

Gabriela
Bărbulescu

Daniela
Beșliu

D

ezvoltare personală

Caiet de lucru
pentru clasa pregătitoare



Nume

Prenume

Clasa

Școala

CUPRINS

Săptămâna	Conținuturi vizate	Unitatea de învățare/Titlul lecției	Pag.
I-III	Rutine și sarcini de lucru – Reguli elementare ale noilor rutine specifice activității clasei pregătitoare	Unitatea 1 – De la grădiniță la școală Prima zi de școală Dor de grădiniță Sunt școlar!	4 6 8
IV-VI	Autocunoaștere și stil de viață sănătos/ autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți – Cine sunt eu? Trăsături fizice. Schema corporală: alcătuirea și denumirea părților	Unitatea 2 – Despre mine Cine sunt eu? Familia mea Ce știi să fac? Ce îmi place să fac? Sunt un bun coleg	10 12 14 16
VII-X	Comunicare școlară eficientă – Reguli de comunicare în activitatea școlară Comunicarea cu colegii și cadrele didactice	Unitatea 3 – La școală Prin școală Prin clasă În recreație Știu să comunic!	18 20 22 24
XI-XIII	Trăire și manifestare emoțională, starea de bine – Emoții de bază denumite prin cuvinte (bucurie, tristețe, frică, furie) în activități/ contexte familiare	Unitatea 4 – Iarna veselă Emoțiile mele Personaje și emoții Emoțiile și corpul meu Emoții și comportamente	26 28 30 32
XIV-XVII	Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare – Ființe și obiecte preferate Caracteristicile acestora	Unitatea 5 – Jocuri și jucării Jucăriile mele Lucruri folositoare Grija pentru lucruri Ființe din jurul meu	34 36 38 40
XVIII-XXI	Abilități și atitudini de învățare – Tehnici simple care sprijină învățarea	Unitatea 6 – Forme și culori Ce înseamnă să fii școlar Programul unui școlar isteț Cum învăț mai bine? 100 de zile de școală	42 44 46 48
XXII-XXV	Abilități și atitudini de învățare – Reguli de organizare a învățării	Unitatea 7 – La spectacol Activități distractive, dar folositoare Mă pregătesc pentru activități Am încredere în mine Școala mea	50 52 54 56
XXVI-XXIX	Explorarea meseriilor – Hobby-uri și activități preferate	Unitatea 8 – Clubul curioșilor Activități preferate Activități în familia mea Ce voi face când voi fi mare La Clubul Copiilor	58 60 62 64
XXX-XXXII	Igiena personală	Unitatea 9 – Printre stele Sănătatea mea Obiecte de igienă personală Mă hrănesc sănătos Joacă-te!	66 68 70 72
XXXIII-XXXV	Portofoliul personal cu rezultate/evidențe ale învățării	Unitatea 10 – Raze de soare Cine sunt eu? Cel de lângă mine Înainte de vacanță	74 76 78

Cine sunt eu?



Foaie verde, de mohor
Sunt un papagal multicolor!

1. Ascultă ce spun despre ei cei doi copii.



Eu mă numesc
Andu și am 6 ani.
Am ochii negri și părul
castaniu.



Numele meu
este Diana. Eu am 6 ani.
Sunt blondă și am ochii
albaștri.

2. Prezintă-te după modelul de mai sus.

3. Ascultă și colorează.



păr blond,
ochi verzi



păr castaniu,
ochi căprui



păr negru,
ochi albaștri



păr roșcat,
ochi verzi

4. a) Împreună cu colegii, așezați-vă în ordinea crescătoare a înălțimii. Observați cu atenție șirul format. Stabiliți cine este cel mai înalt și cine este cel mai scund.
b) Formulează enunțuri de tipul: *Eu sunt mai înalt decât ... și mai scund decât ...*

5. În ce lună ești născut? Fiecare elev spune în ce lună a anului este născut.

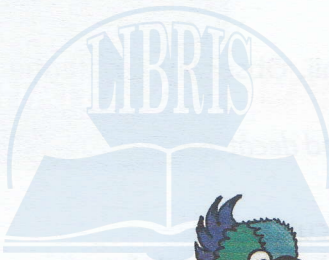
- a) Desenează câte o floare pentru fiecare elev, din clasa ta, născut în luna respectivă.

1 IANUARIE	2 FEBRUARIE	3 MARTIE	4 APRILIE
5 MAI	6 IUNIE	7 IULIE	8 AUGUST
9 SEPTEMBRIE	10 OCTOMBRIE	11 NOIEMBRIE	12 DECEMBRIE

- b) În ce lună sunt născuți cei mai mulți copii? Dar cei mai puțini? Cine este născut în aceeași lună cu tine?

6. Realizează un desen cu titlul **Acesta sunt eu!** (autoportret).





Familia mea

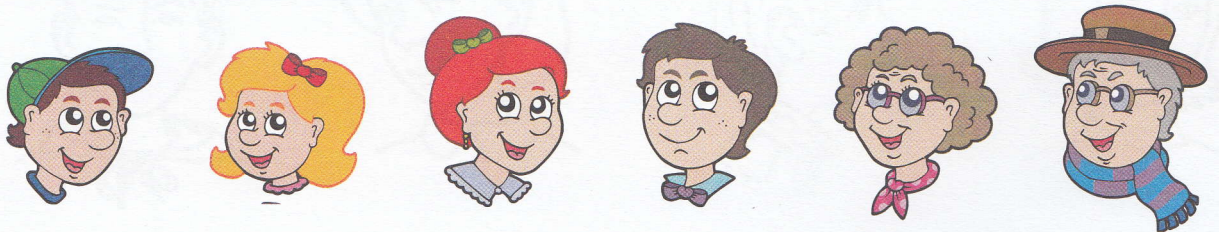


Frunzuliță și trei fragi,
Am în jur mulți oameni dragi!

1. Ce membri ai familiei sunt în imagine? Ce face fiecare?



2. Ascultă și unește ce se potrivește.



PĂRINȚI

FRAȚI

MAMĂ

BUNICI

FIICĂ

TATĂ

COPII

FIU

3. **Discută cu un coleg:** Familia mea.

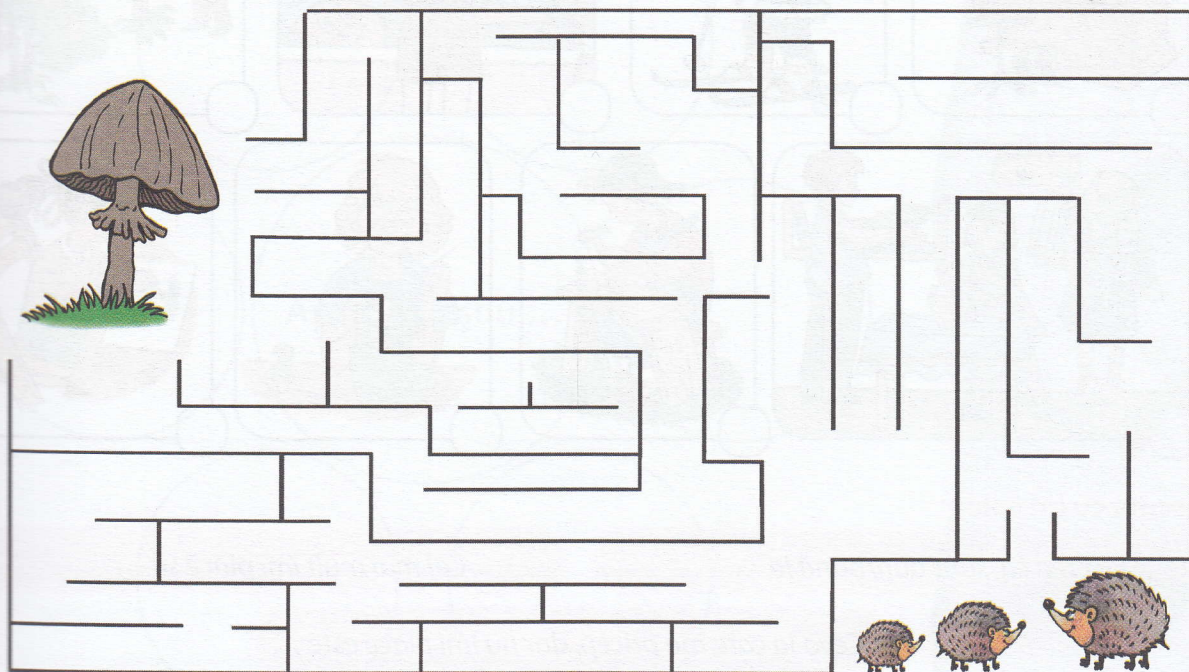
Prezintă-i colegului familia ta. Apoi, el va spune colegilor ce a aflat de la tine.

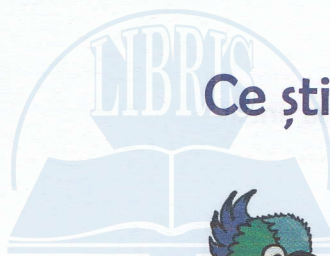
Exemplu: Am aflat de la ... că familia lui/ei este formată din ... membri: ...

4. Desenează familia ta.



5. **Joacă-te!** Ajută familia de arici să ajungă la ciupercă.



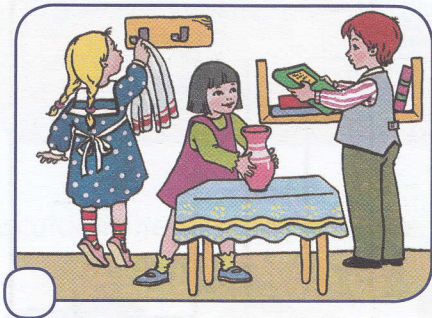
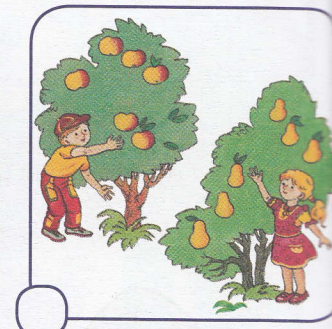
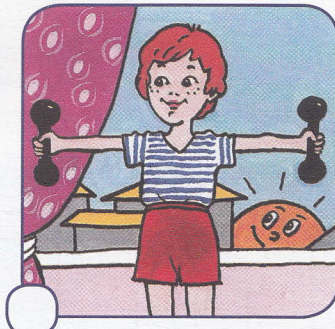


Ce știi să faci? Ce îți place să faci?



*Brăduleț cu multe ace,
Știi ce pot și știi ce-mi place!*

1. Observă desenele. Descrie activitățile și bifează-le pe cele la care crezi că te pricepi și tu.



2. **Discută cu un coleg:**

Eu cred că sunt bun/bună la ...

Cel mai mult îți place să ...

Ceva la care mă pricep, dar nu îți place este ...

Compară răspunsurile tale cu ale colegului. Sunt asemănări?