<b>Timp pentru învățare, timp pentru relaxare .....</b>	<b>72</b>
<b>Să fim organizați!.....</b>	<b>74</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>76</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>78</b>

<b>7. EU POT SĂ ÎNVĂȚ UȘOR.....</b>	<b>79</b>
<b>Când și cum învăț? .....</b>	<b>80</b>
<b>Am nevoie de ajutor.....</b>	<b>83</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>85</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>86</b>

<b>8. EXPLOREZ MESERIILE .....</b>	<b>87</b>
<b>Ce mi-ar plăcea să devin?.....</b>	<b>88</b>
<b>Meseriile se prezintă... ..</b>	<b>90</b>
<b>Omul potrivit la locul potrivit.....</b>	<b>92</b>
<b>RECAPITULARE .....</b>	<b>94</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>94</b>

<b>RECAPITULARE FINALĂ.....</b>	<b>95</b>
<b>AM ÎNVĂȚAT ȘI M-AM DEZVOLTAT .....</b>	<b>96</b>



# 1. EU ȘI CEILALȚI

Domeniul *Autocunoaștere și stil de viață sănătos*  
Subdomeniul *Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți*

Conținuturi:

- ★ **Eu și ceilalți**
- ★ **Asemănări și deosebiri între sine și ceilalți după criterii simple: aspecte fizice, gen, vârstă, tipuri de vestimentație (sport, elegant, tradițional etc.)**
- ★ **Diversitate. Fiecare este unic; diferențe individuale**



**Amintește-ți!** În Unitatea de învățare **Eu și ceilalți**, vei fi evaluat de către cadrul didactic și pe baza fișei de observare sistematică a activității și a comportamentului elevului, prezentată la pagina 5.



# EU ȘI CEILALȚI

## Eu, familia și prietenii

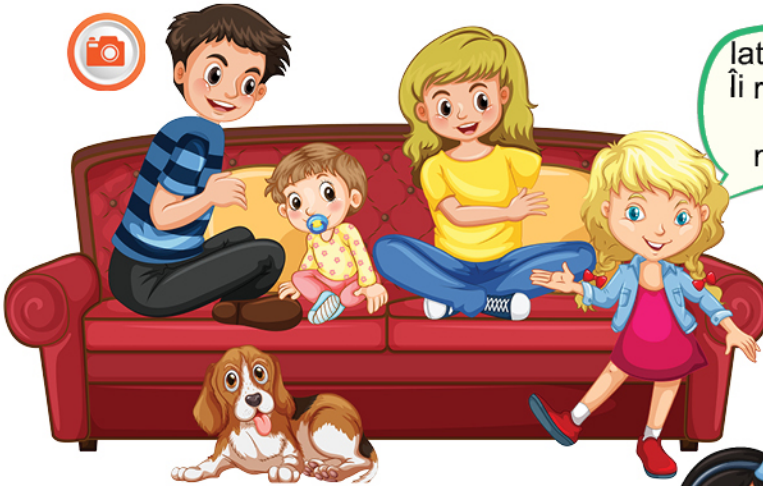
Bună!  
Mă numesc  
Anda.



El este fratele meu  
mai mic. Ne simțim  
bine când ne jucăm  
împreună.



Iată-i pe părinții mei!  
Îi respect și îi ascult.  
De la ei învăț  
mereu lucruri noi.



Cu prietenii mă înțeleg  
foarte bine, chiar dacă uneori  
avem păreri diferite. Preferințele  
și preocupările noastre sunt  
comune sau asemănătoare. La  
nevoie ne ajutăm unii pe alții.



### JOC - CINE ESTE?

Fiecare elev va scrie pe un bilet câteva informații despre sine: preferințe, talente și însușiri, fără a-și preciza numele. Se pun biletele într-un bol. Fiecare elev va extrage câte un bilet și îl va citi, apoi va preciza cine este colegul care l-a scris. Dacă el nu ghicește, vor încerca ceilalți colegi.



## EXPERIMENTEZ

1. Anda vorbește despre fratele și părinții ei, adică despre familia ei. Ce fel de relații crezi că există între ea și membrii familiei?
2. Ce preferințe și preocupări asemănătoare sau comune pot avea Anda și prietenii săi?
3. Scrie membrii familiei tale și numele lor.
4. Găsește proverbe despre prieteni și despre părinți.

## DEZBATEM

Te afli cu prietenii la joacă. Un prieten se accidentează în timp ce vă jucați. Ce ați putea face?

## PĂREREA MEA CONTEAZĂ

Crezi că e important ca fiecare persoană să aibă o familie? Motivează răspunsul tău.

### Eu, colegii și vecinii



Bună!  
Mă numesc  
Albert.

La școală mă înțeleg bine cu toți colegii. Uneori avem opinii diferite. Fiecare își susține părerea, astfel încât să nu supere pe nimeni. Când avem ocazia, colaborăm și învățăm împreună.



### Joc de rol

Un copil dorește o jucărie, dar părinții refuză să i-o cumpere. Ce motiv ar putea avea părinții pentru refuzul lor? Interpretează, alături de alți doi colegi, rolul fiecărui membru din familie: mama, tata și copilul.



### LUCRĂM ÎMPREUNĂ

Formați echipe de câte patru elevi. Pe o coală de hârtie, scrieți o listă cu relațiile care ar trebui să existe între colegi, pentru ca în clasă atmosfera să fie plăcută. Afișați colile la panoul clasei și discutați-le cu toți colegii.

În drum spre casă, mă întâlnesc deseori cu vecinii și ne salutăm. Atunci când este nevoie, ne ajutam.



De obicei, nu comunic cu necunoscuții. Dacă este necesar să comunic, îi respect și mă comport civilizată.



## EXPERIMENTEZ

1. Ce relații crezi că există între Albert și colegii săi?
2. Cum se comportă Albert față de persoanele necunoscute?
3. Ce relații consideri că ar trebui să existe între tine și colegii tăi?
4. Exemplifică o situație în care ai lucrat în echipă alături de alți colegi. Cum te-ai simțit alături de ei?

## MĂ INFORMEZ, MĂ DEZVOLT



*În fiecare zi, în jurul nostru se află diverse persoane: membrii familiei, prietenii, colegii, vecinii, alți cunoscuți și chiar necunoscuți.*

*Pentru a ne simți bine alături de ceilalți, este necesar să avem relații de respect, colaborare, încredere, ajutor.*

*Deseori, în viața noastră apar persoane necunoscute. Cu aceste persoane este posibil să nu stabilim nicio relație, dar respectul reciproc trebuie să existe.*

*Stabilirea relațiilor dintre oameni se face prin comunicare.*

*Stabilește relații frumoase și vei trăi în armonie!*

## DEZBATEM

Colegul tău de bancă te-a invitat la aniversarea lui. În aceeași zi și la aceeași oră îți aniversează ziua de naștere și vecinul tău, care te invitase deja. La cine vei merge? Argumentează-ți (motivează-ți) răspunsul!

## PĂREREA MEA CONTEAZĂ

Consideri că ceilalți ar trebui să fie de acord cu tine întotdeauna? Exemplifică o situație când cineva nu a fost de acord cu tine, dar i-ai respectat părerea. Precizează motivul.



## PORTOFOLIU

Desenează sau pictează cum arată o zi plăcută petrecută cu familia sau cu prietenii tăi.



# CUM ARĂTĂM NOI

## Asemănări și deosebiri între sine și ceilalți după criteriul aspect fizic

### Colegul cel nou



Ușa clasei se deschide. Apare doamna învățătoare alături de un băiat.

- Vi-l prezint pe Bobby Munas.

Va fi colegul vostru de clasă.

Băiatul înalt, cu pielea ca de ciocolată și cu părul creț privea sfios către ceilalți. A întâlnit privirea veselă a lui Albert, căruia i se părea interesant cum arată părul lui. Ar fi dorit să stea în bancă alături de el. Și doamna învățătoare chiar așa l-a îndrumat.

*Ce piele închisă la culoare are!* gândi Andu.

*Cât de creț e părul lui!* se miră dezaprobator, în sinea ei, Mirela.

*Cred că e cel mai înalt din clasă,* îi trecu prin minte lui Matei.

În pauză, colegii îi privesc de la distanță pe Bobby și Albert cum se joacă. Bobby știe să jongleze foarte bine cu mingea.

- Haideți să ne jucăm cu toții! a strigat Albert.

Colegii au intrat în jocul lor. Toți erau veseli. Nu mai conta că Bobby arăta altfel la chip. Era un copil la fel ca ceilalți, cel mai talentat la jonglerii.



## EXPERIMENTEZ

1. Ce trăsături fizice are Bobby?
2. De ce crezi că Mirela și Andu se miră de aspectul fizic al lui Bobby?
3. Lui Albert i se pare interesant părul lui Bobby. Însă Mirela se miră dezaprobator de această trăsătură fizică.  
Care crezi că este motivul pentru care cei doi au păreri diferite?
4. Ce au constatat colegii despre Bobby, după ce s-au jucat împreună? Aspectul fizic al lui Bobby a contat în relațiile cu ceilalți?
5. Privește-ți colegii și observă-le aspectul fizic. Ce ai constatat?
6. Aspectul fizic influențează în vreun fel relațiile dintre tine și colegi? Argumentează-ți răspunsul!

## MĂ INFORMEZ, MĂ DEZVOLT



*Când privim o persoană, ne dăm seama că este diferită de ceilalți, în primul rând prin aspectul fizic. Aspectul fizic înseamnă totalitatea trăsăturilor fizice. Acestea se referă la: înălțime, greutate, culoarea pielii, culoarea părului, culoarea ochilor, forma ochilor, forma feței, forma buzelor, forma nasului, tipul de păr și altele.*

*Uitându-ne în jurul nostru, vom observa că există atât asemănări, cât și deosebiri în ceea ce privește aspectul fizic al oamenilor.*

*Aspectul fizic nu influențează relațiile cu ceilalți.*



### Hârtia de 5 minute

Privește-te în oglindă sau gândește-te cum arăți. Pe o foaie de hârtie, scrie, în timp de 5 minute, un text în care să îți descrii aspectul fizic.



### PĂREREA MEA CONTEAZĂ

Consideri că aspectul fizic contează atunci când îți alegi prietenii? Ce trăsături prețuiești în alegerea unui prieten?



### JOC - Bilete pentru colegi

Într-un bol sunt bilete împăturite pe care sunt scrise trăsături fizice (de exemplu, *culoarea părului*). Doi elevi ies în fața clasei. Unul dintre ei extrage din bol un bilet. Apoi, în funcție de ce scrie pe bilet, spune ce trăsătură fizică are celălalt elev. (de exemplu, *șaten*).



### PORTOFOLIU

Realizează o listă cu asemănări și deosebiri ale aspectului fizic dintre tine și colegul sau colega de bancă. Comparați-vă listele. Ce ați constatat?



### LUCRĂM ÎMPREUNĂ

Formați echipe de câte trei elevi și realizați o fișă în care să completați două tabele ca în modelele de mai jos. Comparați rezultatele obținute.

Număr de elevi			
blonzi	șateni	bruneți	roșcați

Număr de elevi cu ochii			
verzi	căprui	albaștri	negri



### JOC DE ROL

Realizați un dialog între toate personajele care apar în text.