

STAREA DE BINE ÎN ȘCOALĂ



Acest material este realizat de grupul de profesori din Școala gimnazială nr. 1 Albești, jud. Botoșani, participanți la cursul *"Abordarea finlandeză a bunăstării elevilor- cum să aducem mai multă activitate, distracție și bucurie în clasă"*, desfășurat la Helsinki, în perioada 30 octombrie- 3 noiembrie, 2023, în cadrul mobilității Erasmus 2020-1-RO01-KA120-SCH-095577, și își propune împărtășirea unor exemple de practici învățate și aplicate în școală, după modelul finlandez.

CAPITOLUL I

Aspecte teoretice ce stau la baza conceptului de Stare de bine (well-being), modele pe care se sprijină abordarea educației în școlile finlandeze.

Psihologia pozitivă reprezintă un domeniu apărut la sfârșitul anilor 1990, care pune accent pe aspectele pozitive ale vieții umane și pe modalitățile de a cultiva o viață satisfăcătoare, plină de sens și împlinire. Ea contrastează cu abordările tradiționale ale psihologiei care se concentrau mai mult pe patologie, disfuncționalitate și probleme mentale.

Aplicată în educație, psihologia pozitivă, ajută la crearea unui mediu de învățare care nu doar că dezvoltă abilitățile academice ale elevilor, dar promovează și bunăstarea emoțională, reziliența și dezvoltarea personală. În loc să se concentreze exclusiv pe performanțele academice, această abordare pune accent pe întregul potențial al fiecărui elev, pe dezvoltarea relațiilor pozitive și pe crearea unui climat școlar care să sprijine creșterea personală.

Printre principiile acestei abordări se află:

- Focalizarea pe punctele forte ale elevilor
- Crearea unui climat emoțional pozitiv
- Educația rezilienței
- Cultivarea motivației intrinseci și a autonomiei

Psihologia pozitivă se bazează pe câteva modele teoretice importante care încearcă să explice și să promoveze bunăstarea și fericirea umană. Cele mai influente modele sunt cele dezvoltate de Martin Seligman, unul dintre fondatorii acestui domeniu.

1. Modelul PERMA : P (Positive Emotions); E (Engagement); R (Relationships); M (Meaning); A (Accomplishment), constă în:

Emoții Pozitive: Încurajarea unei atmosfere pozitive în clasă prin activități care promovează bucuria, recunoștința și umorul, introducerea tehnicilor de mindfulness sau exerciții de respirație pentru a ajuta elevii să gestioneze stresul.

Angajament: Crearea de activități care să stimuleze implicarea activă a elevilor, cum ar fi proiecte practice, dezbateri sau învățare prin jocuri, oferirea de opțiuni în alegerea temelor de studiu pentru a se alinia intereselor elevilor.

Relații: Promovarea colaborării între elevi prin lucrul în echipe și activități de grup, încurajarea interacțiunii sociale și construirea unui climat de sprijin și respect în clasă.

Sens: Ajutarea elevilor să găsească un sens în învățare prin conectarea materialului la probleme reale și la experiențele lor personale, integrarea valorilor și a eticii în curriculum pentru a sublinia importanța contribuției la comunitate.

Realizare: Stabilirea de obiective clare și realizabile pentru elevi, cu posibilitatea de a celebra realizările lor, oferirea de feedback constructiv pentru a sprijini progresul și a încuraja elevii să își depășească limitele.

Aplicarea modelului PERMA în educație nu doar că ajută la îmbunătățirea performanțelor academice, dar și la dezvoltarea competențelor sociale și emoționale ale elevilor, contribuind astfel la o experiență de învățare holistică.

2. Teoria puterilor personale (Character Strengths and Virtues)

Aceasta a fost dezvoltată de Seligman și Christopher Peterson și se concentrează pe identificarea și cultivarea „puterilor personale” sau a „forțelor caracterului”. Ei au dezvoltat un sistem de clasificare a acestor forțe, similare trăsăturilor de personalitate pozitive, care include:

Înțelepciune și cunoaștere: Capacitatea de a folosi informația și experiența într-un mod inteligent și creativ.

Curaj: Implică forța emoțională necesară pentru a depăși obstacolele și a acționa în ciuda fricii.

Umanitate: Trăsături care promovează relațiile pozitive între oameni, cum ar fi empatia, compasiunea și iubirea.

Justiție: Caracteristici care susțin viața în comunitate și relațiile echitabile, cum ar fi simțul dreptății și leadership-ul responsabil.

Moderație (Temperație): Virtutea care implică controlul impulsurilor și echilibrul personal, prevenind excesele.

Transcendență: Trăsături care conectează individul cu universul mai larg și oferă un sentiment de scop și semnificație în viață.

Sunt cultivate **24 de trăsături de caracter**, abilități specifice care se încadrează în aceste 6 categorii de virtuți:

Înțelepciune și cunoaștere:

- Curiozitatea (dorința de a explora și de a învăța lucruri noi);
- Dragostea pentru învățătură (plăcerea de a acumula cunoștințe) ;
- Judecata/Critica (analizarea atentă a situațiilor) ;
- Creativitatea (abilitatea de a gândi în mod inovator) ;
- Perspicacitatea (abilitatea de a înțelege profund lumea și pe cei din jur).

Curaj:

- Curajul fizic și moral (a acționa în fața riscurilor) ;
- Perseverența (capacitatea de a finaliza sarcinile chiar și atunci când devin dificile) ;
- Integritatea (a acționa în acord cu valorile personale) ;
- Vitalitatea (a fi energic și plin de viață) ;

Umanitate:

- Iubirea (afecțiunea și grija pentru ceilalți) ;
- Bunătatea (dispoziția de a ajuta și de a arăta grijă) ;
- Inteligența socială (abilitatea de a înțelege emoțiile și motivațiile altora) ;

Justiție:

- Dreptatea (tratarea corectă a celorlalți) ;
- Leadership-ul (abilitatea de a ghida un grup într-un mod pozitiv) ;
- Spiritul de echipă (colaborarea armonioasă cu alții).

Moderație:

- Iertarea (abilitatea de a trece peste resentimente) ;

- Modestia (a avea o părere realistă despre sine și realizări) ;
- Prudența (a lua decizii cu grijă) ;
- Autoreglarea (a-ți controla emoțiile și comportamentele) ;

Transcendență:

- Aprecieria frumosului și excelenței (abilitatea de a recunoaște frumusețea și talentul în lume) ;
- Recunoștința (capacitatea de a arăta apreciere pentru ceea ce ai) ;
- Speranța (așteptarea unui viitor mai bun și capacitatea de a vedea partea pozitivă a lucrurilor) ;
- Simțul umorului (abilitatea de a aprecia și de a face glume) ;
- Spiritualitatea (a simți o legătură cu ceva mai mare decât tine).

Acest model oferă un cadru pentru dezvoltarea personală și pentru înțelegerea caracteristicilor care contribuie la fericire și binele individual și colectiv. El încurajează o viață trăită cu sens și scop, bazată pe trăsături pozitive pe care oricine le poate cultiva.

Folosirea modelului lui Seligman cu cele 6 virtuți și 24 de trăsături de caracter în educație poate aduce numeroase avantaje atât pentru elevi, cât și pentru cadrele didactice și comunitatea școlară în ansamblu. Iată câteva dintre principalele beneficii:

1. Dezvoltarea caracterului și a abilităților socio-emoționale

Educație completă: Pe lângă dezvoltarea cunoștințelor academice, acest model încurajează dezvoltarea trăsăturilor de caracter precum responsabilitatea, empatia și autocontrolul. Elevii nu sunt evaluați doar în funcție de rezultatele academice, ci și pe baza abilităților socio-emoționale, esențiale pentru succesul în viață.

Inteligență emoțională: Elevii își dezvoltă inteligența emoțională, ceea ce le permite să gestioneze mai bine emoțiile și să aibă relații sănătoase cu colegii și profesorii. Aceasta duce la reducerea problemelor de comportament și la crearea unui mediu școlar mai armonios.

2. Îmbunătățirea performanțelor academice

Perseverență și motivație: Prin dezvoltarea unor trăsături precum perseverența și autocontrolul, elevii sunt mai predispuși să depășească provocările academice și să își atingă obiectivele de învățare.

Autoreglare și disciplină: Trăsăturile din virtutea moderației ajută elevii să își gestioneze mai bine timpul și resursele, să fie mai organizați și să își controleze impulsurile, ceea ce duce la o mai bună concentrare asupra învățării.

3. Îmbunătățirea relațiilor și a atmosferei școlare

Crearea unei comunități pozitive: Prin cultivarea trăsăturilor precum iubirea, bunătatea și dreptatea, se formează o atmosferă școlară mai cooperativă și mai incluzivă. Relațiile interpersonale dintre elevi, profesori și părinți devin mai armonioase, reducând conflictele și promovând colaborarea.

Empatie și respect: Elevii sunt învățați să fie conștienți de nevoile și emoțiile celorlalți, ceea ce contribuie la reducerea fenomenului de bullying și la crearea unui climat de respect reciproc.

4. Creșterea stimei de sine și a bunăstării psihologice

Recunoașterea și valorizarea punctelor forte: Elevii sunt încurajați să își identifice și să își folosească punctele forte, ceea ce duce la o mai mare încredere în sine și la un sentiment de realizare personală. Concentrarea pe trăsături pozitive îi ajută pe elevi să-și dezvolte o atitudine pozitivă față de ei înșiși și de ceilalți.

Reziliență: Cultivarea trăsăturilor din virtutea curajului (precum perseverența și optimismul) îi ajută pe elevi să devină mai rezilienți în fața provocărilor, dezvoltându-le capacitatea de a face față stresului și eșecului.

5. Formarea unor cetățeni responsabili

Pregătire pentru viață: Modelul încurajează o educație care merge dincolo de abilitățile academice, concentrându-se pe formarea unor cetățeni responsabili, empatici și implicați social. Virtuțile precum justiția și umanitatea îi ajută pe elevi să devină membri activi și responsabili ai comunității.

Leadership și implicare civică: Trăsături precum leadership-ul și spiritul de echipă încurajează elevii să-și asume roluri de conducere și să contribuie la binele comun, atât în școală, cât și în afara ei.

6. Personalizarea educației

Abordare individualizată: În loc să impună un model uniform tuturor elevilor, acest cadru permite identificarea punctelor forte individuale și încurajarea dezvoltării acestora. Elevii învață să își recunoască propriile talente și abilități, ceea ce contribuie la crearea unor trasee educaționale personalizate.

Creșterea autonomiei: Elevii devin mai conștienți de propriile abilități și sunt încurajați să-și dezvolte o mentalitate de creștere, în care să își asume responsabilitatea pentru propria dezvoltare personală și academică.

7. Reducerea comportamentelor negative

Autoreglarea și autocontrolul: Prin cultivarea virtuții moderației, elevii învață să-și controleze impulsurile și să evite comportamentele dăunătoare. Astfel, comportamentele negative, precum violența sau neascultarea, sunt reduse, iar disciplina devine mai internă decât impusă.

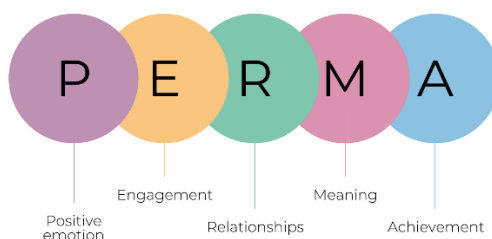
Managementul stresului și anxietății: Elevii care învață trăsături de caracter precum speranța și reziliența au instrumentele necesare pentru a gestiona mai bine stresul și anxietatea, atât în mediul școlar, cât și în viața personală.

8. Promovarea unei educații pe termen lung

Concentrare pe dezvoltare continuă: Prin concentrarea pe cultivarea trăsăturilor pozitive, educația nu se termină la finalul școlii, ci devine un proces continuu de auto-îmbunătățire pe parcursul întregii vieți. Trăsăturile de caracter formate în școală îi vor ajuta pe elevi să se adapteze și să prospere în diverse contexte sociale și profesionale.

În concluzie, implementarea modelului celor 6 virtuți și 24 de trăsături de caracter în educație promovează o abordare holistică, care îmbină dezvoltarea academică cu cea socio-emoțională și morală. Aceasta contribuie la formarea unor indivizi echilibrați, capabili să navigheze provocările vieții și să contribuie la bunăstarea comunității.

Aplicarea principiilor psihologiei pozitive în educație nu doar îmbunătățește performanțele academice, ci contribuie și la dezvoltarea unor elevi mai fericiți, mai rezilienți și mai echilibrați emoțional. Astfel, educația devine nu doar un mijloc de transmitere a cunoștințelor, ci și un proces de susținere a dezvoltării integrale a elevilor, pregătindu-i pentru succesul în toate aspectele vieții.



CAPITOLUL II



Exemple de activitati desfășurate la nivelul Școlii Gimnaziale Nr. 1 Albești în activitatea de zi cu zi, în urma participării la cursul desfășurat în Finlanda: „Abordarea finlandeză a bunăstării elevilor: cum să aducem mai multă activitate, distracție și bucurie în sala de clasă”

II.1. PROIECTUL EDUCAȚIONAL ”Aleg să mă simt bine!”

Obținând o finanțare (conf. Cerereri de buget, Nr.: 2023-1-RO01-KA121-SCH-000132733), în cadrul Programului național de prevenire a violenței și infracțiunilor în mediul școlar, „ÎMPREUNĂ PRINDEM CURAJ”, proiectul coordonat de profesor biologie, Nechita Adriana, a oferit o mare oportunitate pentru toți profesorii implicați în desfășurarea activităților, de a aduce mai multe *Emoții pozitive, Angajament, Relații, Sens și Succes* în sala de clasă.

Astfel, elevii au fost implicați în activități permanente, precum:

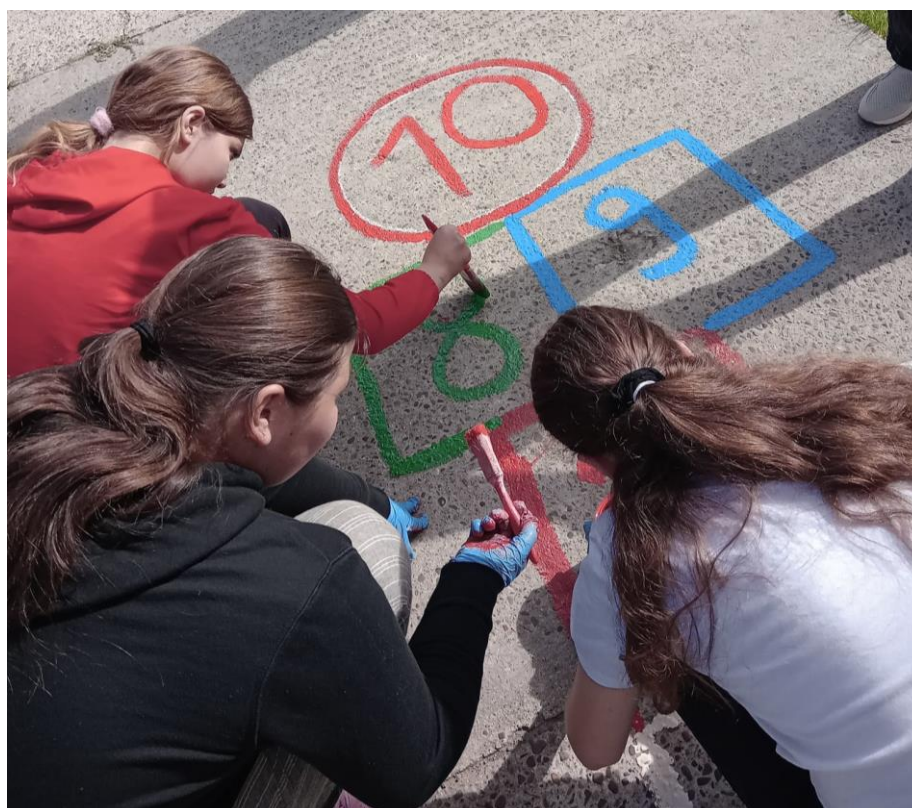
”Sunt energie, am nevoie de mișcare!” – 5 minute de mișcare în fiecare oră.



- *”Vocea mea contează!”*- cutia cu observații și soluții;



- *"Sunt mândru de școala mea!"* - decorarea scolii;





CALENDARUL STĂRII DE BINE

LUNI	MARTI	MIERCURI	JOI	VINERI	SÂMBĂȚĂ	DUMINICĂ
MONTEAZĂLĂTU JOR, RELAXĂȚĂ-ȚI, RESPIRĂ!	SCRIE O POEZIE	BUCURĂ-ȚI DE UN MĂSĂRUT SAU DE UN AȘI	ÎNCERCĂ SĂ FACI CEVA NOU AZI	FĂ CURAT ÎNTR-UN CERTAIN OULAP	TRIMITE UN MESAJ CU UN TEXT PRUMOS CURAT	FĂ CEVA CARE ȚI PLĂCE
RAZI CĂ DE TARE POKI	FĂ O FOTOGRAFIE MINUSCULĂ	PLANTEAZĂ O ÎNCALZIRE CU CINEVA DRAG PE CARE NU L-AI VĂZUT DE MULȚ TIMP	FII UN BUN EXEMPLU AZI	SPUNE CUVINȚA ÎMPORTANTĂ CĂI DE MULȚ ÎNCERCĂ PENTRU TINE	FĂ O PLIMBARE!	FĂ CEVA CARE TE FACE FERICIT
FĂ O TÂRĂ DE MÂNĂ DE MÂNĂ	LISTEAȚĂ 3 LUCRURI CARE ȚI PLĂCĂ LA PERSONALITATEA TA	IMAGINEȚĂ-ȚI PE CUI DRAGI SÎ	FĂ O CUMPLIMENT	BUCURĂ-ȚI DE O MĂSĂ ÎN FAMILIE	ARĂȚĂ CUVINȚA RECUNȘTINȚĂ TA FĂCĂ DE ELICA	ÎMBESNEȚĂ CUVINȚA AZI
PETRESC TIMP ÎN PACE SAU ÎN NATURA	FĂ O PLIMBARE DE 30 MINUTE	ÎNCERCĂ SĂ FACI CEVA NOU AZI	FĂ CUMPLIMENT CUI CINEVA	FII ÎMBAGUT CUI CINEVA AZI	SPUNE CUVINȚA CUVINȚA PRUMOS AZI	DESENEAZĂ
	SCRIE 3 LUCRURI PENTRU CARE EȘTI RECUNȘTINȚOS					

Totodată, s-au desfășurat și câte 2- 3 activități lunare ce au avut ca obiectiv central aducerea stării de bine în școală, în clasă, în sufletul copiilor și al părinților:

- ***"Ai curaj sa fii tu!"*** - întâlnire cu elevi de liceu;



- ***"Darul libertății"*** -vizită la muzee și excursii;



- ***"Terapie prin arta"*** Cu ocazia diferitelor sărbători s-au organizat ateliere de creație, în care s-au realizat produse hand-made, împletite cu momente de bucurie, creativitate și dăruire.

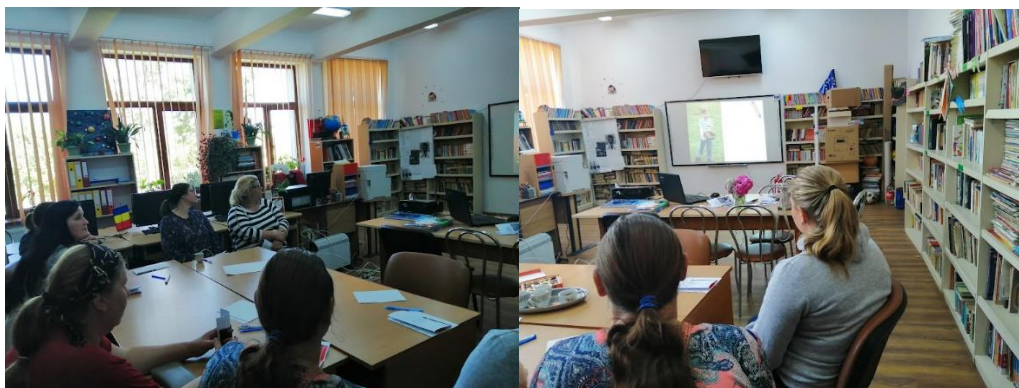
Unele dintre aceste produse realizate de copii au reprezentat momente de bucurie pentru persoane cu dizabilități din Căminul din localitatea Trușești.





Spectacole de dansuri populare românești și rrome

Pe lângă elevi, părinții, au fost și ei prezenți în a experimenta *starea de bine* prin lectorate, întâlniri în care au putut fi autentici și au găsit curajul de a recunoaște ce e bine și ce ar mai trebui schimbat în relația cu copiii și sau comunitatea locală, pentru a li se oferi copiilor oportunitatea de a deveni varianta lor cea mai bună.



Profesorii implicați în acest proiect au ajuns la concluzia că pentru a crea unei climat favorabil desfășurării activităților de învățare, este crucial modul în care vom reuși integrarea cu succes a elevilor care au un comportament deviant prin implicarea lor în activități de responsabilizare, de relaxare și de valorizare a lor în fiecare activitate.

II.2. Activități pentru identificarea și cultivarea „puterilor personale” sau a „forțelor caracterului”

Metoda utilizării cardurilor prin care se identifică trăsătura de caracter care ne reprezintă, a fost aplicată la clasă de către profesor învățământ primar, Balan Nușa, în cadrul orei de limba română la tema : Substantivul.



Cardurile primite de către elevi au avut un rol major în identificarea într-un mod mai ușor a substantivelor ce reprezintă trăsăturile de caracter (bunătate, sinceritate, modestie, prudență.) și, în mod special, în corectarea și evitarea confuziilor între aceste cuvinte ce sunt substantive și forma lor de alte părți de vorbire (adjective-bun, bună, modest, modestă.).

Elevii au avut sarcina de a-și alege un card cu trăsătura de caracter predominantă, de a realiza un desen și de a alcătui enunțuri cu aceste substantive, apoi să le transforme în adjective sau verbe.



Această metodă a dus la identificarea corectă a substantivului și evitarea confuziilor cu alte părți de vorbire.



Prof. Buneanu Rovana dirigintă la clasa a VI-a, a folosit cardurile cu trăsături de caracter, în cadrul orelor de consiliere și dezvoltare personală, la capitolul *Autocunoaștere*.

În cadrul acestei activități, elevii au avut de ales un card din lista dată, au motivat de ce au ales acel card, după care au încercat să-l descrie prin cuvinte proprii în ce măsură definește acel card trăsătura, iar mai apoi au aflat exact caracteristicile acelei trăsături.

O altă activitate de consiliere și dezvoltare personală bazată pe identificarea și cultivarea „puterilor personale”, care urmărește creșterea stimei de sine și a bunăstării psihologice pe care o propune spre exemplificare, prof. Mîrza Mihaela, este: *”Mîna unei minți echilibrate”*

O minte echilibrată duce la o singură de sine și la o participare motivată la toate activitățile la care participi. Fiecare alegere pe care o faci în viața de zi cu zi, duce la o mentalitate echilibrată. Elevii au completat, în ora de consiliere și orientare, pentru fiecare deget al mînuței lor obiceiurile sănătoase sau nesănătoase pe care le au zi de zi și au înțeles că fiecare alegere le aduce o stare de bine sau le poate afecta starea mentală.



Un exemplu de activitate bazat pe *modelul celor 6 virtuți și 24 de trăsături de caracter* ale lui Seligman, este propus de profesor Grosu Irina, la disciplina Educație socială, Subiectul lecției: *Comportamente prosociale*.

Activitatea s-a desfășurat la clasa a V-a, iar la finalul activității elevii au reușit:

- Să înțeleagă conceptul de comportament prosocial și importanța acestuia în viața de zi cu zi;
- Să identifice trăsături de caracter care susțin comportamentele prosociale (de exemplu, bunătatea, compasiunea, empatia, dreptatea);
- Să aplice aceste trăsături în situații practice prin jocuri de rol și discuții;
- Să conștientizeze impactul pozitiv al comportamentelor prosociale asupra mediului școlar și comunității.

Scenariul activității:

Introducere (10 minute)

Am început prin a explica noțiunea de comportament prosocial: comportamentele prin care ajutăm, sprijinim sau arătăm bunătate și empatie față de ceilalți. Am făcut legătura cu modelul lui Seligman și am introdus ideea celor 6 virtuți, explicând cum acestea stau la baza comportamentelor prosociale. Am oferit câteva exemple de trăsături de caracter care susțin aceste comportamente:

- Umanitate: Bunătatea, Iubirea, Inteligența socială.
- Justiție: Dreptatea, Spiritul de echipă.
- Moderație: Iertarea, Autocontrolul.

Am discutat împreună despre importanța acestor comportamente pentru bunăstarea personală și colectivă.

Activitate în grupuri - Identificarea trăsăturilor (15 minute)

Am împărțit elevii în grupuri de 4-5 și le-am dat fiecărui grup un poster sau o coală de flipchart și un set de markere. Am atribuit fiecărui grup una dintre cele 6 virtuți (ex. Înțelepciunea, Curajul, Umanitatea, etc.). Sarcina fiecărui grup a fost să discute și să noteze pe poster comportamentele prosociale asociate cu acea virtute. Le-am oferit exemple, cum ar fi:

- Pentru Umanitate: „Ajută un coleg când are nevoie”, „Arată empatie față de cineva trist”.
- Pentru Justiție: „Rezolvă conflictele într-un mod corect”, „Împarte resursele echitabil”.

Fiecare grup a avut 10 minute pentru a identifica și descrie cât mai multe comportamente.

Prezentarea posterelor și discuție (10 minute)

Fiecare grup a prezentat ceea ce a scris pe poster și a explicat modul în care trăsăturile respective pot contribui la comportamente prosociale. Eu am ghidat discuția, ajutând elevii să

facă legătura între comportamentele identificate și situațiile din viața de zi cu zi (la școală, acasă, în comunitate).

Jocuri de rol - Aplicarea în situații reale (20 minute)

Am împărțit clasei cartonașe pe care erau scrise diverse situații de viață care cereau un comportament prosocial, cum ar fi:

- Un coleg nou este singur și timid la școală. Ce faci?
- Vezi că un prieten este tachinat de alți colegi. Cum reacționezi?
- Ai observat că cineva a pierdut bani pe jos. Cum procedezi?

Fiecare grup a jucat scena, aplicând trăsăturile de caracter discutate anterior (ex. empatie, bunătate, dreptate). După fiecare joc de rol, i-am invitat pe ceilalți elevi să comenteze și să ofere feedback, subliniind ce trăsături de caracter au fost manifestate și cum ar putea fi îmbunătățit comportamentul.

Reflecție finală și concluzii (5 minute)

I-am încurajat pe elevi să reflecteze asupra modului în care pot aplica comportamentele prosociale în viața de zi cu zi. Le-am adresat întrebarea pentru reflecție: „Cum pot să devin o persoană mai prosocială în clasa mea sau în comunitatea mea?” Fiecare elev a scris pe o foaie una sau două idei despre ce va face în viitor pentru a arăta mai multă bunătate sau empatie.

Evaluare:

Am observat participarea elevilor la activitatea de grup și la jocurile de rol. De asemenea, am folosit foaia de reflecție finală pentru a evalua gradul de conștientizare a comportamentelor prosociale și angajamentul elevilor de a le aplica în viața lor cotidiană.



II.3. Jocuri, aplicații și strategii pentru lecții pline de bună-dispoziție

Prof. Mîrza Mihaela, arată cum a folosit jocul "Eu sunt- *I am..*", la orele de limba engleza, pentru a discuta despre pasiunile/hobby-urile lor și cum se simt când practică acel lucru. Elevii au avut de scris patru activități pe care le desfășoară din pasiune, apoi trebuia să se deplaseze prin clasă și să discute cu un coleg despre ele, reușind în felul acesta să se cunoască mai bine, să afle lucruri noi despre un anumit hobby și să își dezvolte abilitățile de comunicare în limba engleză.



Tot la limba engleză, a folosit aplicația **Goosechase** în lecțiile ce au avut ca teme: "Our village Albești", "Enjoy the Art lesson and My hobbies".

În cadrul fiecărei provocări elevii au avut câte 4 sau 5 misiuni, în care trebuiau să încarce în aplicație poze/video-uri din diferite locații ale localității Albești cu diferite sarcini, să ia interviu unei persoane despre un anumit subiect, să cânte un cântec respectând tema dată și să danseze pe un anumit ritm.





La ora de geografie, prof. Buneanu Roxana, a utilizat *piesele de lego și cuburile* în realizarea unei activități practice la lecția despre „Așezările omenești”, la clasa a VI a, astfel că elevii au avut de construit din piese de lego sau din cuburi o așezare rurală (sat) și o așezare urbană (oraș).



Prof. Macovei Carmen prezintă câteva strategii prin care a reușit să aducă atât bună-dispoziție, cât și performanță în rândul elevilor:

Mobilitatea din Finlanda, din cadrul proiectului Erasmus+, m-a ajutat să-mi întăresc convingerea că, pentru o activitate didactică reușită, e necesară, în primul rând, crearea stării de bine, acel confort fizic și emoțional, atât pentru elevi, cât și pentru noi, cadrele didactice.

Pentru crearea confortului fizic, am avut în vedere ambientul clasei.

Pentru că sunt profesoară de literatură, am adus în sala de clasă multe cărți din biblioteca personală, pe care le-am așezat într-o bibliotecă sub formă de pian.



Așezarea băncilor a fost un alt element-cheie al stării de bine. În funcție de activitate și de tipul activității, băncile au fost așezate diferit, în așa fel încât fiecare copil să se simtă confortabil.

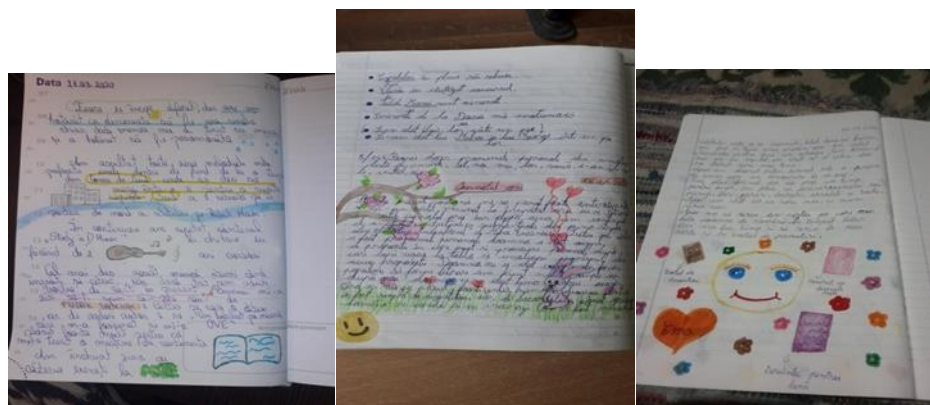


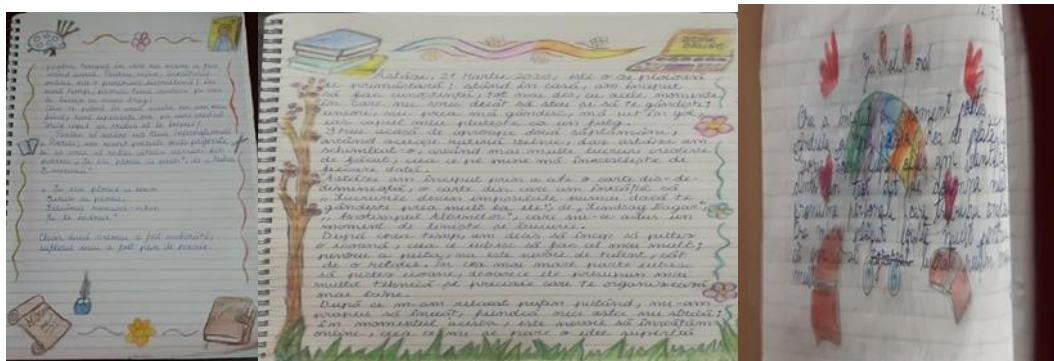
Confortul emoțional a fost dat de relația mea cu elevii, de empatie, de toleranță, de cunoaștere individuală a ritmului de lucru și a capacității intelectuale, de creare a stării de siguranță, atât la orele de curs, cât și în activitățile extrașcolare pe care le-am organizat sub formă de proiecte, parteneriate, concursuri, excursii, cercuri de lectură, întâlniri cu scriitori, proiecte interșcolare etc.





La ore, dar și la activitățile extrașcolare îi întreb mereu pe elevi cum se simt, iar în Jurnalul orei pe care îl scriu zilnic, elevii notează stările, sentimentele, emoții, trăirile, ceea ce au învățat, ce l-a plăcut și de ce, ce nu le-a plăcut și de ce. Așa știu mereu care este starea lor de spirit la activitățile mele.





Destul de des presar jocuri didactice în lecții, jocuri de mișcare, ludice, cu scopul de a crea starea de bine și de a învăța mai ușor și cu plăcere.



Jocul de cărți: eu folosesc cartonașe ce conțin 4 teme distractive: cultură generală, mimă, descriere verbală și desen.

Mi-a plăcut tare mult aplicația Goosechase pe care am descoperit-o și aplicat-o în Finlanda și pe care am folosit-o cu copiii mei la ora de română.

În loc de concluzii- un eseu

propus de profesorul de istorie- Julea Sorin

Istoria și noua școală

Se împlinește un an de când, în calitate de profesor al școlii albeștene, am avut onoarea și bucuria de a participa la o experiență didactică deosebită. Alături de alte nouă drage cadre didactice, am gustat din "fericirea finlandeză" la ea acasă, în cadrul unui proiect Erasmus. Tulburător și incitant deopotrivă - mi-am peticit bruma de engleză pe care o cunosc – și-am "achiesat" la acest demers cu ferma convingere ca pe aici e viitorul școlii. Lăudatul model finlandez, prezent în educație, economie, sănătate și în întreaga societate scandinavă trebuia descoperit, înțeles, însușit și implementat la noi... aceasta era misiunea noastră.



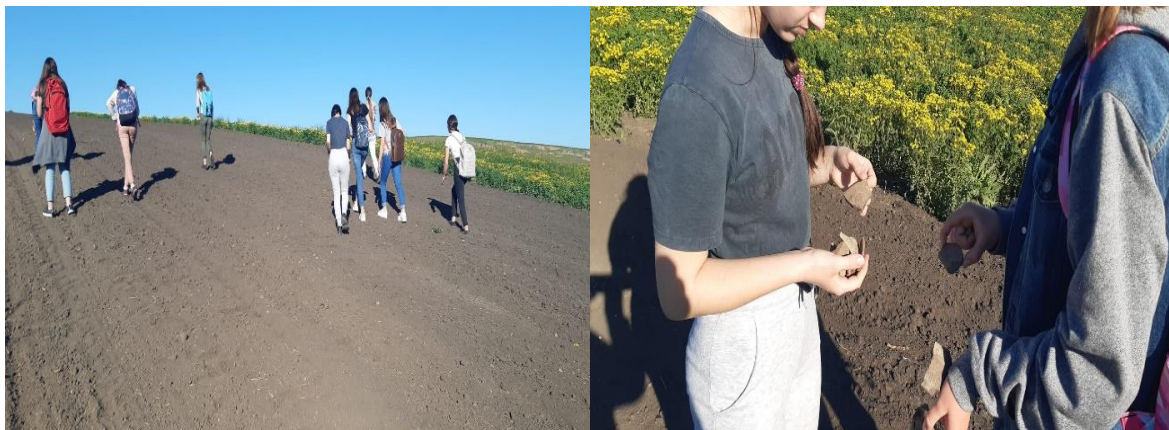
Școala finlandeză, extrem de bine pusă la punct, este rodul a 40 de ani de evoluție continuă, de investiții în resursa umană, ani de implicare, de dorințe și de reușite. Aici aproape jumătate din populație este absolventă de studii superioare, iar cca 60 de procente sunt vorbitori excelenți ai limbii engleze. O țară frumoasă, dar rece, cu oameni așijderea - fericiți în felul lor... o țară curată, scumpă și extrem de civilizată, o țară în care șoferii nu se grăbesc, nu claxonează și nu pleacă cu scârțâit de la semafor – este o țară a bunelor maniere, iar toate acestea vin din EDUCATIE.

Este greu să cultivi modelul finlandez pe aridul sistem național de învățământ, dar, în tot acest an calendaristic, participanții la proiect, fiecare în parte și toți împreună am căutat să ne *upgradăm*, să ne transformăm în vectori ai schimbării. Școala trebuie reformată, iar acest lucru e musai să pornească de undeva. Dacă nu se poate de sus în jos, prin decizii structurale bine gândite și cu bătaie lungă, măcar insular – să o facem noi dascălii, aici la "firul ierbii". Este nevoie de o școală nouă, mai bună, mai practică, mai umană..., mai aproape de nevoile copilului și ale comunității!

În ceea ce mă privește – sunt un privilegiat! Predau o disciplină dragă mie și copiilor, pot să povestesc... să mă ajut de producții cinematografice sau piese de teatru..., să bat câmpii și să îi port după mine fără ca ei să își dea seama sau să dea semne de plictiseală... cel mult, să îmi mai adoarmă câte unul. ☺



Ca profesor de istorie am realizat o prelungire peste timp a unor vechi pasiuni din studenție..., am căutat să fac lecțiile de istorie mai interesante prin introducerea unor elemente de arheologie. Dincolo de latura teoretică și practică a acestui demers, am simțit nevoia de a cultiva simțul civic, nevoia de conștientizare a valorii unor artefacte ce pot să fie descoperite întâmplător și care, în lipsa unei minime responsabilități și educații, să fie distruse dintr-o și printr-o criminală ignoranță.



Împreună cu elevii am luat la pas orizontul local în adevărate expediții de periegeză... materialele rezultate fiind curățate, sortate, analizate și datate... multe dintre acestea intrând în cadrul expoziției școlare.



Profitând de tehnologia modernă și venind în întâmpinarea unor viitoare pasiuni, am folosit, în cadru legal, dispozitive de detecție a metalelor... copiii sunt fascinați de tehnologie și tehnică...sunt buni receptori de nou; am încercat să îmbin teoria cu practica, legislația în domeniu, restricțiile și limitările cu care se confruntă breasla *detectoriștilor*... și, spre marea mea satisfacție, am fost nevoit să răspund la multe întrebări și curiozități.





Tot în cadrul orelor de istorie am încercat și, în bună măsură cred că am reușit, să introduc elemente de arheologice și istorie experimentală. La graniță cu artele frumoase – meșteșugul olăritului din timpuri când ancestrala roată a olarului încă nu se inventase – l-am reînviat în sala de clasă prin mâinile elevilor. Este minunat să observi cât de captivați sunt atunci când frământă ei înșiși coca de lut și cum acesta se transformă din pământ amorf în obiecte pe care la început nu credeau că le pot modela. Se vede starea de bine și da, cred că aceasta este ceea ce școala trebuie să furnizeze! Le place noul, ineditul, non-formalul..., iar eu ca profesor (și bănuiesc că oricine din această nobilă tagmă) am maxima satisfacție când surprind un „ce fain a fost!” spus aproape în șoaptă între ei.



Evident că în procesul didactic de predare al istoriei nu aveau cum să lipsească vizitele la muzee și expoziții cu tematică istorică, stabilimente de cultură și ancore ale trecutului în viitor... sunt și vor fi vizitate de generații și generații de copii și adulți cu aceeași plăcere, interes și curiozitate. Am parcurs și noi în ultimul an câteva dintre acestea – Și o vom mai face!



Sunt doar câteva dintre activitățile desfășurate în ultimul an prin care mi-am/ ne-am propus să inducem starea de bine... să fie școala altfel, nu o excepție, ci o regulă... un loc în care copiii să se simtă bine, să învețe fără să își dea seama că o fac, să capete deprinderi... și mai mult de atât... SĂ SE BUCURE!