



UNIVERSUL ȘCOLII

- *Editorial*
- *Evenimente din viața școlii*
- *Opinii*
- *Didactica*
- *Proiecte educaționale*
- *Edi*
- *Noutăți editoriale*
- *Diverse*
- *Informații utile*

**EDITURA UNIVERSUL ȘCOLII**

a CASEI CORPULUI DIDACTIC ALBA

Alba Iulia, Str. G. Bethlen nr. 7, Cod 510009

Tel. 0258/826147, Fax. 0258/833101

Web: www.ccdab.ro,E-mail: office@ccdab.ro**Director:****Prof. Dărămuș Eugenia Marcela****Redactor șef:** prof. Oros Ligia Elena**Redactori:** prof. Crișan Monica, prof. Popa Ramona Claudia, prof. Nandrea Maria, doc. Cutean Irina**Colaboratori:** insp. gen. prof. Sandu Cornel

Conf. univ. dr. Panaite Ovidiu

Tehnoredactare: aj. analist programator Popa Ioan**Corectura:** Prof. Nandrea Maria

© Autorii, conform legislației în vigoare, răspund în fața legii, în ceea ce privește plagiatul sau orice altă formă de atingere a dreptului de autor.

**SUMAR**

Educația – o abordare din perspectivă socială - Prof. Dărămuș Eugenia Marcela	2
Proiectele bibliotecii Casei Corpului Didactic Alba, an școlar 2023-2024 – Bibl. Cutean Irina	4
Participarea mea ca ambasador Erasmus la cursul de formare „Eco logic all” în Polonia – Prof. Huștiuc Nicoletta	8
Curs de re-integrare în universul școlar european – Prof. Corfiță George Andrei	9
O comparație între sistemul de învățământ românesc și cel german – Prof. Drăguș Daniela, prof. Suci Roxana	11
Outdoor education: a new way of teaching and learning – Prof. Enescu Luminița Ana	12
Importanța unui stil de viață sănătos pentru elevii de liceu - Prof. Oros Ligia Elena	14
„Made for Europe” – o competiție națională de proiecte Erasmus+ (diseminare proiect Erasmus+ Robotic4humans) – Prof. Rusu Sofia	17
Taina universului copilăriei în nuvelistica slaviciană – Prof. Țuculete Marinela	19
E-urile din alimente – Prof. Nandrea Maria	22
Jocurile didactice la clasele I-IV: importanță și aplicabilitate – Prof. învă. primar Mănescu Cristina - Monica	23
Actul didactic în evoluția carierei didactice – Prof. Popa Ramona	25
Eficiența relațiilor cu elevii – Prof. Bogdan – Todică Iulia	26
Importanța culturală a papanașilor – Prof. dr. Albescu Nadia - Flaviana	29
Play fest – festivalul învățării prin joc – Prof. învă. primar Alecușan Elena Gabriela	32
Fișă de lucru –grupa mare – Prof. învă. preșcolar Simedru Delia - Dorina	34

EDUCAȚIA – O ABORDARE DIN PERSPECTIVĂ SOCIALĂ

Prof. Dărmăș Eugenia Marcela, Colegiul Economic „Dionisie Pop Marțian” Alba Iulia

Educația constituie o componentă a existenței socio-umane. Ea este un fenomen ontic ce ființează în cadrul sistemului social. „Educația poate fi concepută într-un mod mai larg ca o întâlnire între individ și societate, și întreaga viață socială poate fi marcată de acest schimb permanent” preciza P.H.Chombart de Lauwe.

Termenul „educație” poate fi dedus din latinescul *educare* („a alimenta”, „a îngriji”, „a crește” plante sau animale). În secolul al XVI-lea se întâlnește la francezi termenul *education*, din care va deriva și cel românesc *educație*.

Se disting două perspective principale din care a fost interpretată educația, perspectiva sociocentrică și antropocentrică (respectiv cea a societății și cea a copilului).

Concepția antropocentrică presupune existența unei naturi umane universale și invariabile, educația urmărind să stimuleze această natură, să dezvolte calitățile generale ale speciei umane atât cât permit potențialitățile cu care este înzestrată de natură. Oamenii astfel educați urmează să-și desfășoare activitatea în societate, să-și exercite anumite roluri sociale.

Concepția sociocentrică interpretează educația prin prisma pregătirii omului pentru exercitarea diferitelor roluri sociale. Diviziunea socială a muncii diversifică tot mai mult aceste roluri, în consecință educația trebuie să asigure o pregătire eterogenă în funcție de cerințele sociale.

Educația a fost definită în diverse moduri. În definițiile date se constată diferențe nu numai de nuanță, ci și de esență.

Platon vedea educația ca „arta de a forma bunele deprinderi sau de a dezvolta aptitudini native pentru virtute ale acelor care dispun de ele”.

Aristotel consideră, în lucrarea „Politica”, că educația „trebuie să fie obiect al supravegherii publice, iar nu particulare” (1924, p.189), deci ea trebuie să pregătească viitorii cetățeni. Pregătirea trebuie să se facă diferențiat după modul în care cele trei aspecte ale sufletului (vegetativ, animal, rațional) se distribuie în rândul oamenilor: la sclavi predomină sufletul vegetativ, iar la proprietarii de sclavi sufletul rațional. Pentru fiecare tip de suflet corespunde un alt fel de educație.

În concepția lui I.A. Komenski expusă în lucrarea „Didactica Magna” educația este o activitate de stimulare a „semințelor științei, moralității și religiozității” cu care natura înzestrează copilul la naștere și de conducere a procesului de umanizare. Omul „nu poate deveni om decât dacă este educat”.

În lucrarea „Sociologie generală”, profesorul Mircea Agabrian analizează perspectivele asupra educației.

Din perspectiva funcționalistă educația realizează funcții care contribuie la menținerea ordinii și stabilității societății.

Funcțiile manifeste ale educației:

• **Transmiterea culturii, instruirea tehnologică, formarea abilităților de acțiune și a modelelor de comportament.** În societățile moderne familia este completată de școală în procesul de învățare a valorilor, normelor și capacităților de acțiune și comportament necesare ca tinerii să trăiască în societate. Aceștia învață să scrie, să citească, să-și însușească istoria și valorile specifice societății. Instruirea necesară pentru însușirea unei profesii se face tot în școală și în mediul academic.

Pe lângă alfabetizarea oamenilor, care este o condiție obligatorie fără de care nici cele mai simple profesii nu pot fi îndeplinite, multe ocupații cer indivizilor capacități ridicate de ordin științific și tehnologic. Dezvoltarea acestor cunoștințe rezidă în standardul de viață relativ înalt al societăților industriale avansate.

• **Selecția și clasificarea oamenilor.** funcție importantă a educației este să **selecteze** pe cei care au capacitatea de a învăța, să îi instruiască și să îi distribuie în poziții sociale care se potrivesc calităților lor. Oamenii au capacități diferite să învețe. Cei mai buni sunt îndrumați spre o

educație mai înaltă, cei mai puțin buni spre o educație mai scăzută. Cercetarea educațională arată că oamenii au capacități să exceleze în ocupații și domenii diferite. Dacă în trecut era evidențiată capacitatea intelectuală centrată pe inteligența lingvistică sau logico-matematică, astăzi au fost evidențiate și alte dimensiuni ale inteligenței. Conform lui Gardner acestea sunt în număr de opt. Pe lângă cea lingvistică și logico-matematică au fost identificate inteligențele: vizuală-spațială, muzicală-ritmică, corporal-chinestezică, naturală, intrapersonală, interpersonală. Perspectiva modernă a educației identifică forțele și capacitățile fiecăruia, îl ajută să le dezvolte și să ocupe acea poziție care îi permite să-și folosească cât mai bine abilitățile.

• **Distribuția oamenilor în roluri sociale și ocupaționale.** Școala este un mecanism major al societății în realizarea acestei distribuții care se face pe baza calificărilor – școlile și nivelurile educaționale absolvite. Acestea documentează și susțin titlul de profesionist într-un domeniu. Oamenii sunt distribuiți în poziții sociale conform abilităților și corespunzător cu ce au învățat. Educația operează ca meritocrație, astfel încât persoanele capabile și talentate sunt recompensate și avansate în ierarhia socială. Pentru dobândirea unui status înalt e necesară o educație considerabilă și un înalt nivel al calificării profesionale.

• **Educația pentru democrație.** Această funcție manifestă a educației are rolul să pregătească oamenii pentru participarea la viața societății democratice. Un cetățean astfel educat e mult mai folositor în contribuția sa la binele politicii publice decât unul fără educație. Școala este unul dintre agenții socializării tinerilor în spiritul culturii politice democratice.

În școli și universități, elevii și studenții trebuie să-și interiorizeze principalele concepții și valori democratice, să-și formeze comportamente politice adecvate. Formarea atitudinilor și comportamentelor specifice culturii politice democratice contribuie la dezvoltarea unor instituții sociale stabile, integrate în sistemul politic democratic, la edificarea și consolidarea democrației în societate.

Funcțiile latente ale educației:

• **Socializarea copiilor și tinerilor.** Școala, ca agent al socializării, contribuie la construirea consensului și solidarității sociale, a „sensului interesului comun”, după Durkheim. În școală copiii învață să fie mândri de societate și să o vadă mai mult pozitiv decât critic. Fiecare societate modernă folosește educația să socializeze copiii pentru a crede în cultura acesteia.

Valorile și tradițiile învățate în școli se convertesc în atitudini și comportamente alcătuind *curriculum ascuns* al sistemului educațional. În afară de formarea de deprinderi și transmiterea de informații, școlile învață pe tineri și un set de valori.

• **Reducerea controlului părinților.** Dacă până la o anumită vârstă părinții au rolul cel mai important în educația copiilor, intrarea în școală înseamnă întâlnirea cu alți agenți ai procesului de socializare care au uneori așteptări diferite față de cele ale părinților. Această experiență reprezintă primul pas în dobândirea independenței copiilor față de părinți.

• **Experiența în grupurile secundare.** Educația îi pregătește pe copii și pentru situațiile cu care se vor confrunta ca adulți. Pentru cei mai mulți copii primul grup secundar important este școala. Aici ei devin „unul din mulțime” mai mult decât „cineva special”. Dacă acasă copiii sunt recompensați și apreciați pentru cine sunt ei, la școală sistemul de recompense este bazat pe ce fac ei. Realizarea acestei tranziții este importantă pentru învățarea modului în care trebuie să activeze în mediul de muncă al societății moderne.

Școala este o organizație birocratică în care elevii învață că birocrăția operează independent de nevoile și dorințele indivizilor. Talcott Parsons arată că de natura birocratică a școlii beneficiază societățile moderne deoarece socializează copiii într-un mod impersonal pentru lumea adulților datorită relațiilor din grupurile secundare din care aceștia fac parte. De aceea, însușirea modalității de acțiune în cadrul grupului secundar este o altă parte importantă a curriculum-ului ascuns al educației.

• **Școala ca îngrijitor de copii.** Una din funcțiile latente ale educației este îngrijirea copiilor. Pe lângă că este un îngrijitor al copiilor, școala asigură acestora ceva de făcut în timpul zilei, care

menținându-i interesați în protejarea de situații neplăcute. Deoarece cei mai mulți părinți sunt la serviciu în timpul zilei, importanța acestei funcții a crescut.

• **Relațiile colegiale.** Pe măsură ce cresc copiii dobândesc independența față de familia lor. Una din cele mai importante funcții latente ale educației este să creeze oportunități pentru copii în afirmarea independenței prin construirea relațiilor cu colegii. Copiii din aceeași grupă de vârstă dezvoltă deprinderi sociale importante prin interacțiunea dintre ei, abilități ce le vor fi necesare mai târziu în relațiile cu partenerii de muncă. Prin relațiile colegiale, băieții și fetele învață comportamentele specifice întâlnirilor dintre ei, trăind astfel primele relații romantice. Sociologii apreciază că funcțiile latente ale educației includ nu numai dezvoltarea abilităților sociale, ci și crearea unui grup din care pot fi aleși partenerii de căsătorie.

La vârsta adolescenței se formează și clicile. Acceptarea în clică se face prin conformarea față de valorile și normele acesteia, prin abilitățile în relațiile interpersonale și gradul de atractivitate sexuală. Printre clicile de adolescenți se creează un status ierarhic în funcție de calitățile individului dovedite în relațiile cu sexul opus.

În sociologia românească, în loc de funcții manifeste și funcții latente, Traian Rotariu și Petru Iluț, 1996, p. 116-121, fac distincția între **funcții postulate** și **funcții reale**. Primele sunt expresia obiectivelor educației școlare stabilite instituțional, celelalte sunt funcțiile pe care le realizează efectiv școala. Funcțiile reale cuprind atât funcții postulate cât și funcții nepostulate.

Funcțiile postulate importante ale școlii sunt:

• Funcția de **integrare morală** care se realizează în toate treptele sistemului școlar, contribuind la însușirea valorilor și normelor morale ale societății.

• **Transmiterea moștenirii culturale** este funcția care contribuie la formarea „culturii generale” a tinerilor.

• Funcția de **pregătire profesională** a școlii este realizată numai în anumite etape ale procesului de învățământ: profesional, superior, uneori și mediu.

Printre **funcțiile nepostulate** ale școlii sunt:

• Funcția de **alocare de statusuri și pregătire pentru anumite roluri sociale** derivă din ultimele două funcții postulate și atestă corelația între nivelul diplomei școlare și statusul social.

• Funcția de **re-producere a structurilor sociale** atestă contribuția esențială a școlii la re-producerea continuă a structurilor sociale.

• Două funcții care sunt abordate împreună: **funcția de reproducere** și cea de **mobilitate socială**. Prima se referă la fenomenul de înlocuire socială prin descendenți provenind din aceeași categorie. Școala are un rol însemnat în producerea acestui fenomen prin funcțiile de alocare de statusuri corelate cu inegalitatea șanselor școlare, contribuind în același timp și la producerea fenomenului opus, de mobilitate socială.

PROIECTELE BIBLIOTECII CASEI CORPULUI DIDACTIC ALBA - AN ȘCOLAR 2023-2024-

Bibliotecar Cutean Irina, Casa Corpului Didactic Alba

O bibliotecă este mult mai mult decât o colecție de cărți, este un izvor nesfârșit de inspirație și cunoaștere. Prin intermediul unor activități interactive derulate în bibliotecă, aceste structuri info documentare se transformă în centre active de creativitate unde lectura devine un proces viu și captivant, nu doar o activitate pasivă. Promovând interacțiunea, jocul și creativitatea, bibliotecile pot ajuta la crearea unor generații de cititori entuziaști.

Pe parcursul anului școlar 2023-2024, Biblioteca Casei Corpului Didactic Alba a organizat și a fost partener în diverse proiecte de promovare a lecturii. Obiectivul comun al acestora a fost

dezvoltarea gustului pentru lectură și crearea unor situații care să încurajeze creativitatea și dorința de cunoaștere a elevilor.

„**Cartea-făclie a cunoașterii**” a fost un proiect județean în cadrul căruia a fost organizat un simpozion și un concurs pe mai multe secțiuni dedicat elevilor. Simpozionul a fost dedicat bibliotecarilor școlari și profesorilor documentariști. La lucrările simpozionului au fost invitați să participe în mod direct sau indirect bibliotecari și profesori documentariști care își desfășoară activitatea în structuri info documentare din județul Alba. Scopul organizării acestui simpozion l-a reprezentat promovarea bibliotecilor școlare și a Centrelor de Documentare și Informare, dar și crearea unor situații care să încurajeze schimbul de idei între bibliotecarii școlari și profesorii documentariști.

Lucrările simpozionului au fost structurate pe două secțiuni după cum urmează:

- 1) Secțiunea 1: „**Cartea- făclie a cunoașterii**” (referate, lucrări științifice, eseuri).
- 2) Secțiunea 2: **Exemple de bună practică din domeniul educațional desfășurate în biblioteca școlară/Centrul de Documentare și Informare** (proiecte didactice, proiecte educaționale, activități școlare și extrașcolare).

Concursul s-a derulat în perioada noiembrie 2023- mai 2024 și a avut două etape:

a) **etapa locală (pe școală)**: organizată de fiecare instituție de învățământ implicată în proiect (**noiembrie 2023- aprilie 2024**). La nivelul unității de învățământ, elevii și cadrele didactice care au dorit să se implice în proiect, au elaborat lucrările în conformitate cu regulamentul.

- La secțiunea, **ARTĂ PLASTICĂ** (elevii cls I-VIII) au fost permise toate modurile de exprimare plastică (grafică, cărbune, tuș, pictură, acuarelă, ulei, acrilic, colaj, fotografie, etc). Tema creațiilor a fost : **cartea care mi-a călăuzit pașii spre cunoaștere**.
- La secțiunea **CREAȚIE LITERARĂ** (elevi cls I-VIII) elevii participanți au redactat o poezie sau o compunere având ca temă: **cartea care mi-a călăuzit pașii spre cunoaștere**.
- Secțiunea **BOOK TRAILER**, a presupus realizarea unui videoclip de aproximativ 3 minute prin intermediul căruia elevii să prezinte o carte. Videoclipul a putut fi realizat de echipe formate din 3-5 elevi fiecare având un rol bine definit în realizarea videoclipului (regizor, actor, scenarist, etc).

Cadrele didactice și elevii implicați în proiect vor primi diplome de participare.

b) **etapa județeană**: a fost organizată la nivelul Casei Corpului Didactic Alba și a presupus jurizarea lucrărilor trimise și acordarea de diplome câștigătorilor. La etapa județeană s-au reunit lucrările care au câștigat secțiunile de la etapa pe școală, câte o lucrare pentru fiecare nivel de învățământ/ secțiune.

„**Din Alba Iulia, mesaje pentru România**”, proiect, ajuns deja la a doua ediție, având ca Motto, cuvintele lui Barbu Ștefănescu Delavrancea: „*România este patria noastră a tuturor românilor. E România celor de demult și- a celor de mai apoi. E patria celor dispăruți și a celor ce va să vie*”. Aceste cuvinte exprimă dragostea și devotamentul față de țară, sentimentul de apartenență la neam, într-un cuvânt, fraza rostită de scriitorul român este de fapt mesajul din Alba Iulia, pentru România venit din partea inițiatorilor acestui proiect. Inițiatorul și organizatorul proiectului a fost Casa Corpului Didactic Alba iar parteneri au fost: Primăria Municipiului Alba Iulia, Palatul Copiilor Alba Iulia, Colegiul Economic „Dionisie Pop Marțian” din Alba Iulia, Liceul de Arte „Regina Maria” și Liceul cu Program Sportiv, ambele din Alba Iulia. Perioada de implementare a proiectului a fost 20 noiembrie-8 decembrie 2023.

Proiectul intitulat „**Mica Unire și scriitorii care au elogiat-o**” a reprezentat o încercare de a crea o punte între două evenimente celebrate în luna ianuarie: pe de o parte 15 Ianuarie- Ziua Culturii Românești, o zi în care ne îndreptăm recunoștința către toți cei care prin creațiile lor au scris istoria culturală a neamului românesc și 24 Ianuarie- Ziua Unirii Principatelor, o zi în care ne aducem aminte evenimentul care a marcat prima etapă în crearea statului național român, dubla

alegere a lui Alexandru Ioan Cuza și Unirea Principatelor Române Moldova și Țara Românească într-un singur stat numit România. Inițiatorul și organizatorul proiectului au fost Casa Corpului Didactic Alba și Liceul cu Program Sportiv din Alba Iulia. Parteneri în cadrul proiectului au fost: Muzeul Palatul Principilor din Alba Iulia, Școala Gimnazială „Ion Agârbiceanu”, Liceul de Arte „Regina Maria”, Liceul Tehnologic „Alexandru Domșa”, Școala Gimnazială „Mihai Eminescu”, Școala Gimnazială „Vasile Goldiș” și Liceul Tehnologic „Dorin Pavel”, toate instituții de învățământ din Alba Iulia. Proiectul s-a derulat în perioada 8-26 ianuarie 2024, iar finalitatea activităților a constat în organizarea unei expoziții cuprinzând creațiile elevilor la Muzeul Palatul Principilor.

Proiectul „**Primăvara, în creația poezilor români**” a fost propus în ideea implicării și sensibilizării elevilor față de identitatea locală, zonală și națională. Tinerile generații nu își cunosc uneori originile și au foarte puține cunoștințe despre marii noștri poeți români. Acest proiect și-a propus formarea și dezvoltarea conștiinței unei identități locale, zonale și naționale în rândul elevilor, stimularea creativității literare și artistice a elevilor, sensibilizarea comunității cu privire la necesitatea activităților de voluntariat, dezvoltarea unor atitudini pozitive față de poeziile clasice românești. Proiectul a fost inițiat de Liceul de Arte „Regina Maria” din Alba Iulia, iar parteneri în proiect au fost Casa Corpului Didactic Alba, Biblioteca Județeană „Lucian Blaga” Alba și instituții de învățământ: Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Alba Iulia, Școala Gimnazială „Iuliu Maniu” Vințu de Jos și Liceul Teoretic Teiuș. Creațiile elevilor au constituit subiectul unei expoziții organizate de Biblioteca Județeană „Lucian Blaga” Alba, organizată în perioada 21.03.2024 – 5.04.2024.

În perioada martie-aprilie 2024, s-a derulat proiectul educațional cu titlul „**Biblioteca, palat al muzelor**”. Proiectul a fost organizat de Casa Corpului Didactic Alba și Liceul Tehnologic „Alexandru Domșa” din Alba Iulia. Parteneri în proiect au fost următoarele instituții de învățământ: Liceul Tehnologic „Dorin Pavel” Alba Iulia, Liceul cu Program Sportiv Alba Iulia, Școala Gimnazială „Vasile Goldiș” Alba Iulia, Școala Gimnazială „Ion Agârbiceanu” Alba Iulia, Colegiul Național „Lucian Blaga” Sebeș, Liceul „Horea, Cloșca și Crișan” Abrud precum și Școala Gimnazială „Avram Iancu” Abrud. În cadrul proiectului au fost propuse trei activități, care s-au derulat cu ocazia unor zile tematice precum: 21 martie- Ziua Poeziei, 27 martie- Ziua Internațională a Teatrului și 15 aprilie- Ziua Internațională a Artei. În instituțiile de învățământ partenere s-au organizat activități care dezvoltat abilitățile elevilor de a se exprima prin intermediul cuvântului scris, a cuvântului interpretat sau a cuvântului ilustrat.

În perioada februarie-aprilie 2024 s-a derulat proiectul educațional „**Cartea, creator de viitor**”, proiect organizat de Casa Corpului Didactic Alba în parteneriat cu unități de învățământ din județul Alba și Asociația Bibliotecarilor din România, filiala Alba

Activitățile au fost structurate pe trei secțiuni după cum urmează:

SECȚIUNEA I : CLASELE II-IV

- realizarea unor ateliere de scriere creativă, în cadrul cărora elevii vor imagina cu ajutorul textului și a desenului scurte povestiri. În cadrul acestor ateliere se vor folosi unele dintre tehnicile enumerate mai jos:
- **desenează o poveste** – copii sunt invitați să facă o serie de desene, fără legătură între ele, apoi să construiască o poveste care să treacă prin toate desenele făcute
- **binomul fantastic**- ce legătură există între două cuvinte fără legătură între ele.
- **colajul**- decupăm cuvinte din reviste, le amestecăm bine și facem poezii și povestioare cu ajutorul hazardului
- **greșim poveștile celebre, prin introducerea unor elemente străine**: Scufița Roșie ajunge la casa bunicii cu elicopterul, Cenușăreasa are o soră geamănă, etc.
- redactarea unei povești pornind de la răspunsurile pe care elevii le dau la o serie de întrebări: *Cine era?, Unde se afla?, Ce făcea?, Ce a spus?, Ce a zis lumea?, Cum s-a terminat?*. Fiecare persoană primește șase cartonașe pe care sunt scrise întrebările. Ei trebuie să răspundă la întrebări într-un mod cât mai creativ, iar răspunsurile să fie scurte. La sfârșitul activității fiecare participant va alcătui o poveste pornind de la răspunsurile date.

- EX: Cine era?- UN CÂINE

- o Unde se afla?- PE UN POD
- o Ce făcea? – CROȘETA
- o Ce a spus?- MI-E FOAME!
- o Ca zis lumea? – URAAAA!!!!
- o Cum s-a terminat? – TOȚI AU PLECAT ACASĂ.

SECȚIUNEA a II-a: CLASELE V-VIII

- realizarea unei activități intitulată „Blind date with a book” (*Întâlnire pe nevăzute cu o carte*). Bibliotecarul școlar/ profesorul documentarist identifică cărțile care reprezintă un interes pentru elevi și le împachetează asemenea unui cadou. Fiecărei cărți îi va atașa un bilet pe care va nota câteva elemente precum: genul literar și posibil o scurtă descriere a conținutului. Elevii vor împrumuta cărțile astfel ambalate iar după lectura lor vor realiza vlog-uri de prezentare a conținutului lecturat.

- ar fi indicat ca vlog-urile să fie realizate în biblioteca școlară/ CDI dar este la latitudinea elevului locația pe care o alege pentru a realiza materialul.

- materialele prezentate vor fi realizate cu ajutorul mijloacelor multimedia, iar durata lui nu va depăși 3 minute.

- pentru realizarea materialelor pot fi folosite aplicații precum: VlogNow, VlogU, Vlogr, InShot, Magisto, etc. Aplicațiile sunt compatibile cu sistemele iPhone și Android.

SECȚIUNEA a III-a : CLASELE IX-XII

- realizarea cu ajutorul mijloacelor multimedia a unor filmulețe prin care elevii să prezinte câteva motive pentru a citi, în general sau o carte anume.

- tema activităților derulate este : „*Convinge-mă să citesc!*”.

- materialele video realizate să nu depășească 3 minute.

- pentru realizarea materialelor pot fi folosite aplicații precum VSDC Free Video Editor, Avidemux, Canva, Movie Maker Online.

A treia etapă a proiectului a presupus organizarea unui eveniment festiv intitulat „**Gala Bibliotecarului Școlar/ Profesorului documentarist**”, eveniment au fost fi premiați bibliotecarii școlari și profesorii documentariști care își desfășoară activitatea în instituții de învățământ din județul Alba. De asemenea în cadrul acestui eveniment au fost premiați pentru munca depusă în bibliotecile școlare și acei bibliotecari școlari care sunt în pensie dar care au avut o contribuție remarcabilă la răspândirea respectului și a dragostei față de carte și cuvântul scris.

Descriere proiectelor, imagini precum și o parte din produsele finale au fost incluse într-o broșură cu ISBN care va apărea în format digital.

Cartea este și va rămâne mereu, cheia care deschide orizontul cunoașterii. Prin intermediul cărții trecutul rămâne viu, bibliotecarul devenind un veritabil ghid spre tărâmurile cunoașterii.

PARTICIPAREA MEA CA AMBASADOR ERASMUS LA CURSUL DE FORMARE „ECO LOGIC ALL” ÎN POLONIA

Prof. Huștiuc Nicoletta, Școala Gimnazială Nr.3 Cugir

În calitate de ambasador Erasmus, am participat în perioada 23-30 iunie 2024 la cursul de formare „Eco logic all” oferit de Asociația Atic România în colaborare cu IKDS Warsaw, Polonia, curs desfășurat în Teresin, Polonia, la doar 40 de kilometri de Varșovia. Am reprezentat România alături de alți doi participanți, contribuind cu toții la seara culturală prin prezentarea unor delicii culinare tradiționale și alte detalii specifice țării noastre: semne de carte, cusături tradiționale, steaguri.

CodeWeek.

Cursul a reunit 26 de participanți din șapte țări: Spania, Italia, Franța, Grecia, Polonia, Macedonia de Nord, Ungaria și Bulgaria. Activitățile au fost foarte bine organizate, fiecare zi fiind presărată cu jocuri și exerciții de cunoaștere, de socializare și energizante. De asemenea, activitățile de învățare au fost diverse, variind de la dezbateri și întâlniri eco online, la crearea de postere din materiale reciclabile, seri culturale, vizionări de filme eco, discuții, completarea hărților cu traseul hainelor purtate de participanți, vânătoare de comori eco, plimbări prin natură, discuții în pădure și exerciții de prietenie.

Un aspect important abordat în cadrul cursului a fost discutarea și aplicarea principiilor celor 5 R (Refuză, Redu, Reutilizează, Reciclează, Recuperează). Am lucrat în echipe internaționale la realizarea unor obiecte din materiale reciclabile, iar echipa mea a creat o geantă Erasmus+ din astfel de materiale, demonstrând astfel importanța și posibilitățile de reutilizare. Nu au lipsit nici dezbaterile în echipe sau în plen legate de importanța activităților eco, reducerea consumerismului s.a.

Prin aceste activități, participanții au aflat despre provocările și soluțiile legate de risipa de mâncare și reciclarea selectivă în Europa, împărtășind diverse aspecte și practici din țările lor de origine.

Mulțumesc pe această cale programului Erasmus+ pentru oportunitatea oferită și recomand tuturor să participe la astfel de minunate experiențe internaționale de învățare, fie în context formal, fie informal. Aceste cursuri nu doar că ne îmbogățesc cunoștințele, dar ne oferă și șansa de a lega prietenii internaționale și de a contribui la un viitor mai sustenabil.



CURS DE RE-INTEGRARE ÎN UNIVERSUL ȘCOLAR EUROPEAN

Prof. Corfiță George Andrei, Colegiul Național „Lucian Blaga” Sebeș

Perioada 24-28 iunie a constituit o incursiune cultural-metodologică în cadrul cursului de perfecționare „21st Century Skills for Teachers” desfășurat în Barcelona. Cursul a reunit un număr de 14 profesori din cinci țări, România, Germania, Grecia, Portugalia și Polonia, toți dornici să-și ajusteze abordarea metodologică la cerințele contemporane.



Conform cursului de formare, o tendință modernă pare să fie reprezentată de utilizarea tehnologiei, atât în mod dezirabil cât și pe post de simplificare totală a sarcinilor de lucru. Perspectiva emisă în cadrul cursului a fost una calitativ-analitică. Este din ce în ce mai clar că tehnologia are rolul său mai mult sau mai puțin bine definit dar nu se substituie nicidecum ideii conform căreia, cu cât mai multă tehnologie în mediul școlar, cu atât mai bine. Într-adevăr, până nu foarte demult, componenta tehnologică a fost una pauperă și, predominant, datorită (nu din cauza) pandemiei am crescut incidența mijloacelor moderne de exprimare didactică. Totuși, excesul tehnologic tinde să fie resimțit în unele țări mai dezvoltate. De aceea, învățând din experiența tuturor, se urmărește ajungerea la un optim tehnologic. Materiile „conduse” de examene clasice vor utiliza această marcă a secolului XXI mult mai rar, accidental chiar. Pentru celelalte, utilitatea sa este evidentă.

Cele 30 de ore de curs nu s-au axat doar pe partea tehnologică. Cooperarea la toate nivelurile a fost de asemenea abordată. În ce-i privește pe elevi, colaborarea pare să fie în dezacord cu sistemul competitiv insuflat atât de familie cât și de sistemul actual aproape de la bun început. Ce este de preferat, o greșală pe termen scurt sau una pe termen lung? José N. Harris - „Amateurs train until they get it right. Professionals train until they cannot get it wrong.” Au fost prezentate și, bineînțeles, exersate activități colaborative mai mult sau mai puțin cunoscute dar, foarte interesant, au fost situații în care noi, cursanții, eram foarte familiarizați cu o metodă de predare dar pe care o aplicam greșit sau inefficient.



Un aspect vizat de curs în mod indirect a fost asumarea factorului empatic. Cu o abordare aproape total practică, acest curs i-a pus pe profesorii-elevi în paradigma elevului de la clasă. În acest sens, a devenit mult mai evident rolul emoțiilor trăite de beneficiarul direct al educației. Competența în cadrul manifestării inteligenței afective are rolul de a facilita achizițiile propuse de planurile cadru.

Cultural, cursul a reunit la o scară mult mai mică exact ceea ce face Barcelona în spiritul metropolelor europene și nu numai. A creat un cadru comun de manifestare a diversității. Ce s-a dorit? Cel mai probabil, trecerea de la un model deficitar conform căruia „când se termină școala începe viața” la unul în care școala reprezintă o bază pe care se construiește continuu.

Cursul a fost finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale ANPCDEFP. Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEFP nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.

O COMPARAȚIE ÎNTRE SISTEMUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT ROMÂNESC ȘI CEL GERMAN

Prof. Drăguș Daniela, prof. Suciu Roxana, Colegiul Național „Lucian Blaga” Sebeș

În perioada 10-14 iunie 2024, două cadre didactice din cadrul Colegiului Național „Lucian Blaga”, Sebeș au participat la o mobilitate de tip Job Shadowing la Wolfgang Ernst Gymnasium în Buddingen, Germania. Această mobilitate a fost posibilă datorită acreditării Erasmus+ în domeniul Educației Școlare pentru perioada 2023-2027. Astfel, în anul școlar 2023-2024, în cadrul primului an de implementare a acreditării, a fost finanțat proiectul 2023-1RO01-KA121-SCH-000145543.

În cadrul acestei mobilități, prof. Drăguș Daniela și prof. Suciu Roxana au participat la o serie de activități didactice susținute în școala gazda. Aspectele urmărite au vizat sistemul de predare - învățare - evaluare.

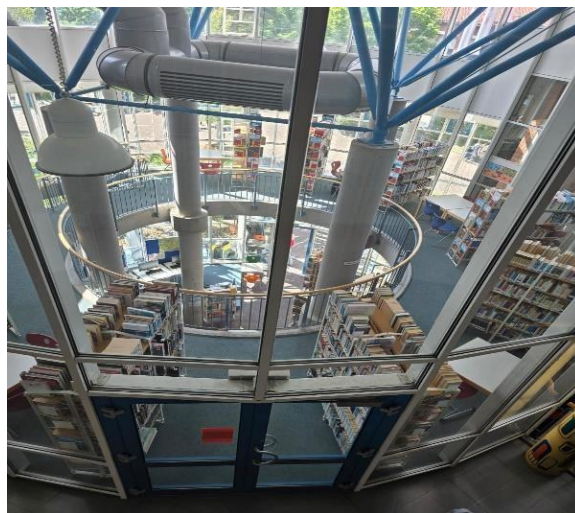
Una dintre diferențele notabile este că fiecare land german are propriul curriculum, luându-se astfel decizii chiar și asupra numărului de ani de studiu. În landul Hessen, unde s-a realizat mobilitatea numărul de clase obligatorii este 13.

Învățământul obligatoriu începe de la vârsta de 6 ani (Școala elementară-GrundSchule), continuă, de la vârsta de 10 ani, în funcție de abilitățile și aspirațiile elevilor cu una din următoarele direcții HauptSchule, clasele 5-9(cursuri cu orientare vocațională), RealSchule, clasele 5-10 (combină latura academică cu cea practică) și Gymnasium clasele 5-13 (singura care permite continuarea studiilor la o universitate).

Școala gazdă a fost Gymnasium, iar aspectele observate sunt următoarele:

- împărțirea elevilor pe clase se face în funcție de școala de proveniență;
- elevii pot alege minim 2 materii studiate la nivel avansat și între 7-10 materii studiate la nivel standard;
- în funcții de opțiunile elevilor, începând cu clasa a 10-a nu mai există clase de elevi tradiționale, ei fiind împărțiți pe cursuri, conform opțiunilor;
- se oferă program remedial pentru elevii cu rezultate slabe la învățătură;
- examenul final, bacalaureatul-Abitur are 5 probe, germana și matematica obligatorii, restul materiilor fiind dintre cele alese pentru studiu la nivel standard;
- sistemul de notare are următoarele particularități- pentru materiile studiate la nivel avansat, 4 teste scrise (50 % din nota finală) și activitatea la oră, evaluare orală (50%); pentru materiile studiate la nivel standard - 2 ore pe săptămână, 2 teste scrise (25%) și evaluare practică și orală (75%);
- dacă elevul are 2 materii studiate la nivel avansat notate cu 5 sau o materie studiată la nivel avansat și 2 materii studiate la nivel standard notate cu 4 sau 5, rămâne repetent;
- anul terminal are cursuri până la vacanța de Paște, urmând apoi să se pregătească de acasă pentru examenul final.

Conținutul prezentului material reprezintă responsabilitatea exclusivă a autoarelor, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care va fi folosit conținutul informației.



OUTDOOR EDUCATION: A NEW WAY OF TEACHING AND LEARNING

Prof. Enescu Luminița Ana, Școala Gimnazială Nr. 3 Cugir

În luna aprilie a acestui an am participat la o mobilitate în Bologna, Italia, în cadrul proiectului de mobilitate școlară „ICAR – Innovation and Creativity Arise Results”, parte a proiectului Erasmus+ 2023-1-RO01-KA121-SCH-000130561 pentru care Școala Gimnazială Nr. 3 Cugir a primit acreditare. Cursul pentru care am aplicat a fost OUTDOOR EDUCATION: A NEW WAY OF TEACHING AND LEARNING. Motivația alegerii acestuia a fost caracterul inovativ al activității de învățare, știind că aceasta abordare educațională presupune organizarea activităților în aer liber ca într-o sală de clasă dinamică și interactivă, oferind o gamă largă de beneficii și oportunități de învățare pentru elevi de toate vârstele.

Outdoor education depășește simpla predare a disciplinelor într-un cadru în aer liber. Este o abordare integrată, care își propune să stimuleze dezvoltarea personală, socială și de adaptare prin învățarea experiențială. Fiind angajați într-o varietate de activități în aer liber, elevii dezvoltă o conexiune mai profundă cu natura, își dezvoltă deprinderi practice, își îmbunătățesc abilitățile de rezolvare a problemelor și își dezvoltă rezistența în fața provocărilor. Acest mod de abordare practică îi ajută pe elevi să vadă cum pot raporta la lumea reală ceea ce învață la clasă, făcându-i mai implicați și mai motivați să învețe. Încurajarea elevilor să fie activi și să se miște duce la obiceiuri mai sănătoase și la o stare mai puțin inactivă, petrecerea timpului în natură având un efect bun asupra sănătății mintale, reduce stresul și anxietatea, făcându-i pe elevi să se simtă mai bine în general.

Noua ediție a cursului „Educație în aer liber: un nou mod de a preda și de a învăța” a avut loc la Bologna în perioada 07/04/2024 - 13/04/2024. Colegii mei au venit din toată Europa: România, Spania, Germania, Cehia, Finlanda, Franța. Pornind de la definiția educației în aer liber, am explorat diversele modalități prin care ne putem îndruma elevii să intre în contact cu exteriorul,



ceea ce nu înseamnă să fim mereu în natură și păduri. Într-adevăr, o parte a instruirii a fost dedicată educației urbane în aer liber din oraș. Am învățat să predau discipline precum știință, matematică, muzică, artă, limbă și multe altele desfășurând activități în afara clasei.

Învățarea în afara școlii este o învățare experiențială. Teoria lui Kolb despre învățare spune că „Învățarea este procesul în care cunoașterea este creată prin transformarea experienței”. Astfel, învățarea implică achiziția conceptelor abstracte care pot fi aplicate flexibil într-o serie de situații. Pornind de la necesitatea planificării unor activități practice, am proiectat activități de învățare în afara sălii de clasă. Pași de urmat:

- ✓ Pregătirea în interior- introducerea și pregătirea activităților în sala de clasă, prezentarea subiecte care vor fi abordate în aer liber, instructajul elevilor
- ✓ Pregătire practică- explorarea zonei pentru a identifica zonele accesibile, sigure; discuții despre siguranță în funcție de zona vizitată; gruparea strategică a elevilor în rând sau în grupuri mici; acordarea de sarcini specifice pentru a ajuta la concentrarea atenției, împărțirea responsabilităților; oferirea mementourilor frecvente de timp; înregistrarea progreselor.
- ✓ Excursia pe jos- planificarea unor activități scurte pe drumul către sala de clasă în aer liber pentru a menține grupul concentrat; observație: prima plimbare ar putea fi o plimbare foarte scurtă doar pentru observarea lucrurilor din natură; plimbare tematică ar putea avea o temă sau discutarea unui anume subiect.
- ✓ Activități de verificare ulterioară- alocarea de timp pentru revizuirea și procesarea lecției; evidențierea faptului că elevii sunt responsabili și răspunzători pentru munca lor; încurajarea împărtășirii experiențelor în grupuri mici sau grup întreg; laudă: evidențierea a ceea ce au făcut bine pentru a face lecția reușită.

Planificarea unei lecții în aer liber presupune răspunsuri la întrebări specifice:

Cine? Cine sunt participanții? Cât de mult știu deja despre subiect? Care sunt categoriile de vârstă, repartiția pe genuri, mixul cultural și ierarhiile?

De ce? Care este scopul general al învățării? Ce doresc participanții să învețe? Participă cu o atitudine pozitivă și voluntară?

Când? Cât timp este disponibil pentru activitate? Există constrângeri de timp, spațiu sau de sezon?

Unde? Unde va avea loc activitatea? Ce echipamente sunt disponibile? Va fi nevoie să ajungem la locația finală?

Pentru ce? Care sunt obiectivele comportamentale ale activității? Ce vor putea face participanții diferit după activitate?

Ce? Ce anume vor învăța participanții? Ce noi cunoștințe, abilități și atitudini doresc să dezvolte?

Cum? În ce activități de învățare se vor implica participanții pentru a învăța conținutul? Care sunt toate etapele instruirii? Cum voi evalua instruirea?

Una dintre cele mai interesante și atractive activități a fost cea în care am învățat să realizăm o „vânătoare de comori” utilizând aplicația *Action Bound (Urban Outdoor Education)*.

Această platformă online permite crearea unei vânătoare de comori numite „Bounds”, a unui tur în jurul unui oraș sau clădire, îmbogățit cu chestionare și informații de descoperit.

Putem folosi ActionBound în: excursiile școlare într-un alt oraș; când vizităm un muzeu; în orașul nostru, pentru a desfășura o lecție integrată de arte, istorie, muzică, limbă, științe; în interior (chiar și în clasă) pentru a transforma învățarea într-un joc (scanăm un cod QR, dăm o sarcină, oferim o recompensă). Rezultate: performanțele tuturor echipelor sunt disponibile pe pagina de rezultate a vânătoarei pentru fiecare jucător; detaliile includ: răspunsuri corecte/greșite, timpul necesar, membrii echipei, punctele obținute.



O parte importantă a cursului a cuprins activități de orientare și exerciții în natură. Locul de desfășurare a fost Vila Ghigi, un parc aflat la periferia orașului, destinat activităților de învățare și recreere. Am exersat o serie vastă de activități și jocuri pe care le voi putea aplica împreună cu elevii mei, având confirmarea că învățarea nu are loc numai în sala de clasă. Toate jocurile și activitățile propuse au oferit oportunitatea de a fi implicați, de a împărtăși activitățile cu restul grupului. Experiențele acestei zile au oferit idei pentru a putea crea propria activitate în aer liber.

Foarte interesantă a fost și experiența culturală, vizitarea și admirarea orașelor Bologna, Floranța și Ferrara, locuri unde istoria este prezentă la fiecare pas.

Experiența trăită prin această mobilitate Erasmus+ a fost deosebită și a contribuit la dezvoltarea mea profesională și personală.

Sursa: Erasmus Training Courses- Outdoor education: a new way of teaching and learning,
<https://www.erasmustrainingcourses.com/outdoor-education.html>

IMPORTANȚA UNUI STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS PENTRU ELEVII DE LICEU

Prof. Oros Ligia Elena, Colegiul Național „Horea, Cloșca și Crișan” Alba Iulia

Un stil de viață sănătos este fundamentul unei vieți echilibrate și armonioase. Acesta se construiește în jurul unor piloni esențiali, precum o alimentație corectă, un program adecvat de odihnă și un management eficient al timpului de calitate. Fiecare dintre acești factori contribuie la menținerea sănătății fizice și mentale, prevenirea bolilor și îmbunătățirea calității generale a vieții.

Un comportament sănătos este esențial pentru elevi, deoarece îi ajută să își dezvolte abilitățile fizice și mentale, să se concentreze mai bine la școală și să se bucure de o viață echilibrată. Regulile de viață sănătoasă pentru elevi sunt importante pentru a le construi obiceiuri benefice care să îi ajute pe termen lung.

1. Alimentația sănătoasă

O alimentație echilibrată este baza unui corp sănătos și energic. Aceasta implică un aport adecvat de macronutrienți (proteine, carbohidrați, lipide) și micronutrienți (vitamine, minerale) necesari pentru funcționarea optimă a organismului.

O alimentație corectă este cheia dezvoltării armonioase a corpului și a minții.

Putem aduce la cunoștința elevilor următoarele elemente:

Micul dejun este esențial: Este cea mai importantă masă a zilei și ajută la îmbunătățirea concentrării și performanței școlare. Un mic dejun sănătos ar trebui să includă cereale integrale, fructe și proteine (ouă, iaurt).

Mese regulate și echilibrate: Trei mese principale și două gustări sănătoase (fructe, nuci, iaurt) ajută la menținerea energiei pe parcursul zilei.

Consumul suficient de apă: Hidratarea corespunzătoare este esențială pentru buna funcționare a organismului. Elevii ar trebui să bea apă constant și să evite băuturile îndulcite sau carbogazoase.

Evitarea alimentelor procesate: Dulciurile, fast-food-ul și băuturile carbogazoase trebuie evitate sau consumate rar, deoarece pot duce la obezitate și alte probleme de sănătate.

Dacă ne referim la principii ale alimentației sănătoase e nevoie să amintim:

Diversitate alimentară: Consumul unei game variate de alimente asigură necesarul de nutrienți. Se recomandă consumul de fructe, legume, cereale integrale, proteine slabe (pește, carne slabă, leguminoase), grăsimi sănătoase (ulei de măsline, avocado).

Moderație: Este important să controlăm porțiile pentru a evita supraalimentarea. Mesele regulate și evitarea gustărilor nesănătoase între mese contribuie la menținerea unei greutate optime.

Hidratare: Apa este esențială pentru toate funcțiile corpului, de aceea este necesar să bem suficiente lichide zilnic (aproximativ 2 litri de apă).

Alimentele procesate, bogate în zahăr și grăsimi nesănătoase, ar trebui limitate. Ele contribuie la apariția unor afecțiuni precum obezitatea, diabetul de tip 2 și bolile cardiovasculare.

2. Odihna și somnul

Somnul este esențial pentru regenerarea corpului și a minții. Un adult ar trebui să doarmă, în medie, 7-9 ore pe noapte. Elevii au nevoie de aproximativ 9-11 ore de somn pe noapte, în funcție de vârstă, pentru a se dezvolta corect și a avea energie pentru activitățile zilnice. Odihna insuficientă poate afecta negativ starea de sănătate, crește riscul de oboseală cronică și afectează capacitatea de concentrare.

Importanța somnului de calitate este dată de influențele pe care le are asupra organismului:

- Repararea celulară: În timpul somnului, organismul efectuează procese de regenerare celulară și de refacere a țesuturilor.
- Funcția cognitivă: Somnul ajută la consolidarea memoriei și la optimizarea funcțiilor cognitive.
- Sănătatea emoțională: Lipsa de somn poate duce la iritabilitate și la o scădere a capacității de gestionare a stresului.
- Stabilirea unei rutine de somn: Este important să aibă o oră de culcare constantă și un program regulat de trezire, chiar și în weekenduri. Aceasta ajută la reglarea ritmului biologic și îmbunătățește calitatea somnului.

Pentru un somn odihnitor, se recomandă stabilirea unui program regulat de somn, evitarea dispozitivelor electronice înainte de culcare și crearea unui mediu relaxant în dormitor. Somnul este vital pentru refacerea corpului și a minții.

3. Timpul de calitate și managementul stresului

Timpul de calitate este acel interval în care ne concentrăm pe activități care ne aduc satisfacție personală și relaxare. Acesta poate include petrecerea timpului cu familia, prietenii, hobby-uri sau activități recreative.

Beneficiile timpului de calitate sunt în principal următoarele:

- Reducerea stresului: Activitățile plăcute și relaxante ajută la scăderea nivelului de cortizol, hormonul stresului, și la creșterea nivelului de serotonină, hormonul fericirii.
- Îmbunătățirea relațiilor sociale: Interacțiunile pozitive cu cei din jur contribuie la bunăstarea psihică și emoțională.
- Echilibrul între muncă și viața personală: Gestionarea timpului liber și a obligațiilor zilnice într-un mod echilibrat previne burnout-ul și crește productivitatea pe termen lung.

Stresul școlar poate afecta negativ sănătatea mentală a elevilor. Pentru a reduce stresul școlar și supraîncărcarea programului elevilor este bine să urmărim:

- Organizarea eficientă a timpului: Este important ca elevii să își gestioneze bine timpul, astfel încât să își poată finaliza temele și să aibă timp pentru relaxare. Un program bine structurat ajută la reducerea stresului.
- Timp pentru hobby-uri: Timpul liber trebuie să includă activități care îi relaxează și le aduc plăcere, cum ar fi cititul, desenul sau orice hobby care le face plăcere.
- Timp de calitate cu familia și prietenii: Relațiile sociale sănătoase contribuie la dezvoltarea armonioasă și la gestionarea emoțiilor și a problemelor școlare.

4. Activitatea fizică regulată

Mișcarea este un alt element esențial pentru menținerea sănătății. Se recomandă minimum 150 de minute de activitate fizică moderată pe săptămână. Exercițiile fizice au multiple beneficii, printre care:

- Îmbunătățirea circulației sângelui și reducerea riscului de boli cardiovasculare.
- Menținerea unei greutate sănatoase prin arderea caloriilor și dezvoltarea masei musculare.
- Îmbunătățirea stării de spirit și a sănătății mentale, reducând simptomele de anxietate și depresie.
- Cel puțin 60 de minute de activitate fizică pe zi: Elevii trebuie să fie activi fizic zilnic. Aceasta poate include sporturi de echipă (fotbal, baschet), alergat, mers cu bicicleta sau jocuri în aer liber.
- Învățarea și participarea la sporturi organizate: Pe lângă orele de educație fizică din școală, elevii ar trebui încurajați să participe la sporturi organizate, care le dezvoltă spiritul de echipă și coordonarea.
- Mișcare în timpul pauzelor: În pauze, este bine să evite statul pe scaun și să facă mișcare, fie că este vorba de plimbări scurte sau jocuri.

Mișcarea contribuie la dezvoltarea fizică și la menținerea sănătății.

5. Igiena personală

Păstrarea unei igiene adecvate ajută la prevenirea bolilor și la menținerea sănătății.

- Spălarea regulată a mâinilor: Este una dintre cele mai eficiente metode de prevenire a îmbolnăvirilor. Elevii trebuie să se spele pe mâini înainte de mese și după utilizarea toaletei.
- Igiena dentară: Spălătul pe dinți de două ori pe zi și folosirea aței dentare sunt necesare pentru prevenirea cariilor și menținerea sănătății orale.
- Dușuri regulate: Menținerea curățeniei corpului prin dușuri regulate ajută la evitarea infecțiilor și a disconfortului.

6. Limitarea timpului petrecut în fața ecranelor

Utilizarea excesivă a dispozitivelor electronice poate avea un impact negativ asupra sănătății fizice și mentale. Se impun următoarele măsuri:

- Reducerea timpului petrecut pe dispozitive electronice: Elevii nu ar trebui să petreacă mai mult de 2 ore pe zi în fața ecranelor (televizor, computer, telefon). În schimb, ar trebui încurajate activitățile fizice și sociale.
- Activități în aer liber: Petrecerea timpului în natură este benefică pentru sănătatea mentală și fizică. Jocurile în aer liber îi ajută pe elevi să se relaxeze și să își îmbunătățească tonusul muscular.

Adoptarea unui comportament sănătos din copilărie îi ajută pe elevi să devină adulți sănătoși și echilibrați. Prin respectarea unor reguli de viață sănătoasă – alimentație echilibrată, activitate fizică regulată, somn suficient și gestionarea corectă a timpului – elevii își pot dezvolta abilitățile și pot trăi o viață plină de energie și vitalitate.

Un stil de viață sănătos, bazat pe alimentație corectă, odihnă suficientă și timp de calitate, asigură un echilibru între corp și minte. Este important să facem alegeri conștiente pentru a ne îmbunătăți calitatea vieții pe termen lung. Integrând treptat aceste principii în viața de zi cu zi, ne putem bucura de o sănătate mai bună, o energie sporită și o stare de bine constantă.

„MADE FOR EUROPE” - O COMPETIȚIE NAȚIONALĂ DE PROIECTE ERASMUS+ (DISEMINARE PROIECT ERASMUS+ROBOTIC4HUMANS)

Profesor Rusu Sofica, Colegiul Național „Horea, Cloșca și Crișan” Alba Iulia

Competiția națională MADE FOR EUROPE -2024 a avut loc la Călimănești, în județul Vâlcea, în perioada 24-27 aprilie și a adus pe scenă cele mai interesante produse realizate de elevi în cadrul proiectelor Erasmus+ derulate în anul școlar 2023-2024 în țară. Prin activitatea în proiectul european de parteneriat, RoboTIC4HUMAN, elevii Colegiul Național „Horea, Cloșca și Crișan” din Alba Iulia au fost adevărați ambasadori ai României în Europa, atât în Polonia, la Olsztyn, în septembrie 2023 cât și în Portugalia, la Braga, în februarie 2024. Prin produsele create în cei doi ani de proiect Erasmus +, elevii au promovat o imagine pozitivă a României în Europa și a valorilor școlii românești, fapt ce i-a determinat să participe la prestigiosul concurs de proiecte europene, „Made for Europe”, ediția din 2024.

Exercițiile cu roboții mBot2 și cu brațul ergo (Poppy Ergo Junior), discuțiile despre rolul roboților în viața noastră și etica folosirii inteligenței artificiale în viitorul apropiat, redactarea în patru limbi a unei cărți de bucate conținând rețete culinare din cele patru țări ale parteneriatului (România, Franța, Polonia, Portugalia), redactarea (în cele patru limbi ale parteneriatului și în limba engleză) a unui glosar cu termeni tehnici din domeniul roboticii, o carte despre activitatea științifică a femeilor din domeniul STEM și multe alte produse media în limba engleză sunt nu puținele produse finale ale acestui interesant și provocator proiect Erasmus+ RoboTIC4HUMANS -au service de l'acquisition de compétences dans l'éducation et la formation (2022-2024/ Număr contract de finanțare: 2022-1-FR01-KA220-VET-000086485).

Pentru ingeniozitate, creativitate și modul în care a fost prezentat proiectul și produsele realizate în echipe mixte internaționale, elevii Colegiului Național „Horea, Cloșca și Crișan” din Alba Iulia au primit Premiul I la etapa națională a prestigiosului concurs de proiecte Erasmus+, „Made for Europe”, Ediția a XVI-a, Călimănești.

Imagini de la Festivitatea de premiere a concursului MADE FOR EUROPE, Călimănești 2024, Ediția a XVI-a, etapa națională:



La etapa pe județ a concursului Made for Europe, elevii participanți la proiectul Erasmus+ RoboTIC4HUMANS au încântat publicul cu ingenioasa prezentare a roboților mBot 2 (video-uri și fotografii) și cu descrierea activităților de programare a acestor roboți mBot 2 dotați cu senzori de sunet și culoare. Elevii au relatat impresii despre avantajele învățării prin colaborare, în echipe mixte internaționale și despre experiențele interculturale de neuitat dobândite la workshopurile din Polonia (septembrie 2023) și din Portugalia (februarie 2024).

O expoziție tematică a fost realizată, de asemenea, la etapa județeană a concursului Made for Europe, ea relevând dorința elevilor de a fi parteneri în acest proiect care, prin obiectivele sale ambițioase își propune să dezvolte la elevi și profesori competențe tehnice (mecanică și informatică), competențe lingvistice (exprimare în limbi străine, mai ales în limba engleză), competențe interculturale și alte competențe-cheie.

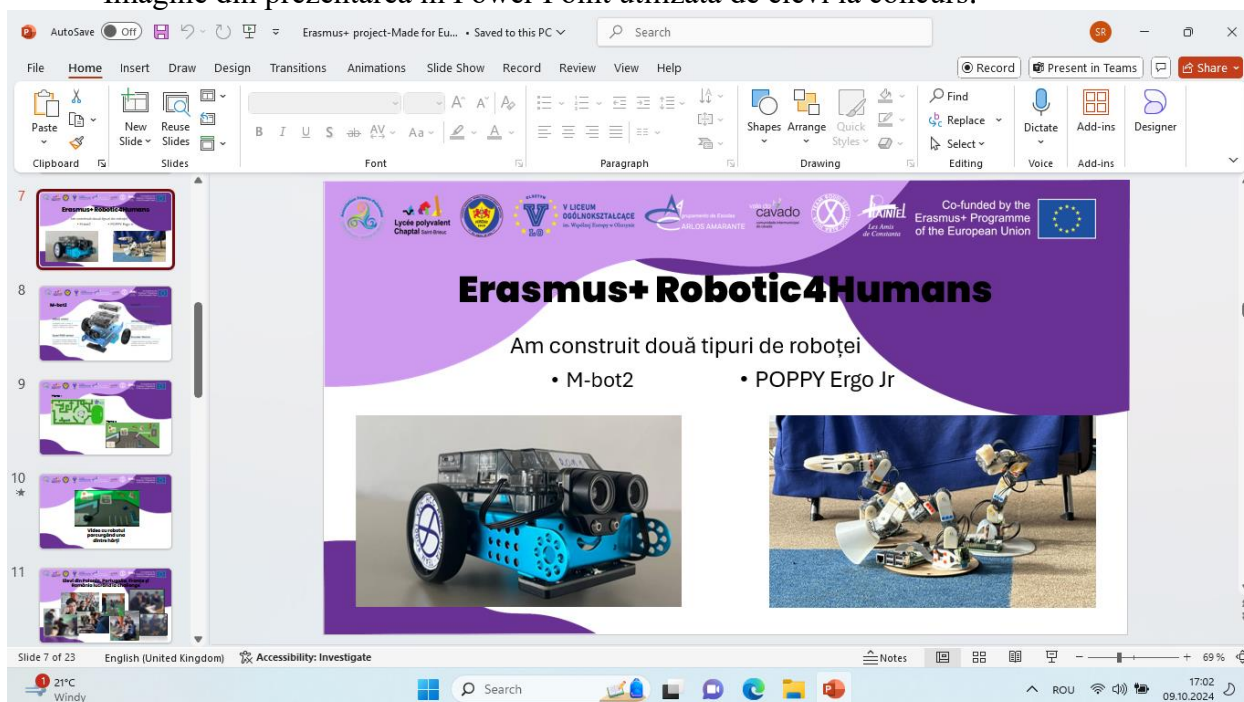
Imagini de la etapa județeană a concursului Made for Europe, Ediția a XVI-a Alba Iulia:



La etapa județeană a concursului național „Made for Europe” – ediția 2024, organizat în 29 martie 2024, găzduit de Școala Gimnazială „Avram Iancu” Alba Iulia s-au înscris nouă unități de învățământ din județul Alba, cu un număr de 17 produse realizate de elevi, în cadrul unui număr de 13 proiecte. Elevii de la Colegiul Național „Horea, Cloșca și Crișan” din Alba Iulia au fost evaluați după criteriile specifice acestui concurs, menționate în Regulamentul specific de organizare și desfășurare a Concursului național „Made for Europe” și au obținut premiul I pe județ, fiind cei mai buni. Dintre criterii menționăm: relevanța educațională a produselor (facilitează dezvoltarea de competențe-cheie, asigură egalitatea de șanse și incluziunea, eliminând diferențele și barierele educaționale- religioase, sociale, culturale, de gen etc); produsul poate fi folosit în activități

extracurriculare sau în alt context de învățare (transferabilitatea produsului), caracterul practic al produsului (facilitează progresul școlar, este atractiv și ușor de utilizat de către elevi), caracterul valorizator al produsului, calitatea prezentării produsului.

Imagine din prezentarea în Power Point utilizată de elevi la concurs:



Bibliografie:

1. Criterii de jurizare (on line), consultat în 1 iunie 2024, disponibil la adresa: https://isjalba.ro/wp-content/uploads/2024/03/Anexa-2_Criterii-de-jurizare-M4E-2024.pdf
2. Etapa județeană a concursului național Made for Europe la Alba Iulia (on line), consultat în 3 iunie 2024, disponibil la adresa: <https://www.radiounirea.ro/etapa-judetana-a-concursului-national-made-for-europe-la-alba-iulia-140011.html>
3. Concursul Made for Europe faza națională debutează la Călimănești (on line), consultat în 25 mai 2024, disponibil la adresa: <https://www.curierul.ro/concursul-made-for-europe-faza-nationala-debuteaza-la-calimanesti/>

TAINA UNIVERSULUI COPILĂRIEI ÎN NUVELISTICA SLAVICIANĂ

Prof. Țuculete Marinela, Liceul cu Program Sportiv Alba Iulia

Cei mai mulți eroi ai lui Slavici descind dintr-un prototip etnic, iar nuvelele sale sunt străbătute de o tendință educativă manifestată în prima perioadă de creație prin acea **sfătoșenie** a vârstnicilor care cu experiența lor de viață sunt, ca în civilizațiile arhaice, dascăli înțelepți. Rostul intelectualului în mijlocul țărănimii s-a definit încă din a doua jumătate a secolului al XVIII-lea, când iluminismul a deschis o epocă nouă în istoria culturală a acestei provincii.

Preotul și învățătorul trebuie să aibă la țară nu numai o funcție morală, ci și de luminare sau îndrumare economică. Ei vor fi aceia care vor tâlmăci poporului neștiutor de carte pildele din diferite cărți ce aveau drept scop luminarea minții. Ei vor da exemplu de conduită morală sau de

bună gospodărire în lumea în care trăiesc. Aceste aspecte vor fi prezentate de către Slavici în nuvela *Budulea Taichii*. În această nuvelă accentul nu cade pe participarea intelectualului la munca de ridicare a satului, ci pe procesul de formare a lui. Slavici va arăta ca și în *Popa Tanda*, nu numai cum este această intelectualitate rurală, ci și cum ar trebui să fie. Există și aici o tendință, dar ea e și mai bine învăluită în haina artei.

Budulea Taichii înfățișează o situație tipică din Ardealul epocii. După 1848 numărul școlilor românești de aici au început să crească și cele existente și-au îmbunătățit calitatea. Crește, de asemenea, și numărul elevilor rămași înscriși în aceste institute sau școli pedagogice. Elevii o duc greu, majoritatea fiind fii de țărani sau de mici burghezi cu mijloace de existență modeste. Totuși ei rezistă, străbat bucurându-se că se pot împărtăși din izvorul nesecat al culturii, câștigându-și alte perspective de existență. Toate aceste lucruri le-a trăit și Slavici, observându-le în sânul societății ardelen.

Asemenea *Amintirilor* lui Creangă, nuvela *Budulea Taichii* are un pronunțat caracter autobiografic și „e plină de autenticitatea lucrului trăit cu o mare intensitate, la o vârstă când impresiile sunt deosebit de puternice și, tocmai de aceea, evocate cu atâta plăcere.” Spre deosebire de *Amintirile* lui Creangă, în *Budulea Taichii*, în centrul povestirii nu e însă autorul, ci un alt personaj, Huțu.

Mihai Budulea este fiul unui cimpoeș sărac, din Cocorăști. La îndemnul dascălului Clăiță, va fi dat la carte fiindcă prinsese gustul pentru învățătură. Dascălul Clăiță vede în băiatul tenace un viitor ginere pentru una dintre cele cinci fete ale sale. Ambiția dascălului este aceea de a-l lansa pe Huțu pe o cale a ascensiunii cu obiective din ce în ce mai înalte. Băiatul își propune să devină la început doar învățător, ca și dascălul său din sat, dar odată pornit, se pare că nimic nu-l mai poate opri. Ajuns în gimnaziu, vrea să devină profesor de gimnaziu. Trimis pentru aceasta la facultate, își dorește să ajungă dascăl mare, apoi călugăr arhieru, cu posibilitatea de avansare. Ascensiunea lui este blocată la un moment dat și tânărul de mare viitor, se întoarce ca preot în satul natal, ca să-l organizeze și să-l ridice.

Slavici va urmări „...devenirea unui caracter, în etapele ei succesive, prezentând toate influențele care lucrează spre a face ca un om să fie ceea ce este.” Huțu va avea de ales între câteva meserii, între două medii, sat și oraș, între câteva perspective matrimoniale ce i se prezintă succesiv sau concomitent. Slavici procedează într-o manieră originală în ceea ce privește rezolvarea conflictuală. „În loc să concentreze toate aceste noduri de dispută interioară într-un singur personaj, ca purtător și obiect al devenirii, el segmentează în patru substanța conflictuală, repartizând-o unor personaje diverse, responsabil fiecare pentru câte o singură linie dinamică.”

Atât în *Popa Tanda*, cât și în *Budulea Taichii*, se pune problema imitației ca mecanism de modificare și progres. În *Popa Tanda* procesul e văzut din unghiul inițiatorului care trage după sine, prin exemplul personal, o întreagă colectivitate, iar în *Budulea Taichii* avem de-a face cu un exponent umil care „se subordonează unui comandament de progres prin reproducerea binelui demonstrat de alții... Slavici face din această istorioară cu tâlc, care pune în discuție probleme grave, o comedie a imitației, iar din eroul său – un mim al stereotipiei.”

Huțu este la început copia exactă a tatălui său, suportându-și calm și resemnat condiția. Merge împreună cu tatăl său prin case la urat, îi ține cimpoaiele sau cântă când îi vine rândul. Demnitatea lui e imperturbabilă. Tăcut, pasiv, răbdător, îndemânatic, e un mic mister, o minusculă curiozitate. La școală, modelul lui va fi altul, dascălul Clăiță. Băiatul e mai mare decât ceilalți școlari și e plin de prestanță, dar autoritatea sa pare abstractă și lipsită de sentimentul importanței. El ține vergeaua, îi învață pe colegii mai mici buchea, le administrează corecții disciplinare cu o mare seriozitate. El a îndeplinit la început fără reproș condiția subordonatului, apoi se adaptează condiției superiorității ierarhice. De la Wondracek, profesorul din clasele secundare, va împrumuta alte ticuri și obișnuințe, iar mai târziu, la universitate, vrând să fie aidoma modelelor sale, va reproduce și calități ale acestora. Se făcuse mai așezat de cum fusese, încerca să explice toate lucrurile asemenea profesorilor săi. Acțiunile lui Huțu se par firești, izvorâte dintr-un suflet cu multă energie, dar această energie este ponderată, dirijată de un caracter tare, chiar dacă multora Huțu li se pare impersonal, capabil doar de imitație. Ascensiunea lui Huțu nu e nici vanitoasă, nici

interesată și nici orientată spre un țel întrevăzut cu claritate, ceea ce ar fi dat naștere la o dramă, așa cum susține Magdalena Popescu. Ascensiunea sa este cea a unui tânăr ieșit din rândurile țăranimii simple și sfioase, care descoperă încetul cu încetul o altă lume unde fiecare lucru se poate explica, o lume necunoscută sieși și celor din rândul cărora a plecat. Având în vedere faptul că Huțu venea dintr-o lume a țăranimii neștiutoare de carte, imitarea modelelor, a dascălilor, pe care îi are, pare normală, ea nu scade cu nimic din caracterul personajului.

Magdalena Popescu observa că nici celelalte personaje nu sunt scutite de mecanismul imitației. Astfel, Budulea cel bătrân privește ca posibilă *domnirea* lui Huțu numai după ce află că și dascălul Clăiță fusese băiat de oameni sărmani, feciorul paraclisierului din satul Vădeni. Naratorul, la rândul lui, datorită simpatiei pe care i-o poartă lui Huțu, va fi copia sa fidelă, reproducându-i câteva gesturi.

Devenirea lui Huțu, ca acumulare cantitativă, e subliniată în ritmica ei simetrică de comentariile – refren ale lui Budulea cel bătrân sau ale naratorului. „*Mă duc și eu la oraș, fiindcă am un fecior la școlile cele mari. Are să iasă dascăl. Eu sunt Budulea cimpoieșul de la Cocorăști.*” Bucuria cimpoieșului se revarsă în refrenele copilărești sau în diferite formule ludice.

Huțu este pus în situația să aleagă să adopte o atitudine de judecată personală și discernământ. Între posibilitatea de a deveni episcop departe de sat și de părinți și posibilitatea de a fi preot într-un sat mărunț, mângâiat de conștiința datoriei împlinite, Huțu alege a doua posibilitate, confirmând astfel că ambiția sa era bine orientată. Slavici introduce însă a treia variantă, Huțu va deveni protopop, asemenea lui Avesalom Todea, acesta posedând tot ce s-ar putea închipui pentru imaginea unei fericiri casnice și așezate: avere, rang, prestigiu, o nevastă ispititoare și două fete frumoase.

Huțu, întorcându-se printre ai săi, își soluționează viața personală în chipul cel mai convenabil, fără să facă acest lucru din constrângere sau ca o renunțare, atingând astfel suprema posibilitate de satisfacere a instinctelor vitale ale individului.

Bătrânul Budulea are capacitatea de a adera la orice situație i s-ar oferi, nu pentru motivul de a fi fericit, cât pentru a-și arăta în fața celorlalți energia persuasivă. El începe prin a fi umilul prin excelență, pătruns de necesitatea condiției sale. E doar un prost, un sărman, locul lui e cel din urmă în biserică și nici nu îndrăznește să ridice ochii până la dascălul Clăiță. Copilul lui nu poate fi altfel decât el. Această umilință asumată și susținută cu o bună dispoziție tonică și mulțumire de sine îi aduce de pretutindeni simpatii tolerante. Budulea realizează condiția entuziasmului ajungând până la fiorul intuiției metafizice, după cum remarca George Călinescu. Forței scrisului îi atribuie însușiri miraculoase, căci ea permite oamenilor să se înțeleagă dincolo de barierele limbii și ale timpului.

Dacă Budulea, bătrânul, „*se manifestă pe o dominantă afectivă, dascălul Clăiță este cel care poartă responsabilitatea hotărârilor, el este instanța supremă de decizie.*” Clăiță va decide primul pas și cel mai important din lunga escaladă a proiectelor depășite, pe rând, de Huțu. El va fi consultat mereu la fiecare răscruce de drumuri, va găsi argumente de susținere pentru ascensiunea lui Huțu, chiar împotriva voinței sale.

Naratorul se autocaracterizează în ipostaze diferite. El este pe rând admiratorul, imitatorul, subordonatul sau martorul personajului principal, animat de variate atitudini, pendulând între simpatie și dezamăgire.

BIBLIOGRAFIE:

- Popescu, Magdalena, *Ioan Slavici*, București, Editura Cartea Românească, 1977.
Manolescu, Nicolae, *Istoria critică a literaturii române*, Pitești, Editura Paralela 45, 2008.
Vianu, Tudor, *Arta prozatorilor români*, București, Editura Minerva, 1988.
Călinescu, George, *Istoria literaturii române de la origini până în prezent*, București, Editura Minerva, 1982.

E – URILE DIN ALIMENTE

Prof. Nandrea Maria - Școala Gimnazială „Ion Agârbiceanu” Alba Iulia

E – urile sunt aditivi care se folosesc la prepararea unor produse alimentare în scopul ameliorării calității acestora și prelungirii perioadei în care acestea pot fi consumate.

Tipuri de E – uri:

Coloranți – schimbă sau dau culoare alimentelor și sunt notați cu E100 până la E180;

Edulcoranți – folosiți pentru îndulcirea alimentelor;

Acidifiianți – dau alimentelor gustul acid;

Corectori de aciditate – cresc sau micșorează aciditatea;

Corectori de gust și miros – schimbă gustul și mirosul alimentelor;

Emulgatori – asigură un amestec omogen între apă și grăsimi, sunt notați cu simboluri de la E400 la E500;

Conservanți – împiedică alterarea alimentelor, sunt notați cu simboluri de la E200 la E290;

Antioxidanți – limitează oxidarea alimentelor care vin în contact cu aerul, sunt notați cu simboluri de la E300 la E337;

Propulsori – servesc la expulzarea alimentelor din ambalaje (oxigen, dioxid de carbon și azot).

E – urile bune pentru organism:

E140 – clorofila este un colorant natural folosit pentru colorarea pastelor de dinți, a cosmeticelor sau în cofetării. Se găsește în toate plantele de culoare verde și nu este toxică;

E300 – vitamina B2 sau riboflavina. Se găsește în cereale, vegetale și produse lactate;

E306 – vitamina E sau tocoferolul este un antioxidant natural care ajută la regenerarea celulelor. Se găsește într-o varietate de cereale, nuci sau legume, dar și în ficat.

E322 – lecitina este un antioxidant natural. Este răspândită atât în regnul animal (gălbenuș de ou, creier, inimă, ficat) cât și în regnul vegetal (semințe de floarea soarelui, porumb, soia, bumbac);

E407 – caragenananul este un emulsifiant natural și se găsește în algele roșii;

E440 – Vitamina C naturală sau acidul ascorbic se găsește în mod natural în majoritatea legumelor și fructelor.

E – urile rele pentru organism:

E110 sau Sunset yellow este un colorant de culoare galbenă, cancerigen folosit la fabricarea de dulciuri, prăjituri, sucuri,

E123 sau Amarant este un colorant de culoare roșie, cancerigen întâlnit în duciuri, jeleuri și brânză topită,

E124 sau Ponceau 4R este un colorant de culoare roșie, toxic folosit la fabricarea mezelurilor.

E127 sau Eritrozina este un colorant roșu care provoacă cancer al tiroidei la animale. Se găsește în alcool, înghețată, prăjituri, bomboane și sucuri răcoritoare,

E128 sau Roșu 2G este un colorant mutagen și toxic întâlnit la hamburgeri.

E211 sau acidul benzoic poate fi posibil cancerigen întâlnit în unele băuturi răcoritoare.

E220 – E228 sau sulfiții sunt conservanți care pot provoca boli intestinale și alergii. Se găsesc în cartofi deshidratați, fructe confiate, prăjituri, bere, vin sau oțet din vin.

E230 sau bifenil este un conservant toxic care se găsește în citrice și poate produce boli de piele.

E231 sau ortofenil fenol este un conservant toxic, posibil cancerigen care se găsește în citrice.

E954 sau Zaharina este un posibil îndulcitor cancerigen întâlnit în guma de mestecat, produse dulci și băuturi răcoritoare.

E320 sau butil hidroxi-anisol este un conservant posibil cancerigen din cartofi deshidratați, uleiuri vegetale, supe concentrate, sosuri și gumă de mestecat.

E321 sau acidul benzoic este un antioxidant posibil cancerigen care determină creșterea colesterolului și se găsește în margarină.

E425 sau glucomanan este agent de textură care are efect toxic respirator. Poate fi întâlnit în jeleuri.

E621 sau glutamat monosodic are efect toxic asupra sistemului nervos întâlnit în condimente și supe concentrate.

E950 sau Acetsulfam K este un îndulcitor posibil cancerigen găsit în guma de mestecat, produse zaharoase și băuturi răcoritoare.

Ce otrăvuri conțin răcoritoarele fără zahăr?

E221 (benzoatul de sodiu) este folosit ca antiseptic, conservant alimentar și pentru a masca gustul unor alimente de calitate slabă; băuturile răcoritoare cu aromă de citrice conțin o cantitate mare de benzoat de sodiu (până la 25mg/250ml); se cunoaște că provoacă urticarie și agravează astmul. Asociația consumatorilor din Piața Comună Europeană, împreună cu Institutul de Oncologie din Germania, îl considera cancerigen, însă în România este permis; interzis în SUA, se arată în studiul „Atitudini și percepții față de alimentația sănătoasă” realizat de compania de cercetare de piață EXACT.

E330 (acid citric) produce afecțiuni ale cavității bucale (afte) și are acțiune cancerigenă. Se găsește în cele mai multe sucuri care se află în comerț, în muștar (sub forme de arome), în conservele de ciuperci.

E338 (acid fosforic) produce tulburări digestive (indigestie, vomă, colici abdominale ș.a.), este folosit în preparatele din brânză.

E951 (aspartam) este un îndulcitor artificial des folosit și poate fi sursa a peste 70 de tipuri de boli, fiind cancerigen. Întâlnit în guma de mestecat, în produsele zaharoase, în băuturile răcoritoare. Este interzis în SUA.

Concluzionând, în raport cu de cele arătate mai sus, este impetuos necesar ca disciplina Educație pentru sănătate, cu un conținut adaptat vârstelor școlare să fie introdusă ca disciplină obligatorie în învățământul preuniversitar.

BIBLIOGRAFIE

<https://saltandpeppercatering.ro/aditivi-alimentari-periculoși-pentru-organismul-uman>

Ciurea [A. V., F. V. Edu](#), 2010, E-urile. Ghid de buzunar., Ed. Transilvania Expresss

[C. Antonov](#), 2015, E-Urile Periculoase, Ed. Dexon

JOCURILE DIDACTICE LA CLASELE I-IV: IMPORTANȚĂ ȘI APLICABILITATE

Prof. inv. primar Mănescu Cristina-Monica, Liceul Tehnologic „Țara Moșilor” Albac

Jocurile didactice reprezintă una dintre cele mai eficiente și atractive metode de învățare în cadrul ciclului primar, oferind elevilor posibilitatea de a asimila noțiuni noi într-un mod interactiv și plăcut. La clasele I-IV, aceste jocuri sunt esențiale deoarece copiii se află într-o etapă de dezvoltare în care învățarea prin activități ludice este naturală și stimulează în mod direct interesul pentru cunoaștere. Jocul este o activitate prin excelență atractivă pentru copii și are rolul de a dezvolta simultan atât competențele cognitive, cât și pe cele socio-emoționale, având în același timp un impact benefic asupra motivației pentru învățare.

1. Definirea jocului didactic

Jocurile didactice sunt activități structurate care combină elementele ludice cu obiective educaționale clare. Acestea nu doar că distrează copiii, dar sunt concepute pentru a atinge anumite scopuri didactice, cum ar fi consolidarea noțiunilor matematice, dezvoltarea vocabularului,

înțelegerea fenomenelor științifice sau aprofundarea regulilor de gramatică. În cadrul ciclului primar, jocurile didactice sunt folosite pentru a crea o legătură între teorie și practică, între cunoașterea abstractă și aplicarea concretă a acesteia.

2. Tipuri de jocuri didactice

Există numeroase tipuri de jocuri didactice care pot fi utilizate în procesul de predare-învățare la clasele I-IV:

- **Jocuri de dezvoltare a limbajului:** Aceste jocuri sunt esențiale pentru extinderea vocabularului, îmbunătățirea capacității de comunicare și dezvoltarea abilităților de citire și scriere. Un exemplu clasic este jocul „Spânzurătoarea”, în care elevii trebuie să ghicească cuvinte pe baza literelor, exersând astfel atât ortografia, cât și gândirea logică.
- **Jocuri matematice:** Acestea sunt destinate consolidării noțiunilor numerice și a operațiilor matematice. De exemplu, „Domino matematic” îi ajută pe elevi să își exerseze adunările și scăderile prin asocierea corectă a pieselor de joc.
- **Jocuri de grup pentru dezvoltarea socială:** Aceste jocuri promovează colaborarea, lucrul în echipă și respectul față de colegi. Prin activități cum ar fi „Ștafeta cunoștințelor” sau „Ghicește cine sunt”, elevii învață să lucreze împreună, să comunice eficient și să își dezvolte abilitățile sociale.
- **Jocuri pentru dezvoltarea gândirii critice și creative:** Acestea sunt utile pentru stimularea imaginației și a capacității de rezolvare a problemelor. De exemplu, „Puzzle-ul cunoștințelor” implică aranjarea corectă a unor piese pentru a obține o imagine sau un concept învățat la clasă.

3. Beneficiile jocurilor didactice

Jocurile didactice au multiple beneficii pentru dezvoltarea elevilor din clasele primare. Unul dintre cele mai importante avantaje este că transformă învățarea într-un proces atractiv, scăzând anxietatea asociată cu performanța academică și crescând dorința de a participa activ la lecții. Prin intermediul acestor jocuri, elevii pot repeta și consolida cunoștințele fără să simtă presiunea unui exercițiu formal. De asemenea, jocurile dezvoltă atenția, memoria și gândirea logică, ajutând la formarea unor competențe esențiale pentru educația viitoare.

Un alt aspect important este dezvoltarea abilităților socio-emoționale. Jocurile de echipă și cele care implică competiție sau cooperare îi ajută pe elevi să învețe să își gestioneze emoțiile, să colaboreze cu colegii și să respecte reguli. De asemenea, aceste jocuri contribuie la creșterea încrederii în sine, deoarece succesul obținut într-o activitate ludică îi motivează să încerce și în alte domenii de învățare.

4. Rolul profesorului în utilizarea jocurilor didactice

Profesorul joacă un rol central în implementarea jocurilor didactice. Acesta trebuie să aleagă cu atenție jocurile în funcție de obiectivele lecției și de nivelul de dezvoltare al elevilor, adaptând activitatea astfel încât toți copiii să se implice activ. De asemenea, profesorul trebuie să asigure un echilibru între partea ludică și cea educativă, astfel încât elevii să se bucure de activitate, dar și să își atingă scopurile de învățare.

5. Concluzie

În concluzie, jocurile didactice reprezintă o metodă de predare extrem de valoroasă pentru clasele I-IV. Ele îmbină armonios învățarea cu joaca, oferind elevilor un mediu de studiu plăcut și dinamic. Prin joc, copiii își dezvoltă atât competențele academice, cât și cele sociale și emoționale, pregătindu-se astfel pentru următoarele etape ale procesului educațional. Utilizarea corectă a jocurilor didactice poate transforma învățarea într-o experiență captivantă și plină de satisfacții pentru toți elevii.

ACTUL DIDACTIC ÎN EVOLUȚIA CARIEREI DIDACTICE

Prof. Popa Ramona Claudia, Școala Gimnazială „Ion Agârbiceanu” Alba Iulia

Actul didactic este un concept fundamental în educație, reprezentând procesul prin care un cadru didactic facilitează învățarea și dezvoltarea elevilor. Pe parcursul carierei didactice, profesorii evoluează și își rafinează practicile pedagogice, adaptându-se la nevoile în continuă schimbare ale elevilor și societății. Evoluția carierei didactice este influențată de numeroși factori, inclusiv formarea continuă, experiența acumulată, inovațiile pedagogice și dezvoltarea personală și profesională a cadrelor didactice. Actul didactic poate fi definit ca un proces complex de interacțiune între profesor și elev, care urmărește atingerea unor obiective educaționale prestabilite.

Principalele componente ale actului didactic includ:

- Obiectivele didactice: Scopurile specifice pe care profesorul dorește să le atingă în timpul unei lecții sau al unui curs.
 - Conținutul didactic: Materialul de învățare care trebuie prezentat și asimilat de elevi.
 - Metodele și tehnicile de predare: Strategiile folosite de profesor pentru a facilita învățarea.
 - Evaluarea: Procesul de măsurare a nivelului de înțelegere și progres al elevilor.
- Cariera didactică trece prin mai multe etape, fiecare cu propriile caracteristici și provocări:
- Etapa de debut: Aceasta este perioada în care profesorii tineri intră în sistemul de învățământ și încep să aplice cunoștințele teoretice în practică. De obicei, această etapă este marcată de adaptarea la mediul școlar, învățarea din greșeli și căutarea unui stil propriu de predare.
 - Etapa de consolidare: După primii ani de experiență, profesorii încep să-și consolideze practicile pedagogice, dezvoltându-și competențele și abilitățile didactice. Această etapă este caracterizată de o mai bună gestionare a clasei, diversificarea metodelor de predare și creșterea încrederii în sine.
 - Etapa de maturitate: Profesorii ajung să stăpânească arta predării, devenind experți în domeniul lor. Ei sunt capabili să adapteze metodele și tehnicile de predare la nevoile diverse ale elevilor și să implementeze inovații pedagogice.
 - Etapa de mentorat și reflecție: Profesorii ajunși la maturitate profesională se implică adesea în activități de mentorat, ajutând colegii mai tineri să-și dezvolte carierele. De asemenea, această etapă este marcată de o reflecție continuă asupra practicilor didactice și de căutarea perfecționării.

Formarea continuă este esențială pentru evoluția carierei didactice. Aceasta permite profesorilor să fie la curent cu noile cercetări și tendințe în educație, să-și dezvolte noi competențe și să-și îmbunătățească practicile de predare. Formarea continuă poate include:

- Cursuri de specializare și certificări
- Participarea la conferințe și workshop-uri educaționale
- Colaborarea cu alți profesioniști din domeniu
- Activități de auto-reflecție și evaluare

Pe măsură ce societatea evoluează, și actul didactic trebuie să se adapteze la noile provocări și cerințe. Inovațiile pedagogice, cum ar fi utilizarea tehnologiei în clasă, învățarea bazată pe proiecte, educația incluzivă și abordările centrate pe elev, au transformat radical modul în care profesorii predau și elevii învață. Cadrele didactice trebuie să fie deschise la schimbare și să fie pregătite să integreze noi metode și resurse în procesul de predare.

Evoluția carierei didactice este un proces dinamic, care necesită adaptabilitate, deschidere spre învățare continuă și pasiune pentru educație. Profesorii joacă un rol crucial în formarea viitoarelor generații și, prin urmare, trebuie să se angajeze într-o dezvoltare profesională constantă. Actul didactic nu este doar o simplă transmitere de cunoștințe, ci o artă a formării și inspirării elevilor, care se îmbunătățește și evoluează odată cu experiența și inovația.

EFICIENȚA RELAȚIILOR CU ELEVII

Profesor Bogdan-Todică Iulia, Colegiul Național „Horea, Cloșca și Crișan” Alba Iulia

Sistemul de învățământ, privit în ansamblul său, a fost încă dintotdeauna unul complex, datorită numeroaselor componente care intră în structura sa (resursele umane, materiale, financiare etc) precum și un sistem dinamic, din perspectiva adaptabilității sale la evoluția/ schimbările/ nevoile societății într-un anumit moment al ei. Un rol deosebit de important în procesul de învățământ îl joacă resursele umane și calitatea relațiilor dintre acestea, îndeosebi relațiile la nivelul principalelor părți implicate în proces: profesorii, elevii și părinții.

Pentru profesor, cunoașterea și stăpânirea artei manageriale este esențială în stabilirea unor relații eficiente cu elevii și părinții. Un management eficient se fundamentează pe negocierea sistemului de reguli care funcționează în clasă. Negocierea presupune implicarea elevilor, activarea lor, într-un câmp esențial pentru individ, acela al exercițiului democratic. Dacă elevul este subiect pasiv în școală, nu i se va putea cere să manifeste ulterior atitudini și comportamente specifice unui cetățean. De aceea, școala trebuie să fie considerată un spațiu privilegiat, care să ofere o densitate mare de oportunități, apte să potențeze creșterea elevului.

Managementul clasei depinde hotărâtor și de imaginea pe care elevii și-o formează despre profesorul eficient, profesorii fiind supuși în mod sistematic unor teste, care configurează următoarea succesiune de întrebări: „poate profesorul să mențină ordinea?”, „știe să râdă?”, „îi înțelege pe elevi?”. Prima întrebare implică faptul că elevii așteaptă de la profesor exact acest lucru și anume să mențină ordinea. A doua întrebare implică din partea elevilor așteptarea ca menținerea ordinii să nu se transforme într-un regim de disciplină prea aspră și represivă; Cea de-a treia întrebare se referă la înțelegerea clasei ca întreg, a grupului de elevi și a statutului lor și nu la înțelegerea manifestată în raport cu anumiți membri ai grupului.

Încercând să descopere „imaginea” unui profesor care, deși păstrează ordinea, este agreat de elevi, R. Nash a ajuns la concluzia că: elevii îi privesc favorabil pe acei profesori care păstrează ordinea, sunt stricți și pedepsesc indisciplina; acei profesori care îi țin ocupați, le dau exemple, îi ajută și se fac înțeleși; care sunt interesați, neobișnuiți, aparte; care sunt cinstiți, consecvenți și nu favorizează pe nimeni; care sunt prietenoși, amabili și glumesc.

Particularități ale relației profesor – elev. Valențe formative ale profesorului în dezvoltarea personalității elevilor

Profesorii influențează imaginea de sine și stimă de sine ale elevului. Aceștia pot încuraja elevul și îi pot crea o imagine de sine pozitivă și o stimă de sine puternică sau, în egală măsură, pot critica des elevul, formându-i o imagine de sine negativă și afectându-i drastic stima de sine. Spre exemplu, un elev sensibil, a cărui imagine de sine este una negativă, va fi puternic influențat de opiniile și atitudinea profesorilor și a colegilor față de el. Modul în care se comportă și vorbește un profesor cu un elev afectează mult imaginea și stima de sine a copilului și poate afecta, de multe ori și modul în care colegii săi îl vor aborda și trata. Mai departe, o stimă de sine scăzută cauzează reale probleme copilului, atât în activitatea școlară (el nu se crede suficient de bun, pentru că ceilalți nu îl cred suficient de bun), cât și în viitor. În final, un individ cu o stimă de sine scăzută nu are o viață satisfăcătoare. Există situații în care unii profesori tind să își formeze o anumită imagine despre elevii săi, etichetându-i (uneori, injust, pe baza unor note sau a unor comportamente singulare) ca fiind elevi buni, elevi slabi, elevi mediocri, elevi obraznici, elevi cuminți etc. În baza etichetelor atribuite elevilor lor, aceștia vor tinde să îi încurajeze și să îi stimuleze pe cei considerați buni, ignorându-i des pe cei mediocri, care nu ies în evidență și criticându-i, mai des și mai aspru pe cei considerați slabi. Această tendință nu reprezintă neapărat un indice al relei voințe unui profesor, ci dimpotrivă, de multe ori, survine unei erori de natură umană. Cu toate acestea, un profesor bun va ști să evite această capcană a etichetelor false, sau să pondereze efectele ei negative, judecând fiecare elev obiectiv și încercând să potențeze la maximum calitățile tuturor membrilor clasei.

Profesorii influențează performanțele școlare ale elevului nu numai prin modul de predare a disciplinei, cât și prin modul în care aceștia își comunică așteptările pe care le au de la elevi. Recentele studii ale unor psihologi arată că așteptările profesorilor de la elevii lor sunt direct proporționale cu performanțele școlare ulterioare ale acestora. Mai specific, dacă un profesor conturează așteptări pozitive asupra unui elev pe care el îl consideră bun și cu potențial, acel elev este încurajat să încerce, să își dea străduința, să se ridice la nivelul așteptărilor profesorului; și, mai important, când profesorul consideră că un elev este bun și are potențial, se va purta mai atent cu acel elev, dându-i mai multe explicații, punându-i mai multe întrebări, încurajându-l și oferindu-i sfaturi, iertându-i, eventual micile scăpări.

Pe de altă parte, pe lângă educația disciplinei, rolul unui cadru didactic este și acela de a modela personalități. Un profesor bun și eficient cunoaște semnificația empatiei cu elevii și dincolo de materia predată, își alocă timp pentru a asculta și a înțelege nevoile elevilor, pasiunile lor, problemele cu care se confruntă (și nu cele de matematică!), acceptând că implicarea în relația cu elevii și la nivel uman, depășind conținuturile științifice, se regăsește printre parametrii definitorii ai reușitelor școlare ale acestora.

Gestionarea relației cu părinții. Colaborarea eficientă dintre școală și familie

Rolul conducător în procesul de educație îl are, fără îndoială, școala, profesorul fiind principalul intermediar al școlii cu elevul, însă, în calitate de cel mai apropiat colaborator al școlii, familia trebuie să o secondeze de aproape și sincer.

Dialogul cu familia este unul din elementele indispensabile ale reușitei școlare.

Dintotdeauna școala a colaborat cu părinții în diverse forme, dar la momentul actual, din punct de vedere a cerințelor sociale, apare mai mult ca niciodată necesitatea întăririi legăturii dintre școală și familie. Cunoașterea cerințelor specifice ale școlii, valorificarea muncii elevilor, urmărirea activității de învățare în modul familial contribuie la îmbunătățirea acestei legături, diminuează sursele de neînțelegere și plasează părinții și elevii în relații de încredere cu mediul școlar.

Școala și familia sunt cei doi piloni de rezistență ai educației. Pentru a-și exercita cu succes rolul în viața copiilor, familiile trebuie încurajate prin acțiuni sociale specifice, care favorizează derularea optimă a relațiilor educaționale.

Personalitatea profesorului este „izvorul și reglatorul” actului educativ iar scopul formal al educației este acela al formării omului responsabil, capabil de a se conduce singur pe calea binelui, a adevărului, a dreptății și a frumosului.

Pentru a deveni om cu adevărat, pentru a se cunoaște pe sine, elevul trebuie să caute să își satisfacă trebuințele psihosociale specifice, cum sunt nevoia de identitate, de apartenență la grup, de acceptare și apreciere din partea celorlalți, nevoia de statut și de participare.

Obiectivul principal al acțiunii educative este formarea personalității elevului, care este urmărit în familie, dar și în școală, astfel încât sarcinile școlare și ale familiei în materie de educație și instrucție se împletesc și se sprijină reciproc; astfel, se impune tot mai mult implicarea cadrelor didactice în relații de cooperare cu părinții copiilor.

Rolul profesorului nu se reduce doar la educația de la catedră, ci presupune o activitate de acest gen în fiecare relație cu elevii și familiile acestora, desfășurând o muncă de dezvoltare, de conducere și de îndrumare.

O relație eficientă profesor părinte presupune o ascultare activă, implicarea familiei în acțiunile extrașcolare ale copilului, cultivarea și practicarea toleranței față de un punct de vedere diferit.

Comunicarea cadrului didactic cu familia elevului se poate face prin:

- *Activități de informare și consiliere a părinților*
- *Lectoratele cu părinții*
- *Adunări comune părinți-elevi*
- *Comunicarea prin poștă*
- *Comunicarea prin telefon*

Cunoașterea elevilor și a grupurilor de elevi este una dintre principalele arii de conținut ale pregătirii tuturor cadrelor didactice, iar pentru realizarea acestui deziderat este nevoie de o colaborare strânsă între școală și familie. O preocupare permanentă în întâlnirile cu părinții este identificarea dificultăților pe care le întâmpină aceștia în comunicarea cu proprii copii, precum și prezentarea unor mijloace de optimizare a comunicării dintre aceștia. O relație bună părinte-profesor poate însemna diferența între a ști, ca părinte, cât de bine se descurcă în școală copilul tău și cât de bine transmite el că se descurcă. Astfel, colaborarea cu familia este așezată pe un fundament solid.

Direcții de îmbunătățire a relaționării eficiente profesori-părinți/ părinți-profesori

- Profesorul va informa pe părinți despre aspectele pozitive și negative din activitatea elevului la școală.
 - Este recomandat că mai întâi să fie prezentate unele aspecte pozitive, unele succese obținute la învățătură sau unele schimbări laudabile din comportamentul lui.
 - Se vor indica apoi obiectele la care elevul întâmpină greutăți, ce greșeli se observă în comportarea lui și vor fi analizate cauzele acestora.
 - Părinții vor fi informați despre posibilitățile de dezvoltare pe care le are elevul, despre aptitudinile și interesele pe care le manifestă în muncă școlară și în cea extrașcolară.
 - Este necesar că părinții să țină legătură cu școala, spre a se informa despre rezultatele muncii și despre comportarea lor la școală.
- Pentru a exista o relație optimă și autentică între partenerii implicați în procesul instructiv-educativ este necesară asumarea responsabilității de fiecare persoană implicată în acest demers. Nu se poate vorbi separat de aceste relații care se formează de-a lungul timpului petrecut în școală, ele fiind codependente, astfel încât o orice dereglare din cadrul uneia, pune în dificultate și celelalte relații.

Direcții de îmbunătățire a relaționării eficiente profesor-elev/ elev-părinte

- Relațiile dintre profesor și clasă se polarizează, în general, în sentimente de simpatie, încredere reciprocă, sau, dimpotrivă, de antipatie, neîncredere și chiar ostilitate de cele mai multe ori. Sunt și cazuri când contactul spiritual dintre profesor și elev nu trece de zona indiferenței: clasa nu există pentru profesor și nici profesorul pentru clasă.
- Inițiativa trebuie să aparțină, însă, profesorului, care, ținând seama de legea esențială a relațiilor afective interumane, potrivit căreia simpatia și bunăvoința nasc simpatie și bunăvoință, iar antipatia și ostilitatea trezesc sentimente de aceeași calitate, trebuie să conducă, să dirijeze aceste relații și să le structureze pe colaborare și cooperare reciprocă.
- Relația dintre profesor și elev trebuie să fie întemeiată pe faptul că profesorul are rolul de îndrumător, de coordonator al activității elevului și în care elevul poate să găsească la un moment dat mai mult decât un profesor, un om, o călăuză în drumul lui prin viață.
- De la profesor pornește totul: dacă acesta este agresiv sau încearcă să umilească copilul sau să îl încurce mai ales în prezența celor din jur, elevul va acționa ca atare, ori va răspunde violent, luând în batjocură cadrul didactic, ori se va retrage în sine, refuzând să mai comunice, dezvoltând astfel pe parcursul timpului blocaj emoțional.
- În relația cu profesorul, elevul are nevoie de aprecierea personalității sale în dezvoltare, de consolidarea stimei de sine, de răspuns afectiv din partea profesorului și a colegilor, nevoia de securitate pe termen îndelungat, precum și nevoia de apartenență la un grup și de acceptare din partea acestora.
- În stabilirea relației cu elevii, profesorul are ca misiune să îi unească pe elevi și să îi mobilizeze pentru a putea deveni un întreg.

- Încrederea elevilor în propriile forțe și stimă de sine pot fi obținute prin încurajarea fiecărei performanțe minore a fiecărui elev în parte, acest lucru presupunând învățarea sistematizată și personalizată. Recompensa ar trebui să primeze în locul pedepsei.
- Raporturile dintre profesor și elev nu prezintă numai o latură intelectuală. Factorul afectiv are o importanță deosebită asupra randamentului intelectual al elevului.
- Crearea de bună dispoziție în clasă reprezintă o condiție necesară în evitarea eșecului școlar. Fiecare lecție este recomandat să se desfășoare într-un climat afectiv particular, securizant, dispoziția afectivă a elevilor fiind coordonată de cadrul didactic.

Profesorii sunt, așadar, persoane reper în viața unui adolescent, oferindu-i atât educație, disciplină, ghidare, motivație și fiind întotdeauna modele (pozitive sau nu...) pentru acesta. Relația profesor-elev-părinte este una importantă, cel din mijloc petrecând, o dată cu vârsta școlară, o însemnată parte a timpului său în mediul școlar. Pentru ca valențele formative imprimare de profesor elevului să fie întotdeauna pozitive, este imperios necesar ca personalitatea cadrului didactic să fie completă, integră, armonioasă. Pedagogul Ioan Comănescu afirmă că „drumul spre autocunoaștere” și spre cunoașterea și învățarea celorlalți „are la bază cunoașterea de sine. Omul trebuie să aibă curajul de a se privi în oglindă, de a se vedea așa cum este el și de a aduce corecțiile necesare îndeplinirii de sine”. Altfel spus, eficiența relațiilor pe care profesorul le dezvoltă, în primul rând cu elevul dar și cu părinții, respectiv colectivul de colegi și cu ceilalți colaboratori ai școlii, este într-o corelație directă și strânsă cu eficiența personală și anume cu gradul de cunoaștere al propriei personalități, respectiv gradul de confort vizavi de propria persoană, cu nivelul de satisfacție al vieții personale, respectiv al pregătirii profesionale.

În concluzie, gestionarea, în calitate de profesor, a relațiilor cu principalii beneficiari ai procesului de învățământ, direcți - elevii și apoi indirecti – părinții, este o sarcină laborioasă, dificilă, complexă, care necesită în permanență atenție, perfecționare, meticulozitate, diplomatie, feedback, răbdare, perseverență, dar mai ales pasiune și dedicație față de scopul final: pregătirea educatului pentru a deveni, la rândul său, educator.

IMPORTANȚA CULTURALĂ A PAPANAȘILOR

Prof. dr. Albescu Nadia-Flaviana, Liceul de Arte „Regina Maria” Alba Iulia

Papanașii sunt un desert tradițional românesc, foarte apreciat și preferat de consumatorii din întreaga țară. Istoria bogată și prezența lor constantă în bucătăria românească determină specialiștii domeniului să considere papanașii mai mult decât o simplă delicată, fiind o resursă culinară capabilă să satisfacă și cele mai pretențioase gusturi. În sprijinul demonstrării și validării integrării papanașilor pe lista elementelor de interes gastronomic la nivelul reprezentativității României în tematica proiectului Erasmus+ HERA¹, acest studiu explorează importanța culturală a papanașilor, analizând originile, evoluția, rețetele tradiționale și semnificația lor în cadrul identității gastronomice și culturale a României.

Papanașii se arată a fi un desert cu origini vechi, ale cărui rădăcini sunt identificate în tradițiile culinare ale Europei Centrale și de Est. Cu toate că rețeta exactă variază în funcție de regiune, ingredientele care stau la baza rețetei rămân aceleași: brânza de vaci, făina, ouăle, zahărul și dulceața. O presupunere a genezei papanașilor ar fi fost necesitatea valorificării brânzei de vaci și

¹ Proiectul, care a reunit cele patru țări partenere (Franța – coordonator, Italia, Polonia și România) a angrenat profesori și elevi din cadrul Liceului de Arte „Regina Maria” Alba Iulia, pe parcursul anilor școlari 2022-2023 și 2023-2024.

a altor produse lactate care se găseau în exces, rețeta fiind o demonstrație a ingeniozității culinare a gospodinelor române.²

De-a lungul timpului, rețetele de papanashi s-au diversificat și s-au transformat local în funcție de gusturile și preferințele consumatorilor. Există două variante principale de papanashi: papanashii fierți și papanashii prăjiți. Papanashii fierți au o consistență moale și sunt mai ușori, fiind de cele mai multe ori serviți cu smântână și dulceață de fructe. Pe de altă parte, papanashii prăjiți sunt asemenea unei gogoși tradiționale - crocanți la exterior și pufoși la interior. Și această variantă de papanashi este adesea servită cu smântână și dulceață, uneori chiar cu zahăr pudră.³

În unele regiuni, ingeniozitatea gospodinelor a adăugat rețetei papanashilor diverse arome, cum ar fi vanilia sau coaja de lămâie, în timp ce în alte rețete aceștia apar umpluți cu gem sau cu cremă. Versatilitatea rețetei scoate în evidență diversitatea culturală a României și disponibilitatea desertului de a asimila influențe culinare din diverse tradiții.⁴

Papanashii au un renume de necontestat în cultura gastronomică românească, fiind adesea prezenți pe masa momentelor festive sau a ocaziilor speciale. În multe zone, papanashii sunt preparați cu ocazia sărbătorilor religioase importante, a nunților sau a altor evenimente importante. Desertul simbolizează, în sine, ospitalitatea și generozitatea, fiind oferit oaspeților cu o foarte mare plăcere.⁵

Mai mult, papanashii reprezintă și un element de legătură între generații. Rețeta este transmisă de la mamă la fiică și păstrează vie tradiția culinară a familiei. Rețetele de papanashi sunt adesea păstrate cu mare grijă și transmise tinerelor generații ca moștenire culturală, ceea ce evidențiază importanța acestui desert în păstrarea identității gastronomice românești.⁶

Papanashii au devenit un simbol al bucătăriei românești și în cultura populară. Regăsim prezentarea papanashilor în diverse cărți de bucate, emisiuni culinare sau bloguri gastronomice. De asemenea, papanashii sunt frecvent promovați în cadrul festivalurilor culinare și târgurilor tradiționale, unde sunt văzuți ca un element de atracție principală pentru vizitatori.⁷

În media, papanashii sunt adesea prezentați ca un desert reprezentativ al României, iar rețetele tradiționale sunt redactate sub forma unui exemplu de autenticitate și tradiție. Această perspectivă a contribuit la creșterea popularității papanashilor nu numai în țară, ci și în afara granițelor țării, unde sunt considerați un simbol al culturii românești.⁸

Prin promovarea valorilor tradiționale și a patrimoniului cultural, papanashii contribuie la consolidarea identității naționale românești. Surprinzătorul desert reprezintă o legătură tangibilă cu trecutul și devine o expresie a creativității și ingeniozității poporului român. Prin păstrarea și promovarea rețetelor tradiționale de papanashi, poporul român își afirmă identitatea culturală și prețuirea moștenirii sale gastronomice.⁹

În contextul globalizării, papanashii joacă un rol important în reziliența și promovarea specificului culinar românesc. Prin prezentarea acestui desert la evenimente internaționale și în restaurante, țara noastră își afirmă unicitatea și își aduce contribuția la diversitatea culturală globală. Putem spune că papanashii devin astfel un ambasador cultural al României, fiind apreciați de gurmanzi din întreaga lume.¹⁰

În gastronomia modernă, rețeta papanashilor a suferit reinterpretări și adaptări, fiind prezentată în meniurile celor mai pretențioase restaurante sau în creațiile chef-ilor contemporani. Toate aceste reinterpretări păstrează esența tradițională a papanashilor, însă adaugă elemente noi și

² Constantinescu, Maria, *Bucătăria românească: Tradiție și inovație*, București, Editura Humanitas, 2005.

³ Radu, Andrei, *Gastronomia României: O istorie culturală*, Iași, Editura Polirom, 2013.

⁴ Cojocaru, Alexandru, *Tradiții culinare românești*, Cluj-Napoca, Editura Casa Cărții de Știință, 2010.

⁵ Radu, Andrei, *Gastronomia României: O istorie culturală*, Iași, Editura Polirom, 2013.

⁶ Constantinescu, Maria, *Bucătăria românească: Tradiție și inovație*, București, Editura Humanitas, 2005.

⁷ Cojocaru, Alexandru, *Tradiții culinare românești*, Cluj-Napoca, Editura Casa Cărții de Știință, 2010.

⁸ Radu, Andrei, *Gastronomia României: O istorie culturală*, Iași, Editura Polirom, 2013.

⁹ Constantinescu, Maria, *Bucătăria românească: Tradiție și inovație*, București, Editura Humanitas, 2005.

¹⁰ Cojocaru, Alexandru, *Tradiții culinare românești*, Cluj-Napoca, Editura Casa Cărții de Știință, 2010.

inovatoare. Printre aceste elemente de inovație enumerăm sosuri rafinate, prezentări artistice inedite și combinații surprinzătoare de arome.¹¹

Fără a-și pierde identitatea, papanașii surprind prin versatilitatea pe care o arată, demonstrându-și capacitatea de a se adapta la tendințele gastronomice contemporane. Astfel, papanașii rămân un simbol al continuității și al inovației în bucătăria românească, reflectând spiritul creativ și adaptabil al culturii culinare românești.¹²

Putem concluziona cu faptul că papanașii păstrează o semnificație profundă atât din punct de vedere gastronomic, cât și cultural și reprezintă un element central al bucătăriei și culturii românești. Originea veche, diversitatea rețetelor și rolul pe care desertul îl are în cadrul evenimentelor sociale și festive subliniază importanța papanașilor în păstrarea și promovarea identității naționale. Astfel, papanașii trec frontierele unei simple delicatese devenind un simbol al tradiției, al ospitalității și al creativității românești. Prin păstrarea și continuarea tradiției de preparare a papanașilor și prin adaptarea lor la gusturile moderne, desertul își menține relevanța și contribuie la diversitatea culturală a bucătăriei mondiale. Acest studiu¹³ propune o perspectivă comprehensivă asupra importanței culturale a papanașilor, evidențiind rolul lor în tradiția culinară românească și contribuția adusă de acest desert la susținerea identității naționale.



*Lucrare realizată de eleva Stricescu Natalia, clasa a VIII-a
Liceul de Arte „Regina Maria” Alba Iulia*

Bibliografie

Constantinescu, Maria, *Bucătăria românească: Tradiție și inovație*, București, Editura Humanitas, 2005.

Cojocaru, Alexandru, *Tradiții culinare românești*, Cluj-Napoca, Editura Casa Cărții de Știință, 2010.

Radu, Andrei, *Gastronomia României: O istorie culturală*, Iași, Editura Polirom, 2013.

¹¹ **Radu, Andrei**, *Gastronomia României: O istorie culturală*, Iași, Editura Polirom, 2013.

¹² **Constantinescu, Maria**, *Bucătăria românească: Tradiție și inovație*, București, Editura Humanitas, 2005.

¹³ Studiul va fi cuprins în *Manualul de bune practici* de la finalul proiectului Erasmus+ HERA.

PLAY FEST – FESTIVALUL ÎNVĂȚĂRII PRIN JOC

Prof. învă. primar Alecușan Elena Gabriela, Școala Gimnazială „Toma Cocișiu” Blaj

Acest festival este desfășurat în creșe, grădinițe și școli din 22 de localități din 15 județe, printre aceste școli numărându-se și Școala Gimnazială „Toma Cocișiu” din Blaj, în cadrul căreia funcționează, alături de învățământul tradițional, alternativa Step by Step.

Organizația Națiunilor Unite a stabilit data de 11 iunie ca fiind ZIUA INTERNAȚIONALĂ A JOCULUI. Anul acesta se sărbătorește pentru prima dată această zi. În data de 31 mai 2024 au avut loc deschiderea oficială a festivalului și debutul activităților.

Brâncuși spunea: „CINE NU MAI E COPIL, A MURIT DEMULT...”. Play Fest ne invită și pe noi, adulții, ca, alături de copii, să interacționăm, să învățăm împreună, să facem schimb de bune practici. Ne dă ocazia să mai fim copii pentru încă o zi!

Tema de anul acesta a festivalului este „ORAȘUL MEU”. În acest scop, cadrele didactice au desfășurat împreună cu elevii mai multe ieșiri în „Mica Romă” pentru ca aceștia să poată observa clădirile reprezentative și să afle diferite informații referitoare la aceste edificii sau obiective turistice, cum ar fi: Palatul Cultural, Crucea lui Iancu, Blocul Turn, Teiul lui Eminescu, Câmpia Libertății etc.

Elevii au avut oportunitatea ca, la atelierele de artă și construcții din bibliotecă, să „reconstruiască” orașul Blaj așa cum îl văd ei prin ochi de copil, îndrumați și ajutați de părinți sau bunici.

După deschiderea festivă din curtea școlii, elevii au intrat, programați pe clase, în biblioteca școlii unde au putut desfășura activități în cadrul următoarelor centre:

- Centrul de construcții (piese Lego și nu numai);
- Centrul de modelaj;
- Centrul de pictură;
- Centrul de colaj;
- Centrul de desen.

Cu acest prilej, au fost amenajate două expoziții:

- „Pași prin trecut” cuprinzând desene reprezentative pentru istoria orașului Blaj;
- „Orașul Blaj” (cartiere construite din piese Lego de către fiecare clasă).

Programul festivalului a fost următorul:

ORA	ACTIVITATEA	LOCAȚIA	PARTICIPANȚI	OBSERVAȚII
08 : 00 - 09 : 00	Deschiderea festivă	Curtea școlii	- Elevii claselor: CP, I, a II-a, a III-a, a IV- a, alternativa Step by Step -Cadrele didactice (10 învățătoare)	
09 : 00 - 14 : 00	Ateliere de lucru cu piese LEGO	Biblioteca școlii	CP – 09:00-10:00 Cls. I-10:00-11:00 Cls.II-11:00-12:00 Cls.III-12:00-13:00 Cls.IV-13:00-14:00	Atelierele vor fi grupate pe diferite cartiere
14:00-14:30	„Zidul gândurilor” Exprimarea impresiilor și expunerea acestora	Fiecare sală de clasă	Toți elevii/cadrele didactice	

15:00-15:45	Vizitarea atelierelor	Biblioteca școlii	Elevii/părinții acestora	
15:00-15:45	Încheierea festivalului	Curtea școlii	Elevi, părinți, cadre didactice	

La finalul programului școlar, înainte de a lua elevii acasă, părinții au fost conduși de către copii către atelierele de lucru pentru a le prezenta roadele muncii lor, oferind feedback.

Bucuria elevilor care i-au avut alături pe părinții lor în cadrul activităților desfășurate se poate citi ușor pe chipul acestora. Acest festival ne-a dat ocazia tuturor de a petrece timp de calitate împreună!



FIȘĂ DE LUCRU- GRUPA MARE

Educatore /Prof. Înv.preșc. - Simedru Delia-Dorina,
Școala Gimnazială Nr.3, Cugir/G.P.P. Kunterbunt

FIȘĂ DE LUCRU

1. Formează grupe cu elemente de același fel și scrie cifra corespunzătoare.



2. Colorează tot atâtea elemente câte îți indică cifra din partea stângă.

4						
5						
6						

3. Găsește și scrie vecini cifrelor date.

-----3-----

-----4-----

-----5-----