

Adina Grigore

Cristina Ipate-Toma

# DEZVOLTARE PERSONALĂ



Ars Libri

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**GRIGORE, ADINA**

**Dezvoltare personală pentru clasa pregătitoare : caiet de lucru / Adina Grigore, Cristina Ipate-Toma. – Costești : Ars Libri, 2025  
ISBN 978-606-36-3061-3**

I. Ipate-Toma, Cristina

37

Coordonator colecția „Consiliere școlară”: Prof. Adina Grigore

Referenți științifici:

Conf. univ. dr. Mihaela Păiși Lăzărescu, Universitatea Națională de Știință și Tehnologie  
POLITEHNICA București, Centrul Universitar Pitești

Conf. univ. dr. Sofia Loredana Tudor, Universitatea Națională de Știință și Tehnologie  
POLITEHNICA București, Centrul Universitar Pitești

Conf. univ. dr. Maria-Magdalena Stan, Universitatea Națională de Știință și Tehnologie  
POLITEHNICA București, Centrul Universitar Pitești

Copyright © Editura Ars Libri, 2025

Editor: Adina Grigore

Redactor-șef: Cristina Ipate-Toma

Design și DTP: Mihaela-Alina Stoica

Corectură: autoarele

Comenzi: Editura Ars Libri, Costești, jud. Argeș

Callcenter: 031 82 82 293

Tel.: 0745 095 083, 0725 897 095, 0724 340 777.

E-mail: [contact@edituraarslibri.com](mailto:contact@edituraarslibri.com)

[www.edituraarslibri.ro](http://www.edituraarslibri.ro)

Tiparul executat la Tipografia Ars Libri, Costești jud. Argeș.

## CUPRINS



<b>1</b>	<b>EVALUARE INIȚIALĂ</b> .....	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>RUTINE ȘI SARCINI DE LUCRU</b> Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare .....	<b>7</b>
<b>3</b>	<b>RUTINE ȘI SARCINI DE LUCRU</b> Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare .....	<b>9</b>
<b>4</b>	<b>AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI</b> Cine sunt eu? .....	<b>11</b>
<b>5</b>	<b>AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI</b> Cine sunt eu? .....	<b>13</b>
<b>6</b>	<b>AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI</b> Cine sunt eu? - Schema corporală .....	<b>15</b>
<b>7</b>	<b>AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI</b> Schema corporală .....	<b>17</b>
<b>8</b>	<b>AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI</b> Trăsături fizice .....	<b>19</b>
<b>9</b>	<b>AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI</b> Trăsături fizice .....	<b>21</b>
<b>10</b>	<b>COMUNICARE ȘCOLARĂ EFICIENTĂ</b> Reguli de comunicare în activitatea școlară .....	<b>23</b>
<b>11</b>	<b>COMUNICARE ȘCOLARĂ EFICIENTĂ</b> Reguli de comunicare în activitatea școlară .....	<b>25</b>
<b>12</b>	<b>COMUNICARE ȘCOLARĂ EFICIENTĂ</b> Comunicarea cu colegii și cadrul didactic .....	<b>27</b>
<b>13</b>	<b>COMUNICARE ȘCOLARĂ EFICIENTĂ</b> Comunicarea cu cadrele didactice .....	<b>29</b>
<b>14</b>	<b>IGIENA PERSONALĂ</b> Obiecte de igienă personală .....	<b>31</b>
<b>15</b>	<b>IGIENA PERSONALĂ</b> Activități zilnice de igienă personală .....	<b>33</b>
<b>16</b>	<b>IGIENA PERSONALĂ</b> Obiecte și activități zilnice de igienă personală .....	<b>35</b>
<b>17</b>	<b>ABILITĂȚI ȘI ATITUDINI DE ÎNVĂȚARE</b> Tehnici simple care sprijină învățarea .....	<b>37</b>
<b>18</b>	<b>ABILITĂȚI ȘI ATITUDINI DE ÎNVĂȚARE</b> Tehnici simple care sprijină învățarea .....	<b>39</b>
<b>19</b>	<b>ABILITĂȚI ȘI ATITUDINI DE ÎNVĂȚARE</b> Reguli de organizare a învățării .....	<b>41</b>
<b>20</b>	<b>TRĂIRE ȘI MANIFESTARE EMOȚIONALĂ, STAREA DE BINE</b> Emoții de bază - bucurie, tristețe .....	<b>43</b>

<b>21</b>	<b>TRĂIRE ȘI MANIFESTARE EMOȚIONALĂ, STAREA DE BINE</b>	
	Emoții de bază - bucurie, tristețe .....	45
<b>22</b>	<b>TRĂIRE ȘI MANIFESTARE EMOȚIONALĂ, STAREA DE BINE</b>	
	Emoții de bază - frică, furie .....	47
<b>23</b>	<b>TRĂIRE ȘI MANIFESTARE EMOȚIONALĂ, STAREA DE BINE</b>	
	Emoții de bază - bucurie, tristețe, frică, furie .....	49
<b>24</b>	<b>INTERACȚIUNI SIMPLE CU FIINȚE ȘI OBIECTE FAMILIARE</b>	
	Persoane preferate și caracteristicile acestora .....	51
<b>25</b>	<b>INTERACȚIUNI SIMPLE CU FIINȚE ȘI OBIECTE FAMILIARE</b>	
	Persoane preferate și caracteristicile acestora .....	53
<b>26</b>	<b>INTERACȚIUNI SIMPLE CU FIINȚE ȘI OBIECTE FAMILIARE</b>	
	Animale preferate și caracteristicile acestora .....	55
<b>27</b>	<b>INTERACȚIUNI SIMPLE CU FIINȚE ȘI OBIECTE FAMILIARE</b>	
	Animale preferate și caracteristicile acestora .....	57
<b>28</b>	<b>INTERACȚIUNI SIMPLE CU FIINȚE ȘI OBIECTE FAMILIARE</b>	
	Obiecte preferate și caracteristicile acestora .....	59
<b>29</b>	<b>EXPLORAREA MESERIILOR</b>	
	Hobby-uri și activități preferate .....	61
<b>30</b>	<b>RECAPITULARE</b>	64
<b>31</b>	<b>RECAPITULARE</b>	65
<b>32</b>	<b>RECAPITULARE</b>	67
<b>33</b>	<b>EVALUARE SUMATIVĂ</b>	70
<b>34</b>	<b>JOCURI</b>	72
	Texte suport (povești) .....	73

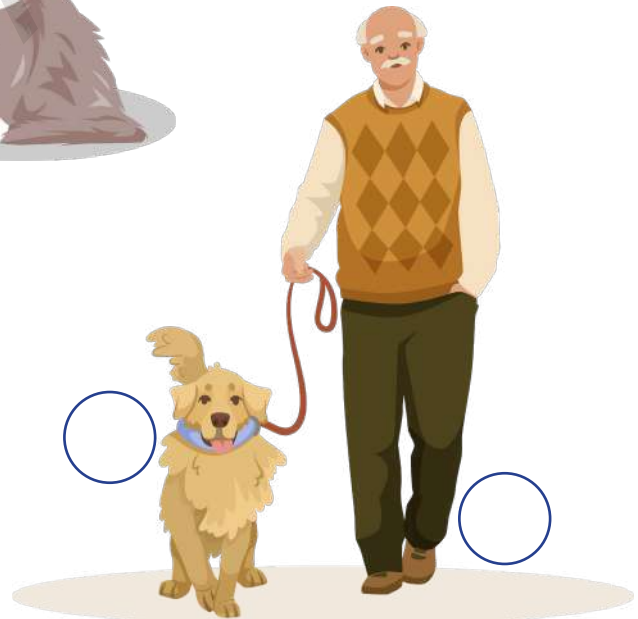
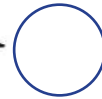
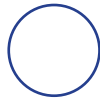


## EVALUARE INIȚIALĂ

S1

1

Observă imaginea și descrie ce vezi. Scrie un „x” lângă persoane, colorează bulina din dreptul animalelor, încercuiește plantele. Discută despre persoanele din imagine.



Apreciază în ce măsură ai realizat sarcinile din această activitate, încercuind emoticonul potrivit.



S1

## EVALUARE INIȚIALĂ

1

Dacă ești fată, colorează fata din imagine, dacă ești băiat, colorează băiatul din imagine.



2

Spune colegilor câteva lucruri despre tine. Încercuiește, în imagine, jucăriile cu care ți-ar plăcea să te joci.



Appreciază în ce măsură ai realizat sarcinile din această activitate, încercuind emoticonul potrivit.



## RUTINE ȘI SARCINI DE LUCRU

S2

Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare

1

Desenează în tabel orarul de astăzi, în ordinea desfășurării activităților, folosind ce desene sau simboluri dorești.

--	--	--	--	--

2

Pe etichetele colorate, sunt scrise zilele săptămânii. Ultimele două zile sunt sâmbătă și duminică. Unește etichetele zilelor în care elevii merg în mod obișnuit la școală cu imaginea în care elevul merge la școală.

LUNI

MARȚI

MIERCURI

JOI

VINERI

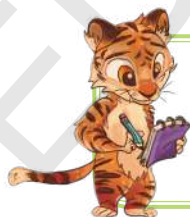
SÂMBĂTĂ

DUMINICĂ



3

Elevul din imagine se grăbește să nu întârzie la școală. Spune câteva motive pentru care nu este bine să întârzi la școală.



### Portofoliu

Realizează orarul tău prin lipire, desen sau prin pictare a unor imagini cu activitățile zilnice.

S2

RUTINE ȘI SARCINI DE LUCRU

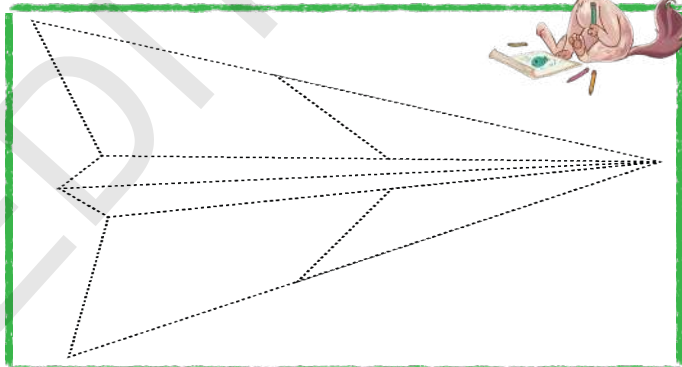
Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare

1

Ascultă povestea „Al câtelea avion a zburat?”.



Trasează peste linia punctată și colorează.



Ghicești?

N-am pilot și n-am motor,  
Dar eu tare ușor zbor.  
Aruncat de-o mână mică,  
Plutesc ca o păsărică.

## RUTINE ȘI SARCINI DE LUCRU

S3

### Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare

1

Colorează cu roșu bulinele din dreptul imaginilor în care școlarii respectă regulile și cu negru pe cele din dreptul imaginilor în care școlarii nu respectă regulile. Tu respectezi toate regulile în școală? Ce crezi că s-ar întâmpla dacă elevii nu ar respecta regulile din școală?



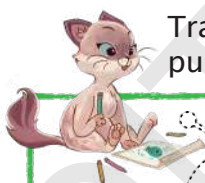
2

Este pauză și plouă. Andrei a ieșit în curtea școlii. Privește-l în imagine! Ce ar trebui să facă el?

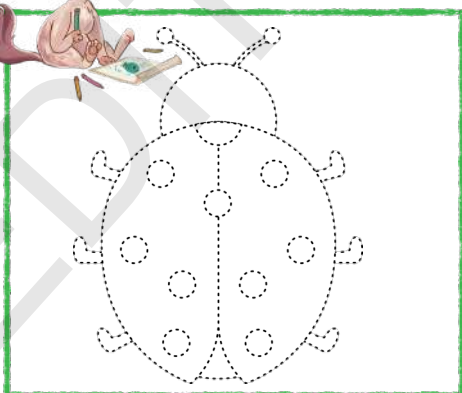


Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare

1 Ascultă povestea „Lumea din vârful copacului”.



Trasează peste linia punctată și colorează.



### Portofoliu

Realizează un colaj în care să prezinți cum, ce, cu cine înveți la școală.

### JOC



Elevii stau în cerc și aruncă o minge de la unul la altul, fără o ordine prestabilită. Copilul care primește mingea, spune o regulă care trebuie respectată în școală.



# AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI

S4

## Cine sunt eu?

1 Încercuiește ceea ce ți se potrivește.



Eu sunt:

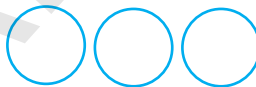
Eu am 5 6 7 ani.

2 Colorează și desenează.

Eu am părul de culoarea:



Culorile mele preferate sunt:



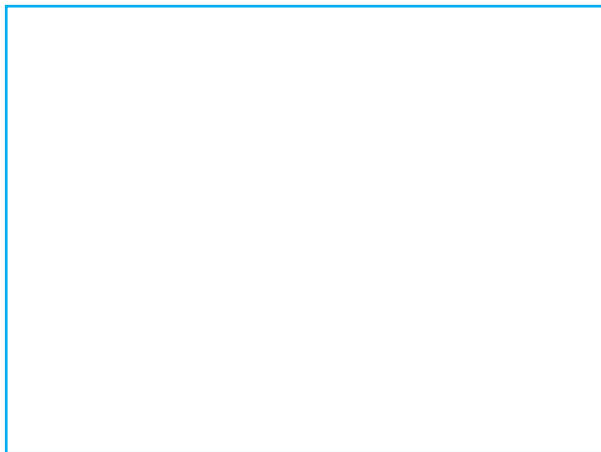
Eu am ochii de culoarea:



Jucăria mea preferată este:



Eu mă pot desena așa:



### Portofoliu

Lipește pe o foaie A4  
fotografii cu tine sau  
desenează-te la vârste  
diferite.

### JOC



Elevii stau în cerc și aruncă  
o minge de la unul la altul,  
fără o ordine prestabilită.  
Copilul care primește min-  
gea spune ceva despre sine.



S4

## AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI

Cine sunt eu?

1

Ascultă povestea „Ghiocel”.  
Încercuiește floarea care în poveste și-a dat seama că fiecare are frumusețea sa.



2

Unește pentru a forma perechi de prieteni.



### Portofoliu

Dacă ai fi un personaj, cine ți-ai dori să fii?

Realizează un desen în care să redai misiunea pe care ai îndeplini-o ca personaj.

## AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI

S5

### Cine sunt eu?

- 1 Cei doi copii fac cunoștință. Observă felul în care o fac (poziția corpului, privirea, expresia feței). Imaginează-ți că nu te cunoști cu colegul sau colega de bancă și tocmai faceți cunoștință. Prezentăți-vă!



- 2 Privește-ți o colegă sau un coleg, observă diferențele dintre voi și desenează-i imaginea alături de a ta.

A large, empty rectangular box with a blue border, intended for drawing a friend.A second large, empty rectangular box with a blue border, identical to the first one, for drawing another friend.

# AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI

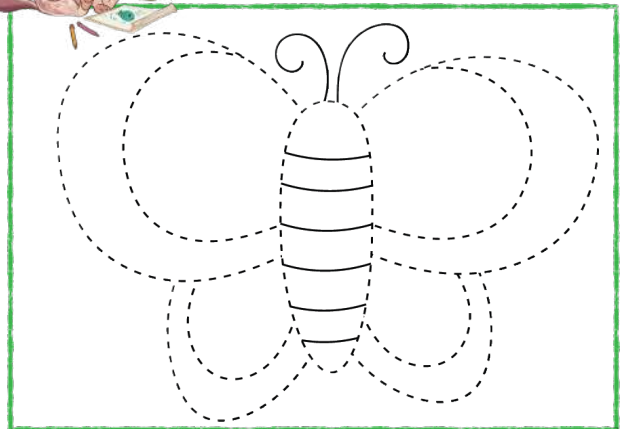
Cine sunt eu?



Ascultă povestea „Fluturașul Ovi”.



Trasează peste linia punctată și colorează.



Ghicești?

Sunt insecte colorate,  
Cu aripi catifelate,  
Iar pe flori când se așază,  
Din nectar se ospătează.

JOC



Jocul se desfășoară în cerc și începe de la cadrul didactic. În timp ce îl ia de mână pe colegul de alături, care urmează la joc, fiecare spune la ce se pricepe (ce face cel mai bine) sau ce îi place să facă.



# AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI

S6

## Cine sunt eu? – Schema coporală



Privește-ți corpul. Numește părțile corpului și discută despre rolul acestora. Unește imaginile din partea stângă cu imaginile care arată ce părți ale corpului sunt folosite cel mai mult în desfășurarea activităților prezentate.

