

Jocul este arma mea împotriva bullying-ului



Exemple de activități din proiectul
PREVENIREA ȘI COMBATerea VIOLENȚEI ÎN ȘCOALĂ
PRIN ACTIVITĂȚI EXTRAȘCOLARE, ediția a VII-a
Proiect înscris în CPEEJ Iași 2025, poziția 73



Editura PRINTIS
Iași, 2025

Jocul
este arma mea
împotriva
bullying-ului

Colectiv de coordonare:

Profesor Petrescu Mihaela

Profesor Rotaru Irina-Teodora

Profesor Serea Adela

Întreaga responsabilitate pentru corectitudinea și originalitatea materialelor prezentate aparține autorilor.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
Jocul este arma mea împotriva bulling-ului / colectiv de coord.: prof. Petrescu Mihaela, prof. Rotaru Irina-Teodora, prof. Serea Adela. - Iași :

Printis, 2025

ISBN 978-606-8786-39-1

I. Petrescu, Mihaela (coord.)

II. Rotaru, Irina-Teodora (coord.)

III. Serea, Adela (coord.)

37

Cuvânt înainte

În paginile care urmează sunt descrise activități derulate în cea de-a VII-a ediție a proiectului *Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități extrașcolare*, activități bazate pe joc care au fost foarte bine primite de elevi și care și-au demonstrat valoarea intrinsecă putând fi ușor implementate sau adaptate în alte contexte educaționale. Activitățile ludice propuse sunt gândite, în principal, pentru elevi cu vârste cuprinse între 10 și 16 ani, timpul alocat fiind de aproximativ 1-2 ore de curs.

Proiectul *Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități extrașcolare* este la a VII-a ediție desfășurată în CPEEJ Iași 2025 și în al unsprezecelea an de implementare și își propune implicarea anuală a peste 250 de elevi cu CES din școli din județul Iași, elevi aflați în risc de a deveni agresori sau victime ale violenței și bullying-ului, în activități extrașcolare bazate pe joc și cooperare, activități care vizează valorizarea potențialului, exersarea abilităților de comunicare, cooperare și relaționare nonviolentă și dezvoltarea emoțională a beneficiarilor.

Prevenirea și combaterea violenței și bullying-ului în școală se menține o prioritate și o necesitate stringentă deoarece sunt amenințate siguranța și securitatea elevilor, sunt încălcate drepturile copiilor și există situații în care le este pusă în pericol viața. Copiii sunt în risc în ceea ce privește violența, la orice vârstă, ca potențiale victime sau agresori, din cauza lipsei experienței de viață și a unor modele nonviolente, a gradului mare de influențabilitate și a nevoii de acceptare într-un grup. Elevii cu cerințe educaționale speciale reprezintă o categorie și mai expusă riscului din cauza faptului că ei conștientizează mai greu urmările unor acțiuni și nu au capacitatea de a improviza, de a fi creativi în identificarea de activități de timp liber. În multe situații ei sunt marginalizați și nu participă real la activități bazate pe colaborare. O intervenție bazată pe modelare și joc prin care elevi tipici și cu CES să participe la activități extrașcolare ludice, în care se promovează prin joc o educație bazată pe armonie, solidaritate, cooperare și respect și în care se oferă modele de comportamente și atitudini prosociale (colaborare, toleranță, ajutor, acceptare, respect etc.) reprezintă o premisă de prevenire și combatere a pre-violenței și violenței în școală.

Proiectul are ca scop promovarea unui climat educațional non-violent și sigur în școli speciale și integratoare din județul Iași, în care elevi cu CES (care sunt în risc de a deveni victime sau agresori) își pot dezvolta abilități emoționale și sociale incompatibile cu comportamente antisociale (empatie, compasiune, respect, încredere în ei și în ceilalți, colaborare și cooperare între colegi, comunicare non-violentă etc.)

Proiectul *Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități extrașcolare* este inițiat de Școala Gimnazială Specială „Constantin Păunescu” Iași și implementat în parteneriat cu alte 13 unități școlare din județul Iași.

Mulțumim partenerilor

Inspectoratul Școlar Județean Iași

Liceul Tehnologic Special „Vasile Pavelcu” Iași - profesor Valentin Daminescu

Colegiul Tehnic „Ion Holban” Iași - profesor Nicoleta Gârtan

Liceul Tehnologic Special „Trinitas” Tg. Frumos - profesor Irina Mihai

Școala Gimnazială Specială Pașcani - profesor Oana Plaiu

Școala Gimnazială „George Călinescu” Iași - profesor Mihaela Petrescu

Școala Gimnazială „Vasile Conta” Iași - profesor Mihaela Moșoi

Școala Gimnazială „Alexandru Vlahuță” Iași - profesor Laura Nistor

Școala Gimnazială „Nicolae Iorga” Iași - profesor Lavinia Arădoae

Școala Gimnazială „Elena Cuza” Iași - profesor Simona Orghici-Crăciun

Școala Gimnazială „D. A. Sturdza” Iași - profesor Adriana Popa

Școala Gimnazială „Ghe. I. Brătianu” Iași - profesor Carmen Isabela Vlaiduc

Școala Profesională „Mogoșești”, jud. Iași - profesor Teodora-Carina Petrescu

Școala Gimnazială „Alec Russo” - Profesor Elena Hârcă



JOCURILE PRIETENIEI

Prof. Serea Adela

Prof. Ștefancu Daniel

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:	Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice și sportive
---	---

Prezentarea detaliată a activității:

- 1. Scopul activității:** Exersarea abilităților de intercunoaștere și cooperare.
- 2. Obiective:**
 - O1. Stimularea interesului elevilor cu CES care sunt în risc de a deveni victime/agresori pentru activități de petrecere creativă și recreativă a timpului liber;
 - O2. Exersarea abilităților de comunicare, colaborare și lucru în echipă la elevii cu CES care sunt în risc de a deveni victime/agresori, ca premisă a dezvoltării emoționale echilibrate;
 - O3. Dezvoltarea empatiei, toleranței și spiritul de fairplay prin intermediul jocurilor sportive sau de cooperare;
 - O4. Valorizarea potențialului individual pentru optimizarea stimei de sine a elevilor cu C.E.S.
- 3. Locul de desfășurare:** Sala sau terenul de sport
- 4. Participanți:**
 - Elevi: 26 – 30 copii
 - Cadre didactice: 4 - 6 cadre didactice
- 5. Resurse:** Jocuri „Mingea pe platformă” și „Circuit cu bilă” (ambele pot fi realizate improvizat din diverse materiale); piese de Lego, pahare de plastic, forme geometrice decupate, foi, lipici, cartoane, abțibilduri, papuci cu șiret sau forme din carton cu șiret, cămașă cu nasturi, baloane, minge, pompă, bilete pe care sunt scrise sarcinile de îndeplinit/provocările, recompense/diplome
- 6. Timp: 45 - 60 minute**
- 7. Descrierea pe scurt a activității:**

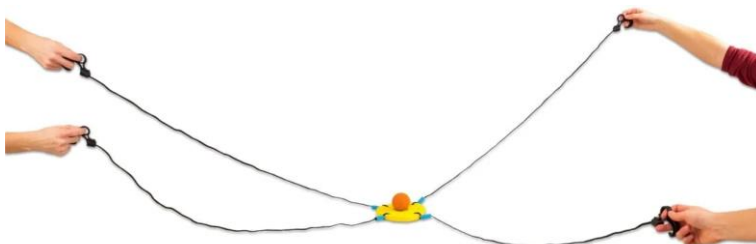
Elevii sunt implicați în diferite jocuri sportive și activități ludice în care ei trebuie să colaboreze în echipe mixte pentru atingerea scopului, astfel dezvoltându-și abilitățile de cooperare, empatia, toleranța și spiritul fair-play. Exemple de jocuri:

- a. **Să ne cunoaștem?** (Intercunoaștere) - Copii stau față în față, astfel încât să fie intercalați potențialii agresori cu potențiale victime. Fiecare copil va trebui să se prezinte colegului din față (spunându-și numele și făcând o apreciere colegului – ex. ”Eu sunt Marius și îmi place tunsoare ta.”). Apoi, rândul 1 se deplasează 1 pas la dreapta și se continuă jocul până ce fiecare elev a făcut cunoștință cu toți ceilalți.
- b. **Mâna mea dreaptă – mâna ta stângă** (cooperare) – Elevii sunt în echipe de 2 legați unul de celălalt, mâna dreaptă a unuia de mâna stângă a celuilalt. Conducătorul de joc are un bol cu bilete cu sarcini și provocări. Fiecare echipă extrage un bilet și îndeplinește sarcina/provocarea fără a-și desface legătura de la mână.

Exemple de sarcini/provocări:

Construiți o piramidă din 20 de pahare de plastic	Construiți un zid din 30 de piese de Lego	Realizați un colaj cu 15 forme geometrice
Legați șireturile la 3 perechi de adidași	Încheiați 10 nasturi la o cămașă	Realizați o felicitare cu minim 10 elemente lipite
Umflați 5 baloane fără pompă	Umflați o minge cu pompa	Realizați un puzzle cu 20 de piese mari

- c. **Deplasează mingea cu platforma** (colaborare) – Elevii sunt împărțiți în echipe de 4. Fiecare echipa va trebui să deplaseze o minge din punctul A în punctul B folosind doar o mică platformă legată cu 4 corzi. Corzile trebuie ținute foarte bine întinse pe toată durata deplasării.



<https://didactopia.ro/sport-outdoor/team-building/activitati-team-building/platforma-fragila-joc-colaborativ-team-building-competitie-echipe/>

- d. **Să circule bila** (colaborare) – Elevii sunt împărțiți în echipe de 6-8 și fiecare primește câte un modul.



<https://didactopia.ro/sport-outdoor/team-building/activitati-team-building/team-ball-track-circuit-bile-echipe-team-building-set-lemn/>

Ei trebuie să rostogolească bila dintr-un modul în altul, continuu, de la un capăt în altul.

Jocul poate avea o dificultate mai mare, dacă segmentele circuitului pe care se rostogolește bila sunt ținute cu o singură mână.

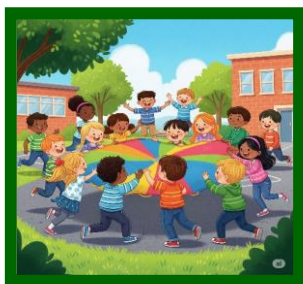
Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate îi stimulează pe elevi să colaboreze și să se ajute între ei, în spirit de joc și competiție sportivă. Cadrele didactice implicate vor supraveghea permanent comportamentul elevilor, pentru a nu permite nicio intenție de necooperare care ar putea pune în pericol integritatea fizică a unor participanți sau ar putea duce la accidente.

Copiii de orice vârstă învață mai facil prin joc. Exersarea comportamentelor în activități ludice creează premisa menținerii acestor comportamente prosociale și în alte tipuri de activități având șanse mai mari de transformare în obișnuințe, deoarece nu există presiunea unor pedepse sau critici care să inhibe învățarea. Copiii au ocazia de a se cunoaște mai bine, de a vedea părțile bune ale fiecăruia.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Astfel de jocuri pot fi utilizate și la ore de Consiliere și orientare, dar și ca activități introductive la alte discipline, acolo unde există colective eterogene și greu de mobilizat. De asemenea, pot fi parte integrantă din programe de prevenirea a bullying-ului sau din programe de dezvoltare emoțională.



MĂ SIMT BINE LA ȘCOALĂ: O ȘCOALĂ PRIN JOC!

Prof. Petrescu Mihaela

Prof. Bosînceanu Teodora-Carina

Domeniul/categoria de activități extrașcolare: Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice și sportive

Prezentarea detaliată a activității:

- 1. Scopul activității:** Scopul acestei activități este de a crea un mediu școlar pozitiv și incluziv, unde elevii să se simtă bine, valorizați și în siguranță. Prin intermediul jocurilor sportive de cooperare, elevii sunt încurajați să dezvolte abilități de relaționare, colaborare, comunicare și rezolvare de probleme, contribuind astfel la o mai bună coeziune a grupului și la creșterea stimei de sine.
- 2. Obiective:**
La finalul activității, elevii vor fi capabili să:
 - O1. Colaboreze eficient cu colegii pentru a atinge un obiectiv comun în cadrul jocurilor.
 - O2. Comunice clar și respectuos cu membrii echipei.
 - O3. Recunoască și să aprecieze contribuția fiecărui membru al echipei.
 - O4. Își dezvolte spiritul de echipă și empatia.
 - O5. Respecte regulile și principiile fair-play-ului.
- 3. Locul de desfășurare:** Sala de sport, curtea școlii sau un spațiu deschis, sigur și bine delimitat.
- 4. Participanți:**
 - Elevi: 26 – 30 copii
 - Cadre didactice: 4 - 6 cadre didactice
- 5. Resurse:** Conuri de marcarea, corzi/funii, mingii de diferite mărimi, eșarfe sau bandane pentru a diferenția echipele, Hula-hoop-uri, muzică ambientală (ritmată și energică), Fișe de observație pentru profesor

6. Timp: 60 minute**7. Descrierea pe scurt a activității:**

Strategia activității se bazează pe învățarea prin joc (gamification) și pe învățarea colaborativă. Jocurile propuse sunt concepute pentru a elimina competiția individuală și a promova, în schimb, cooperarea, accentul fiind pus pe procesul de a lucra împreună, nu pe rezultatul final. Se va folosi învățarea nonformală, care le permite elevilor să experimenteze, să greșească și să învețe într-un cadru relaxat și plăcut, departe de presiunea evaluării.

Descrierea activității**Faza 1: Încălzirea și formarea echipelor (10 minute)**

1.1. "Trenulețul prieteniei": Elevii se așază în șir, formând un "trenuleț", ținându-se de umeri. Profesorul va dirija trenulețul prin sală, iar elevii vor trebui să se deplaseze sincron, ocolind conurile. Scopul este de a se sincroniza și de a se familiariza cu munca în grup.

1.2. Formarea echipelor: Elevii sunt împărțiți în echipe egale, de câte 5-6 membri. Se folosesc eșarfe de culori diferite pentru a-i deosebi. Fiecare echipă este invitată să-și aleagă un nume și un strigăt de încurajare.

Faza 2: Jocurile de cooperare (30 minute)**2.1. "Păianjenii de cooperare":**

Scop: Toți membrii echipei trebuie să traverseze un spațiu delimitat ținându-se de mâini.

Reguli: Dacă un membru se desprinde, echipa trebuie să se întoarcă la linia de start. Se încurajează comunicarea și coordonarea mișcărilor.

2.2. "Râul de hula-hoop-uri":

Scop: Echipa trebuie să treacă de pe un mal al "râului" pe celălalt folosind doar 3-4 hula-hoop-uri.

Reguli: Doar un singur picior poate atinge solul în afara hula-hoop-urilor. Elevii trebuie să-și așeze hula-hoop-urile în fața lor, să treacă prin ele și să le mute apoi în față pentru a continua. Se învață cum să se ajute reciproc și să-și planifice mișcările.

2.3. "Atinge balonul":

Scop: Echipa trebuie să țină un balon în aer cât mai mult timp, fără a-l lăsa să cadă pe jos.

Reguli: Toți membrii echipei trebuie să atingă balonul, indiferent de rolul lor. Se încurajează lucrul de echipă și distribuirea sarcinilor.

Faza 3: Reflecție și încheiere (10 minute)

3.1. Cercul de discuții: Elevii se așază în cerc. Profesorul pune întrebări deschise:

Cum v-ați simțit în timpul jocurilor?; Ce ați învățat despre lucrul în echipă?; Care a fost cel mai mare obstacol și cum l-ați depășit?; Cum v-ați ajutat unii pe alții?

3.2. Mesajul final: Fiecare elev, pe rând, spune o calitate sau un lucru pozitiv pe care l-a observat la un coleg de echipă. Se subliniază importanța aprecierii reciproce.

3.3. Evaluare: Se realizează o evaluare calitativă a proiectului pe baza feedback-ului verbal al elevilor și a fișelor de observație ale profesorului, notând aspecte precum nivelul de implicare, comunicarea, respectarea regulilor și coeziunea grupului.

Bibliografie:

1. Păunescu, V., Preda, V., 2011, *Învățarea prin joc: ghid practic pentru educatori*, Editura Humanitas Educațional.
2. Fluegelman, A., 1976, *The new games book: Play hard, play fair, nobody hurt*, Doubleday.

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Buna practică identificată în proiectul de activitate "Mă simt bine la școală: o școală prin joc" este promovarea culturii cooperării și a incluziunii prin jocuri non-competitive.

Această abordare poate fi considerată o "bună practică" în combaterea violenței în școală din mai multe motive, acționând atât la nivel preventiv, cât și la nivel de intervenție indirectă:

1. Prevenirea violenței prin crearea unui mediu pozitiv:

- **Construirea stimei de sine și a apartenenței la grup:** Jocurile de cooperare asigură succesul întregului grup, eliminând eșecul individual. Fiecare elev, indiferent de abilitățile sale fizice, contribuie la atingerea obiectivului comun. Acest lucru le crește stima de sine și sentimentul de apartenență, reducând frustrările care pot duce la manifestări agresive.
- **Dezvoltarea empatiei și a respectului reciproc:** Prin jocurile de colaborare, elevii sunt puși în situația de a se ajuta reciproc și de a se baza unii pe alții. Această interdependență le permite să înțeleagă mai bine perspectivele și sentimentele colegilor, dezvoltând empatia. Atunci când elevii se simt conectați și apreciați, este mai puțin probabil să recurgă la agresiune.

2. Reducerea factorilor de risc ai violenței:

- **Demontarea ierarhiilor de putere:** Jocurile non-competitive desființează ierarhiile bazate pe forța fizică sau pe popularitatea individuală. Fiecare voce contează, iar contribuția fiecărui membru este esențială. Astfel, se previne formarea unor grupuri dominante care ar putea marginaliza sau intimidă alți elevi.
- **Îmbunătățirea abilităților de comunicare:** Violenta izbucnește adesea din cauza incapacității de a exprima frustrările sau de a rezolva conflicte în mod pașnic. Prin activități precum "Trenulețul prieteniei" sau "Râul de hula-hoop-uri", elevii învață să comunice eficient, să-și exprime nevoile și să-și coordoneze acțiunile. Cercul de discuții de la final oferă, de asemenea, un cadru sigur pentru a exersa comunicarea constructivă și ascultarea activă.

3. Cultivarea unui climat școlar pozitiv:

- **Crearea unui sentiment de siguranță psihologică:** Când școala este percepută ca un loc al jocului, al bucuriei și al colaborării, elevii se simt în siguranță. O școală unde râsul, muzica și efortul comun domină este o școală în care violența are mai puține șanse să apară.
- **Unificarea grupului și coeziunea socială:** Activitățile de cooperare consolidează legăturile dintre elevi, transformând un grup de indivizi într-o echipă unită. Această coeziune acționează ca un scut împotriva bullying-ului și a excluderii sociale, forme subtile și adesea ignorate ale violenței.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Jocurile de cooperare reprezintă un instrument excelent pentru a facilita integrarea elevilor cu cerințe educative speciale. Prin rolurile egale și accentul pus pe contribuția individuală la succesul colectiv, se creează un cadru în care toți copiii sunt valorizați și acceptați. Adaptarea regulilor și a spațiului de joc, precum și utilizarea unor materiale adecvate, asigură participarea deplină a tuturor elevilor, indiferent de capacitățile lor.

Această bună practică se bazează pe o premisă simplă, dar puternică: atunci când învățarea devine un joc, iar competiția individuală este înlocuită de colaborare, școala devine un loc unde fiecare elev se simte bine, iar violența nu-și mai găsește locul.



LUMEA COPIILOR E O LUME A JOCULUI!



Jocuri de cooperare și colaborare indoor/outdoor

Prof. Ursache Mihaela

Prof. Judeanu Iosif

Prof. Niculiță Alina

Prof. Mihai Elena Irina

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:	Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice și sportive
---	---

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Crearea unui cadru de joc sigur și atractiv, în care elevii cu CES să învețe să colaboreze, să comunice pozitiv și să își exprime emoțiile într-un mod constructiv, reducând astfel riscul de manifestări agresive sau conflictuale.

2. Obiective:

- O1. Prevenirea comportamentelor agresive prin implicarea elevilor în activități de cooperare;
- O2. Stimularea exprimării pozitive a emoțiilor și gestionarea conflictelor prin joc;
- O3. Dezvoltarea empatiei și a respectului reciproc;
- O4. Promovarea spiritului de echipă și a fair-play-ului;
- O5. Valorificarea resurselor motrice și ludice pentru a canaliza energia într-un mod benefic.

3. Locul de desfășurare: Sala de sport sau de clasă

4. Participanți:

- Elevi: 28 – 30 copii
- Cadre didactice: 5 cadre didactice

5. Resurse: mingi, conuri de delimitare, eșarfe, cuburi de construcție, fișe ilustrate

6. Timp: 60 - 70 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

Prin jocuri sportive și activități ludice, desfășurate într-un climat sigur și prietenos, elevii au posibilitatea să își canalizeze energia într-un mod pozitiv și să învețe să colaboreze.

Elevii mai mari pot fi mentori pentru cei mici, stimulând responsabilitatea și oferind modele de comportamente prosoziale. Activitatea urmărește implicarea elevilor cu C.E.S., inclusiv a celor aflați în risc de a manifesta comportamente agresive, în situații care promovează cooperarea, empatia și spiritul de fair-play.

Jocuri propuse:

a. Tunelul prieteniei - copiii stau aliniați, depărtând picioarele pentru a forma un tunel. Pe rând, fiecare copil se strecoară prin tunelul format de colegi și se așază la finalul șirului. Activitatea continuă până când toți au trecut.

Valențe educative: dezvoltă răbdarea, încrederea reciprocă și senzația de apartenență la grup; previne excluderea și comportamentele conflictuale prin implicarea tuturor.

b. Ghici cine e prietenul meu - un copil este legat la ochi și plasat în mijlocul cercului. Un coleg se apropie și îi vorbește sau îl atinge ușor pe umăr. Copilul cu ochii acoperiți trebuie să ghicească cine este colegul. Rolurile se schimbă succesiv.

Materiale: o eșarfă sau o bandă textilă pentru acoperirea ochilor

Valențe educative: stimulează atenția la voce și la indicii nonverbale, dezvoltă comunicarea pozitivă, crește apropierea între copii și reduce riscul de marginalizare sau agresiune verbală.

c. Cercul magic al colaborării - elevii formează un cerc. Mingea se pasează de la un copil la altul, dar fiecare trebuie să spună numele colegului căruia îi aruncă. Dacă mingea cade, jocul reîncepe, dar accentul se pune pe sprijin și încurajare, nu pe pedeapsă.

Materiale: o minge moale

Valențe educative: favorizează cunoașterea reciprocă, întărirea legăturilor pozitive, responsabilitatea față de colegi; canalizează energia într-o activitate motrică, evitând conflictele.

d. Construcția prieteniei - copiii sunt împărțiți în echipe. Fiecare echipă trebuie să construiască un „castel al prieteniei”, dar fiecare copil adaugă o singură piesă pe rând, respectând ordinea și ideile colegilor.

Materiale: cuburi mari, Lego sau cutii colorate

Valențe educative: dezvoltă cooperarea, respectarea regulilor, planificarea comună și capacitatea de a aștepta rândul; previne comportamentele impulsive și dominatoare.

e. Ștafeta veselă - copiii sunt împărțiți în echipe. Fiecare participant parcurge un traseu simplu (alergare, sărituri, mers „ca rața”) și predă „ștafeta” următorului. Jocul se finalizează

Bune practici pentru prevenirea și combaterea violenței prin joc

cu aplauze pentru toți, nu doar pentru echipa câștigătoare.

Materiale: conuri sau obiecte pentru delimitarea traseului, mingi mici, saci de sărituri (opțional)

Valențe educative: cultivă spiritul de echipă și fair-play-ul, canalizează energia în activitate motrică constructivă, reduce tensiunile și agresivitatea prin transformarea competiției într-o experiență veselă și de cooperare.

Bibliografie:

1. Lupu, A. I., 2022, *EVOLVE – Program de dezvoltare a stimei de sine*, Editura Sfântul Ierarh Nicolae Iași
2. Neacșu, I., 2015, *Metodologia instruirii interactive*, Editura Polirom București
3. Joița, E., 2010, *Învățarea constructivistă – coordonate* Editura Polirom Iași
4. Goleman, D., 2008, *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche București
5. Resurse online pentru jocuri educaționale de pe Didactic.ro – secțiunea Jocuri pentru prevenirea conflictelor și stimularea colaborării

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Buna practică se bazează pe introducerea jocului ca strategie de prevenire a violenței școlare în rândul elevilor cu cerințe educaționale speciale. În contextul în care acești elevi pot manifesta uneori reacții impulsive, frustrări sau dificultăți de autocontrol, activitățile ludice și sportive oferă un cadru sigur pentru exprimarea emoțiilor și pentru învățarea unor comportamente sociale pozitive.

Prin implicarea în jocuri de cooperare (tunelul prieteniei, cercul colaborării, ștafeta veselă), elevii au ocazia să își canalizeze energia în mod constructiv, să descopere bucuria reușitei împreună și să își exerseze răbdarea și respectul față de ceilalți. Faptul că elevii mai mari sunt mentori pentru cei mai mici creează un climat de sprijin reciproc și reduce riscul apariției conflictelor.

Această activitate poate fi considerată o bună practică deoarece:

- valorifică nevoia naturală a copiilor de a se juca, transformând jocul într-un instrument educativ;
- sprijină elevii cu CES în gestionarea emoțiilor și reducerea comportamentelor

agresive;

- cultivă empatia și responsabilitatea prin sarcini de echipă adaptate nivelului lor de dezvoltare;
- construiește treptat un mediu școlar mai prietenos, mai sigur și mai incluziv, în care elevii învață să se respecte și să colaboreze.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Buna practică poate fi replicată cu succes în activitățile școlii speciale, dar și în alte contexte educative, prin **adaptarea permanentă a jocurilor la particularitățile copiilor**. În Școala Profesională Specială „Trinitas” Tg. Frumos, unde elevii prezintă niveluri diferite de dezvoltare cognitivă, emoțională și motrică, jocurile de cooperare pot fi integrate în mai multe direcții:

- **În același domeniu – prevenirea violenței:** jocurile pot fi utilizate periodic în cadrul orelor de Consiliere și orientare sau la activitățile de dirigiență, pentru a preveni apariția conflictelor și pentru a întări coeziunea grupului. Repetarea activităților creează rutine de comportament pozitiv.
- **În activități de tranziție:** jocurile scurte de colaborare pot fi introduse la începutul orelor, pentru a detensiona atmosfera, a reduce agitația și a crea un cadru favorabil învățării.
- **În alte proiecte educative:** această practică poate fi preluată și în proiecte de incluziune cu elevi din școli de masă, pentru a facilita acceptarea reciprocă și a diminua riscul de stigmatizare. Jocurile devin un limbaj comun, ușor de înțeles indiferent de nivelul de dezvoltare al copiilor.
- **În activități extrașcolare și recreative:** jocurile pot fi folosite în excursii, tabere sau evenimente tematice (Ziua Școlii, Săptămâna Verde, Ziua Recoltei), pentru a încuraja interacțiunile pozitive și pentru a oferi alternative sănătoase la comportamentele conflictuale.

Această bună practică are potențial de replicare pentru că nu se bazează pe resurse sofisticate, ci pe resursa esențială – jocul. Fiind adaptabil și accesibil, el poate fi folosit atât cu grupuri mici, cât și cu colective mai mari, contribuind la formarea unor comportamente prosoziale stabile și la prevenirea violenței în mediul școlar.

LUMEA COPIILOR E O LUME A JOCULUI!*Prof. Nistor Laura**Prof. Marin Mirela**Prof. Rusu Andrada*

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:	Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice și sportive
---	---

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Promovarea colaborării, cooperării și comunicării nonviolente între elevi prin jocuri, în vederea prevenirii conflictelor și întăririi relațiilor pozitive în clasă.

2. Obiective:

- O1. Îmbunătățirea comunicării verbale și non-verbale, ascultarea activă.;
- O2. Dezvoltarea empatiei, recunoașterea emoțiilor și gestionarea conflictelor.
- O3. Creșterea gradului de coeziune și apartenență la grupul clasei;
- O4. Încurajarea respectului reciproc și a incluziunii tuturor elevilor.

3. Locul de desfășurare: Sala sau terenul de sport

4. Participanți:

- Elevi: 26 – 30 copii
- Cadre didactice: 4 - 6 cadre didactice

5. Resurse (adaptabile): eșarfă, creioane, cretă, hârtie, markere, coli flipchart, sfoară, baloane, mingi de plastic sau spumă, pahare de plastic, bețe, coșuri, obiecte ușoare pentru mini-provocări

6. Timp: 60 - 90 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

Jocurile de cooperare și colaborare indoor/outdoor sunt instrumente educaționale esențiale pentru prevenirea violenței școlare, deoarece dezvoltă empatia, respectul, spiritul de echipă și comunicarea pozitivă, contribuind la un climat sigur și prietenos. Exemple de jocuri:

- a. **Păianjenul** (Comunicare și rezolvarea de probleme) – Elevii sunt împărțiți pe echipe și fiecare echipă se așează în cerc, ținându-se de mâini. Unul dintre participanți este "păianjenul" (Poate fi un agresor). Profesorul îi leagă la ochi cu o eșarfă. Ceilalți membri ai echipei trebuie să se „încurce” între ei, trecând pe sub sau peste mâinile celorlalți, fără a se desprinde. Când sunt "încurcați", păianjenul trebuie, doar prin comenzi verbale, să îi ajute să se "descurce". Jocul se încheie atunci când toți membrii echipei sunt din nou în poziția inițială.
- b. **Perechile în echilibru (colaborare și încredere)** – elevii sunt împărțiți în perechi și trebuie să își păstreze echilibrul în timp ce execută anumite sarcini. Fiecare pereche alege un loc din spațiu și va executa toate sarcinile ținându-se de mâini. Profesorul face demonstrația unei activități de echilibrare. De exemplu: Stând pe degetele de la picioare cu brațele întinse, ca un avion. Mențineți această poziție timp de zece secunde. Apoi întoarceți-vă complet. Copiii vor imita demonstrația.
- Profesorul dă următoarele sarcini:
- Stați pe călcâie întinzând brațele deasupra capului și întoarceți-vă complet.
 - Stați într-un picior timp de zece secunde, apoi îndoiți celălalt genunchi și ridicați-l la piept.
 - Stați într-un picior și săriți pe loc.
 - Stați într-un picior și înclinați-vă spre pardoseală. Aproiați nasul cât de mult puteți de pardoseală.
 - Stați într-un picior și lăsați-vă pe spate cât de mult puteți.
 - Stați într-un picior și luați ceva de pe jos (un pix, o frunză).
 - Stați într-un picior și faceți aceste mișcări: mâna dreaptă atinge urechea stângă, cotul stâng atinge genunchiul drept.
- c. **Podul (Încredere și strategie)** – outdoor - Fiecare echipă se așază în șir indian. Fiecare membru se leagă la ochi, mai puțin primul, care este lider. Pe pământ, se va așeza o sfoară, pe care toți membrii echipei trebuie să meargă în șir, fără a se desprinde. Liderul, care vede, trebuie să îi ajute pe ceilalți. Dacă cineva nu mai ține sfoara, trebuie să se așeze pe pământ și să aplaude, pentru a le arăta celorlalți că nu se mai află pe "pod". Jocul se încheie atunci când toți membrii echipei se află din nou pe "pod".

- d. **Generalul spune (atenție)** - Elevii sunt așezați în cerc, un copil este desemnat "generalul" și stă în fața grupului. Acesta poate da comenzi, iar ceilalți copii trebuie să le execute. Înainte de fiecare comandă, generalul spune: „Generalul spune”. Dacă acesta omite, copiii nu trebuie să facă nimic. De exemplu: „Generalul spune: stați într-un picior!” Toți copiii vor sta într-un picior. „Generalul spune: învârtiți-vă!” Toți copiii se vor învârti. „Săriți pe loc” – acum niciun copil nu trebuie să se miște deoarece înainte de comandă, generalul nu a spus „Generalul spune!” Dacă săriți acum, sunteți scoși din joc. Copilul care rezistă cel mai mult, va fi generalul. Pentru a complica jocul, generalul poate demonstra mișcările greșit. De exemplu: „Generalul spune: mișcați capul într-o parte!” Acum, generalul își mișcă capul înainte. Dacă și voi vă mișcați capul înainte, sunteți scoși din joc.
- e. **Misiunea Secretă (cooperare)** - Elevii sunt așezați în semicerc și în mijloc este o casetă cu bilețele pe care sunt scrise misiuni - sarcini amuzante de colaborare („adu o frunză împreună cu un coleg”, „ține-l de mână pe X și aleargă până la copac”). Fiecare elev extrage un bilețel și trebuie să ducă misiunea la bun sfârșit alături de alt coleg. Sarcinile sunt concepute astfel încât să îi apropie și să creeze situații amuzante.
- f. **Cercurile provocărilor... în echipă (cooperare)** - Se desenează trei cercuri concentrice suficient de mari în care toți copiii pot sta într-un cerc și o listă cu toate situațiile care vor fi discutate. (cel exterior simbolizând zona de confort, cel mijlociu simbolizând zona de stres, iar cel interior zona de panică). Elevii sunt împărțiți în perechi și vor trebui să negocieze alegerea unui cerc în care vor sta, în funcție de situația prezentată. Profesorului subliniază o situație, iar copiii în perechi vor alege dacă această situație i-ar pune în cercul confortului, stresului sau panicii. Situația poate fi despre un pericol, un lucru plăcut sau un lucru neplăcut, („Ai uitat să îți faci tema.; ”Trebuie să mergi singur la magazin”) etc. Mai întâi copiii se mișcă prin spațiu, iar în timp ce se mișcă, ascultă situația. La un semnal al facilitatorului, aceștia aleg unul dintre cercurile provocării; apoi se mișcă din nou prin spațiu până când o nouă situație îi aduce la un anumit cerc.
- g. **Cursă de agilitate cu ștafetă (cooperare)** – Elevii sunt împărțiți în două echipe și vor concura în perechi ținând între degetele de la mână dreaptă un creion în echilibru. Vor parcurge un traseu cât mai repede și fără să piardă creionul- (dacă scapă creionul o vor lua de la capăt). Când ajung la linia de start perechile vor preda creionul -ștafetă

următoarei perechi. Va câștiga echipa care va termina prima traseul.

- h. **Vânătoarea de comori (Negociere și luarea deciziilor în echipă)** - indoor/outdoor - Fiecare echipă primește câte un balon, o foaie de hârtie, un marker, o eșarfă și o cutie din carton. Echipa trebuie să găsească 3 mingiuțe de ping-pong, dar cu o singură condiție: nu au voie să vorbească. Fiecare echipă, pe baza materialelor, trebuie să găsească o modalitate de a comunica pentru a găsi mingiuțele. După ce le găsesc, trebuie să se așeze în cerc și să construiască un "turn" din baloane și cutie. Cel care nu a reușit să găsească mingiuța poate folosi eșarfa pentru a-i ajuta pe ceilalți.
- i. **Fântâna dorințelor (cooperare, comunicare)** - Copiii sunt așezați în cerc, cu palma dreaptă în jos. Aceștia strâng pumnul cu patru degete și lasă degetul mare liber, îndreptat spre stânga, spre palma vecinului din stânga. Aceasta este fântâna. Pe rând fiecare copil își spune numele și o dorință ce ar vrea să i se împlinească, apoi în final își spun o dorință tainică a grupului.

Bibliografie:

1. *Școala prietenoasă copilului. Ghid pentru profesori*, 2016, UNICEF România
2. *Game Book TeamUp*, 2019, Salvați Copiii România
3. *Școala prietenoasă și sigură pentru fiecare copil – resurse pentru prevenirea bullying-ului*, 2019, Salvați Copiii România
4. Lupu, A., 2020, *EVOLVE. Program de educație emoțională și socială pentru prevenirea violenței*, București

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Utilizarea jocurilor de cooperare și colaborare (indoor și outdoor) poate fi considerată „bună practică” deoarece are caracter preventiv și inovator, promovează incluziunea tuturor elevilor, dezvoltă empatia și comunicarea non-violentă, reduce riscul de marginalizare și conflicte, contribuind astfel la crearea unui climat școlar sigur și prietenos. În plus, are caracter transferabil, putând fi aplicată și în alte clase sau contexte educaționale, ceea ce îi conferă valoare formativă pe termen lung.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Această bună practică poate fi replicată cu ușurință atât în cadrul aceluiași proiect, cât și în alte proiecte educative, deoarece are caracter flexibil și transferabil. Astfel, jocurile pot fi reluate periodic pentru consolidarea comportamentelor prosoziale sau pot fi extinse la nivelul întregii școli prin activități comune (ex. „Ziua jocurilor de cooperare”) sau activitățile pot fi integrate în proiecte de educație incluzivă, educație pentru sănătate, prevenirea bullying-ului sau în programe de dezvoltare socio-emoțională (cercuri, școli de vară, tabere). De asemenea, pot fi adaptate pentru ciclul primar sau gimnazial, în funcție de vârstă.

Această replicabilitate se datorează faptului că jocurile:

- sunt ușor de organizat (necesită resurse minime),
- pot fi adaptate pentru diverse contexte educaționale,
- au impact imediat asupra relațiilor dintre elevi și asupra climatului școlar.

PROVOCĂRI LUDICE PENTRU ECHIPE FANTASTICE!

Prof. Petrescu Mihaela

Prof. Bosînceanu Teodora-Carina



Domeniul/categoria de activități extrașcolare: Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice și sportive

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Dezvoltarea abilităților de colaborare, comunicare eficientă și gândire strategică în rândul participanților, prin intermediul unor jocuri de echipă și provocări ludice.

2. Obiective:

La finalul activității, elevii vor fi capabili să:

- O1. Colaboreze eficient cu colegii pentru a atinge un obiectiv comun în cadrul jocurilor.
- O2. Comunice clar și constructiv cu coechipierii, exprimându-și ideile și ascultând punctele de vedere ale celorlalți;
- O3. Elaboreze și să aplice strategii comune pentru a atinge un scop;
- O4. Gestioneze situații neprevăzute și să ia decizii rapide în echipă;
- O5. Respecte regulile și principiile fair-play-ului.

3. Locul de desfășurare: Sala de sport, curtea școlii sau un spațiu deschis, sigur și bine delimitat.

4. Participanți:

- Elevi: 26 – 30 copii
- Cadre didactice: 4 - 6 cadre didactice

5. Resurse (adaptabile): Foaie de flipchart, markere, sfoară, baloane, bețe de chibrit, pahare de plastic, cuburi de construcție (LEGO, Jenga etc.), hârtie, creioane, cartoane colorate, recompense simbolice (diplome, mici premii).

6. Timp: 60 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

Bune practici pentru prevenirea și combaterea violenței prin joc

Strategia activității se bazează pe învățarea prin joc (gamification) și pe învățarea colaborativă. Jocurile propuse sunt concepute pentru a elimina competiția individuală și a promova, în schimb, cooperarea, accentul fiind pus pe procesul de a lucra împreună, nu pe rezultatul final. Se va folosi învățarea nonformală, care le permite elevilor să experimenteze, să greșescă și să învețe într-un cadru relaxat și plăcut, departe de presiunea evaluării.

Descrierea activității

Faza 1: Încălzirea și formarea echipelor (10 minute)

Moderatorul salută participanții și le explică scopul activității. Se face o scurtă încălzire (de exemplu, un joc de cunoaștere rapidă, dacă este cazul). Apoi participanții sunt împărțiți în echipe de 4-6 membri, fie aleatoriu (prin numărare, extragere de bilețele), fie prin metode creative (de ex. 'Găsește-ți perechea' de culori, forme etc.). Fiecare echipă își alege un nume fantastic.

Faza 2: Desfășurarea jocurilor (30 minute)

2.1. "Atinge obiectivul":

Reguli: O echipă primește un număr de baloane pe care trebuie să le țină în aer timp de un minut, fără a le lăsa să cadă pe jos. Echipa care reușește să țină toate baloanele în aer, câștigă.

Scop: Coordonare și comunicare non-verbală.

2.2. "Piramida oarbă":

Reguli: O echipă primește un set de cuburi/piese. Un singur membru vede modelul de piramidă care trebuie construit, dar nu are voie să atingă piesele. Acesta trebuie să le explice verbal, cât mai detaliat, coechipierilor care, cu ochii acoperiți, trebuie să le așeze corect.

Scop: Comunicare verbală precisă, încredere și ascultare activă.

2.3. "Podul de sfoară":

Reguli: Echipele primesc o sfoară lungă. Misiunea este de a construi, ținând sfoara tensionată, un pod peste care trebuie să treacă un obiect (ex: o minge de ping-pong) de la un capăt la altul, fără a-l atinge cu mâinile.

Scop: Strategie, coordonare fizică și rezolvare de probleme.

Faza 3: Reflecție și încheiere (10 minute)

3.1. Cercul de discuții: Elevii se așază în cerc. Profesorul pune întrebări deschise:

Cum v-ați simțit în timpul jocurilor?; Ce ați învățat despre lucrul în echipă?; Care a fost cel mai mare obstacol și cum l-ați depășit?; Cum v-ați ajutat unii pe alții?

3.2. Mesajul final: Fiecare elev, pe rând, spune o calitate sau un lucru pozitiv pe care l-a observat la un coleg de echipă. Se subliniază importanța aprecierii reciproce.

3.3. Evaluare: Se realizează o evaluare calitativă a proiectului pe baza feedback-ului verbal al elevilor și a fișelor de observație ale profesorului, notând aspecte precum nivelul de implicare, comunicarea, respectarea regulilor și coeziunea grupului.

Bibliografie:

1. Silberman, M., 2001, *101 metode de a preda și a învăța activ*, Editura Polirom Iași.
2. Vasile, R., 2017, *Jocuri și activități creative pentru lucrul cu copiii și adolescenții*, Editura Paralela 45 Pitești.

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această abordare poate fi considerată o "bună practică" deoarece susține:

- **Implicare activă și motivație intrinsecă:** Participanții nu sunt doar receptori pasivi de informații. Jocurile le oferă un cadru distractiv și competitiv (într-un sens pozitiv), care le stimulează curiozitatea și dorința de a participa. Prin provocări concrete, ei sunt direct responsabili pentru succesul echipei, ceea ce le crește motivația.
- **Dezvoltarea competențelor transversale:** Activitatea nu se concentrează pe cunoștințe teoretice, ci pe abilități esențiale pentru viața personală și profesională, cum ar fi:
 - **Colaborarea:** Jocurile sunt concepute pentru a fi imposibil de rezolvat de o singură persoană, forțând echipele să lucreze împreună.
 - **Comunicarea:** Provocări precum "Piramida oarbă" necesită o comunicare verbală precisă și o ascultare activă, abilități cruciale în orice context.
 - **Gândirea strategică și rezolvarea de probleme:** Echipele trebuie să elaboreze planuri și să se adapteze rapid la situații neprevăzute.
- **Conexiunea cu realitatea prin reflecție:** O simplă sesiune de jocuri ar fi doar o distracție. Etapa de **reflecție ghidată** de la final este esențială și transformă activitatea într-o experiență de învățare. Moderatorul ajută participanții să facă legătura între ce au trăit în timpul jocurilor și aplicațiile în viața reală ("Ce ați învățat despre lucrul în echipă?", "Cum puteți folosi asta la școală sau acasă?"). Acest pas consolidează învățămintele și le conferă relevanță.

- **Crearea unui mediu sigur și pozitiv:** Jocurile ludice elimină presiunea unui eșec academic și încurajează asumarea de riscuri creative. Fiecare participant are ocazia să contribuie cu idei, indiferent de performanțele sale anterioare, ceea ce construiește încrederea în sine și sentimentul de apartenență la grup.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Această bună practică nu se limitează doar la jocurile de colaborare, ci poate fi integrată în curriculumul școlar sau în alte proiecte, indiferent de materie, astfel:

La istorie se poate o simulare de proces istoric - elevii se împart în echipe (apărare, acuzare, juriu) și trebuie să investigheze, să argumenteze și să ia o decizie. La final, discutați despre provocările întâmpinate și despre ce au învățat din perspectiva fiecărui rol.

La orele de științe: Se poate lansa o provocare de tip "Construiește o structură" din materiale reciclabile. Echipele primesc o sarcină (de ex. construirea unui pod care să susțină o anumită greutate) și un set limitat de materiale. La final, după testarea structurilor, se analizează ce soluții au funcționat și de ce. Se face o conexiune cu legile fizicii sau cu principii de inginerie.

La limbi străine: Se poate propune un joc de rol în care echipele trebuie să rezolve un mister folosind doar limba străină studiată. Fiecare membru primește indicii în limba respectivă, pe care trebuie să le comunice și să le combine cu ale celorlalți. La final, se discută despre dificultățile de comunicare și despre cum au reușit să le depășească.

Indiferent de context, cheia succesului constă în a respecta cele două etape fundamentale: **jocul** (activitatea practică) și **reflecția ghidată** (procesarea experienței pentru a extrage învățăminte).



ÎMPREUNĂ SUNTEM MAI PUTERNICI!

JOCURI SPORTIVE DE COOPERARE ȘI COLABORARE

Prof. Moșoi Mihaela

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:	Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activitate sportivă și ludică, integrată în aria educației emoționale și relaționale, cu accent pe cooperare și incluziune.
Prezentarea detaliată a activității:	
Scopul activității: Promovarea unui climat pozitiv, sigur și incluziv în școală prin jocuri sportive și de mișcare care dezvoltă cooperarea, comunicarea și relaționarea între elevii din învățământul de masă și cei cu cerințe educaționale speciale (CES). Obiective: - O1. Dezvoltarea spiritului de echipă prin activități care presupun rezolvarea de sarcini comune. - O2. Învățarea unor modalități nonviolente de comunicare și rezolvare a problemelor. - O3. Creșterea încrederii în sine și în ceilalți prin sprijin reciproc. - O4. Crearea unor contexte în care elevii cu CES sunt incluși activ, fiind valorizate punctele lor forte. - O5. Consolidarea relațiilor pozitive între elevi, prin experiențe comune de succes și bucurie. Locul de desfășurare: Sala de sport, curtea școlii sau un spațiu deschis, sigur și bine delimitat. Participanți: • Elevi: 20 – 25 copii • Cadre didactice: 4 - 6 cadre didactice Resurse: mingi de diferite dimensiuni, jaloane, eșarfe colorate pentru echipe, cercuri hula-hoop, cartonașe pentru mesaje, bandă muzicală (muzică veselă și relaxantă) Timp: 90 minute (poate fi ajustat în funcție de vârsta și nivelul de rezistență al elevilor)	

7. Descrierea pe scurt a activității:**Încălzire și energizare (10 minute)**

- **„Salutul prietenos” (5 min):** copiii formează un cerc; fiecare își salută vecinii cu un gest vesel (strângere de mână, high five, zâmbet), rostindu-le numele. → Creează un climat de siguranță și familiaritate.
- **„Pasul vesel” (5 min):** elevii merg prin sală/teren pe muzică; la semnalul profesorului („Stop!”), se adună în grupuri de 3–4 și spun rapid câte un lucru pozitiv („Îmi place să mă joc!”, „Îmi place să fiu cu voi!”). → Stimulează spontaneitatea și interacțiunea.

Jocuri principale de cooperare (60 minute)**a) „Parcursul prieteniei” (15 min)**

- Copiii sunt împărțiți în echipe mixte (inclusiv elevi cu CES).
- Fiecare echipă trebuie să transporte o minge mare printr-un traseu cu jaloane.
- Regula: mingea nu poate fi atinsă cu mâinile direct, ci doar ținută prin colaborare (de exemplu, spate în spate, brațe unite).

Scop: depășirea traseului împreună, nu cine ajunge primul.

b) „Podul sprijinului” (15 min)

- Se formează perechi/trio-uri; unul dintre elevi are ochii legați (sau ține o eșarfă pe ochi).
- Colegii îl ghidează printr-un „pod” cu jaloane, fie ținându-l de mână, fie doar prin instrucțiuni verbale.
- Se schimbă rolurile.

Scop: dezvoltarea încrederii și empatiei.

c) „Cercul încrederii” (15 min)

- Toți elevii formează un cerc strâns.
- Un elev stă în mijloc, se lasă ușor pe spate/lateral, iar colegii îl prind și îl susțin.
- Elevii din cerc rostesc în cor „Suntem aici pentru tine!”.

Scop: siguranță, încredere, sprijin reciproc.

d) „Mingea prieteniei” (15 min)

- Echipa trebuie să paseze mingea astfel încât fiecare copil să o atingă cel puțin o dată, înainte ca mingea să fie introdusă în poartă.
- Jocul nu are scor, ci se încurajează cât mai multe pase corecte și implicarea tuturor.

Scop: colaborare, comunicare și integrarea tuturor membrilor echipei.

3. Reflecție și relaxare (20 minute)

Exercițiu „Respirăm împreună” (5 min): elevii se așază în cerc, inspiră și expiră colectiv pe muzică liniștitoare. → relaxare și reconectare.

Discuție ghidată (10 min): întrebări adresate de profesor:

- „Cum m-am simțit în timpul jocurilor?”
- „Ce am descoperit despre colegii mei?”
- „Cum am fost ajutat și cum am ajutat?”

Mesaje pentru colegi (5 min): fiecare elev scrie/desenează pe un cartonaș un mesaj pozitiv pentru un coleg și i-l oferă (de exemplu, „Mulțumesc că m-ai sprijinit!”, „Ești un coechipier bun!”).

Bibliografie:

1. Bocoș, M., 2013, *Instruirea interactivă. Repere pentru reflecție și acțiune*, Editura Paralela 45 Pitești
2. Cerghit, I., 2006, *Metode de învățământ*, Editura Polirom București
3. Cucos, C., 2006, *Pedagogie*, Editura Polirom Iași
4. Pânișoară, I.O., 2017, *Comunicarea eficientă. Ghid practic*, Editura Polirom Iași
5. Stanciu, M., Jigău, M. (coord.), 2016, *Educația incluzivă: repere teoretice și practice*, Editura Institutul de Științe ale Educației București
6. Radu, I. T., 2000, *Didactica modernă*, Editura Didactică și Pedagogică București
7. Voiculescu, F., 2019, *Psihopedagogie specială. Elemente teoretice și aplicații*, Editura Pro Universitaria București

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate este considerată o „bună practică” pentru că: promovează incluziunea prin participarea activă a tuturor elevilor, indiferent de abilități; dezvoltă valori pozitive: respect, empatie, colaborare; previne comportamentele violente sau de excludere, prin orientarea pe cooperare, nu pe competiție; consolidează relațiile dintre copii și creează un climat școlar pozitiv.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Buna practică din această activitate extrașcolară poate fi replicată:

- **În același proiect:** se pot adăuga alte jocuri sportive și artistice de cooperare, păstrând principiile de incluziune.
- **În alte proiecte educative:** activitatea se poate integra în programe afterschool, tabere școlare, activități de consiliere, campanii anti-bullying, proiecte Erasmus+.
- **În comunitate:** prin implicarea părinților, voluntarilor și organizațiilor educaționale locale, extinzând impactul asupra relațiilor sociale și prevenirea violenței.

PROVOCĂRI LUDICE PENTRU ECHIPE FANTASTICE

Prof. de sprijin Nistor Laura

Prof. Maxim Gabriela

Mediator școlar Lupu Maria



Domeniul/categoria de activități extrașcolare:	Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice și sportive
Prezentarea detaliată a activității:	
1. Scopul activității: Consolidarea relațiilor pozitive dintre elevi și dezvoltarea capacității de a colabora, comunica nonviolent și elabora strategii comune, prin jocuri de echipă cu rol educativ și preventiv. 2. Obiective: O1. Identificarea comportamentelor pozitive și nonviolente în interacțiunile de echipă; O2. Cooperarea în rezolvarea unor provocări ludice, respectând regulile și colegii; O3. Elaborarea unor strategii comune pentru atingerea unui scop; O4. Manifestarea respectului, toleranței și empatiei față de colegi, inclusiv față de cei cu CES. 3. Locul de desfășurare: Sala/ terenul de sport 4. Participanți: • Elevi: 26 – 30 copii • Cadre didactice: 4 cadre didactice 5. Resurse: Cartonase colorate, markere, scotch, foi flipchart / coli A3, piese LEGO / bețe de înghețată / materiale de construcție simple, baloane/mingiuțe, sfoară/eșarfă, imagini din povești 6. Timp: 60 - 90 minute 7. Descrierea pe scurt a activității: Jocurile de colaborare în echipă și jocurile de strategie au rolul de a forma, dezvolta și	

consolida echipele, valorizând fiecare membru al colectivului de elevi. Sunt promovate valorile prieteniei și colaborării precum și comportamentele prosociale contribuind la creșterea coeziunii grupului, a gradului de integrare și acceptare a elevilor cu C.E.S. și la prevenirea și combaterea violenței școlare.

Exemple de jocuri:

- a. **Salutul fantastic** (Intercunoaștere și energizare) - Elevii sunt împărțiți în echipe stau față în față și fiecare echipă își inventează un mod amuzant și unic de a saluta (strângere de mâini specială, mic dans, strigăt de echipă) Fiecare copil își spune numele și execută salutul echipei din care face parte, acest lucru contribuind la cunoașterea membrilor grupului.
- b. **Turnul înțelepciunii** (Cooperare) – Elevii împărțiți pe echipe primesc materiale de construcție (hârtie, bețe, scotch, LEGO), având sarcina să construiască un turn cât mai înalt și stabil în 10 minute. Elevii sunt coordonați să își împartă sarcinile între ei, fiecare membru primind câte o sarcină (planificare, construcție, testare), nu au voie să „ia” materiale de la alte echipe, punându-se accent pe cooperare, nu pe competiție. La final își vor prezenta creațiile evaluând și lucrările colegilor, apreciindu-se creativitatea și spiritul de fair-play.
- c. **Labirintul încrederii** (Încredere) – Se trasează pe podea un labirint cu scotch sau frânghii. Elevii sunt împărțiți în două echipe. Câte un membru din echipă pornește prin labirint legat la ochi iar ceilalți îl ghidează verbal să ajungă la „comoară” (un obiect simbolic). Se încurajează comunicarea cât mai precisă a obstacolelor și sprijinul echipei în traversarea labirintului.
- d. **Jocul Corabia nebunilor** (colaborare) elevii, împărțiți în două echipe sunt așezați în semicerc, ca și cum ar fi pe corabie. În fața lor este un elev desemnat căpitan care va da comenzi, iar ceilalți jucători trebuie să le execute. Dacă un jucător nu execută corect o comandă, este eliminat din joc iar jocul continuă până când rămâne un singur jucător, iar echipa din care face parte este câștigătoare.

Se vor da *comenzi obișnuite*:

- ✓ **Vine Căpitanul!:** Toți participanții trebuie să se oprească, să se salute și să rămână nemișcați până când căpitanul spune „LIBER”.
- ✓ **La vâsle!:** Se fac echipe de 3 elevi care fac trenulețul și vâslesc împreună. Cine nu își

găsește loc într-o echipă de 3 este eliminat.

- ✓ **Stea de mare!** Se face o stea de mare, elevii se prind de mâini cu fața spre exteriorul stelei. Cine nu își găsește loc într-o echipă de 5 este eliminat.
- ✓ **Îmbarcarea!:** elevii merg spre dreapta.
- ✓ **Navigăm!:** elevii merg spre stânga.
- ✓ **La podea!:** Toți participanții trebuie să se așeze pe jos.

Comenzi de eliminare (comenzi de imitare de personaje, prin care căpitanul le cere participanților să imite diferite personaje):

- **Om la apă!:** Se fac echipe de 2, un jucător întins pe jos cu partenerul care stă în picioare ținându-l de mână. Cine nu își găsește loc într-o echipă de 2 este eliminat.
- **Fiul căpitanului!:** Participanții îl imită pe fiul căpitanului care își încordează fioros mușchii.
- **Piratul Jack!:** Participanții își acoperă un ochi cu o mână, întind cealaltă mână cu un deget încovoiat, stau un picior și scot sunete înfricoșătoare precum piratul Jack care are un singur picior, are un cârlig în locul unei mâini și poartă un plastru pe un ochi.
- **Sirena!:** Participanții se întind pe jos, își unduiesc picioarele, fac cu mâna și scot sunete ascuțite precum o sirenă care vrea să atragă marinarii în mreje.
- **Patru marinari la masă!:** Patru elevi trebuie să se așeze în cerc și să se prefacă că mănâncă. Cine nu își găsește loc într-o echipă de 4 este eliminat.

La finalul jocului fiecare echipă își valorizează membrii și modul în care au cooperat între ei.

- e. **Sfoara magică** (Strategie și încredere) Fiecare echipă se așează în cerc, ținând cu ambele mâini o sfoară groasă (sau o eșarfă) pe care toți trebuie să o atingă. Liderul echipei (ales de comun acord) trebuie să își dea drumul la sfoară și să îi ajute, pe rând, pe fiecare membru să se așeze într-un fel anume (de exemplu, cu un picior ridicat) fără ca sfoara să cadă. Dacă vreunul dintre ei nu mai ține sfoara, jocul se reia. Liderul trebuie să îi coordoneze, să le explice, iar ceilalți să aibă încredere în el și să îl asculte.
- f. **Tablouri buclucașe (colaborare- cooperare)** Elevii împărțiți pe echipe de 6-8 elevi vor primi cartonașe cu imagini din diferite povești/povestiri/lecturi (Harap Alb, Cenușăreasa, Albă ca Zăpada, etc) vor trebui să reproducă imaginea utilizând doar propriul corp-transformându-se în personaje sau elemente de decor, în funcție de ceea ce este prezentat

în imagine. Fiecare echipă are 5 minute timp de pregătire, apoi prezintă ”tabloul” realizat. Se valorizează acuratețea reprezentării, imaginația dar și cooperarea din cadrul echipei.

- a. **Balonul prieteniei (cooperare)**- Fiecare echipă primește un balon și primesc sarcina să păstreze balonul în aer timp de 3 minute, fără să îl lase să cadă, dar respectând regula ca niciun membru să nu lovească balonul de două ori consecutiv. Va câștiga echipa ce va reuși să țină balonul în aer respectând regulile date.

Bibliografie:

1. Oprea, C., & Coman, M., 2019, *Metode ludice în prevenirea violenței școlare*, Editura Didactică și Pedagogică București
2. *Ghid pentru prevenirea violenței în școală*, 2016, UNICEF România
3. *Educația prin joc – ghid pentru cadre didactice*, 2018, Save the Children România
4. <https://gokid.ro/jocuri-de-grup-pentru-copii-team-building-grupuri-de-prieteni-interactive/>

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate de utilizare a jocurilor de colaborare și strategie în cadrul activităților educaționale pentru prevenirea și combaterea violenței contribuie la formarea, organizarea și dezvoltarea grupului de elevi ca și echipă, implicând înțelegerea necesității respectării regulilor în cadrul unui grup.

Jocurile de cooperare sunt importante pentru că implică activ toți elevii, dezvoltă competențe socio-emoționale esențiale, previne conflictele prin alternative pozitive și contribuie la un climat școlar sigur și prietenos.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Activitatea poate fi reluată în cadrul altor clase din ciclul gimnazial, în proiecte similare de prevenire a violenței școlare, dar și adaptată pentru alte domenii educative (consiliere și orientare, incluziune, educație civică, prevenirea bullying-ului). Caracterul său ludic, participativ și resursele minime necesare o fac ușor de implementat în contexte diverse, cu efecte pozitive asupra climatului educațional și relațiilor interpersonale.



JOCURI PENTRU ECHIBE FANTASTICE

Prof. Arădoae Lavinia Daniela

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice

Prezentarea detaliată a activității:

1. **Scopul activității:** Dezvoltarea abilităților de colaborare și comunicare în vederea consolidării relațiilor pozitive și a spiritului de echipă în mediul școlar.
2. **Obiective:**
 - O1. Dezvoltarea coordonării și a motricității grosiere elevilor cu CES care sunt în risc de a deveni victime/agresori prin participarea la jocuri fizice și de mișcare;
 - O2. Exersarea abilităților de colaborare în echipă a elevilor cu CES și a celor tipici, care sunt în risc de a deveni victime/agresori, pentru realizarea unei sarcini comune;
 - O3. Dezvoltarea creativității și a imaginației elevilor implicați, în contexte variate de joc;
 - O4. Manifestarea unei atitudini pozitive de sprijin, încurajare, respectarea regulilor și a rândului în relație cu colegii de echipă și de clasă.
3. **Locul de desfășurare:** Sala/ terenul de sport
4. **Participanți:**
 - Elevi: 20 elevi
 - Cadre didactice: 4 cadre didactice
5. **Resurse:** comoară simbolică, indicii, ghicitori, puzzle, jaloane, minge ușoară, balon, microfon/obiect de vorbit, cretă, bandă adezivă, foi A4 cartonate, pahare carton, bețișoare, mașinuță, burete, bețe/frânghie.
6. **Timp: 50 - 60 minute**
7. **Descrierea pe scurt a activității:** pe terenul de sport facilitatorul realizează șase centre de activități apoi împarte elevii în echipe (poate face bilețele și fiecare extrage un număr, poate grupa în funcție de inițialele numelui, fiecare echipă să fie formată

din 4-5 membri). Fiecare echipă va trece prin fiecare centru de activitate. Regulile sunt explicate foarte clar pentru fiecare activitate în parte, toate echipele mergând la fiecare centru înainte de a începe activitatea. E nevoie de mai multe cadre didactice pentru a oferi suport și explicații, activitățile pot fi adaptate în funcție de nivelul grupei/clasei. Centrele sunt următoarele:

- a. **Harta comorii** (comunicare, planificare, ajutor reciproc) – se realizează o hartă simplă, pe hârtie, pe care echipa o primește, cu 3-4 ”puncte de oprire”. La fiecare punct este o sarcină de rezolvat sau indiciu pentru a trece mai departe (rezolvă puzzle-ul/problema, citește ghicitoarea și răspunde, umple recipientul cu boabe de grâu folosind lingura, sparge balonul cu piciorul și citește mesajul, exerciții motrice, etc.) Pe teren sunt desenate punctele de oprire iar la final elevii găsesc o comoară simbolică (cutie cu mesaje pozitive, sticle de apă, jeleuri, medalii dar și un ou fiert/minge mică/ burete etc.). Fiecare membru al echipei participă la ceva: citește, ține harta, rezolvă, oferă sugestii.
- b. **Transportul comorii** (strategie, atenție) – echipa trebuie să transporte obiectul găsit în cutie (ou/minge, balon, burete), din punctul A în punctul B, trecând peste mici obstacole (cercuri, conuri), folosindu-se de două bețe groșute. Dacă obiectul cade, se reia traseul.
- c. **Labirintul viu** (încredere, orientare spațială) – centrul numărul trei are desenat pe jos sau lipit cu bandă adezivă un traseu/ labirint. Fiecare echipă trebuie să îl parcurgă ținând un balon, o minge între umeri. Activitatea e finalizată când fiecare membru al echipei a făcut pereche cu un coleg și a parcurs labirintul. Ceilalți colegi de echipă îi pot ghida pe cei ce sunt pe traseu. În cazul în care se scapă mingea/balonul, se reia traseul.
- d. **Constructorii de poduri** (colaborare, lucru în echipă) – la centrul patru elevii găsesc pe masă: pahare de carton, bețișoare de înghețată/bețe, lipici/ bandă adezivă, foi cartonate sau cartoane și o mașinuță de jucărie. Echipa trebuie să construiască un pod din materialele date și apoi să îl testeze. Membrii echipei împart sarcinile: cineva taie hârtia, altul așază paharele, unul lipește, altul verifică stabilitatea podului, cineva testează etc.
- e. **Tunelul uman** (coordonare, sprijin) – echipa face un tunel, membrii stând unul lângă celălalt, cu picioarele depărtate. Primul copil se târăște pe sub colegi până ajunge la capăt apoi se ridică și devine ultima verigă. Fiecare membru al echipei trebuie să treacă prin tunel, fără ca acesta să se dărâme. E importantă coordonarea elevilor mai puțin viteza de deplasare a acestora.

- f. **Povestea în lanț** (coeziune, ascultare activă, creativitate) - la ultimul centru elevii din echipă sunt așezați în cerc, facilitatorul începe: "A fost o dată o echipă fantastică ce a pornit într-o aventură...". Fiecare membru al echipei adaugă câte o propoziție care să continue ceea ce a spus facilitatorul sau colegul anterior. Se repetă rândul, fiind grupul format din 4-5 membri. Se poate folosi un microfon de jucărie sau un obiect care oferă "dreptul" de a vorbi. La final povestea poate fi desenată pe o foaie sau reprezentată printr-o scenetă rapidă. Facilitatorul apreciază efortul depus de toate echipele.

Bibliografie:

5. Johnson, D. W., Johnson, R. T., Holubec, E. J., 1998, *Cooperation in the Classroom*, Interaction Book Company
6. Zlate, M., 2004, *Fundamentele psihologiei*, Editura Univers Enciclopedic București
7. Rusu, M., 2019, *Jocul și învățarea prin cooperare în ciclul primar*, Editura Didactică și Pedagogică București

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Buna practică identificată constă în organizarea de activități ludice pe centre, în aer liber, cu echipe mixte formate din elevi tipici și elevi cu CES, prin care se urmărește dezvoltarea cooperării, a comunicării și a spiritului de echipă. Această abordare este considerată o bună practică deoarece valorifică jocul ca metodă de prevenire a comportamentelor violente, creează contexte incluzive și atractive pentru toți elevii și favorizează asumarea de roluri și responsabilități. Elevii au oportunitatea de a se cunoaște, de a descoperi atât la ei cât la colegi abilități și calități pe care le pot fructifica în sala de clasă.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Această bună practică poate fi replicată cu ușurință în activități similare prin păstrarea structurii pe centre de lucru și adaptarea jocurilor în funcție de vârstă, context și obiectivele educative urmărite. Poate fi aplicată în același domeniu – prevenirea violenței și dezvoltarea relațiilor pozitive – prin organizarea periodică a unor ateliere interactive sau zile tematice, dar și în alte proiecte educaționale, cum ar fi „Școala altfel”, activități extracurriculare, unde lucrul în echipă și incluziunea pot fi stimulate prin metode ludice și colaborative.



JOCURI ȘI EMOȚII

Prof. Arădoae Lavinia Daniela

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:	Prevenirea și combaterea violenței în școală prin jocuri de intercunoaștere și dezvoltare emoțională
---	--

Prezentarea detaliată a activității:

- Scopul activității:** Facilitarea colaborării pentru dezvoltarea inteligenței emoționale la elevi cu CES.
- Obiective:**
 - O1. Facilitarea cunoașterii reciproce și acceptarea diferențelor dintre persoane în rândul elevilor cu CES și a elevilor tipici, care sunt în risc de a deveni victime/agresori, prin intermediul jocurilor de intercunoaștere;
 - O2. Exersarea gestionării emoțiilor pentru elevii cu CES care sunt în risc de a deveni victime/agresori, prin expunerea acestora în contexte variate de interacțiune;
 - O3. Dezvoltarea empatiei, a abilităților de comunicare și lucru în echipă prin intermediul jocurilor propuse;
 - O4. Dezvoltarea încrederii reciproce, exersarea ascultării și a comunicării clare în rândul elevilor implicați, prin intermediul activităților desfășurate;
 - O5. Consolidarea relațiilor între elevii cu CES și elevii tipici din școală prin valorizarea potențialului fiecăruia în diverse contexte.
- Locul de desfășurare:** Sala de clasă, sala de sport
- Participanți:**
 - Elevi: 20
 - Cadre didactice: 2 cadre didactice
- Resurse:** piese mari de puzzle (carton A4 decupat), creioane, carioci, creioane colorate, cartonașe colorate care conțin întrebări, post-it, laptop, baghetă magică (plastic/ carton), eșarfă, diverse obstacole (conuri plastic, scaune, cercuri), pahare carton, foi A4, bandă adezivă, bețișoare, flipchart/tablă.

6. Timp: 50 - 60 minute**7. Descrierea pe scurt a activității:**

Activitățile ce au la bază jocuri de intercunoaștere și dezvoltare emoțională contribuie în mod semnificativ la formarea competențelor socio-emoționale ale elevilor cu cerințe educaționale special, care pot fi în postura de victimă sau agresor. Prin expunerea la astfel de experiențe interactive, elevii își dezvoltă capacitatea de autocunoaștere și exprimare a propriilor trăiri, învață să recunoască și să înțeleagă emoțiile celorlalți și își formează treptat empatia. Contextul ludic facilitează exersarea abilităților de comunicare eficientă și ascultare activă, precum și consolidarea relațiilor pozitive în cadrul grupului. Totodată, jocurile stimulează cooperarea, respectul reciproc și toleranța, contribuind la crearea unui climat pozitiv în grupul de învățare. Exemple de jocuri:

- a. **Caruselul îmbrățișărilor** (interacțiune pozitivă) – elevii sunt așezați în două cercuri concentrice, unul în interior, celălalt în exterior. La semnalul facilitatorului se întorc unul spre altul și fac un salut (zâmbet, strângere de mână, bat palma, îmbrățișare, apropiere pumnul). La următorul semnal, cercul exterior se rotește și salută alt coleg. Se explică importanța salutului și a interacțiunilor pozitive în grup.
- b. **Puzzle-ul uman** (intercunoaștere și cooperare) – fiecare copil primește o piesă de puzzle pe care scrie sau desenează ceva care îl reprezintă (hobby, vis, dorință, preferință pentru joc, cărți, culinară). După terminarea desenului fiecare trebuie să găsească unde se potrivește piesa în puzzle-ul grupului, toate piesele formând un "tablou al echipei", facilitatorul întărind ideea că fiecare este unic, însă imaginea se completează împreună.
- c. **Cartonașele întrebărilor** (auto și intercunoaștere) – în cerc, fiecare elev extrage un cartonaș, citește întrebarea și răspunde. Dacă sunt colegi care vor să răspundă o pot face sau alt coleg îi poate adresa celui ce a citit altă întrebare cu scopul de a-l cunoaște mai bine. Este indicat ca aceste cartonașe să fie colorate pentru atractivitate și să cuprindă întrebări simple și pozitive (ex: "Ce te face să râzi cel mai tare?", "Dacă ai fi un super erou care ar fi puterea ta?", "Ce culoare te reprezintă?", "Cum arată vacanța ideală pentru tine?"). La final se discută ce lucruri noi au descoperit despre colegi. Jocul promovează comunicarea pozitivă, crește curiozitatea față de colegi și reduce anxietatea socială.
- d. **Jurnalul culorilor** (identificarea și exprimarea emoțiilor) – copiii revin la locurile lor și colorează un pătrățel de hârtie pentru cum se simt azi: roșu reprezintă furia, albastru –

- calm, galben – veselie, verde – curaj. La final se creează un mozaic colectiv pe flipchart sau pe tablă. Elevii învață să asocieze o culoare unei emoții și să o exprime nonverbal.
- e. **Podul încrederii** (încredere și colaborare) – facilitatorul realizează un traseu simplu în clasă/sala de sport (conuri, cercuri, scaune, benzi colorate). Elevii lucrează în perechi, un copil stă cu ochii închiși sau legat cu o eșarfă, celălalt îl ghidează cu indicații pentru a parcurge traseul cu obstacole simple. Se schimbă rolurile. Recomandări: traseul să fie sigur, iar obstacolele să nu pună în pericol echilibrul; pentru un grup numeros se pot face zone paralele. Jocul presupune exersarea ascultării și a comunicării clare cât și dezvoltarea încrederii reciproce.
- f. **Emoția pe muzică** (dezvoltare emoțională, exprimare corporală) - elevii rămân în picioare, facilitatorul pune la laptop câteva melodii scurte (ritm liniștit, vesel, alert). Ei se mișcă prin sală și exprimă prin mișcare cum îi face muzica să se simtă iar a oprirea muzicii, fiecare îngheață în poziția emoției pe care o simte. Se discută cum aceeași muzică poate trezi emoții diferite.
- g. **Bagheta magică** (exprimare dorințe, emoții) - facilitatorul dă o baghetă magică simbolică (din plastic sau carton) unui elev. Cine o ține spune un lucru pe care îl dorește pentru starea sa emoțională (de ex: „Vreau să fiu mai curajos”, ”Imi doresc să reacționez diferit când sunt furios”). Bagheta trece mai departe, la fiecare copil, ajutându-i să își exprime dorințele/ emoțiile într-un cadru sigur și în fața colegilor.
- h. **Turnul** (colaborare, creativitate) - se formează echipe de 4-5 copii, fiecare echipă având ca sarcină să construiască cel mai înalt turn, în 10 minute, folosind materialele primite (pahare carton, bețișoare, bandă adezivă). La final, turnurile sunt prezentate. Se discută cum au colaborat și ce strategii au folosit la construcție. Facilitatorul scoate în evidență colaborarea și încrederea în membrii echipei, fără a accentua înălțimea turnului.
- i. **Harta prieteniei** (intercunoaștere) – pe un perete/tabla se pune un afiș mare cu cercuri („cine iubește sportul”, „cine iubește animalele”, „cine se simte curajos când...”), fiecare facilitator personalizează în funcție de clasă la care derulează activitatea. Elevii își pun un post-it cu numele în cercurile unde se regăsesc apoi discută ce au descoperit: câte lucruri comune au și cât de important este să ne cunoaștem unii pe ceilalți.
- j. **Cercul recunoștinței** (încheiere) – elevii stau în cerc și fiecare spune: „Astăzi sunt recunoscător pentru...”. Facilitatorul încheie cu o concluzie pozitivă despre echipă și

implicarea în activitate.

Bibliografie:

1. Stan, E., 2017, *Consilierea psihopedagogică a elevilor. Teorie și practică*, Editura Didactică și Pedagogică București.
2. Roco, M., 2001, *Creativitate și inteligență emoțională*, Editura Polirom Iași
3. Jucărașu, A., 2015, *Jocurile de intercunoaștere în consilierea educațională*, *Revista de Pedagogie*, 63(3-4), 95-103

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Buna practică identificată constă în utilizarea jocurilor de intercunoaștere și a activităților ludice cu rol de dezvoltare emoțională pentru prevenirea și reducerea comportamentelor violente, precum și pentru creșterea coeziunii grupului. Această abordare este considerată o bună practică deoarece îmbină metode interactive atractive cu obiective educative complexe: facilitează cunoașterea și acceptarea reciprocă, dezvoltă empatia, comunicarea asertivă și încrederea în sine, contribuind la formarea unui climat pozitiv în clasă. Prin caracterul său participativ și incluziv, această practică sprijină atât elevii cu CES, cât și pe cei tipici, consolidând relațiile de colaborare și diminuând riscul conflict.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Această bună practică poate fi replicată cu ușurință în alte contexte educaționale, deoarece jocurile de intercunoaștere și dezvoltare emoțională se bazează pe metode interactive flexibile și resurse accesibile. Pentru o implementare eficientă este esențială respectarea câtorva etape: selectarea jocurilor adecvate vârstei și nevoilor grupului, crearea unui cadru securizant prin stabilirea de reguli clare privind respectul și comunicarea, explicarea obiectivelor activității într-un mod accesibil, desfășurarea jocurilor într-un ritm adaptat grupului. Activitățile pot fi integrate în ore de dirigiență, consiliere psihopedagogică sau proiecte extracurriculare, favorizând dezvoltarea socio-emoțională și coeziunea grupului. Prin adaptarea materialelor și a nivelului de dificultate, aceste jocuri pot fi folosite atât pentru copiii din grădinițe cât și pentru elevii din ciclul primar.



PRIETENIA CARE NE UNEȘTE: EMOȚII, JOC ȘI ÎNȚELEGERE

Prof. Moșoi Mihaela

Domeniul / categoria de activități extrașcolare

Prevenirea și combaterea violenței în școală activități ludice de dezvoltare emoțională

Prezentarea detaliată a activității:

- 1. Scopul activității:** Cultivarea relațiilor de prietenie și solidaritate între elevii, cu atenție specială la integrarea elevilor cu cerințe educaționale speciale (CES), prin jocuri și activități artistice care promovează empatia, acceptarea diferențelor și exprimarea emoțiilor
- 2. Obiective:**
 - O1. Dezvoltarea abilităților de cooperare și sprijin reciproc între elevii tipici și cei cu CES.
 - O2. Creșterea gradului de conștientizare și înțelegere a diversității emoțiilor și nevoilor colegilor.
 - O3. Stimularea creativității prin activități artistico-plastice cu tematică socio-emoțională.
 - O4. Promovarea unui climat incluziv, bazat pe respect și acceptare.
 - O5. Exersarea comunicării nonverbale și paraverbale (pentru a facilita participarea elevilor cu dificultăți de exprimare).
- 3. Locul de desfășurare:** sală de clasă
- 4. Participanți:**
 - Elevi: 20 – 28 de copii
 - Cadre didactice: 4 cadre didactice
- 5. Resurse:** Spațiu accesibil, muzică liniștitoare, cartonașe cu emoții și expresii faciale, planșe mari de hârtie, markere, creioane colorate, plastilină, bilețele colorate, scotch, imagini cu scene de prietenie, stickere motivaționale pentru recompense.
- 6. Timp:** 80 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:**Introducere – „Salutul prieteniei” (10 min)**

Elevii formează un cerc. Fiecare își spune numele și face un gest simplu (de exemplu, bate din palme, ridică mâna, zâmbește). Grupul repetă gestul. Elevii cu CES pot alege gesturi nonverbale, susținuți de colegi.

Joc de intercunoaștere – „Găsește perechea emoțională” (15 min)

Elevii primesc cartonașe cu emoții ilustrate (bucurie, tristețe, teamă, curaj etc.). Sarcina: să își găsească perechea care are aceeași emoție. După ce se formează perechile, fiecare copil povestește (sau mimează, dacă îi este greu să exprime verbal) o situație în care a simțit emoția respectivă.

Activitate de cooperare – „Pânza prieteniei” (20 min)

Elevii așezați în cerc primesc un ghem de lână. Primul copil spune o calitate a unui coleg și îi aruncă ghemul, păstrând capătul. Se continuă până se formează o rețea vizibilă a prietenilor. Elevii cu CES pot fi ajutați de un coleg „sprijin” să formuleze calități simple („e bun”, „mă ajută”, „zâmbește frumos”).

Activitate creativă – „Colajul inimilor colorate” (20 min)

Pe grupe mixte, elevii primesc planșe mari în formă de inimă, pe care desenează sau lipesc imagini /simboluri care ilustrează prietenia (ajutor, joc, bucurie, empatie). Elevii cu CES pot folosi stickere sau plastilină colorată pentru a contribui. La final, fiecare grup prezintă inima creată și o lipește pe „Zidul Prieteniei” al clasei.

Reflecție – „Cercul încrederii” (10 min)

Fiecare copil primește un bilețel colorat pe care scrie sau desenează un mesaj pozitiv pentru colegul din stânga sa. Mesajele se citesc sau se arată în fața grupului.

Încheiere (5 min)

Facilitatorul recapitulă regulile prieteniei identificate: *ajutăm, ascultăm, zâmbim, acceptăm diferențele*. Se oferă stickere motivaționale tuturor elevilor pentru implicare.

Bibliografie:

1. Goleman, D., 2008, *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche București
2. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning – CASEL, 2020, *Social and Emotional Learning Framework*, CASEL Press Chicago

3. UNICEF România, 2010, *Educație incluzivă. Ghid pentru cadrele didactice*, Editura Alpha MDN București
4. Păunescu, O., 2015, *Jocuri pentru dezvoltarea emoțiilor copiilor*, Editura Polirom Iași

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Activitatea este o bună practică pentru că: promovează incluziunea reală a elevilor cu CES, implicându-i în mod activ și adaptat; dezvoltă empatia și solidaritatea în rândul copiilor tipici, reducând riscul de marginalizare; folosește metode ludice și multisenzoriale, accesibile tuturor; contribuie la prevenirea conflictelor și bullying-ului prin construirea unor relații sănătoase.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Buna practică din această activitate extrașcolară poate fi replicată: în alte clase sau cicluri școlare, adaptând complexitatea jocurilor și materialelor; în activități extracurriculare (tabere, cluburi școlare); în proiecte de prevenire a violenței și de integrare a elevilor cu CES; în cadrul parteneriatelor școală–familie, prin ateliere comune pentru părinți și copii.

PRIETENIA ESTE O ARTĂ, EMOȚIILE SUNT UN JOC!

Prof. Bianca Elena Pătrășianu

Prof. Mădălina Elena Giosanu

Prof. Nicoleta-Mihaela Cramaruc



Domeniul / categoria de activități
extrașcolare

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice de dezvoltare emoțională

Prezentarea detaliată a activității:

- 1. Scopul activității:** Formarea unor atitudini și comportamente optime pentru inițierea, menținerea și dezvoltarea relațiilor cu cei din jur.
- 2. Obiective:**
 - O1. Identificarea și gestionarea optimă a propriilor emoții și acceptarea emoțiilor celorlalți parteneri de interacțiune;
 - O2. Exersarea abilităților de comunicare adecvată a emoțiilor;
 - O3. Dezvoltarea empatiei prin intermediul activităților propuse;
 - O4. Manifestarea unui nivel corespunzător de control comportamental.
- 3. Locul de desfășurare:** sală de clasă
- 4. Participanți:**
 - Elevi: 20 de copii
 - Cadre didactice: 4 cadre didactice
- 5. Resurse:** afiș, bomboane, minge, carduri cu emoții
- 6. Timp: 50 minute**
- 7. Descrierea pe scurt a activității:**

Prin jocurile centrate pe managementul emoțiilor, se urmărește exersarea abilităților de identificare și comunicare adecvată a emoțiilor, dezvoltarea empatiei și manifestarea unui nivel corespunzător de control comportamental în timpul interacțiunilor umane cu ceilalți colegi. Activitatea propusă începe printr-o discuție prin care elevii sunt întrebați despre ce înțeleg prin „emoție” (exemple) și ”prietenie” (semnificație).

Exemple de jocuri:

❖ **Jocul "Prenumele și mingea" (5 minute)**

Animatorul stabilește un contact vizual cu o persoană din grup și pronunță prenumele său, plasându-i mingea. Cel care primește mingea va proceda la fel. Dacă cineva nu este sigur de prenumele cuiva are posibilitatea să întrebe. Odată cu avansarea jocului, poți mări ritmul cu care se aruncă mingea.

❖ **Jocul "Bomboanele" (15 minute)**

Fiecare persoană va lua o mână de bomboane. Dintre toate bomboanele, fiecare va trebui să pună deoparte câte o bomboană din cele 2 culori favorite ale lor. De îndată ce fiecare și-a ales culoarea, se va pune un afiș, care a fost scris în prealabil și care va conține următoarele întrebări:

- **Rosu:** care este cea mai frumoasă amintire a ta?
- **Galben:** Ce îți place cel mai mult la tine?
- **Portocaliu:** Spune-ne câte ceva despre familia ta.
- **Verde:** Spune-ne despre clasa ta/ colegii tăi.

❖ **Jocul "Carduri cu emoții" (15 minute)**

Copilul extrage un card și vorbește împreună despre emoția respectivă. Se extrage un card și se mimează emoția. Se extrage un card și se povestește o situație în care s-a trăit emoția respectivă.

❖ **Jocul "Complimente" (5 minute)**

Acest joc se adresează unui grup de copii așezați în cerc. Fiecare jucător trebuie să spună câteva cuvinte frumoase copilului de lângă el, privindu-l în ochi. Cel complimentat trebuie să își manifeste recunoștința și să facă același lucru cu următorul participant. Dacă este nevoie, se intervine cu exemple ajutătoare, complimentând copilul care începe jocul. Exprimarea în cuvinte a aprecierii pentru cei din jur este o artă, ce poate fi deprinsă de la vârste fragede.

În încheiere, fiecare dintre participanți va oferi un feedback care constă într-un singur cuvânt prin care exprimă cum s-a simțit pe durata activităților și ne vom aplauda.

Bibliografie:

1. Menendez-Pontes, M., 2024, *Marea carte a emoțiilor*, Editura Bookzone București
2. Nelson, B., 2012, *Codul emoțiilor*, Editura Adevăr Divin Brașov

3. Raja, S., 2025, *Corporalizarea emoțiilor*, Editura Herald București

4. *Jurnalul emoțiilor* (2024), Editura Gamma București

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate îi determină pe elevi să caute răspunsuri în interiorul lor și, de asemenea, să ofere răspunsuri despre ceilalți colegi, menținând un contact vizual minim cu fiecare dintre aceștia. Păstrarea contactului vizual reprezintă o provocare.

Copiii de orice vârstă nu doar că învață mai facil prin joc, însă reușesc să se vulnerabilizeze mai repede și mai firesc decât adulții. Exersarea managementului emoțiilor prin activități ludice creează acel spațiu de siguranță, absolut necesar pentru a lăsa fiecare emoție să se manifeste, fără constrângerea de a o cenzura. Întrucât nu există presiunea unor pedepse sau critici, astfel de practici se pot transforma în obișnuințe mult mai ușor.

Elevii au ocazia de a se cunoaște mai bine și de a vedea părțile bune ale fiecăruia.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Astfel de jocuri pot fi folosite scurte ca activități introductive în orice tip de lecție, e la orice disciplină, mai ales acolo unde există dificultăți notabile de gestionare optimă a emoțiilor. De asemenea, pot fi parte integrantă din programe de prevenirea a bullying-ului sau din programe de dezvoltare emoțională.

Cercul emoțiilor - joc

Prof. Sima Roxana Mihaela



Domeniul / categoria de activități extrașcolare

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice de dezvoltare emoțională și artterapie

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Sprijinirea dezvoltării socio-emoționale a elevilor prin exersarea recunoașterii și exprimării emoțiilor într-un cadru sigur și ludic

2. Obiective:

- O1. Dezvoltarea capacității elevilor de a identifica și verbaliza emoțiile.
- O2. Reducerea tensiunilor prin exprimarea creativă a stărilor emoționale.
- O3. Consolidarea climatului pozitiv în grup prin activități interactive.

3. Locul de desfășurare: sală de clasă

4. Participanți:

- Elevi: 20 - 25 de copii
- Cadre didactice: 1-3 cadre didactice

5. Resurse: cartonașe colorate, coli A4, creioane colorate, lipici, foarfeci, planșă mare pentru colaj

6. Timp: 45 - 50 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

Elevii sunt așezați în cerc. Profesorul pregătește cartonașe colorate, fiecare asociat cu o emoție (ex. roșu = furie, albastru = tristețe, galben = bucurie, verde = calm).

Fiecare copil trage un cartonaș colorat și este invitat să povestească o situație când a simțit acea emoție sau să o exprime printr-un desen rapid. Apoi, copiii discută pe scurt cum pot gestiona acea emoție într-un mod constructiv. La final, întreaga clasă realizează un colaj comun denumit „Cercul emoțiilor clasei mele”. Etape de desfășurare:

1. Introducere (5 min) – Profesorul explică regulile: fiecare culoare corespunde unei emoții. Se discută pe scurt despre ce înseamnă emoțiile și importanța lor.

2. Activitatea principală (25 min) – Fiecare elev extrage un cartonaș și are două opțiuni: să povestească o situație când a simțit emoția respectivă sau să o exprime printr-un desen.

După fiecare prezentare, grupul reflectă scurt asupra emoției discutate.

3. Colajul colectiv (10 min) – Toate desenele realizate sunt lipite pe o planșă mare, formând „Cercul emoțiilor clasei mele”. Profesorul discută cu elevii despre diversitatea emoțiilor și importanța respectării lor.

4. Concluzii și reflecție (5 min) – Elevii răspund la întrebări precum: „Ce am învățat despre mine?”, „Cum pot să-mi gestionez emoțiile într-un mod mai bun?”.

Observații pentru cadre didactice: Activitatea poate fi adaptată pentru elevii cu CES prin: folosirea de pictograme pentru elevii cu dificultăți de limbaj; timp suplimentar pentru desen sau exprimare; sprijin individual pentru elevii cu anxietate ridicată; încurajarea tuturor copiilor să participe, chiar și prin gesturi sau expresii nonverbale.

Bibliografie:

1. Edwards, D., 2014, *Art Therapy*, Sage Publications
2. Malchiodi, C., 2012, *Handbook of Art Therapy*, Guilford Press
3. Rubin, J., 2010, *Introduction to Art Therapy: Sources & Resources*, Routledge
4. Florian, L., & Black-Hawkins, K., 2011, *Exploring inclusive pedagogy*. British Educational Research Journal, 37(5), 813–828

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Jocul „Cercul emoțiilor” este o bună practică deoarece îmbină educația emoțională cu artterapia, oferind copiilor o modalitate non-conflictuală de a exprima emoțiile. Activitatea reduce riscul de excludere, consolidează empatia și crește coeziunea grupului. Este simplu de aplicat, nu necesită resurse costisitoare și are efecte imediate asupra climatului clasei. Elevii au ocazia de a se cunoaște mai bine și de a vedea părțile bune ale fiecăruia.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Această activitate poate fi replicată ușor în cadrul altor proiecte educative, ore de dirigiență, ateliere de dezvoltare personală sau în programe extracurriculare. Jocul poate fi adaptat pentru diferite vârste și niveluri de învățare, fiind flexibil și ușor de implementat în școli, centre educaționale sau grupuri de consiliere.



PUTEREA LUI „ÎMPREUNĂ”

Prof. Simiuc Oana

Prof. Gîrtan Nicoleta

Domeniul / categoria de activități extrașcolare

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice de dezvoltare personală

Prezentarea detaliată a activității:

- 1. Scopul activității:** Dezvoltarea abilității de a lucra în echipă și de a relaționa pozitiv cu cei din jur.
- 2. Obiective:**
 - O1. Identificare avantajelor muncii în echipă;
 - O2. Exersarea în context de joc a lucrului în echipă;
 - O3. Identificarea de roluri pe care le poți juca într-o echipă.
- 3. Locul de desfășurare:** sală de clasă
- 4. Participanți:**
 - Elevi: 20 - 25 de copii
 - Cadre didactice: 1-3 cadre didactice
- 5. Resurse:** jocul „Spy Guy” (pot fi folosite alte variante de jocuri de cooperare), fișe răzuibile, imagini-situații pentru exemplificarea lucrului în echipă, baloane, un coș, sfoară, cercuri hula hop, conuri;
- 6. Timp: 50 minute**
- 7. Descrierea pe scurt a activității:**
 - **Joc pentru spargerea gheții** „Cine este cel mai...”. Elevii vor trebui să identifice colegul care îndeplinește sau deține calitatea numită de profesor.

Liniștit din clasă?

Ascultă cu atenție în timpul orelor?

Rapid la calcule?

Bun la engleză?

Descurcăreț la limba română?

Scrie cel mai îngrijit?

Cine aleargă cel mai repede?

Vorbăreț?

Cui îi plac cel mai mult orele de desen?

Cine cântă cel mai frumos?

Cine vă face să râdeți cel mai des?

Cine vă salvează când aveți nevoie de o pauză în timpul orelor?

Cine așază masa cu drag pentru voi?

Cine vă provoacă la jocuri în pauză?

Cine oferă cele mai bune îmbrățișări?

Cine este cel mai darnic din clasă și împarte cu voi dulciurile?

Cine dă cele mai bune sfaturi?

Cine vă ajută dacă aveți o problemă?

Este cel mai respectuos din clasă?

Cine se pricepe la fotbal cel mai bine?

Cine are cea mai mare răbdare?

Cine este cel mai prietenos?

Cine are grijă ca tabla să fie mereu curată?

Se discută după:

Aceeași caracteristică a fost prezentă la mai mulți elevi?

Dar a fost vreunul dintre voi care le-a avut pe toate?

Concluzie: Elevii vor descoperi că mai mulți dintre ei au aceleași calități, dar nu le pot avea pe toate. În schimb, dacă fiecare contribuie cu câte ceva, se pot întâmpla lucruri minunate, atmosfera în clasă fiind foarte plăcută. E ca atunci când facem o prăjitură: cineva aduce făină, altcineva un ou, altul vanilia și fructele, iar rezultatul este delicios.

- **Cine lucrează în echipă?** – Discuție despre meserii, activități sau situații în care oamenii trebuie să lucreze împreună pentru că singuri nu ar reuși să obțină rezultatele dorite. Vom discuta pe marginea exemplelor oferite de ei și adaug și alte situații (inginerii la construcția unei case, orchestra, doctorii, pompierii, albinele în stup, situații din diferite povești, profesorii etc), concluzionând că atunci când lucrăm împreună lucrurile se fac mai

ușor, mai repede și mai bine, oferim ajutor și ne împrietenim (putem folosi imaginile – situații pentru elevii cu deficiențe pentru a-i încuraja să ofere răspunsuri).

- **Experiment** - Elevii vor juca „Spy guy”, un joc de cooperare, în care spionii trebuie să prindă răufăcătorul înainte ca acesta să fugă din oraș. Vor extrage câte un cartonaș. Pe fiecare cartonaș sunt notate numărul de indicii de același fel pe care trebuie să le găsească pe planșa de joc într-un minut. De fiecare dată când vor găsi un indice, îl vor acoperi cu o bulină. La sfârșitul timpului de joc, vor înainta atâtea pași câte indicii au găsit în echipă, iar hoțul va avansa atâtea căsuțe câți pași sunt desenați pe cartonaș.

Pentru început, voi invita 2, 3 elevi să rezolve individual sarcina jocului, atât pentru a învăța regulile cât și pentru a putea mai apoi sesiza eficiența crescută a lucrului în echipă. După această etapă, împart elevii în echipe și îi invit la joc. Spionul nostru a lăsat câteva indicii cu ce trebuie să facem pentru a lucra mai bine împreună. Împart elevilor fișele răzuibile din Anexa 1 și discutăm pe marginea acestora:

Toți membrii echipei au participat sau unii au fost lăsați pe dinafară?

Au apărut certuri? Ați fi vrut poate să jucați singuri?

Ați avut o strategie pentru a câștiga? Ați împărțit tabla de joc, unul a căutat indiciile în partea de sus, alții în partea de jos?

Ați dat sfaturi colegilor de echipă? I-ați ajutat pe cei care poate nu au înțeles foarte bine regulile?

Când a fost mai ușor să găsiți toate indiciile: când ați fost în față singuri sau când ați lucrat împreună?

Regulile notate pe fișele răzuibile (lupele au fost acoperite cu un amestec de culoarea acrilică neagră și săpun lichid): ascultă pe ceilalți, împarte materialele, oferă ajutor, vorbește calm, fiecare își face treaba, respectă regulile! Pentru a exersa această abilitate cheie, propunem elevilor câteva jocuri dinamice de cooperare în cadrul echipei.

Miriapodul – toți elevii se vor așeza într-un șir indian. Între fiecare doi elevi se așează un balon. Copiii vor trebui să se deplaseze pe o anumită distanță (de-a lungul holului de exemplu), fără a atinge baloanele cu mâinile și fără a le scăpa pe jos. Un joc de cooperare ce presupune un mare efort de coordonare și orientare în funcție de mișcările celorlalți. Dați timp elevilor pentru a exersa de mai multe ori.

Balonul la coș – elevi sunt așezați în cerc pe scaune ținându-se de mâini. În mijlocul cercului

se află un coș. Scopul jocului este de a marca puncte aruncând un balon la coș folosindu-și doar picioarele, fără a-și da drumul la mâini sau a se ridica de pe scaun.

Scapă de bombe – Holul va fi împărțit cu ajutorul unei sfori în două. Elevii vor forma două echipe, fiecare echipă primește un număr de 10-15 bombe (baloane/mingiuțe). La start, fiecare echipă va încerca să scape de bombele din terenul ei aruncându-le în terenul inamicilor. După 2 minute se pune stop și se numără bombele de pe fiecare teren. Permite elevilor să-și facă o strategie pentru câștig și reluăm jocul pentru încă 2 minute.

Plimbă cercul – în echipe de doi, așezați spate în spate vor ține un cerc hula hop între ei. Sarcina este de a plimba cercul pe o distanță de 30 m și apoi de a-l așeza peste un con fără a-și folosi mâinile.

Se formulează concluziile lecției: a lucra bine în echipă este o abilitate care se învață și se dezvoltă prin exercițiu. Nu este întotdeauna ușor, dar rezultatul este o clasă în care domnește înțelegerea și rezultatele frumoase, de aceea pe panou vom lipi aceste indicii în formă de lupă- ascultă pe ceilalți, împarte materialele, oferă ajutor, vorbește calm, fiecare își face treaba, respectă regulile- , să ne reamintim cum putem să devenim o echipă mai bună dar și să lucrăm permanent la acest lucru.

Bibliografie:

1. Vernon, A., 2004, *Pașaport pentru succes – clasele V- VIII*, Editura Romanian Pshychological Testing Services
2. Bryson, T. P., 2025, *Puterea jocului. 7 strategii pentru a dezvolta inteligența emoțională a copilului tău*, Ed. Bookzone
3. 855 de jocuri și activități – ghidul animatorului, 2005, UNICEF

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Buna practică identificată este colaborarea în cadrul grupului și cred că de aici ar trebui să înceapă orice demers ce vizează reducerea violenței școlare. Prin colaborare dezvoltăm empatia și respectul: atunci când elevii lucrează împreună, nu unii contra celorlalți (mai ales că vorbim și de integrarea elevilor cu dizabilități), au ocazia să asculte ideile celorlalți, să înțeleagă puncte de vedere diferite și învață să respecte diferențele. Colaborarea întărește sentimentul de apartenență: un copil care se simte parte dintr-un grup, se simte acceptat și

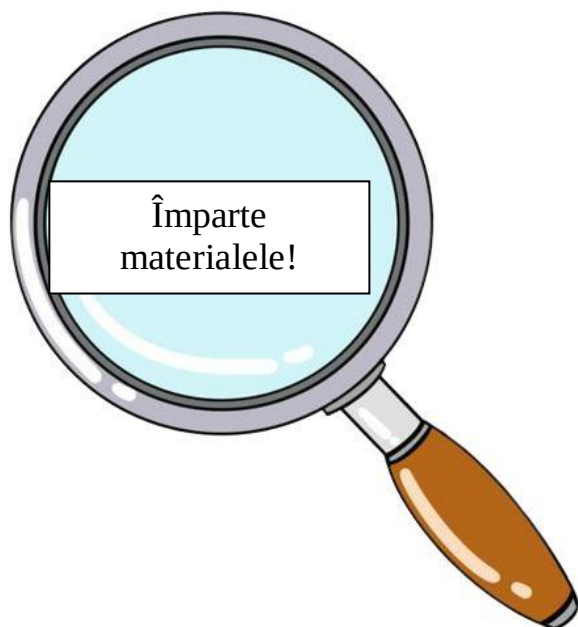
dorit și este mai puțin predispus să devină agresor și mai puțin vulnerabil ca victimă. În cadrul grupului învață negocierea și rezolvarea pașnică a conflictelor, care vor apărea în mod inevitabil dar acestea pot fi gestionate constructiv cu sprijinul profesorului. Colaborarea crește încrederea în sine a elevilor prin faptul că fiecare membru al echipei are un rol, iar succesul este împărțit, ceea ce reduce rivalitatea și frustrările.

Prin colaborare învățăm și exersăm comunicarea non-violentă în cadrul activităților, elevii învață să ceară ajutor, să se bazeze unii pe ceilalți și să împartă materialele de care dispun. Un mediu care favorizează colaborarea este un mediu securizant, în care sunt acceptate diferențele individuale iar elevii cu dizabilități își găsesc locul cu mai multă ușurință, resursele de care dispun fiindu-le valorificate în proiecte comune.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Acest proiect poate fi aplicat cu succes atât la clase primare cât și la cele gimnaziale, aspectul ludic și discuțiile de debriefing având valențe afectiv-formative. În timp, putem adăuga și dezvolta obiective legate de ascultare activă, de împărțirea sarcinilor în grup, de creare a unor strategii de lucru eficiente, dar ca prim scop ne-am propus conștientizarea de către elevi a puterii lui „Împreună” prin experimentarea la începutul lecției a unei situații în care trebuie să realizeze sarcina singuri vs. în echipă și prin relevarea avantajelor cooperării. Desigur această abilitate urmează a se dezvolta de-a lungul mai multor activități, prin mai multe proiecte educative, jocul fiind metoda de lucru preferată. Activitatea în sine poate fi replicată la mai multe clase din mai multe școli.

ANEXA





JOC - StoP BullyinG!

Prof. Rojniță Elena



Domeniul / categoria de activități extrașcolare

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice de dezvoltare emoțională

Prezentarea detaliată a activității:

1. **Scopul activității:** Exersarea de abilități pentru a face față situațiilor de bullying verbal.
2. **Obiective:**
 - O1. Recunoașterea situațiilor de bullying și a persoanelor implicate;
 - O2. Exersarea în context de joc modalități de a reacționa pozitiv la insulte;
 - O3. Exprimarea de emoții trăite de persoanele implicate în situații de bullying.
3. **Locul de desfășurare:** sală de clasă
4. **Participanți:**
 - Elevi: 20 - 25 de copii
 - Cadre didactice: 1-3 cadre didactice
5. **Resurse:** hârtie colorată, farfurie, pastă de dinți, calculator, carte de citit "Insulte nu sunt deloc amuzante", document informativ în format PDF, cutie, oglindă.
6. **Timp:** 45 - 50 minute
7. **Descrierea pe scurt a activității:**

Activitățile propuse elevilor în acest proiect îi va ajuta să conștientizeze cât de mult îi pot răni cuvintele urâte pe oameni.

1. Cutele din inimă nu pot fi călcate

În prima activitate elevii sunt invitați să își aleagă fiecare o inimă de hârtie, optând pentru culoarea preferată. Ei trebuie să-și amintească cuvinte urâte pe care le-au auzit de la alte persoane. Pentru fiecare cuvânt urât ei trebuie să îndoie o bucățică de inimă și continuă așa până când inima de hârtie devine mică. Apoi trebuie să-și imagineze că își cer iertare, iar persoana îi iartă, însă, suprafața inimii nu mai este netedă, pe ea au rămas urmele cuvintelor jignitoare sub forma unor cute, astfel concluzionăm faptul că, deși oamenii se iartă, totuși, durerea rămâne, iar asta îi face pe oameni să nu mai aibă încredere în semenii lor.

2. Sufletul trebuie să fie curat

În cea de-a doua activitate, elevii primesc câte o farfurie, o pastă de dinți și o linguriță. Ascultă povestea ”Insulte nu sunt deloc amuzante”, iar pe urmă elevii vor spune câte un cuvânt urât dintre cele pe care le-a folosit personajul. Pentru fiecare cuvânt auzit, elevii vor trasa o linie scurtă de pastă de dinți pe farfurie. La final, când elevii au epuizat lista de cuvinte ofensatoare, li s-a cerut să pună în tub toată pasta de dinți cu ajutorul linguriței. Concluzie: că așa cum s-a murdărit farfuria, la fel arată un suflet rănit. Când suntem supărați, e bine să fim atenți la ceea ce spunem, pentru a nu le ”murdări sufletele” celor din jurul nostru.

3. Dezvoltarea stimei de sine

În cea de-a treia activitate, se pune o oglindă într-o cutie și se prezintă elevilor ca fiind o cutie magică în care este ceva important pentru fiecare. Copii vin pe rând, privesc în cutie pentru a vedea ce este important pentru ei. Concluzia acestei activități este centrarea către sine, creșterea stimei de sine și a responsabilității față de sine, deoarece, dacă o persoană nu este bine cu EA, nu va avea energie, răbdare și timpul necesar să-i susțină și pe alții.

Bibliografie:

1. Condrea M., Farzikhosroushahi C., 2005, *Terapia educațională complexă și integrată. Ghid metodic pentru învățătorii și profesorii-educatori din școlile speciale (deficiență mintală)*, Editura Tehnopress Iași
2. Doering F. A., 2021, *Insulte nu sunt deloc amuzante, Bullying-ul verbal*, Editura Bookzone București
3. Farcaș, G. A., Cristea, C., Soficiu, G., Dima, L., Lazăr, P. A., 2015, *Proiecte didactice pentru învățământul primar*, Editura SF. Mina Iași
4. Șuhani S., 2020, *Brățara prieteniei*, Editura București
5. <https://www.youtube.com/watch?v=lJbhmDpj8wk>

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Este important ca elevii să realizeze cât de mult rău pot face cuvintele ofensatoare atunci când sunt îndreptate spre oamenii din jurul nostru. Dacă dorim să fim apreciați de către colectivul în care ne aflăm sau de membrii cercurile de prieteni pe care le frecventăm, atunci este necesar să-i respectăm, pentru că ofensele nu ne vor ajuta să ne facem prieteni.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Aceste activități pot fi realizate cu elevi din diverse grupe de vârstă, la clasă, în cabinetele psihopedagogice din școlile speciale sau cabinetele de consiliere din școlile de masă sau pot fi realizate în taberele de copii.

JOC „AM DREPTUL SĂ...”

Prof. Serea Adela

Prof. Rotaru Irina



Domeniul/categoria de activități extrașcolare:

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin activități ludice de promovare a drepturilor copilului

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Exersarea abilităților de intercunoaștere și cooperare

2. Obiective:

O1. Stimularea interesului elevilor pentru activități de petrecere creativă și recreativă a timpului liber;

O2. Exersarea abilităților de comunicare, colaborare și lucru în echipă ca premisă a dezvoltării emoționale echilibrate;

O3. Valorizarea potențialului individual pentru optimizarea stimei de sine.

3. Locul de desfășurare: O sală

4. Participanți:

- Elevi: 20 – 24 copii cu sau fără CES
- Cadre didactice: 4 - 6 cadre didactice

5. Resurse: Jocuri „Mingea pe platformă” și „Circuit cu bilă” (ambele pot fi realizate improvizat din diverse materiale); piese de Lego, pahare de plastic, forme geometrice decupate, foi, lipici, cartoane, abțibilduri, papuci cu șiret sau forme din carton cu șiret, cămașă cu nasturi, baloane, mingi, pompă, bilete pe care sunt scrise sarcinile de îndeplinit/provocările, recompense/diplome

6. Timp: 45 - 60 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

Înainte de începerea activității, organizatorii vor ascunde în clasă 10-12 bilete cu provocări despre drepturile copilului. (Anexa)

Elevii împărțiți în echipe de câte 2. Pe rând, fiecare echipă are ca sarcină să găsească în sală unul din biletele cu provocări. Echipa va citi provocarea de pe bilet și toate celelalte echipe vor îndeplini cerința. Rezolvarea provocărilor se face în grupul mare.

Biletele se afișează la loc vizibil, pe tablă/flipchart/perete, astfel încât, la finalul activității să se poată reaminti drepturile copilului.

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Este o activitate nonformală în care elevii pot reține mai ușor drepturile copilului și ca care promovează implicarea copiilor. Această activitate îi stimulează pe elevi să colaboreze și să se ajute între ei, să se gândească mai profund la persoana lor, să asculte ce au de spus colegii. Cadrele didactice implicate vor supraveghea permanent comportamentul elevilor, pentru a nu permite nicio intenție de necooperare sau ironie.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Această activitate poate fi realizată și la alte discipline ca Educație civică sau Consiliere și orientare, dar și ca activitate extrașcolară în Școala altfel. De asemenea, poate fi parte integrantă din programe de prevenirea a bullying-ului sau din programe de promovare a drepturilor copilului.

ANEXA

AM DREPTUL SĂ FIU IUBIT Împreună cu coechipierul tău desenează un lanț de 10 inimi. Fiecare va scrie în interiorul inimilor lui numele a 5 persoane care îl iubesc sau pe care le iubește.	AM DREPTUL SĂ AM UN NUME Spune numele tău și precizează dacă îți place sau nu. Dacă nu îți place numele pe care îl ai, spune numele pe care ai dori să îl porți.
AM DREPTUL SĂ AM O FAMILIE Desenează-ți propria familie. Arată desenul și prezintă-ți familia!	AM DREPTUL SĂ MERG LA ȘCOALĂ Spune în 3-5 cuvinte cum arată școala ideală pentru tine.
AM DREPTUL SĂ AM PRIETENI Alege din bol atâtea mărgelile câți prieteni ai. Spune-le colegilor numele prietenilor tăi.	AM DREPTUL SĂ MĂ JOC Gândește-te la un joc care îți place și propune-l grupului. Jucați-l acum!

AM DREPTUL SĂ MĂNÂNC SĂNĂTOS Servește, acum, un fruct și numește mâncarea ta preferată și mâncarea care nu îți place.	AM DREPTUL SĂ ASCULT MUZICĂ/SĂ DANSEZ Alege un cântec pe care să îl cânti împreună cu tot grupul. Poți alege o melodie pe care să dansați.
AM DREPTUL SĂ FAC SPORT Împreună cu coechipierul tău alege câteva exerciții sportive pe care să le faceți împreună cu tot grupul.	AM DREPTUL SĂ CRESC ÎN PACE Împreună cu coechipierul realizați un mesaj pentru pace în lume.
AM DREPTUL SĂ FIU EU Prezintă-te în fața grupului spunând și cel puțin un lucru pentru care tu ești mândru de tine.	AM DREPTUL SĂ VISEZ Spune ce îți dorești cel mai mult (care este visul tău cel mai mare/importanț).



SUNTEM MICI ANTREPRENORI!

– Joc de echipă

Prof. Serea Adela

Prof. Brezan Alex

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin jocuri de educație financiară

Prezentarea detaliată a activității:

1. **Scopul activității:** Exersarea deprinderilor de lucru în echipă și a abilităților de colaborare în construirea unui magazin-simulat
2. **Obiective:**
 - O1. Familiarizarea cu o strategie simplă de organizare și promovare a unei activități practic-comerciale (magazin);
 - O2. Exersarea deprinderilor de lucru în echipă în aplicarea strategiei de organizare și promovare a unui magazin;
 - O3. Exersarea abilităților de comunicare și negociere într-o activitate comercială simulată (vânzare, cumpărare, ofertare, negociere de prețuri).
3. **Locul de desfășurare:** Sală de clasă
4. **Participanți:**
 - Elevi: 20 - 26 elevi de gimnaziu
 - Cadre didactice: 2- 4 cadre didactice
5. **Resurse:** cartoane, culori, lipici, imagini, mobilier, jucării și jocuri, joc „Banii”
6. **Timp: 60 - 90 minute**
7. **Descrierea pe scurt a activității:**

Moment introductiv – discuție scurtă pentru clarificarea elementelor unei strategii simple de organizare și promovare a unei activități practic-comerciale (magazin) – ce este într-un magazin, cum putem promova un magazin – elementele unui afiș/fluturaș/anunț media etc.

Organizarea jocului: Elevii sunt împărțiți în 2 echipe. Fiecare echipă este îndrumată

de 1-2 profesori. Fiecare echipă are la dispoziție 30 de minute pentru a organiza deschiderea și promovarea unui magazin de înghețată, respectiv jucării. Profesorul menționează că toți membri echipei trebuie să se implice în activități și în etapa următoare (deschiderea magazinului și vinderea produselor) fiecare copil trebuie să joace un rol activ. Echipele își aleg singure resursele necesare. Profesorii îndrumători au rolul de a sprijini elevii care solicită ajutor și de a media relaționarea și colaborarea în echipă astfel încât toți elevii să fie implicați. Este de preferat ca în fiecare echipă să fie și elevi potențiali agresori și potențiale victime.

Deschiderea magazinului: Echipele primesc sume egale de bani din jocul „Banii”.

Pe rând, fiecare echipă își promovează magazinul și invită membrii celeilalte echipe să achiziționeze produse. Îndrumătorii sprijină elevii care întâmpină dificultăți și se asigură că nu apar conflicte. De asemenea, ei joacă rol de consilier pentru managerii de magazin în ceea ce privește ofertarea de produse, campanii de reduceri. Scopul final fiind ca fiecare magazin să termine tot stocul de produse.

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate interdisciplinară promovează colaborarea în situație de joc, nefiind o competiție între echipe. Printr-un astfel de joc elevii învață practic despre rolurile dintr-o echipă și exersează abilități și deprinderi de lucru colaborativ, de comunicare și relaționare prosocială.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Astfel de jocuri pot fi utilizate și la orele de Consiliere și dezvoltare personală/ Consiliere și orientare, ore de Educație civică, Educație Tehnologică și Educație financiară sau pot fi parte integrantă din programe de prevenirea a bullying-ului sau din programe de dezvoltare personală.



PROVOCĂRI LUDICE – ÎNCEARCĂ ȘI ALȚI PAPUCI!

Prof. Serea Adela

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin jocuri de rol

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Exersarea empatiei și a abilităților de a te pune în situația celui alt

2. Obiective:

- O1. Exersarea abilității de a recunoaște și accepta emoțiile în anumite contexte familiare;
- O2. Exersarea asumării de perspective diferite din care poate fi văzută o situație de viață;
- O3. Identificarea de soluții multiple, pașnice și constructive la conflicte.

3. Locul de desfășurare: Sală de clasă

4. Participanți:

- Elevi: 20 - 24 elevi de gimnaziu
- Cadre didactice: 2- 4 cadre didactice

5. Resurse: Fișe de lucru cu scenarii de conflict, o pereche mai mare de papuci/pantofi simbolici

6. Timp: 60 - 90 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

- La început se amintește copiilor ideea de empatie — "a înțelege cum se simte cineva într-o anumită situație, să încerci să simți și să gândești ca și cum ai trece prin același lucru".
- Elevii sunt împărțiți în 3 echipe. Fiecare echipă va avea un scenariu.

Scenariile (Fișele de lucru)

- 1) În pauză mai mulți copii doresc să joace fotbal pe terenul de sport. Primii care au ajuns pe teren refuză să mai primească pe alții vorbindu-le urât și amenințând cu bătaia.

- 2) Toată clasa trebuie să termine curățenia în sală și să o orneze de Crăciun. Din păcate, doar unii elevi participă la curățenie și la ornat. Alții stau degeaba și dau indicații. Primii sunt nemulțumiți și sunt la un pas de scandal.
- 3) Un coleg nou vine la voi în clasă și nu pare să se integreze, vorbește urât colegilor, încalcă regulile clasei, comentează deranjant în fața altora.

În fiecare echipă moderată de un cadru didactic se trece la etapa de asumare a rolurilor și discuția. Se citește scenariul, se împart rolurile, se face jocul de rol. Apoi se discută despre emoțiile simțite de fiecare în rolul jucat. Se adresează întrebări specifice pentru fiecare rol cum ar fi: Cum te-ai simțit?; Ce ai vrea să știe ceilalți/să-i spui celui alt?; Ce ți-ai dori să se întâmple?; Ce te-a făcut să reacționezi așa? Etc.

Apoi se propune „schimbarea papucilor”: Dacă te-ai pune în papucii celui alt, cum crezi că s-ar simți el? Ce ai fi făcut tu, dacă ai fi fost în locul lui/lor? Ce ai putea face diferit data viitoare?

În fiecare echipă se face trecerea de la identificarea problemei la găsirea de soluții pașnice. Se poate face generarea de soluții pașnice în grupul mare. "Ce soluții non-violente ar funcționa cel mai bine în această situație pentru ca toată lumea să fie mulțumită?"

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate are rezultate bune pentru că oferă un mediu sigur de exprimare a emoțiilor/gândurilor și pentru că îi provoacă pe elevi să se gândească și la emoțiile și sentimentele altora, să înțeleagă modul de reacție din mai multe perspective.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Astfel de jocuri pot fi utilizate și la orele de Consiliere și dezvoltare personală/ Consiliere și orientare, ore de Educație civică sau pot fi parte integrantă din programe de prevenirea a bullying-ului sau din programe de dezvoltare personală.



PROVOCĂRI LUDICE

Prof. Șorea-Andronic Florentina

Domeniul/categoria de activități extrașcolare:

Prevenirea și combaterea violenței în școală prin jocuri de creșterea coeziunii grupului și încredere

Prezentarea detaliată a activității:

1. Scopul activității: Exersarea abilităților și deprinderilor de relaționare în grup

2. Obiective:

- O1. Exersarea abilităților de exprimare a aprecierii față de colegi;
- O2. Creșterea încrederii în sine și în ceilalți a participanților;
- O3. Crearea unui climat de siguranță și acceptare în grup;
- O4. Diminuarea conflictelor prin întărirea comunicării nonviolente.

3. Locul de desfășurare: Sală de clasă

4. Participanți:

- Elevi: 10 - 20 elevi de gimnaziu
- Cadre didactice: 2- 4 cadre didactice

5. Resurse: foi, culori,

6. Timp: 60 minute

7. Descrierea pe scurt a activității:

- **Mașina de spălat** - Elevii sunt împărțiți în două șiruri paralele, față în față, formând un „tunel”. Un participant trece printre cele două șiruri. Când ajunge în dreptul primei perechi, fiecare dintre cei doi îi așază mâna pe umăr și îi spune un lucru pozitiv (o calitate, o apreciere pentru un comportament, o încurajare). Elevul mulțumește, apoi trece la următoarea pereche. Procesul continuă până la capătul tunelului. Toți elevii vor avea ocazia să fie „spălați”. La final, are loc o scurtă discuție/reflecție: „Cum v-ați simțit când ați primit cuvinte pozitive?” și „Cum v-ați simțit să oferiți aprecieri?”.
- **Tortul realizărilor personale** - Fiecare participant desenează un tort adăugând un număr de lumânări egal cu vârsta sa (sau se poate stabili un număr egal pentru toți). La fiecare lumânare va nota o realizare personală din anul respectiv sau din viața sa (ex.: am învățat să merg pe bicicletă, am câștigat un concurs, am ajutat un prieten

Bune practici pentru prevenirea și combaterea violenței prin joc

etc.). După ce torturile sunt completate, fiecare participant își prezintă creația și își împărtășește experiențele cu grupul. La final, are loc o discuție colectivă în care se evidențiază faptul că fiecare are realizări unice și valoroase, indiferent de domeniu sau amploare.

- **Grădinarul** - Elevii se aliniază în două rânduri paralele, la distanță de aproximativ 2 metri, reprezentând „copacii” unei alei. Pe rând, fiecare joacă rol de „grădinar” - cu ochii închiși el trebuie să traverseze alea de „copaci” fără a atinge „copacii”. La final, are loc o discuție-reflecție: „Cum te-ai simțit să mergi cu ochii închiși?”, „A fost greu să ai încredere că vei reuși?” „Ce învățăm despre respectarea regulilor și autocontrol din acest joc?”.

Care este BUNA PRACTICĂ și de ce?

Această activitate are rezultate bune pentru că oferă un mediu sigur de exersare a unor deprinderi de comunicare nonviolentă, încurajează exprimarea aprecierii și autovalorizării.

Cum poate fi replicată BUNA PRACTICĂ?

Astfel de jocuri pot fi utilizate și la orele de Consiliere și dezvoltare personală/ Consiliere și orientare, în programe de prevenirea a bullying-ului sau din programe de dezvoltare personală.



ISBN 978-606-8786-39-1