



UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

Fișa de activitate abilități de viață

Scop:

Să dezvolte capacitatea cadrelor didactice de a elabora și aplica fișe de activitate dezvoltând abilități de viață în rândul elevilor de la clasă.

Obiective operaționale:

1. să identifice elementele unei fișe de activitate;
2. să examineze nevoile de dezvoltare a abilităților de viață a elevilor din mediul rural pentru elaborarea unei fișe de activitate particularizată;
3. să aplice fișa de activitate dezvoltând abilități de viață în rândul elevilor de la clasă.

Nevoia de învățare:

- ✓ Modele de fișe de activitate
- ✓ Plan anual de activități
- ✓ Fișe de activități – elaborare
- ✓ Plan anual de activități - elaborare

Scurtă prezentare a conținuturilor:

Această disciplină prezintă informații legate de fișa de activitate privind dobândirea și dezvoltarea de abilități de viață la elevi și planul anual de activități.

Pe parcursul acestei discipline se vor prezenta modelele unor fișe de activitate pentru a ajuta la crearea unei imagini de ansamblu asupra acestei metode de pregătire, desfășurare, urmărire și evaluare a activității activitate privind dobândirea și dezvoltarea de abilități de viață la elevi. Se va prezenta de asemenea un model de plan anual de activități pentru cunoașterea principalele caracteristici ale acestuia și ale avantajelor pe care le aduce.

Pentru verificarea asimilării informațiilor prezentate printr-un exercițiu practic se vor elabora cinci fișe de activitate. De asemenea tot pentru verificarea asimilării informațiilor prezentate prin intermediul unui exercițiu practic se va elabora un plan anual de activități.

În dezvoltarea și dobândirea de abilități de viață, elevii învață completând educația formală cu cea nonformală, prin experimentare, deoarece acesta este spațiul în care ei sunt principalii jucători în activități. Ei sunt aceia care le propun, le aleg în funcție de nevoile și profilul lor, urmând ca, având sprijinul profesorului să le pregătească, să le dezvolte și le evaluează, în prisma abilităților de viață dezvoltate.



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

Dobândirea de abilități de viață prin intermediul activităților

Copiii sunt principalele personaje în toate activitățile. De foarte multe ori ei sunt cei care propun jocuri, care aleg activitățile și au un rol important în pregătirea lor și îndeplinirea până la bun sfârșit.

Activitățile în echipă sau cele în care este nevoie de un adult le oferă copiilor o experiență personală în care își pot dezvolta caracterul și spiritul solidarității.

De exemplu, nu există un mod mai bun de a învăța cum să apreciezi pe cei din jurul tău decât atunci când începi să vorbești cu ei, să lucrezi cu ei, și apoi să poți împărți din ce ai cu și cu aceștia. Nu există un mod mai bun de a-ți dezvolta simțul prieteniei decât împărțind ce avem cu prietenii și apropiații noștri.

Prin această metodă de a învăța descoperind, copiii asimilează cunoștințele într-un mod mai profund și longeviv, și îi stimulează să se implice mai activ în propria lor formare și dezvoltare.

Activitățile oferă un mod foarte plăcut copiilor de a se dezvolta și de a avea o experiență individuală unică. Deosebirea dintre activități și experiența câștigată în urma acestora este că activitățile se fac în grup, împreună cu mai mulți colegi din clasă, iar experiența se dobândește individual în funcție de stadiul și progresul fiecăruia.

| Activități | Abilitatea de viață |
|--|---|
| - ce se întâmplă în exterior, acțiunea care îi implică pe toți ceilalți. | - ce se definește în interior, este ceea ce asimilează sau dobândește fiecare în urma activității, în termeni de cunoștințe, abilități, atitudini |
| - un mod util de a genera diferite situații. | - ce se întâmplă în interiorul fiecărui copil când se confruntă cu aceste situații. |

Trăsături generale legate de activități

- O singură activitate poate genera o varietate de abilități de viață dobândite și dezvoltate pentru fiecare copil care participă, în funcție de caracterul fiecăruia;
- O activitate poate decurge foarte bine și scopul său poate avea succes pentru toți participanții; totuși, există posibilitatea ca pentru unii copii să nu aibă rezultatul scontat, iar aceștia nu-și vor însuși experiența obținută din urma acestor activități;
- Pe de altă parte, putem lua în considerare că o activitate nu a fost foarte reușită, dar care totuși le-a oferit copiilor ocazia dobândirii și dezvoltării a unei abilități de viață.

Printr-o activitate, elevul învață să observe regulile liberului consimțământ, să aibă respect față de alții, să fie loial față de sine însuși și față de alții, să-și accepte propriile limite, făcând întotdeauna tot posibilul pentru a se depăși, să colaboreze cu alții. În afara activităților ce țin de clasă, el exercită funcțiile sale motorice, perceptivă și imaginative și trăiește propria sa experiență în dezvoltarea de noi abilități de viață.



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

De ce se participăm la activități alternative de învățare, folosind metode nonformale? În primul rând, joaca poate fi considerată ca atitudine. Din această perspectivă, joaca este un mod de abordare, un stil personal și o cale de a face lucrurile. Este un punct de vedere din care să observi și să judeci lucrurile, nu grav, ci cu optimism și umor, permițându-ți ție însuși să fii surprins de viață.

În al doilea rând, activitățile desfășurate într-un context nonformal este primit ca o metodă spontană de descoperire de sine, a celorlalți și a lumii. Participarea la astfel de activități atrage după sine experimentarea, observarea cât de departe poți merge, aventurarea, străduirea și sărbătorirea. Joaca împreună cu ceilalți implică participare, ajutor reciproc, organizare, învățarea felului în care să câștigi și să pierzi. Din această perspectivă, activitățile de deprinde de noi abilități de viață sunt o metodă de introducere în viața societății, deoarece, ca și în viața de zi cu zi, există reguli cărora fiecare trebuie să se supună.

Activitățile de deprinderi de noi abilități de viață îi atrag cel mai mult pe elevi și determină cel mai mult învățătura. Astfel, fiecare participant are o responsabilitate de care să se achite, folosindu-și inteligența și talentul. Fiecare participant trebuie să se concentreze la ceea ce face, deoarece, dacă nu este atent, echipa lui poate pierde.

Prin astfel de activități, elevii învață că nu putem învinge întotdeauna, că uneori trebuie să ne punem în locul altora, să ne controlăm impulsurile fizice, să ne stăpânim pe noi înșine și să stăpânim impulsul de a interpreta regulile în folosul nostru. De asemenea, cei mai talentați jucători trebuie să împartă cu cei mai puțin capabili, care, în schimb, învață de la mai practicii lor colegi. Prin activități de deprinderi de noi abilități de viață, fiecare, chiar și cei mai netalentați, strălucesc la ceva, în mod deosebit.

Desfășurarea unei activități de deprinderi de noi abilități de viață

Elemente de care trebuie să ținem cont atunci când organizăm o activitate:

Număr de jucători, vârstă, sex, pregătirea fizică a fiecăruia, gradul de pregătire al jucătorilor, vreme, îmbrăcăminte (trebuie adaptată), mentalitatea jucătorilor (gusturile lor), obișnuința de a se juca (care ne ajută să alegem jocuri mai dificile sau mai ușoare), loc, materiale de care dispunem, durata disponibilă, momentul zilei.

Înainte de începerea activității

Aducem materialele necesare pentru activitatea planificată.

Crearea dispoziției necesare, vedem dacă toată lumea este prezentă, dacă au o ținută practică (atenție la obiectele ce pot cauza accidente).

Pentru a da explicații clare, creăm liniște și maximum de interes, de atenție. Câteva metode :

- fiți de un calm imperturbabil și uitați-vă la ceas ;
- începeți explicațiile cu voce joasă ;

Vorbim tare, rar, astfel încât fiecare copil să înțeleagă și să vizualizeze desfășurarea activității. Înțelegerea acesteia va fi facilitată dacă utilizați scheme vizuale sau exemple. Gândiți-vă cum vor percepe jucătorii o schemă față de un discurs lung. Explicația trebuie să fie



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

completă, dar scurtă și progresivă, explicațiile trebuie ordonate și dacă se poate să se facă mereu în aceeași ordine (să avem o fișă de activitate).

Ordinea în care se fac explicațiile:

Exemplu, după caz:

- teren, limite;
- împărțirea pe echipe (cu semne distinctive și nume), dacă e cazul;
- scopul și spiritul activității;
- regulile principale, în număr mic, și, dacă se poate, reguli secundare în timpul

activității;

- timp limită;
- reguli particulare: ce nu trebuie făcut;
- sugerarea unor tactici, tehnici;
- întrebați dacă sunt necesare explicații suplimentare.

Ne asigurăm că toți participanții au înțeles, pentru a începe activitatea.

Pentru ca o activitate să aibă un feedback pozitiv trebuie să:

- ✓ Avem materialele necesare pentru buna desfășurare a activității
- ✓ Alegem activitatea adecvată situației;
- ✓ Pregătim în avans tot ce ne trebuie;
- ✓ Stabilim reguli simple și le exprimăm clar de la început: copiii trebuie să înțeleagă cum va decurge activitatea;
- ✓ Îi încurajăm constant fără a ne implica noi, adulții, fiind momentul lor de învățare și de dezvoltare de noi abilități de viață;
- ✓ Ne asigurăm că toți elevii participă la activitate, suntem incluzivi.
- ✓ Lăsăm activitatea să decurgă natural și să nu întrerupem fără un motiv bun;
- ✓ Evaluăm activitatea și desfășurarea ei împreună cu profesorul de la clasă;
- ✓

Fișa de activitate (model)

| | |
|---------------------------------|--|
| Denumire activitate: | |
| Abilitatea de viață: | |
| Locul desfășurării: | |
| Nr. participanți: | |
| Durata activității: | |
| Descrierea activității: | |
| <i>Pregătirea activității</i> | |
| | |
| <i>Obiectivele activității:</i> | |
| | |
| <i>Desfășurarea activității</i> | |



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

| |
|-------------------------------|
| <i>Evaluarea activității:</i> |
| Materialele necesare: |

Fișe de activitate (exemple)

Exemplu 1

| | |
|---|---------------------|
| Denumire activitate: | Alfabetul |
| Abilitatea de viață: | Asumarea de decizii |
| Locul desfășurării: | Oriunde |
| Nr. participanți: | Minim 10 copii |
| Durata activității: | 30 - 45 minute |
| <p>Descrierea activității: <i>Pregătirea activității</i> - Este recomandat ca această activitate să fie organizată chiar la început de an școlar, când aceștia nu se cunosc foarte bine. Astfel, au posibilitatea de a decide cum doresc să se descrie pe sine. - Înainte de a începe activitatea, facilitatorul va pregăti pe câte un A5 fiecare literă din alfabet, după care va distribui aceste litere, în tot perimetrul pe care îl are la îndemână pentru această activitate. <i>Obiectivele activității:</i> - de a se cunoaște mai bine între ei - de a alege literele care-i caracterizează mai bine în direcțiile indicate de către facilitator <i>Desfășurarea activității</i> Facilitatorul va explica că în spațiul de desfășurare se află toate literele din alfabet. Imediat ce el/ea va indica un domeniu de cunoaștere, elevii se vor</p> | |



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

gândi la primul cuvânt care le vine în minte și se vor îndrepta se inițiala acelu
cuvânt.

De exemplu, să se gândească la un hobby, la un stil de muzică, la un vis
pentru anul școlar, etc.

După fiecare rundă, facilitatorul va trece pe la fiecare în parte pentru a fixa
informațiile transmise și să le argumenteze, dacă necesită dezvoltarea ideii.

După 5 maxim 6 runde, vor crea un cerc cu toți participanții și, trecând pe la
fiecare în parte, vor avea posibilitatea de a prezenta informațiile aflate despre
ei.

Evaluarea activității:

Pentru evaluarea activității vom apela la observare, urmărind implicarea și
seriozitatea în răspunsurile pe care le-au oferit.

De asemenea, îi vom întreba dacă au descoperit noi informații despre ei și
despre ceilalți.

Materialele necesare:

- alfabetul scris pe câte un A5; se pot scrie pe foi colorate, pentru a fi mai
atractive.

Exemplu 2

| | |
|--|-----------------------|
| Denumire activitate: | Frații |
| Abilitatea de viață: | Rapiditate, cooperare |
| Locul desfășurării: | În natură |
| Nr. participanți: | Minim 10 copii |
| Durata activității: | 15-20 minute |
| Descrierea activității: | |
| <i>Pregătirea activității</i> | |
| - Este recomandat ca această activitate să fie organizată când elevii au început să lucreze în echipe mai mici. | |
| - Înainte de a începe activitatea, facilitatorul se va asigura că zona de desfășurare nu implică riscuri de accidentări. | |
| <i>Obiectivele activității:</i> | |
| - de a coopera cu încă o persoană din grup | |
| - de a fi rapid în a ajunge la "fratele" lui/ei | |
| <i>Desfășurarea activității</i> | |
| „Frații” – elevii sunt împărțiți în echipe de 2 persoane, urmând ca perechile să își stabilească un spațiu unde se vor așeza și vor sta spate în spate. Pe când se strigă "Frații" prima data – aceștia vor putea fugi dar în direcții opuse. La al 2-lea strigăt „Frații” – aceștia vor trebui să se regăsească și tot spate în spate se vor așeza ghemuit. | |



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

Rând pe rând, cei care se vor așeza la urmă – vor ieși din joc devenind observatori.

Evaluarea activității:

Pentru evaluarea activității vom apela la întrebări ajutătoare, spre exemplu: cum s-au simțit pe perioada activității? Ce strategii au folosit pentru a rămâne cât mai mult timp ca "frați"? Ce ar fi putut face diferit dacă ar mai participa o dată la o astfel de activitate? La ce i-a ajutat această activitate și ce au învățat despre ei?

Materialele necesare:

-

Exemplu 3

| | |
|--|-----------------|
| Denumire activitate: | Mesaj desenat |
| Abilitatea de viață: | Creativitate |
| Locul desfășurării: | În sala de curs |
| Nr. participanți: | Minim 15 copii |
| Durata activității: | 20-30 minute |
| <p>Descrierea activității:</p> <p><i>Pregătirea activității</i></p> <p>- Înainte de a începe activitatea, facilitatorul se va asigura că zona de desfășurare, va pregăti colile de flipchart și markerle necesare.</p> <p><i>Obiectivele activității:</i></p> <p>- de a realiza un desen, împreună cu echipa sa - de a contribui cu imaginația sa la mesajul desenat împreună cu echipa sa</p> <p><i>Desfășurarea activității</i></p> <p>Grupul este împărțit astfel încât să fie 5 maxim 6 copii/echipă. Aceștia vor sta într-un șir, toții fiind cu spatele la coala de flipchart. Pe rând, fiecare membru din echipe va merge la coala de flipchart și vor putea trasa un singur simbol pe foaie (poate fi o simplă linie dreaptă, curbată, un cerc, un pătrat, o bulină, etc). După ce prima persoană de la fiecare echipă a desenat simbolul va merge înapoi la echipă predând ștafeta către următoarea persoană din echipă. Scopul activității este de a transmite un mesaj desenat, pe un subiect ales de facilitator (de exemplu: despre natură, despre ei ca indivizi, despre cum văd ei societatea, despre viața la țară, etc). Activitatea se termină după ce fiecare membru din echipe a ajuns de 3 ori la desen. Activitatea se va termina, după ce fiecare echipă va crea povestea mesajului desenat și o va transmite celorlalte echipe.</p> | |

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsuri de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

Evaluarea activității:

Pentru evaluarea activității vom apela la întrebări ajutătoare, spre exemplu: cum s-au simțit pe perioada activității? Cum au continuat mesajul desenat din simbolurile pe care le aveau pe coala de flipchart? La ce s-au gândit când au creat anumite simboluri? La ce i-a ajutat și ce au învățat din această activitate?

Materialele necesare:

- coli de flipchart (sau coli A3)
- markere (sau carioci)

Exemplu 4

| | |
|--------------------------------|---|
| Denumire activitate: | Eu și familia mea |
| Abilitatea de viață: | Încredere în familia sa |
| Locul desfășurării: | Oriunde |
| Nr. participanți: | Minim 15 copii |
| Durata activității: | 1 oră |
| Descrierea activității: | <p>Pregătirea activității</p> <ul style="list-style-type: none">- Înainte de a începe activitatea, facilitatorul se va asigura că zona de desfășurare este înafara oricărui pericol de accidentare.- De asemenea, se va asigura că elevii vor invita la această activitate un membru din familia sa (tatăl, mama, unul dintre frați).- Se recomandă această activitate în luna martie. <p>Obiectivele activității:</p> <ul style="list-style-type: none">- de a-și recunoaște membrul din familie- de a observa trăsăturile și caracteristicile membrului din familia sa <p>Desfășurarea activității</p> <p>Vom invita membri familiei să fie într-o altă sală decât cea unde sunt elevii din clasă.</p> <p>Aceștia își vor alege un spațiu din sală, așteptând să fie recunoscuți de elevul – familia sa.</p> <p>Elevii, unul câte unul, vor fi legați la ochi și vor fi aduși în sala unde sunt invitații lor. Folosindu-se doar de simțul tactil și de miros, își vor recunoaște membrul din familia lor, cel care a venit cu ei la activitate.</p> <p>Activitatea se termină, după ce fiecare elev, își recunoaște membrul din familie prezent.</p> <p>Evaluarea activității:</p> <p>Pentru evaluarea activității vom apela la întrebări ajutătoare, spre exemplu:</p> |

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsurile de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

pentru elevi – cum s-au simțit ca, legați la ochi, să își recunoască membrul din familie prezent la activitate? Ce alte simțuri au folosit? La ce i-a ajutat și ce au învățat din această activitate?

Pentru membrul din familie – cum le-a fost să fie atinși de elevi pentru a fi recunoscuți? Cum s-au simțit atunci când a venit chiar elevul – familia lui? La ce cred ca i-a ajutat această activitate?

Materialele necesare:

- eșarfe
- 2 săli, 2 spații diferite unde să stea cele 2 echipe

Planul de activități

Planul de activități se realizează la începutul anului școlar și se vizează dezvoltarea și deprinderea de noi abilități de viață. Indicată ar fi ca pe parcursul unui an să existe 15-20 de activități pentru a putea observa un progres la elevi și pentru a implementa o continuitate în evoluția lor prin intermediul abilităților de viață pe care aceștia ar dori să le dezvolte.

Înainte de schițarea unui plan de activități este indicat să se facă un inventar la toate activitățile realizate până în prezent, un recensământ al elevilor existenți și a situației materiale.

După care să vă bifați în calendar, care sunt momentele pe care le veți folosi în activitățile cu elevii de la clasă: sărbătorile legale, zilele internaționale, vacanțele, etc. Așa vă va fi mult mai ușor să schițați și activitățile de deprindere de noi abilități de viață pe care doriți să le organizați la clasă pentru elevi.

Planul de activități (model)

| Situația actuală | | | | | | | | | |
|------------------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|--------|---------|-----|-------|
| Septembrie | Octombrie | Noiembrie | Decembrie | Ianuarie | Februarie | Martie | Aprilie | Mai | Iunie |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Abilități de viață de dezvoltat



UNIUNEA EUROPEANĂ

Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European, Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Componenta 1 Măsuri de educație de tip a doua șansă - regiunea mai dezvoltată București-Ilfov
Titlu proiect: „ARIPĂ SPRE VIITOR”
Contract nr. POCU/666/6/23/135937

Planul de activități (exemplu)

Situația actuală

- elevi de clasa a I-a
- elevi din mediul rural
- 20 de elevi din care peste 70% sunt din familii cu mai mult de 2 frați
- etc

| Septembrie | Octombrie | Noiembrie | Decembrie | Ianuarie | Februarie | Martie | Aprilie | Mai | Iunie |
|------------|------------------------------------|---------------|--------------------|------------------------|-----------|-------------------|-------------------|--------------|----------------------------|
| | Lucru manual: toamna din frunze | | Colinde de Crăciun | | | Eu și familia mea | La plantat | | |
| Alfabetul | Frații | Mesaj desenat | | leșire cu sanie | | | Vânătoarea de ouă | Ziua Europei | leșire de 2 zile în natură |
| | Activitate Halloween | | | Cazemate și bulgăreală | | | | | |

Abilități de viață de dezvoltat

- încrederea în sine
- comunicarea în fața unui grup de 10 copii
- creativitatea și imaginația
- cooperare în echipe mai mici
- motricitate
- deprinderi practice

Important este ca, după ce ați făcut planul de activități pe tot anul să fiți consecvenți și să respectați cât mai mult din ideile conturate. Numai așa veți observa acele abilități de viață dezvoltate. La sfârșitul anului școlar este indicată evaluarea; rezervați-vă o zi întreagă pentru o discuție cu elevii. Un feedback de orice natură este foarte util pentru următorul an întrucât vă va ajuta în conturarea ideilor pentru viitor.