Rodica Dinescu Daniela Stoica Carmen Minulescu

Dezvoltare personală

Clasa pregătitoare

Editura CARMINIS

www.e-librariescolara.ro

CUPRINS

A. Autocunoaștere și stil de viață sănătos 3
1. Cine sunt eu? 3
2. Eu și colegii mei 5
3. Eu și ceilalți 7
4. Igiena personală (1) Am grijă de mine! 9
5. Igiena personală (2) Am grijă de lucrurile mele! 11
6. Sănătatea mea și a celor din jurul meu 14
7. Sănătatea naturii, sănătatea mea 16
8. Învăț cum să mă protejez în orice situație! 18

B. Dezvoltare emoțională și socială 20
9. Caruselul cu emoții 20
10. Eu sunt vesel! Eu sunt trist! Eu sunt... 22
11. Cuvinte fermecate! 24
12. Prietenul meu 26
13. Cum mă comport în oraș 28
14. Cum comunicăm la școală 30
15. Cum mă comport în excursie 32

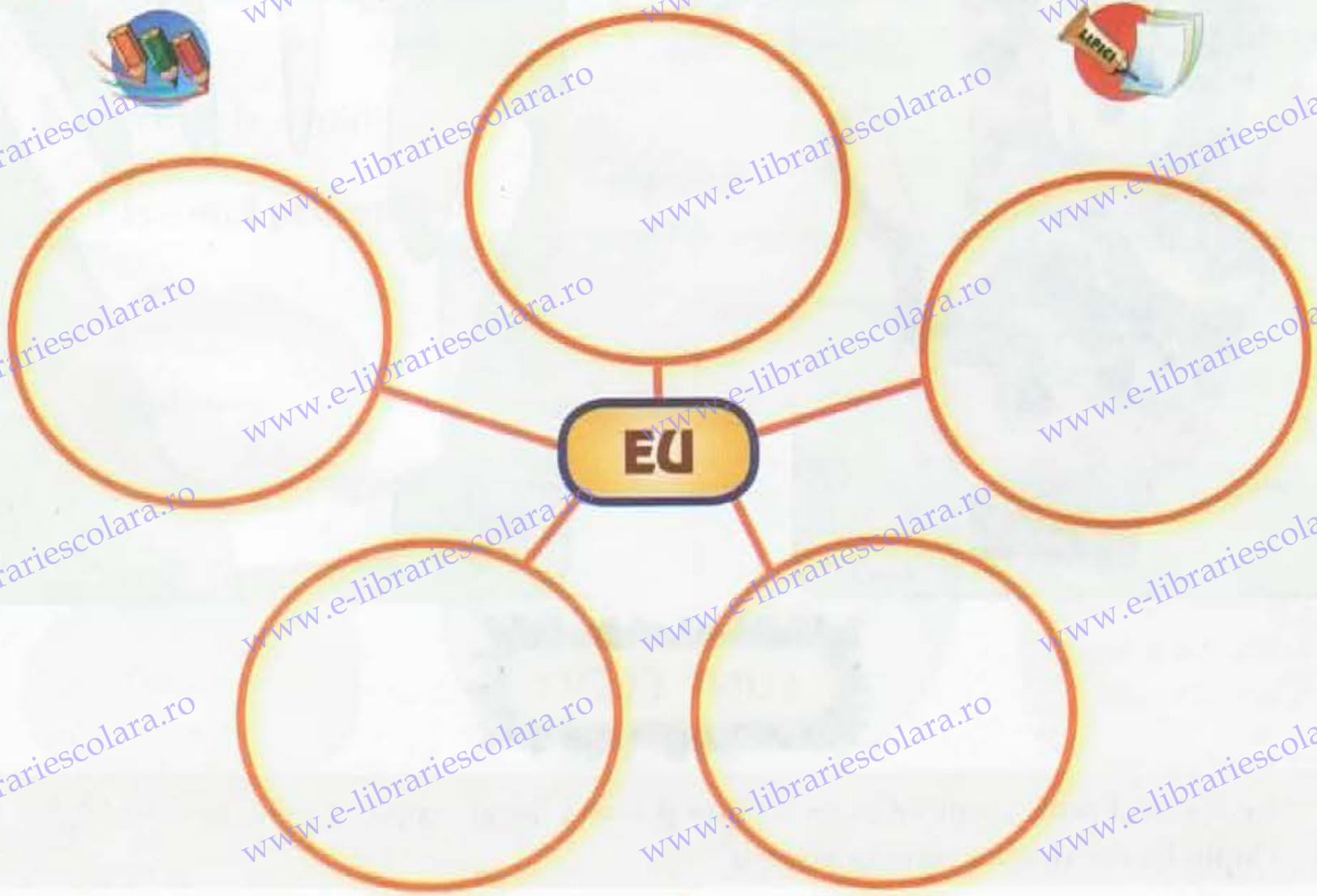
C. Organizarea învățării și pregătirii pentru viață 34
16. Și eu pot fi util! 34
17. Programul zilnic al școlarului 36
18. Învăț cum să învăț! 38
19. Nu sunt singur, lucrez în echipă! 40
20. Activitatea mea preferată 42
21. Ce voi fi când voi fi mare? 44
22. Cum pot să ajung... campion! 46

A. AUTOCUNOAȘTERE ȘI STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS

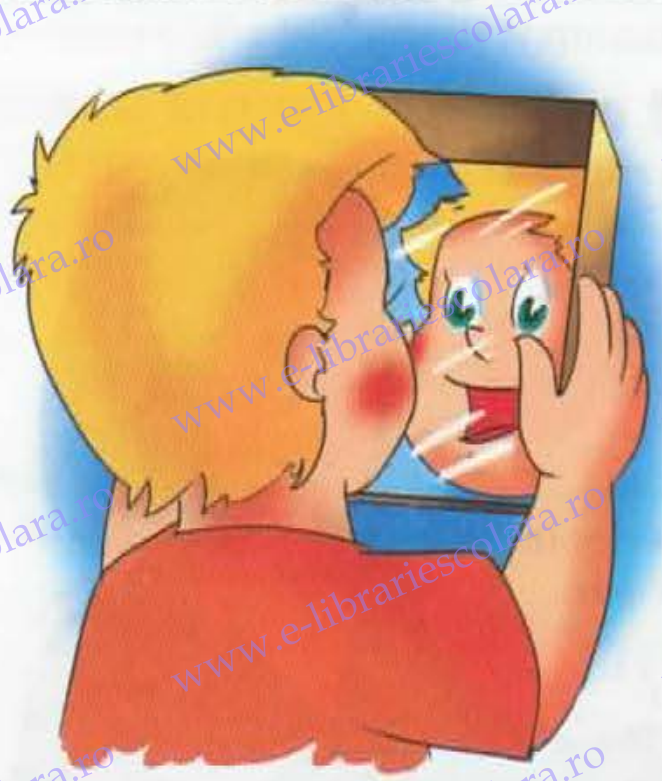
1. Cine sunt eu?

1. Joc: „Eu sunt/tu ești!“

2. Desenează sau lipește lucruri care te reprezintă.



3. Desenează ce ai văzut în cutia cu surprize!*



4. Colorează-ți palma cum îți place și imprim-o peste contur.

Fotografia mea

SUNT ELEV!

*Învățătorul pune o oglindă într-o cutie și invită fiecare copil să se uite ce surpriză e acolo. Copiii își vor desena „autoportretele".

2. Eu și colegii mei

1. Știu să număr! În clasa mea sunt... *(Ex.: 4 băieți șateni, 3 copii cu ochi albaștri etc.)*

2. Atenție la... nume!*

3. Blazonul personal

Îmi place...

Sunt mândru...

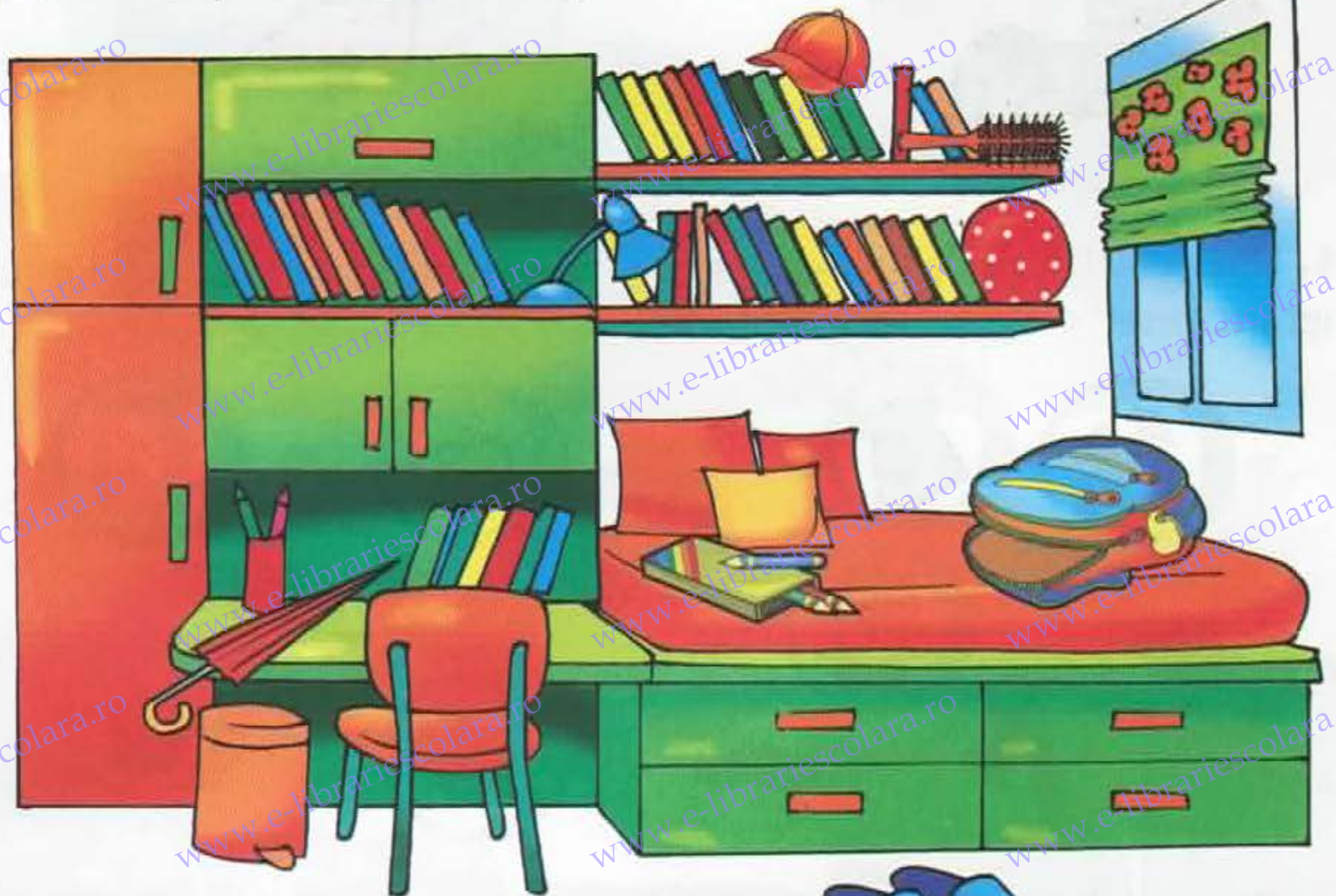
Doresc...

Pentru mine este important...

SUNT...

5. Igiena personală (2)
Am grijă de lucrurile mele!

1. Încercuiește ceea ce nu este așezat unde trebuie!



2. Cum mă îmbrac… de sezon!

6. Așa DA...! Așa NU...!

7. Sunt mare... îmi leg singur șireturile!*

AM GRIJĂ DE LUCRURILE MELE, DAR ȘI DE ALE CELORLALȚI!

*Învățătorul inițiază exerciții practice pentru formarea deprinderilor de îmbrăcare/dezbrăcare, de legare a șireturilor, închiderea fermoarului, a nasturilor, spălarea mâinilor înainte de servirea mesei și după utilizarea toaletei, ordonarea hainelor etc.

B. DEZVOLTARE EMOȚIONALĂ ȘI SOCIALĂ

9. Caruselul cu emoții

1. Unește floarea cu... persoana potrivită!

2. Inima colorată.*

Alege câte o culoare potrivită pentru fiecare emoție!

3. Cum se simt copiii?

1. .....

2. .....

3. .....

4. .....

4. Desenează un personaj îndrăgit. Prezintă colegilor desenul și explică ce emoție exprimă (fericire, tristețe, teamă etc.).

5. Vizionează desene animate sau un film pentru copii acasă, alături de părinți, și spune ce emoții exprimă personajele.

COPIII AU EMOȚII DIFERITE!

*Cadrul didactic le spune elevilor că în inima fiecăruia dintre noi se află foarte multe emoții, pe care le trăim mai des sau mai rar.

Dacă fiecare emoție ar avea o culoare, inima noastră ar fi plină de culori care se schimbă des.

14. Cum comunicăm la școală

1. În clasă!

2. Așa vorbim cu profesorii și cu personalul din școală! ☑

TU

DOMNULE

VOI

DOAMNĂ

DUMNEAVOASTRĂ

3. Alege adresarea potrivită fiecărei situații.

ÎȚI MULȚUMESC!

VĂ ROG SĂ MĂ IERTAȚI!

TE ROG SĂ MĂ IERȚI!

VĂ MULȚUMESC!

4. Unește ce se potrivește!

Mulțumesc!

Ce?

Bună!

Bă!

Te rog frumos!

Cu plăcere!

Na!

Poftim!

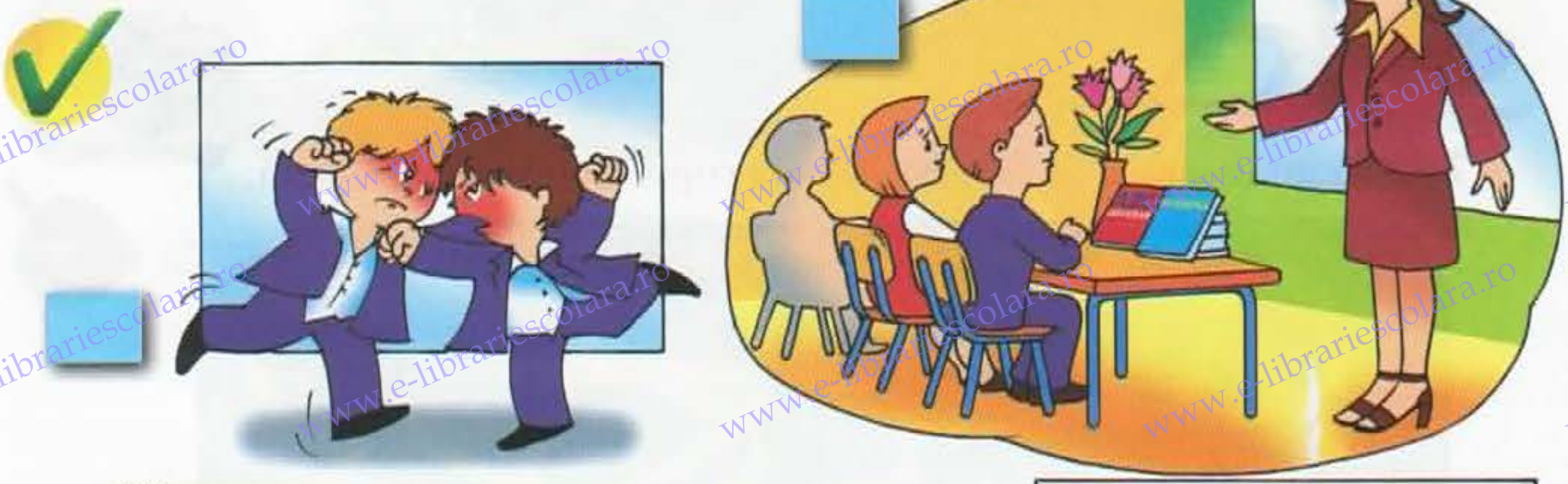
Îhî!

Ce mai vrei?

Poți să mă ajuți?

Nu vreau!

5. Așa e și la voi?



RESPECTĂ-I PE CEI DIN JURUL TĂU
ȘI VEI FI RESPECTAT!

21. Ce voi fi când voi fi mare?

1. Joc de rol: La spital; La piață.

2. Ce meserie au părinții tăi?*

3. Ce ne povestește un pompier?**

4. Unește ceea ce se potrivește.

5. Așază în ordine cuvintele proverbului.

6. Copacul devenirii***

7. În vizită****

FIECARE OM ARE O MESERIE!

*Fiecare elev le va spune colegilor ce meserie au părinții săi. Jocul poate continua cu prezentarea meseriilor bunicilor.

**Va fi invitat un doctor/pompier/marinar care le va vorbi copiilor despre meseria sa.

***Învățătoarea va desena pe o planșă un copac. Elevii vor completa o frunză autocolantă cu un simbol al meseriei pe care doresc să o aibă. Vor fi invitați pe rând să le arate colegilor simbolul desenat, să argumenteze alegerea meseriei respective și să lipească frunza în copac.

****Se vor efectua vizite în unități din apropierea școlii/localității, la locuri diferite de muncă (fabrică de globulete, fabrică de ciocolată, cabinet de stomatologie, primărie, fabrică de pâine etc.). Elevii pot fi însoțiți de membrii familiei sau aceștia pot invita copiii să vadă locul lor de muncă.