



DEZVOLTARE PERSONALĂ

Corina Țăranu

caiet de
aplicații



Nume și prenume

Clasa

Cuprins

Recapitulare inițială 4
Exersează și aprofundează! 6

Cum comunicăm în clasă? 37
Exersează și aprofundează! 39

EU ȘI CEILALȚI

(Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți)

Cine sunt eu? Cine ești tu? 8
Suntem la fel, dar totuși diferiți 10
O zi din viața de școlar 12
Exersează și aprofundează! 14

RELAȚIA CU CEILALȚI ȘI CU LUCRURILE
(Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare)

Ce este un bun prieten? 40
Respect, bune maniere, prietenie, conflict 42
Cum este un prieten bun? 44
Exersează și aprofundează! 46

SUNT SĂNĂTOS!

(Importanța normelor de igienă pentru sănătate și învățare)

Cum să fim sănătoși? 15
Clasa noastră e ordonată! 17
O școală curată 19
Igiena acasă 21
Exersează și aprofundează! 23

PROGRAMUL MEU

(Rutine și sarcini de lucru)

Importanța timpului 47
Programul zilnic al elevului 49
Lucrez și mă relaxez! 51
Exersează și aprofundează! 53

EMOȚIILE MELE

(Trăire și manifestare emoțională)

Ce știm despre emoții? 24
Cum ne exprimăm emoțiile? 26
Emoții în imagini și culori 28
Cum îmi stăpânesc emoțiile 30
Exersează și aprofundează! 32

ÎNVĂȚ ÎN FIECARE ZI

(Abilități și atitudini de învățare)

Importanța învățării 54
Cum, când și cât învăț? 56
Exersează și aprofundează! 58

ÎNVĂȚ SĂ COMUNIC!

(Comunicare școlară eficientă)

Abilități de comunicare de bază 33
Vorbesc, ascult, mimez! 35

MESERIILE

(Explorarea meseriilor)

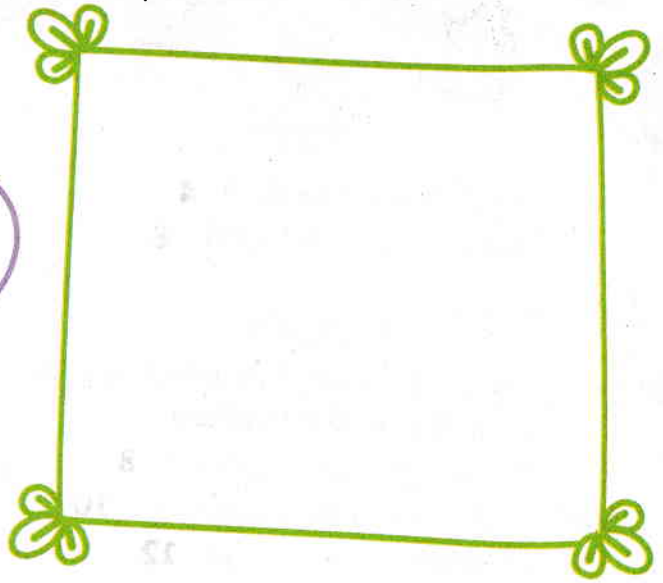
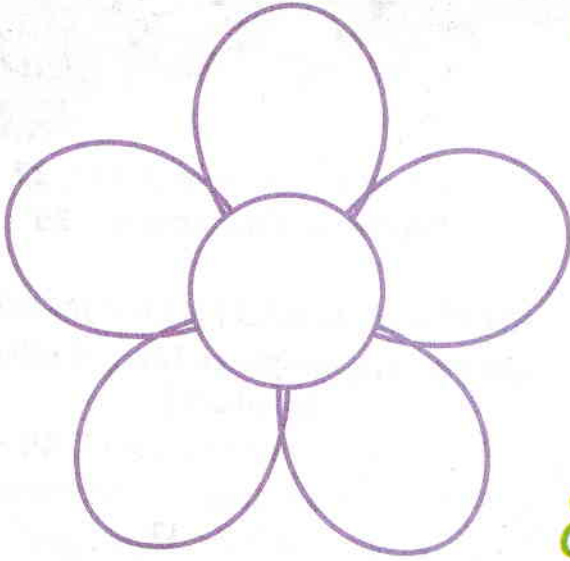
Oamenii și meseriile lor 59
La ce folosesc meseriile? 61
Exersează și aprofundează! 63

Gata de vacanță! 64

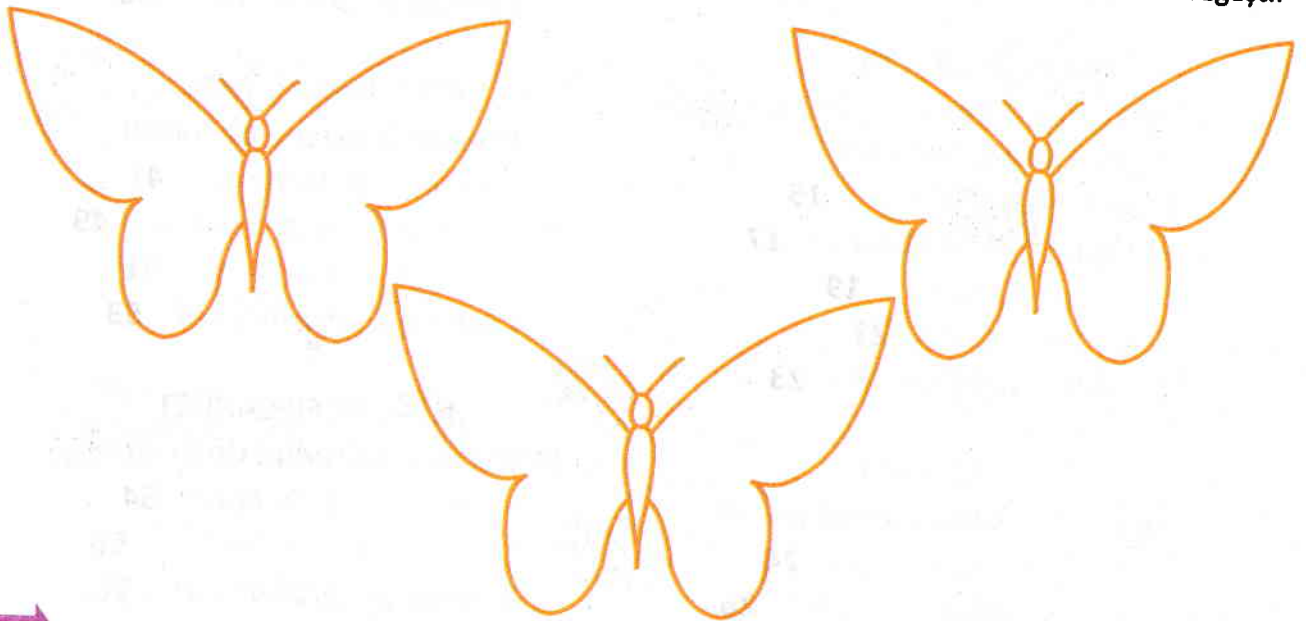




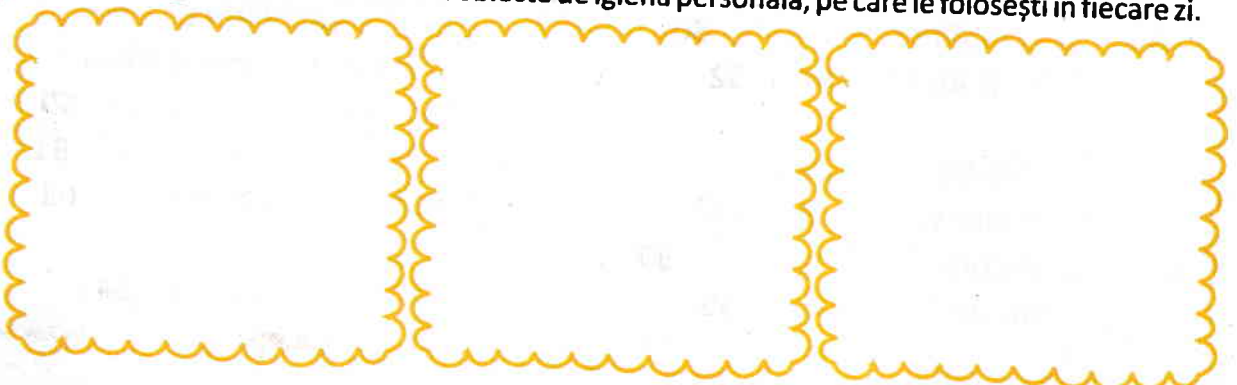
1 Despre mine. Scrie în mijloc numele tău, iar pe petalele florii, cele mai importante calități ale tale. Desenează-te pe tine într-o situație în care ești bucuros.



2 Eu și ceilalți. Pe fiecare fluture, scrie numele unei persoane și motivul pentru care o îndrăgești.



3 Reguli de igienă. Desenează trei obiecte de igienă personală, pe care le folosești în fiecare zi.



4 **Emoțiile mele.** Unește fiecare imagine cu emoția care arată cum se simt fetițele.



BUCUROASĂ

SPERIATĂ

MIRATĂ

SUPĂRATĂ

- Alege una dintre emoțiile de mai sus și împărtășește cu colegul de bancă o situație în care ai simțit și tu aceeași emoție.
- Imită emoțiile: **BUCURIE** **MIRARE** **FURIE**

5 **Prietenia.** Încercuiește activitățile pe care le faci împreună cu prietenul tău cel mai bun.



6 **Programul meu.** Desenează două activități pe care le faci în fiecare dimineață, pentru a te pregăti să mergi la școală.



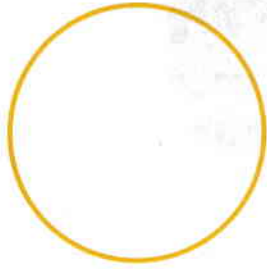
Exersează și aprofundează!

LEPIS

We know
books

1

Reprezintă prin desen două emoții pe care le-ai experimentat în prima zi de școală.



2

Subliniază două activități pe care le-ai făcut împreună cu colegii tăi în prima zi de școală.

Ne-am salutat și ne-am îmbrățișat.

Am alergat în curtea școlii.

Am povestit despre vacanță.

Am participat la festivitate.

Am jucat un joc.

Am îmbrățișat-o pe doamna învățătoare.

3

Numerotează în ordine activitățile pe care le faci într-o zi la școală.



Iau prânzul.



Particip la prima oră.



Ies în pauza mare.



Îmi salut colegii la sosire.



Îmi pun lucrurile în ghiozdan și mă pregătesc de plecare.



4

Colorează cu:

- **verde**, activitatea pe care o fac copiii pentru a avea un corp curat;
- **roșu**, activitatea pe care o fac copiii pentru a avea o casă curată;
- **albastru**, activitatea pe care o fac copiii pentru a păstra curățenia la școală.



5

Care sunt obiectele de care ai nevoie pentru activitățile tale preferate? Colorează-le.



6

Unește fiecare instrument cu meseria potrivită.



PROFESOR

MEDIC

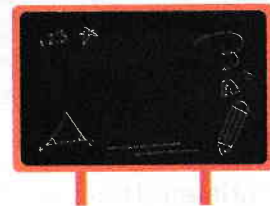
BUCĂTAR

PROGRAMATOR

POMPIER

ZIDAR

VÂNZĂTOR



Eu și ceilalți

CINE SUNTE EU? CINE EȘTI TU?

Vei învăța:

- să te cunoști mai bine;
- să te porți mai frumos cu ceilalți;
- să ții cont de faptul că fiecare este unic.

1 **Descoperă-mă!** Desenează chipul tău pe ecuson, apoi scrie-ți numele complet și vârsta.



2 **Concursul însușirilor.** Desenează sau scrie pe podium trei lucruri care îți plac cel mai mult la tine.



3 **Cum e prietenul meu?** Notează pe medalii trei motive pentru care le-ai oferi celui mai bun prieten al tău sau celei mai bune prietene.



4

Cine sunt eu? Scrie sau desenează, pentru a completa mușuroiul.

Eu pot să...

Îmi place să...

Mâncarea mea preferată e...

Animalul de companie preferat:

Îmi apreciez prietenii pentru:

Culoarea care îmi place este:

Povestea care îmi place:

Așa este familia mea:



Învăță de la furnică!

Pentru a te cunoaște mai bine, observă comportamentul tău și ascultă cu atenție părerea persoanelor care îți poartă de grijă.

5

JOC - Cât de bine te cunoști?

Fiecare copil își va scrie numele pe un bilețel. Bilețelele vor fi amestecate într-un vas, apoi fiecare va extrage unul și îl va citi cu voce tare, rostind o apreciere despre colegul al cărui nume îl găsește scris.

Proiectul

La ora de Comunicare în limba română, Maria, Andrei și Luca lucrau împreună la un proiect. Maria desena, Andrei aduna informații, iar Luca lipea pozele. La început, au crezut că nu sunt potriviți pentru a lucra în echipă.

– De ce nu desenezi prima dată școala noastră? a întrebat Andrei.

– Vreau să încep cu cei doi copii care sunt pe terenul de sport. Lasă-mă să decid eu! a răspuns bosumflată Maria.

Când au terminat însă, au realizat că rezultatul muncii lor era foarte reușit.

– Fiecare dintre noi a contribuit frumos la acest proiect! a spus Maria.

Andrei a zâmbit și a adăugat:

– Suntem la fel pentru că toți ne-am făcut partea, deși fiecare a lucrat într-un mod diferit, organizând activitățile cum a crezut că e mai bine.

1 Ascultă sau citește textul cu atenție. Alege răspunsul corect.

a) Din ce motiv au crezut copiii la început că nu se potrivesc?

- Aveau opinii diferite despre proiect.
- Fiecare lucra într-un mod diferit.
- Nu aveau suficient material pentru proiect.

b) Ce a vrut să spună Andrei la final?

- Copiii au lucrat în mod identic.
- Fiecare a contribuit în felul său la proiect.
- Doar unii dintre ei au adus contribuții importante.



c) Cum s-au simțit copiii la finalul proiectului?

- Entuziasmați și mulțumiți de rezultat.
- Supărați, deoarece nu s-au înțeles pe parcurs.
- Nu erau mulțumiți de ceea ce au realizat.

d) Ce le-a permis celor trei să ajungă la un rezultat reușit?

- Au acceptat diferențele dintre ei și au colaborat.
- Fiecare a făcut o activitate diferită.
- Fiecare a făcut ceea ce a vrut.

2 Desenează o asemănare și o deosebire între tine și colegul sau colega cu care te înțelegi cel mai bine.

Asemănare	Deosebire

3 Unește doi câte doi copiii care se aseamănă, ținând cont de țara din care provin.



• Bifează dacă ai găsit:

copiii indieni

copiii africani

copiii eschimoși

copii mexicani

copiii ruși

copiii chinezi



Învață de la furnică!

Chiar dacă există deosebiri între tine și ceilalți, toți copiii sunt egali.

4 **JOC - Ce avem în comun?**

Împărțiți copiii în grupuri mici. Fiecare grup trebuie să găsească 3 lucruri pe care toți membrii grupului le au în comun (exemple: toți avem ochi albaștri, toți iubim jocurile de exterior). După aceea, fiecare grup va împărtași cu ceilalți ce a descoperit.