

REVISTA GIMNAZIAL

CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

NR.1/2022

LITERA



LICITAȚIA DE
MANUALE ȘCOLARE
2022



MOTIVAȚIE ȘI
ÎNVĂȚARE ACTIVĂ



CURSURI DIGITALE
ON-LINE GRATUITE
PENTRU PROFESORI
www.cursuridigitale.ro

02

- LICITAȚIA DE MANUALE ȘCOLARE ORGANIZATĂ DE MINISTERUL EDUCAȚIEI ÎN 2022

03

- ETAPELE DE ALEGERE A MANUALELOR
- DE CE SĂ ALEGEȚI MANUALELE LITERA APROBATE DE MINISTERUL EDUCAȚIEI 2022

04

- **MANUALUL DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ** APROBAT DE MINISTERUL EDUCAȚIEI 2022

05

- CE SPUN REFERENȚII ȘTIINȚIFICI DESPRE MANUALUL DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ DE LA EDITURA LITERA

- MANUALE DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ DE LA LITERA APROBATE LA LICITAȚIILE ANTERIOARE

06-09

- STRUCTURA MANUALULUI

10

- 10 MOTIVE PENTRU CARE SĂ ALEGEȚI MANUALUL DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ DE LA LITERA

11

- DESPRE **LITERA EDUCAȚIONAL**
- CURSURI ON-LINE GRATUITE PENTRU PROFESORI WWW.CURSURIDIGITALE.RO

12-15

- MOTIVAȚIE ȘI ÎNVĂȚARE ACTIVĂ

LICITAȚIA DE MANUALE ȘCOLARE ORGANIZATĂ DE MINISTERUL EDUCAȚIEI ÎN 2022

La începutul acestui an, Ministerul Educației a demarat procedura de licitație a manualelor pentru clasa a V-a, în urma încetării Acordurilor Cadru pentru cele existente.

Obiectivul principal al acestei licitații a fost achiziția de manuale elaborate în conformitate cu noile programe școlare, care să reușească să ofere sistemului de învățământ preuniversitar materiale corespunzătoare din punctul de vedere al conținutului științific și adaptate nivelului de vârstă al elevilor.

Ca și la licitațiile anterioare organizate de Ministerul Educației, **Litera** este și anul acesta editura cu cele mai multe manuale declarate câștigătoare în urma evaluării.

- Limba și literatura română
- Matematică
- Biologie
- Istorie
- Geografie
- Informatică și TIC
- Educație plastică
- Educație muzicală
- Educație tehnologică și aplicații practice
- Educație socială
- Consiliere și dezvoltare personală
- Religie – cultul ortodox
- Limba modernă 1 – engleză
- Limba modernă 2 – engleză
- Limba modernă 2 – franceză

NOILE MANUALE APROBATE DE MINISTERUL EDUCAȚIEI ÎN URMA LICITAȚIEI 2022 SE POT OBȚINE GRATUIT, PENTRU FIECARE ELEV, DOAR ÎN BAZA ALEGERILOR FĂCUTE DE CĂTRE CADRELE DIDACTICE. IATĂ PAȘII PE CARE TREBUIE SĂ ÎI URMAȚI ÎN ALEGEREA ACESTORA:

- 1 Accesați site-ul **www.manuale.edu.ro** și selectați clasa și disciplina care vă interesează.
- 2 Consultați oferta de manuale existentă pentru respectiva disciplină. Răsfoiți integral manualele propuse, deschideți aplicațiile multimedia interactive de învățare apăsând pe iconițele indicate.
- 3 Alegeți manualul potrivit stilului dumneavoastră de predare și grupului de elevi pe care îl coordonați.
- 4 În ședința catedrei/ariei curriculare anunțați alegerea dumneavoastră, pentru consemnarea acesteia în procesul-verbal.
- 5 Procesul-verbal este avizat de către director și se înregistrează la secretariatul unității de învățământ în care s-a desfășurat procesul de selecție a manualelor școlare.
- 6 Persoana delegată de școală înregistrează comenzile și le trimite către responsabilul cu manualele școlare de la nivelul ISJ/ISMB.
- 7 Manualele comandate ajung în școală și vor fi distribuite fiecărui elev, pentru ca dumneavoastră să puteți folosi în fiecare oră atât suportul tipărit, cât și varianta digitală a manualului.

DE CE SĂ ALEGEȚI MANUALELE LITERA APROBATE DE MINISTERUL EDUCAȚIEI 2022

- ✓ Manualele Litera aprobate de Ministerul Educației în 2022 sunt elaborate de autori de prestigiu, profesori cu experiență la catedră, condiție care asigură o calitate metodică și pedagogică deosebită.
- ✓ Manualele Litera au fost declarate câștigătoare pe baza punctajelor obținute la evaluarea calității științifice și constituie o resursă utilă în formarea competențelor prevăzute în programă.
- ✓ Cuprind sarcini de lucru corelate cu experiențele personale ale copiilor și asigură ancorarea în realitate a cunoștințelor și abilităților dobândite.
- ✓ Editura Litera este partenerul de nădejde al profesorilor, oferind continuitate în pregătire prin editarea de manuale și materiale didactice pe parcursul tuturor anilor de școală.
- ✓ Autorii manualelor pun la dispoziția profesorilor planificările calendaristice și ghiduri cu informații suplimentare, fișe de lucru, evaluări suplimentare.
- ✓ Editura Litera, prin parteneriatele pe care le are cu instituții care furnizează programe de formare, oferă cadrelor didactice oportunitatea de formare profesională, prin cursuri on-line realizate pe platforma **www.cursuridigitale.ro**. La absolvirea cursurilor, cadrele didactice primesc adeverințe care vor servi la completarea dosarului de formare profesională.
- ✓ Editura Litera organizează Conferințe naționale periodice dedicate profesorilor.
- ✓ Editura Litera oferă informații la zi, suport și consiliere tuturor dascălilor prin intermediul Clubului Profesorilor din România ([f](https://www.facebook.com/ClubulProfesorilordinRomania)/Clubul Profesorilor din Romania cu peste 20 000 de membri) și Litera Educațional ([f](https://www.facebook.com/LiteraEducational)/Litera Educational).



CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

Gabriela Bărbulescu, Cristina Maria Gunea,
Angelica Sima, Elena-Cristina Sima,
Daniela Stoicescu

- copertă broșată
- 96 de pagini
- 205 × 260 mm
- interior color

Manualul de *Consiliere și dezvoltare personală pentru clasa a V-a* este elaborat de un grup de autori alcătuit din pedagogi cu o bogată experiență didactică.

Manualul este prezentat într-o formă atractivă, reușind să mențină interesul elevilor pentru a învăța și să-i provoace la o participare activă pe drumul descoperii de sine și a celorlalți, răspunde nevoilor de autocunoaștere și de dezvoltare a abilităților socio-emoționale specifice vârstei elevilor.

Conținutul manualului este bine organizat, și cuprinde 4 unități de conținut: *Autocunoaștere, Dezvoltarea socio-emoțională, Managementul învățării, Managementul carierei*, care pun accent pe învățarea prin cooperare, pe individualizarea învățării și pe flexibilitate în derularea activităților.

Fiecare unitate a manualului abordează problematici actuale, ancorate în cotidian, potrivite universului particularităților de vârstă ale unui copil de 11-12 ani, dar care asigură în egală măsură achiziția competențelor din programă, de la lecție la lecție, apoi fixarea și evaluarea cunoștințelor realizându-se urmând pașii: *Descoperă, Află, Reflectează, Verifică ce ai învățat, De pus în rucsac, Proiect - Caleidoscop* etc.

În manual sunt propuse metode alternative de evaluare, alături de autoevaluare, respectiv portofoliu și fișă de observare a comportamentului.

AUTORII MANUALULUI

Gabriela Bărbulescu

- Psiholog școlar
- Autor de programe, manuale și auxiliare școlare pentru învățământul primar și gimnazial
- Formator pentru formarea continuă a profesorilor



Cristina Maria Gunea

- Psiholog
- Consilier școlar
- Autor de manuale și auxiliare școlare
- Formator pentru educația adulților



Angelica Sima

- Profesor consilier școlar
- Formator pentru formarea continuă a profesorilor
- Autor de programe, manuale, ghiduri și auxiliare școlare pentru învățământul primar și gimnazial
- Psihoterapeut



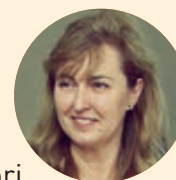
Elena-Cristina Sima

- Profesor consilier școlar
- Formator pentru formarea continuă a profesorilor
- Autor de programe, manuale, ghiduri și auxiliare școlare pentru învățământul primar și gimnazial
- Psihoterapeut



Daniela Stoicescu

- Didactician, didactică și didactici de specialitate
- Profesor cu experiență de peste 35 de ani
- Președinte al Asociației InfnitEdu, asociație ce promovează educația de calitate și dragul de a veni la școală
- Autor de manuale și resurse educaționale pentru elevi și profesori
- Experiență în intervenții integrate pentru comunități vulnerabile



CE SPUN REFERENȚII ȘTIINȚIFICI DESPRE MANUALUL DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ DE LA EDITURA LITERA

„Parcurgând activitățile de învățare, elevii vor reuși să conștientizeze cine sunt, să-și analizeze propriile trăiri emoționale pe care le au în anumite situații concrete de viață, să se raporteze sănătos la ceilalți (diversitate), să fie motivați să învețe cu succes, să exploreze ce meserii le-ar plăcea să practice în viitor.

Metodele de lucru activ-participative și interactive oferă posibilitatea elevilor să se exprime liber, utilizând diferite coduri: desene, portofoliu, colaje, articole, compuneri etc.

Metodele didactice utilizate valorifică experiența de viață a fiecărui elev, pentru a se forma un sistem coerent de atitudini și valori morale și sociale.

Calitatea ilustrațiilor, paginația, aspectul atractiv, vor trezi interesul elevilor pentru învățare. Toate imaginile sunt în concordanță cu conținuturile și cu exercițiile, provocându-i pe elevi să participe activ la procesul de învățare, stimulându-i să descopere cu interes și curiozitate noile conținuturi științifice.”

conf. univ. dr. Delia Iuliana Bîrlea,
Universitatea din Oradea

„Unitățile de conținut sunt concepute în manieră transdisciplinară, combinând elemente de limbă și comunicare, de cunoaștere a mediului înconjurător, de aderare la reguli civice și de exersare a abilităților artistice și practice. Din punct de vedere metodologic, manualul este centrat pe utilizarea metodelor *learning by doing*. Elevii pornesc de la propriile experiențe cognitive sau emoționale pe care le dezvoltă și le perfecționează. Astfel, aceștia sunt încurajați să fie spontani, să facă alegeri, să adreseze întrebări, să comunice propriile opinii, să aibă intervenții argumentate, să reflecteze asupra temelor puse în discuție, să manifeste inițiativă, să exprime idei originale și emoții autentice despre ceea ce învață.

Metodele de învățare la care face referire conținutul acestui manual corespund unei concepții pedagogice relevante, inspirându-se dintr-o pedagogie deschisă, activă. Sunt oferite informații științifice, pe care elevii le pot asimila cu ușurință, dar și provocări la care copiii își pot exprima punctul de vedere, aplicând abilitățile proprii și descoperind noțiuni/concepte noi.”

prof. Mădălina Felicia Belcin,
Colegiul Național Pedagogic „Constantin Brătescu”, Constanța

MANUALE DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ DE LA LITERA APROBATE LA LICITAȚIILE ANTERIOARE



**APROBAT
2021**

Ministerul Educației

Manual pentru clasa a II-a

**Gabriela Bărbulescu, Cristina Gunea,
Angelica Sima, Cristina Sima,
Claudia Ștefan**



**APROBAT
MEN
2019**

Manual pentru clasa a VII-a

**Gabriela Bărbulescu, Daniela Beșliu,
Cristina Maria Gunea, Angelica Sima,
Elena-Cristina Sima**

Manualul cuprinde:

- 4 unități de învățare
- Fiecare lecție are 7 rubrici:
 - ▶ **Descoperă** – oferă contexte în care elevul află lucruri despre sine și despre ceilalți.
 - ▶ **Reflectează** – ghidează elevul să identifice propriile trăiri, gânduri, experiențe etc.
 - ▶ **Află** – aduce informații necesare pentru înțelegerea unor concepte.
 - ▶ **Aplică** – propune activități individuale sau de grup în care elevul să aplice cele învățate.
 - ▶ **Verifică** – oferă un prim pas de evaluare.
 - ▶ **De pus în rucsac** – asemenea unei truse rapide de ajutor în caz de nevoi emoționale, aceasta conține sfaturi utile, bune de ținut aproape, cu ajutorul cărora elevul își poate aminti rapid că la el sunt toate resursele de care are nevoie.
 - ▶ **Proiect** – Caleidoscopul cunoașterii de sine – o modalitate atractivă de învățare, dar și de evaluare, pentru că are ca punct de plecare o problemă reală sau o întrebare/întrebări la care se caută răspunsul/răspunsurile.
 - ▶ 5 pagini **Superputerea mea!** – ajută elevul să descopere ce poate face în viața de zi cu zi cu ceea ce a învățat la fiecare unitate de învățare.
- 4 recapitulări intermediare
- 4 evaluări intermediare
- Recapitulare finală
- Evaluare finală
- Răspunsuri pentru evaluări
- În fiecare unitate de învățare se realizează diferite produse care vor fi adăugate în **portofoliul personal** al elevului. La finalul fiecărei unități de învățare, se apreciază portofoliul după criteriile date, folosind un tabel.
- La finalul fiecărei unități de învățare, elevul este îndrumat să completeze **Fișa de observare a comportamentului** pentru a-și autoevalua activitatea.
- 25 idei de proiecte
- 12 activități de lucru în echipă
- 13 activități de lucru în pereche
- 24 de aplicații
- 26 de activități de reflexie
- 40 de activități multimedia de învățare de tip static
- 26 de activități multimedia de învățare de tip video
- 21 de activități multimedia de învățare de tip interactiv

Pagină de CUPRINS

CUPRINS	
 UNITATEA I AUTOCUNOAȘTEREA 9	 UNITATEA III MANAGEMENTUL ÎNVĂȚĂRII ... 47
Lecția 1. Cine sunt eu?..... 10	Lecția 1. A învăța, învățare..... 48
Lecția 2. Despre mine 12	Lecția 2. Factori care influențează învățarea 50
Lecția 3. Vârsta schimbărilor 14	Lecția 3. A învăța să înveți 52
Lecția 4. Sunt sănătos 16	Lecția 4. Motivația pentru învățare..... 54
Lecția 5. Trăiesc sănătos 18	Lecția 5. Strategii de învățare 56
Lecția 6. Fac față stresului 20	Lecția 6. Succes și eșec în învățare 58
Lecția 7. Ritmul meu de activitate și odihnă 22	Lecția 7. Portofoliul, cartea de vizită a elevului .. 60
Recapitulare 24	Recapitulare 62
Superputerea mea! 26	Superputerea mea! 64
Evaluare 27	Evaluare 65
 UNITATEA II DEZVOLTAREA SOCIO-EMOȚIONALĂ 29	 UNITATEA IV MANAGEMENTUL CARIEREI 67
Lecția 1. Călătorie în lumea emoțiilor 30	Lecția 1. Școala în viața mea 68
Lecția 2. Busola emoțiilor 32	Lecția 2. Disciplinele școlare se prezintă! 70
Lecția 3. Caruselul emoțiilor în viața noastră 34	Lecția 3. Domeniile de activitate și ocupațiile 72
Lecția 4. Feedbackul prin emoții și cuvinte 36	Lecția 4. Ocupații din trecut, prezent și viitor 74
Lecția 5. Să exersăm feedbackul pozitiv 38	Lecția 5. Detectiv în universul ocupațiilor 76
Lecția 6. Semne pentru o relaționare armonioasă 40	Lecția 6. Misiunea ocupației mele 78
Recapitulare 42	Recapitulare 80
Superputerea mea! 44	Superputerea mea! 82
Evaluare 45	Evaluare 83
	Recapitulare finală 85
	Superputerea mea! 90
	Evaluare finală 92
	Răspunsuri Evaluări 94

Pagină de PREZENTARE a unității de învățare

Numărul unității

Titlul unității de învățare

Titlurile lecțiilor

Conținuturi

Competențe specifice

UNITATEA
I
Autocunoașterea

1. Cine sunt eu?
2. Despre mine
3. Vârsta schimbărilor
4. Sunt sănătos
5. Trăiesc sănătos
6. Fac față stresului
7. Ritmul meu de activitate și odihnă





Conținuturi:

- Caracteristici și resurse personale: interese, abilități, aptitudini, credințe, valori, caracteristici pozitive, preferințe
- Concept de sine global
- Concept de sine școlar
- Schimbare și dezvoltare. Caracteristicile preadolescenței, modificări psihosomatice specifice vârstei
- Sănătatea persoanei și a mediului: starea de sănătate și prevenirea îmbolnăvirilor, sursele de stres și strategiile de prevenire, igiena personală/igiena în colectivitate, alimentația sănătoasă, ritmul biologic de activitate și odihnă

Competențe specifice: 1.1., 1.2.

PROIECTUL

PROIECTUL

Proiectul este o modalitate atractivă de învățare, dar și o modalitate de evaluare, pentru că are ca punct de plecare o problemă reală sau o întrebare/întrebări la care se caută răspunsul/răspunsurile. Pentru aflarea răspunsurilor, se lucrează în etape, se colaborează și se consultă resurse diverse. Cel care realizează un proiect hotărăsc forma de prezentare a acestuia, în funcție de punctele forte pe care le are în exprimare.

La disciplina *Consiliere și dezvoltare personală*, din acest an, îți propunem proiecte prin care să afli răspunsuri la întrebări care au legătură cu tine: *Oare cât de bine te cunoști?*

Întrebările sunt formulate în rubrica **Proiect** a fiecărei lecții. Răspunsurile strâse la fiecare unitate de învățare seamănă cu o colecție de imagini ale unui caleidoscop (fig. A), deoarece fiecare dintre noi are combinații unice, iar aceste combinații se schimbă în timp, pe măsură ce ne dezvoltăm.

De exemplu, la **Unitatea 1 - Autocunoașterea**, întrebările care așteaptă un răspuns sunt:

- Ce complimente ți-ai face tu, ție?
- Care sunt calitățile tale, care îți fac pe ceilalți să aprecieze că ești un bun coleg/o bună colegă sau un prieten/o prietenă?
- Ce faci pentru a-ți păstra sănătatea?
- Cum îți stresul departe de tine?
- „Spune-mi... ce este de fapt timpul?”, se întreba Momo, personajul basmului-roman cu același nume, scris de Michael Ende. Tu ți-ai pus vreodată această întrebare? Și dacă ar fi să cauți timpul pe care îl pierzi într-o zi, oare unde l-ai găsi?

Poți alege să formulezi răspunsurile în forma cea mai potrivită pentru tine:



Succes în realizarea de colecții Caleidoscop!

Evaluarea proiectului:

- răspunde la întrebările de la care a plecat: **2 p.**
- informațiile folosite sunt corecte: **2 p.**
- s-au folosit mai multe resurse de documentare/ surse de investigație: **1 p.**
- se observă creativitate în organizarea ideilor și în folosirea materialelor: **2 p.**
- proiectul are acuratețe: **1 p.**
- a existat colaborare: **1 p.**
- poți spune ce lecții ai învățat: ce a mers, ce ar fi putut merge mai bine etc.: **1 p.**

Total: 10 puncte

*acuratețe – exactitate, corectitudine, atenție deosebită

7

PORTOFOLIUL ȘI FIȘA DE OBSERVARE A COMPORTAMENTULUI

PORTOFOLIUL

În fiecare unitate de învățare vei realiza diferite produse care vor fi adăugate în portofoliul tău personal. La finalul fiecărei unități de învățare, apreciază portofoliul pentru disciplina *Consiliere și dezvoltare personală* după criteriile date, folosind un tabel asemănător celui de mai jos.

Criteriul	Da	Nu	Parțial
Realizarea tuturor produselor propuse în unitatea de învățare			
Respectarea cerinței pentru fiecare produs			
Grijă și atenție în realizarea fiecărui produs			
Aspect corespunzător			
Creativitate în realizarea produselor			

Dacă este cazul, poți alege să completezi/să îmbunătățești anumite produse din portofoliu.

FIȘA DE OBSERVARE A COMPORTAMENTULUI

Gândește-te la activitatea ta de pe parcursul fiecărei unități de învățare. Citește cu atenție fiecare comportament și bifează răspunsul care ți se potrivește cel mai bine. După completare, verifică împreună cu profesorul tău dacă ai apreciat corect.

Comportamentul	Niciodată	Uneori	Desori	Întotdeauna
Am dovedit interes în învățare.				
Am urmat instrucțiunile.				
Am lucrat individual.				
Am cerut ajutor când am avut nevoie.				
Când am greșit, am vrut să aflu cum pot să corectez.				
Am participat activ la activități.				
Am dus activitățile până la capăt.				
Mi-am spus părerea.				
Am cooperat cu ceilalți în activitățile de grup.				

8

SUPERPUTEREA MEA!

Superputerea mea!

SUPERPUTEREA MEA!

OGLINDĂ, OGLINJOARĂ, CINE E CEA, CEL MAI...?

Priviște-te cu atenție în oglindă. Pe parcursul acestui an ai crescut. Observă care sunt transformările prin care ai trecut și notează în jurnalul tău date despre tine, cea/cei de acum.

Din punct de vedere fizic:

- ✓ Ce înălțime am?
- ✓ Ce greutate?
- ✓ Ce alte diferențe observ la mine, față de începutul anului școlar?
- ✓ Ce îmi place cel mai mult la mine din acest punct de vedere?
- ✓ Ce mă deosebește de ceilalți și poate constitui un punct forte pe care îl am?
- ✓ Ce-ar fi dacă...?

Din punct de vedere mental:

- ✓ Gândesc critic?
- ✓ Gândesc creativ?
- ✓ Ce obșnuim să gândesc înainte, despre diverse probleme pe care le-am întâlnit în calea mea, și ce gândesc acum?
- ✓ Ce îmi place cel mai mult la mine din acest punct de vedere?
- ✓ Care este punctul meu forte?
- ✓ Cum îl voi folosi?
- ✓ Ce-ar fi dacă...?

Din punct de vedere emoțional:

- ✓ Îmi recunosc mai bine emoțiile?
- ✓ Conștientizez legătura dintre situații – gânduri – emoții – comportamente?
- ✓ Știu și pot să-mi gestionez emoțiile? Reaționez adecvat?
- ✓ Ce îmi place cel mai mult la mine din acest punct de vedere?
- ✓ Care este punctul meu forte?
- ✓ Cum îl voi folosi?
- ✓ Ce-ar fi dacă...?

90

Superputerea mea!

Abilități:

- ✓ Ce știu să fac mai bine acum?
- ✓ Ce îmi place să fac?
- ✓ Cum voi folosi ceea ce știu să fac?

Pasiun:

- ✓ Ce mă pasionează?
- ✓ Unde și când mă folosesc de pasiunile mele?
- ✓ Cum m-am perfecționat în timp?
- ✓ Ce îmi place cel mai mult la mine din acest punct de vedere?
- ✓ Ce mă deosebește de ceilalți și poate constitui un punct forte pe care îl am?
- ✓ Ce-ar fi dacă...?

Comportamente și atitudini de care ești mândră/mândru:

- ✓ Am învățat să învăț?
- ✓ Sunt responsabil/ responsabilă în ceea ce privește învățarea?
- ✓ Ce m-a ajutat în acest an să învăț mai bine?
- ✓ Ce m-a împiedicat în acest an să învăț mai bine?
- ✓ Știu să folosesc corect feedbackul?
- ✓ Revesesc să mă organizez, astfel încât să respect ritmul biologic de activitate și odihnă?
- ✓ Ce îmi place cel mai mult la mine din acest punct de vedere?
- ✓ Care este punctul meu forte?
- ✓ Cum îl voi folosi?
- ✓ Ce-ar fi dacă...?

Din punct de vedere social:

- ✓ Cum este grupul/sunt grupurile din care fac parte?
- ✓ Ce mă aseamnă și ce mă deosebește de prietenii mei/ cu ceilalți?
- ✓ Ce activități facem împreună? Cum ne comportăm unii cu ceilalți?
- ✓ Cum ne simțim împreună?
- ✓ Care este punctul nostru forte ca grup?
- ✓ Ce am putea aduce nou în grupul nostru?
- ✓ Ce-ar fi dacă...?

91

Pagini de LECȚIE

Numărul unității de învățare	Descoperă (experiență concretă de învățare)	Titlul lecției	Titlul unității de învățare	Aplică	Activități multimedia interactive de învățare
------------------------------	---	----------------	-----------------------------	--------	---

UNITATEA 1

Autocunoașterea

CINE SUNT EU?

Descoperă

Imparte o coală albă în nouă părți egale, apoi completează căsuțele după modelul de mai jos. Aducă în prezentare orice dorești (culori, desene etc.). Afișează lucrarea pe un perete al clasei lângă cele ale colegilor tăi. Fă un tur al galeriei.

O activitate preferată	Două dorințe pe care le am	Trei lucruri pe care le fac bine
Două cuvinte care mă descriu	EU SUNT ...	Două lucruri în care cred
Trei calități ale mele	Două materii care îmi plac	Ceva ce colegii nu știu despre mine

Reflectează

- Ce caracteristici ale tale se regăsesc în prezentare?
- Ce spun despre tine cei care te cunosc?
- Ce ți-ar dori să se spună despre tine?

Află

Pentru a răspunde la întrebarea „Cine sunt eu?”, trebuie să îți identifice **caracteristicile și resursele personale**:

- apținuturile** – înclinațiile tale naturale (exemplu: am voce)
- abilitățile** – priceperile, capacitățile de a face anumite lucruri (exemplu: merg cu bicicleta)
- calitățile** – caracteristicile pozitive (exemplu: sunt amabil/amiabilă, inteligent/inteligentă)
- interesele** – preferințele pentru anumite domenii sau activități (exemplu: îmi place să compun poezii)
- aspirațiile** – dorințele de viitor (exemplu: îmi doresc să devin pilot)
- valorile** – lucrurile importante care îți ghidează comportamentul (exemplu: prietenia, respectul, iubirea, cinstea etc.)

Te poți cunoaște gândindu-te la tine și la emoțiile tale, observându-ți comportamentele în diferite situații, analizând ceea ce spun despre tine cei din jur (părinții, prietenii, profesorii). Autocunoașterea este un proces care continuă pe parcursul întregii vieți, ajutându-te să te adaptezi cât mai bine la cei din jur, să ai rezultate mai bune în activitățile tale, să fii sănătos și echilibrat emoțional.

Autocunoașterea

Aplică

- Transcrie pe caiet afirmațiile care ți se potrivesc.
 - Îmi place felul în care arăt.
 - Mă accept așa cum sunt.
 - Cred în mine.
 - Sunt la fel de valoros/valoroasă ca oricare altul/alta.
 - Sunt unic/unică și deosebit/deosebită.
 - Sunt mândru/mândră de mine.
- Desenează pe o coală albă o oglindă. Notează în interiorul ei cinci aspecte pozitive despre colegul/colega de bancă. La final, schimbă lucrarea cu acesta/aceasta. Ce observi? Aducă fișa la **portofoliu**.
- Activitate în perechi**
Completează împreună cu colegul/colega de bancă, un tabel asemănător celui de mai jos.

	Un elev cu imagine pozitivă despre sine	Un elev cu imagine negativă despre sine
Ce gândește	Exemplu: Sunt foarte bună la istorie.	
Cum se simte		Exemplu: furios
Cum se comportă	Exemplu: Susține prezentări în fața clasei.	

Verifică ce ai învățat

Completează următoarele afirmații:

- Toate aspectele care mă definesc ca persoană poartă numele de ... (sine global/sine școlar).
- Imaginea mea de sine este una ... (pozitivă/negativă).

Proiect – Caleidoscopul cunoașterii de sine

Privește-te în oglindă. Ce complimente ți-ai face tu, ție?

Realizează prima piesă din colecția Caleidoscop.

Poți alege:

- să-ți scrii cel puțin cinci complimente, inclusiv motivele pentru care le meriți;
- să desenezi sau să combini cuvinte, desene, simboluri, numere etc.;
- să te înregistrezi doar audio, să te filmezi sau să faci fotografii sugestive.

Exemplu: Sunt foarte pricepută/priceput la mersul pe skateboard!

De pus în rucsac

Analizează ce calități ai folosit pentru a-ți atinge obiectivele. Laudă-te în sinea ta pentru orice succes! Ești valoros/valoroasă!

Reflectează (învățare reflexivă)	Imagini corelate cu informațiile din text	Află (conținut științific)	Verifică ce ai învățat	Proiect	Numărul paginii	De pus în rucsac
----------------------------------	---	----------------------------	------------------------	---------	-----------------	------------------

Pagină de RECAPITULARE

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE I

Autocunoașterea

RECAPITULARE

1. ÎMPREUNĂ, MAI UȘOR!

Recapitulați în perechi sau în grupuri mici, ceea ce ați învățat pe parcursul Unității I: Autocunoașterea.

Puteți proceda astfel: unul dintre voi citește informațiile din rubrica **Află**, iar celălalt pune întrebări, pentru a verifica înțelegerea textului citit; apoi schimbați rolurile.

În acest mod, va veți reaminti mai ușor despre:

- pagina 10: caracteristici și resurse personale;
- pagina 12: concept de sine global și școlar;
- pagina 14: schimbare și dezvoltare;
- pagina 16: starea de sănătate;
- pagina 18: prevenirea îmbolnăvirilor;
- pagina 20: surse de stres și strategii de prevenire;
- pagina 22: ritmul de activitate și odihnă.

2. SPUNE DESPRE TINE

Dacă ai face o listă cu caracteristicile și resursele tale personale din prezent, respectiv:

- apținuturi,
- abilități,
- interese,
- credințe,
- preferințe,
- emoții în anumite situații,
- aspirații,
- valori,

care sunt primele pe care ai vrea să le știe profesorii tăi despre tine?

În ce fel te-ar putea ajuta dacă profesorii te-ar cunoaște mai bine?

Cum ai putea face ca această listă să fie vizibilă?

3. DACĂ AI FI...

Lasă-ți imaginația să călătorească mult mai departe decât cea/cel care ești acum și completează cât mai creativ cu puținți enunțurile următoare:

- Dacă aș fi un literat din alfabet, atunci ...
- Dacă aș fi un oras, ...
- Dacă aș fi o melodie, ...
- Dacă aș fi o carte scrisă, ...
- Dacă aș fi o pată de ciocolată pe o bluză, ...
- Dacă aș fi un morcov în supă, ...
- Dacă aș fi o cană de ceai, ...
- Dacă aș fi culoarea roșu, ...
- Dacă aș fi o picătură de ploaie, ...

Plan de recapitulare

Aplicații

Itemi de evaluare

Model de rezolvare pentru diferite tipuri de exerciții

Pagină de EVALUARE

Autocunoașterea

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE I

EVALUARE

Adună 10 trifoi norocoși. Pe unul îl ai deja, pentru că ai parcurs prima unitate de învățare!

I Corelează noțiunile din coloana A cu cele din coloana B.

A	B
Perseverență	Apținuturi
Cinste	Abilitate
Frumusețe	Calitate
Inteligentă	Valoare

II Notează **A** (adevărat) sau **F** (fals) în dreptul următoarelor afirmații.

Exemplu: Sinele școlar este parte a sinelui global. (A)

- Autocunoașterea este un proces care se încheie odată cu pubertatea.
- Imaginea de sine este imaginea despre propria persoană.
- Ca să fii sănătos, este suficient să mănânci sănătos.
- Un program zilnic bine stabilit te ajută să eviți stresul.

III Completează spațiile libere folosind cuvintele potrivite.

Exemplu: Sănătatea mediului contribuie la sănătatea personală.

- Perioada de vârstă cuprinsă între 10-11 și 14-15 ani este ...
- ... se manifestă la nivel fizic, emoțional și comportamental.
- Alternața între ... și odihnă contribuie la dezvoltarea ta.
- Modul în care îți apreciezi propria valoare se numește ...

IV Bifează în tabelul următor comportamentele care contribuie la menținerea sănătății.

Comportamentul	
Exemplu: Relațiile armonioase cu cei din jur	✓
Periajul dinților după fiecare masă	
Fumatul	
Întreținerea unor relații conflictuale	
Odihnă activă	
Consumul de fructe și legume	
Practicarea exercițiilor fizice	
Consumul băuturilor acidulate	

VARIANTA DIGITALĂ



Varianta digitală cuprinde integral conținutul manualului în variantă tipărită, având în plus exerciții interactive, jocuri educaționale, animații, filme și simulări.

Toate acestea au obiectivul de a aduce un plus de valoare cognitivă.

Paginile din manual pot fi vizionate pe desktop, laptop, tabletă, telefon, oferind o experiență excelentă de navigare.

Navigarea în varianta digitală permite parcurgerea manualului și revenirea la activitatea de învățare precedentă.

Manualul digital este *responsive*: conținutul se poate citi în cele mai bune condiții pe orice dispozitiv, inclusiv tabletă și telefon mobil, rearanjându-se în funcție de dimensiunea ecranului pe care rulează.

Butonul AJUTOR

deschide ghidul de utilizare a manualului digital.

Butonul CUPRINS

deschide cuprinsul manualului digital și permite deschiderea de Unități/Lecții.

Butoanele de navigare

permit parcurgerea manualului și deschiderea unei anumite pagini.



Activități de tip static – deschide activități de tip static, care se derulează cu ajutorul butoanelor de navigare. Cuprinde: desene, fotografii, simboluri, informații suplimentare.



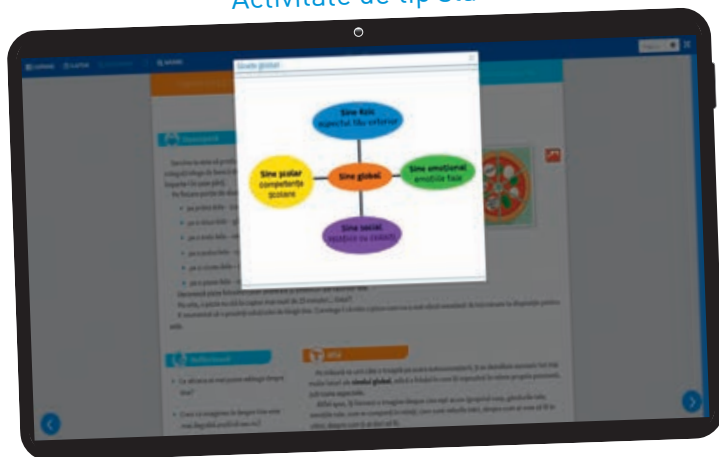
Activități de tip animat – indică elemente care se găsesc în partea de jos a paginii. Cuprinde animații sau filme. Pentru vizionare, se activează butonul *Redă* (▶).



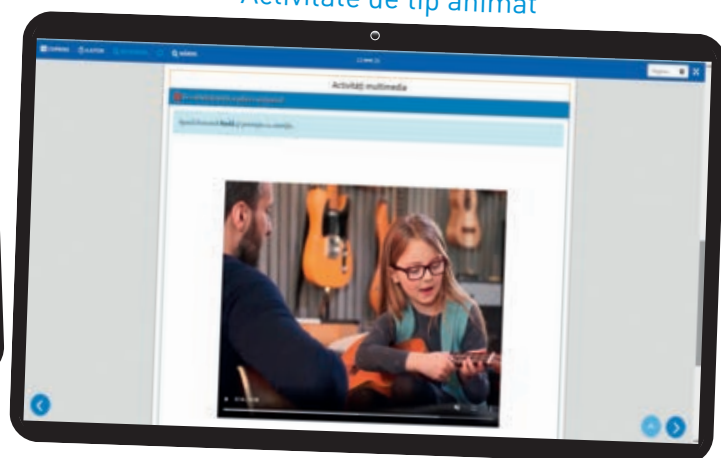
Activități de tip interactiv – indică elemente situate în partea de jos a paginii, de tipul: *Asociază*, *Bifează*, *Scrie de la tastatură*, *Selectează*. Butoanele de validare sunt: *Resetează* (care aduce exercițiul la starea lui inițială) și *Verifică* (prin care se verifică rezolvarea). Utilizatorul are la dispoziție trei încercări de a răspunde corect, după care răspunsul corect este afișat automat. Cuprinde exerciții de alegere duală, de alegere multiplă, de asociere, de completare, de ordonare etc.

EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI MULTIMEDIA INTERACTIVE DE ÎNVĂȚARE

Activitate de tip static



Activitate de tip animat



Activitate de tip interactiv



10 MOTIVE PENTRU CARE SĂ ALEGEȚI MANUALUL DE CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ DE LA LITERA



- 1. Calitate metodică și pedagogică.** Manualul este elaborat de autori cu o bogată experiență profesională, condiție care asigură o calitate metodică și pedagogică deosebită.
- 2. Formarea competențelor.** Activitățile de învățare propuse la fiecare domeniu de conținut urmăresc formarea competențelor specifice disciplinei de dezvoltare personală, din programă, de la lecție la lecție.
- 3. Fixarea și evaluarea cunoștințelor.** Manualul este o resursă în învățare, contribuie la fixarea și evaluarea cunoștințelor parcurgând următorii pași: *Descoperă, Află, Reflectează, Verifică ce ai învățat, De pus în rucsac, Proiect – Caleidoscop*.
- 4. Conectarea la teme actuale.** Fiecare unitate a manualului abordează problematici recente, ancorate în cotidian, potrivite universului particularităților de vârstă ale unui copil de 11-12 ani.
- 5. Sistematizare și interdisciplinaritate.** Manualul conține numeroase lecții recapitulative (la fiecare unitate și recapitulare finală). Cele patru unități conțin elemente de interdisciplinaritate și transdisciplinaritate.
- 6. Activități de învățare eficiente.** Manualul este bogat ilustrat și completat în varianta digitală cu numeroase imagini, exerciții, filme care asigură o mai bună înțelegere a conținuturilor și formarea cu ușurință a competențelor corespunzătoare.
- 7. Valori științifice și umane.** Manualul oferă contexte variate de aplicare a cunoștințelor dobândite și de formare/dezvoltare a abilităților elevilor. Întreaga abordare are la bază stimularea motivației pentru învățare și a responsabilități privind propriul comportament, în sănătatea proprie, a familiei, a mediului.
- 8. Accesibilitate și incluziune.** Prin construcția textului și utilizarea unor rubrici semnificative, elevii se orientează ușor în paginile manualului și în parcurgerea variantei digitale. Activitățile practice se bazează, în special, pe materiale reciclate, ușor de procurat.
- 9. Atractivitate, diferențiere.** Manualul cuprinde numeroase exerciții, întrebări și propuneri de proiecte care au potențialul de a capta atenția și de a stimula curiozitatea și interesul elevilor.
- 10. Explicații suplimentare.** Manualul acordă o atenție deosebită accesibilizării informației științifice, prezentând informațiile într-un limbaj clar și ușor de înțeles de către elevi. Astfel, elevii au ocazia să își formeze treptat și conștient limbajul științific de specialitate, beneficiind de explicații permanente care să ajute la construirea cunoașterii.

Fondată în anul 2014, Editura Litera Educațional, parte a Grupului Editorial Litera, publică și difuzează manuale și auxiliare școlare în format tipărit și digital, suport pedagogic și cursuri on-line pentru profesori, precum și alte materiale de perfecționare pentru elevi.

Editura Litera Educațional a ales o abordare modernă a sistemului educațional. Pasionați de ceea ce fac, profesioniștii care alcătuiesc echipa noastră vizează excelența. În cei 9 ani de existență, au construit relații de parteneriat cu profesorii din România, cărora le-au oferit expertiza și informațiile de care au avut nevoie.

În anul 2022, catalogul Litera Educațional cuprinde peste 350 de titluri:

64 de MANUALE ȘCOLARE câștigătoare ale licitațiilor organizate de Ministerul Educației

295 de AUXILIARE ȘCOLARE avizate de Ministerul Educației

*MATERIALE SUPLIMENTARE PENTRU ELEVI – cărți, lecturi școlare, atlase și enciclopedii etc.
Litera Educațional aduce creativitate și inovație în educație!*

CURSURI ON-LINE GRATUITE PENTRU PROFESORI www.cursuridigitale.ro

Editura Litera, prin parteneriatele pe care le are cu instituții care furnizează programe de formare, oferă cadrelor didactice din învățământul preuniversitar oportunitatea de formare profesională prin cursuri on-line realizate pe platforma www.cursuridigitale.ro.

Înscrierea și participarea la cursuri este gratuită, iar principalul obiectiv al acestora este dezvoltarea competențelor digitale și a viziunii moderne a cadrelor didactice, necesare pentru a face față cu succes provocărilor actuale ale profesiei de dascăl.

Avantajele participării la cursurile on-line oferite de platforma [cursuridigitale.ro](http://www.cursuridigitale.ro):

✓ Toate cursurile sunt GRATUITE.

✓ Înscrierea este facilă și se realizează prin completarea unui formular on-line disponibil pe www.cursuridigitale.ro

✓ Înveți și lucrezi în ritmul tău. Cursurile au o durată medie de 15 ore și se pot parcurge oricând, oriunde: de acasă, în weekend, în vacanțe, la orice oră.

✓ Informațiile sunt de actualitate și sunt prezentate într-o formă și un limbaj accesibile și familiare cadrelor didactice.

✓ Cursurile se pot citi și parcurge pe orice dispozitiv: calculator, tabletă, telefon, astfel încât realizarea lor devine și mai accesibilă.

✓ Trainerii care dezvoltă cursurile fac parte din mediul academic, sunt profesori cu experiență, psihopedagogi, consilieri școlari, formatori pentru educația adulților, autori de manuale.

✓ Cursurile tratează subiecte de interes pentru profesori: cum să utilizezi manualul digital la clasă, care sunt noile instrumente digitale cu ajutorul cărora se pot realiza la clasă activități extracurriculare, metode și tehnici de formare și dezvoltare armonioasă a personalității elevilor etc.

✓ După parcurgerea cu succes a modulelor, cadrele didactice vor primi adevăruri care vor servi la completarea dosarului de formare profesională.

Cum să fii motivat

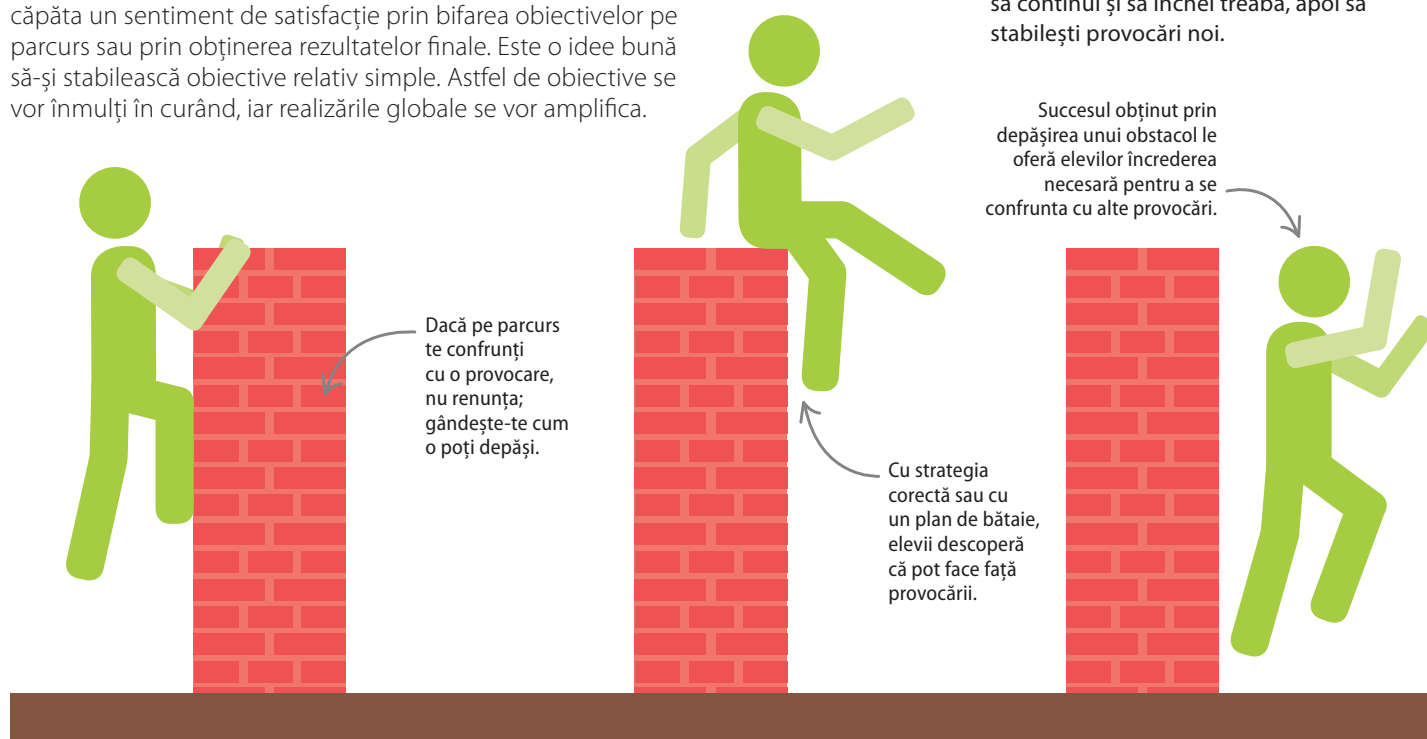
MOTIVĂRILE SUNT ÎNTOTDEAUNA PERSONALE. ELEVII TREBUIE SĂ SE GÂNDEASCĂ LA CE FUNCȚIONEAZĂ ÎN CAZUL LOR.

Atât în cazul obiectivelor pe termen scurt, cât și al celor pe termen lung, poate fi utilă stabilirea unor țeluri mai mari în timpul învățatului.

Motivați corect, elevii vor face orice pentru a reuși.

Obiective

Dacă un elev își stabilește obiective la începutul unui proiect, i se va părea mai ușor să obțină anumite rezultate din învățare. Elevii vor căpăta un sentiment de satisfacție prin bifarea obiectivelor pe parcurs sau prin obținerea rezultatelor finale. Este o idee bună să-și stabilească obiective relativ simple. Astfel de obiective se vor înmulți în curând, iar realizările globale se vor amplifica.



REALITATE

Robert Bruce

Robert Bruce (1274–1329), regele Scoției, a avut o întâlnire legendară cu un păianjen. Înving de englezi, a fost exilat într-o peșteră rece, unde a observat un păianjen care încerca să își construiască pânza. Păianjenul tot cădea, dar se urca din nou și o lua de la capăt. Până la urmă, a reușit să își prindă mătasea de perete și să își țeară pânza. Motivată de stăruința păianjenului, Bruce s-a hotărât să mai facă o încercare și i-a învins pe englezi în Bătălia de la Bannockburn, din 1314.



„Chiar dacă ești pe **calea cea bună**, vei fi **depășit** dacă nu faci decât **să stai acolo.**”

Will Rogers (1879–1935), actor și scriitor american

Construirea motivării

Elevii iau multe decizii importante, cum ar fi alegerea anumitor materii sau a unui anumit curs. Este important ca ei să se gândească la rațiunile pentru care fac aceste alegeri. Un factor important este motivarea. Nivelul de motivare din spatele fiecărei alegeri influențează șansele de a avea succes. În timp ce se străduiesc să rezolve o problemă dificilă, amintirea motivului pe care îl au îi poate motiva pe elevi să găsească soluții și să se descurce.

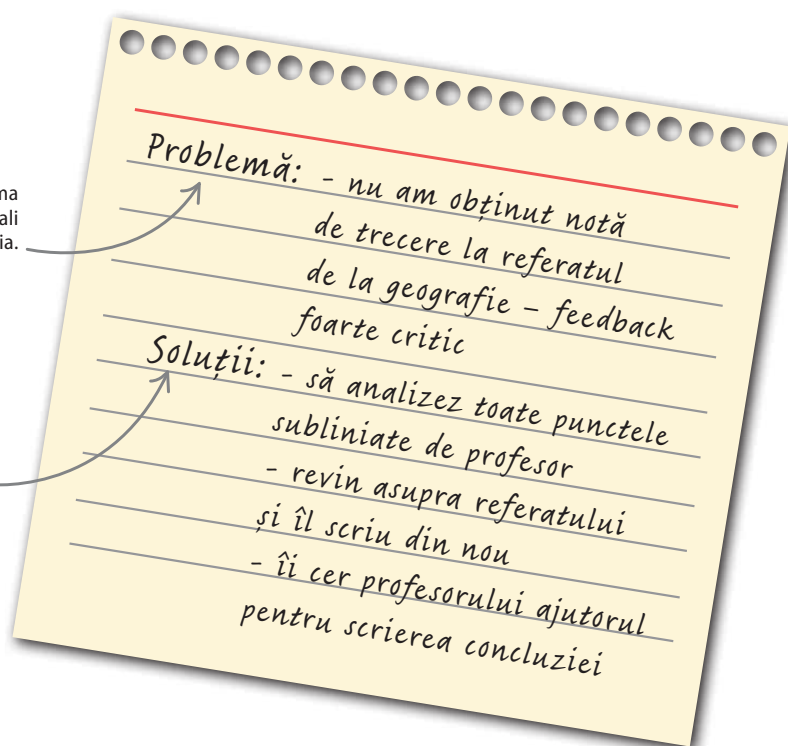
SFATURI ȘI TRUCURI

Sună un prieten

Atunci când te simți descurajat, să discuți cu un prieten poate fi de folos. Găsește un prieten optimist, dispus să asculte și să te ajute. O persoană pesimistă este puțin probabil să te facă să te simți mai bine. Discutarea unei probleme poate fi de folos și poate consolida motivarea.

Identifică problema și factorii principali ai acesteia.

După ce ai analizat problema, fă o listă cu posibilele soluții.

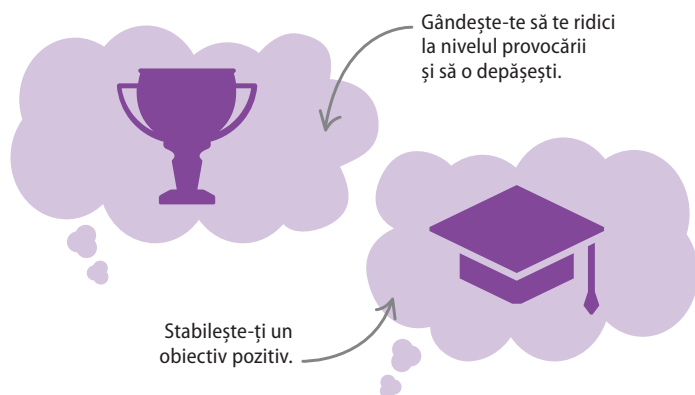


△ Găsirea unei soluții

Notează fiecare problemă. Gândește-te dacă aceste probleme ar putea fi tratate drept provocări sau oportunități, apoi notează câteva soluții posibile.

Cum să rămâi optimist

Păstrarea unei atitudini pozitive în timpul studiului poate fi de ajutor la obținerea unor rezultate sau note mai bune. Unii elevi sunt negativisti, iar acest mod de gândire nu îi duce nicăieri. Încearcă întotdeauna să privești dificultățile ca pe niște provocări care pot fi depășite și din care poți învăța.



△ Dificultățile pot fi pline de satisfacții

O problemă nouă dificilă te poate speria uneori, dar învățăm mai repede dacă ne confruntăm cu provocări noi. Vei fi uimit să vezi cât poți obține printr-o gândire pozitivă.

Sărbătorirea succeselor

Elevii ar trebui să își ofere recompense la respectarea termenelor limită și la atingerea obiectivelor în diferite tipuri de activități școlare. Dacă un elev ia notițe cu privire la un anumit subiect timp de jumătate de oră și i se pare că materia a fost „descifrată”, el trebuie să ia o pauză bine-meritată. Nu uita să notezi diferitele realizări, chiar și pe cele mai mici, într-un jurnal.

Nu uita să sărbătorești munca asiduă.



▷ Ai reușit!

Identificarea succeselor în timpul studiului face parte din construirea încrederii în propria persoană.

Învățare activă

OBICEIURILE DE ÎNVĂȚARE ACTIVĂ AJUTĂ LA OBȚINEREA ȘI CONSOLIDAREA MAI EFICIENTĂ A CUNOȘTINȚELOR NOI.

Elevii care au obiceiuri de învățare activă au mai multe șanse să aibă succes. Implicarea personală în studiu îi ajută să dea un sens mai profund materialului învățat.

Ce este învățarea pasivă?

Înainte de a vedea ce este învățarea activă, este util să aflăm, mai întâi, ce presupune învățarea pasivă. Când învață pasiv (sau inactiv), elevii sunt mai predispuși să copieze pasaje lungi din resursele-cheie sau să își rescrie notițele pentru a părea mai îngrijite. În loc să își structureze materialul studiat astfel încât să simtă că deține controlul, pot avea uneori sentimentul că munca îi depășește.

Materia pe care o studiez mă depășește.

Este puțin probabil să folosesc datele pe care le învăț scoase din context.

Aștept să mi se ofere informații.

Repet informațiile, fără a le înțelege.

Nu mă gândesc niciodată prea mult la ce am învățat.

Îmi place să mi se reamintească termenii limită.

◁ **Eu nu spun asta, nu?**
Elevii trebuie să verifice dacă învață pasiv. Dacă folosesc frecvent una dintre aceste fraze, este momentul să-și schimbe obiceiurile de studiu.

REALITATE

Activ în sala de clasă

Atunci când în clasă este abordat un subiect nou, tratează-l într-un mod proaspăt și energic. Începe prin a cerceta independent subiectul. Dacă ai întrebări, asigură-te că le adresezi în clasă. Dacă elevii îmbrățișează această abordare mai activă a învățatului, în curând, își vor da seama că au o listă din ce în ce mai lungă cu întrebări.



SFATURI ȘI TRUCURI

Nu sta pe loc

Este normal să obosești, chiar să te plictisești, dacă lucrezi la același subiect prea mult timp.

Treci de la un subiect la altul și de la un tip de lucru la altul.

Străduiește-te în permanență să te descurci bine și asigură-te că munca rămâne proaspătă și interesantă.

Încearcă tehnici și stiluri de învățare diverse; un stil nou poate avea rezultate foarte bune.

Ce este învățarea activă?

Învățarea activă înseamnă înțelegerea materiei prin diferite activități și evaluarea conținutului, mai degrabă decât simpla memorare a teoriei. Elevii pot compara afirmațiile active de mai jos cu cele pentru învățarea pasivă, prezentate la pagina anterioară, pentru a-și evalua abordarea actuală asupra învățatului.

Îmi place să am inițiativă; uneori privesc dincolo de ceea ce mi se cere să fac.

Încerc întotdeauna să îmi explic ceea ce studiez.

Mă interesează să învăț, îmi place să mă simt angajat în proces.

Încerc să fac conexiuni; este amuzant să aplic ceea ce am învățat în contexte diferite.

Îmi place să reflectez asupra celor învățate și asupra modului în care pot îmbunătăți cunoștințele.

Dețin controlul asupra materialului de studiat, făcând treaba în timp util.

◁ **Adoptă o abordare activă**
Elevii trebuie să caute moduri de a deveni mai activi în timpul învățatului. Adoptarea abordărilor din aceste afirmații ar putea fi utilă.

Cum să înveți activ

Tehnicile de învățare activă devin mai simple prin utilizare continuă și regulată. Elevii trebuie să experimenteze tehnici diferite, deoarece unele vor veni mai natural decât altele. Este posibil să dorească să le folosească în continuare pe cele care au funcționat în cazul lor.

▽ Asocierea ideilor

În timpul învățării, încearcă tehnici diferite. De exemplu, pregătește-ți mintea să asocieze o lupă cu vederea în detaliu asupra unui răspuns din eseu. Apoi, dacă vezi schița unei lupe în notițe, mintea o va asocia cu vizualizarea mai apropiată a detaliului.

Încearcă trei tehnici de învățare **activă** diferite. la **notițe** despre modul **cel mai eficient de lucru**.

Tehnici de învățare activă	
Creează o hartă mentală a unui subiect, a ideilor asociate și a informațiilor.	Sintetizează notițele pentru ca acestea să fie mai ușor de citit.
Împărtășește gândurile și ideile cu alte persoane.	Pretinde că nu ești de acord cu nici o carte sau cu nici un articol privitor la un subiect.
Desenează o schiță pentru a ilustra un concept sau o idee.	Gândește-te la argumente pentru și împotriva informațiilor. la notițe sumare.
Predă-i unui prieten ceea ce tocmai ai învățat (sau unui public imaginar).	Asociază informațiile învățate cu altceva. Nu contează cu ce, pur și simplu, „ieși din tipare” pentru amuzament.
Păstrează un jurnal al învățării cu gândurile și ideile pe care le ai.	Rezumă un pasaj în 100 de cuvinte. Apoi în numai 10 cuvinte.
Notează punctele-cheie pe fișe și pe coli separate de hârtie și mută-le dintr-o parte în alta pentru a vedea dacă poți rearanja lucrarea.	Analizează feedbackul mediatorului/profesorului la o lucrare anterioară. Aplică tot feedbackul critic la lucrarea actuală.

sursa „Ajută-ți copilul să învețe”, Carol Vorderman, Editura Litera, 2017

MANUALE ȘCOLARE APROBATE
DE MINISTERUL EDUCAȚIEI
2022

