

NICOLETA-ADRIANA FLOREA

**CONSILIERE ȘI ORIENTARE.
AUXILIAR CURRICULAR PENTRU CLASELE I - IV**

- AUXILIAR CURRICULAR -

Disciplina/ Aria curriculară: *Consiliere psihopedagogică/ Consiliere și Orientare*

Nivelul de învățământ/ Clasele: *primar/ I - IV*

CUPRINS

CUVÂNT-ÎNAINTE	4
CAPITOLUL I	
EXERCIȚII DE CONSILIERE PENTRU CLASELE I-IV	5
1. Oglinda	5
2. Cine sunt eu?/ Unde sunt eu?	6
3. Cartea mea de vizită	7
4. Posterul meu	8
5. Universul meu	9
6. Eu despre mine	10
7. Zâna bună și cele patru dorințe	11
8. Comoara de pe insulă	12
9. Peștișorul de aur	13
10. Familia mea	14
11. Cum ne împărțim rolurile în familie?	15
12. Cercul prietenilor	16
13. Așa sunt eu/ Așa este el	17
14. Scrisoare pentru Moș Crăciun	18
15. Ce este de făcut?	19
16. Totul pentru fotbal?!	20
17. Ce ne apropie?/ Ce ne desparte?	21
18. Comoara	22
19. Bagheta magică	23
20. Povestea mea sau un fragment despre mine	24
21. Soarele meu	25
22. Buchetul mamei	26
23. Blazonul personal	27
24. Valiza mea cu calități	28
25. Cum reacționăm?	29
26. O oră în viitor	30
27. Colegul meu	31
28. Cald și rece	32

29. Să continuăm povestea!	33
30. Să gândim pozitiv!	34
31. Ajută-l pe Andrei!	35
32. Corect sau greșit?	36
33. Premiul	37
34. Supărarea lui Ionel	38
35. Spune mai departe!	39
36. Porecla	40
37. Ce este de făcut?	41
38. Steluțele clasei	42
39. A doua șansă	43
40. Bucuria	45
41. Prietenii mei	46
42. Posterul clasei mele	47
BIBLIOGRAFIE	48

CUVÂNT-ÎNAINTE

Moto:

„Consilierea înseamnă multe lucruri. Ea este o tehnică de informare și evaluare. Ea este un mijloc de a modifica comportamentul. Ea este o experiență de comunicare. Dar, mai mult decât atât, ea este o căutare în comun a sensului în viața omului, cu dezvoltarea dragostei ca element esențial, concomitent cu căutarea și consecințele ei. Pentru mine, restul este lipsit de importanță, dacă nu există acțiunea de căutare a sensului vieții! Într-adevăr, această căutare este însăși viața, iar consilierea este numai o intensificare specială a acestei căutări.”

R. W. STROWIG

Departa de a constitui un obiect școlar în sensul tradițional al cuvântului, consilierea și orientarea școlară este o nouă abordare a relației profesor-elev, urmărind să răspundă nevoii elevilor de a comunica, de autocunoaștere, de a-și optimiza relațiile cu sine și cu ceilalți, de a lua decizii, de a-și rezolva conflictele, de a adopta atitudini deschise și tolerante față de propria viață sau de a privi cu încredere spre viitor.

„Consiliere și orientare. Auxiliar curricular pentru clasele I - IV” cuprinde activități de consiliere ce pot fi utilizate în activitatea cu elevii din clasele I-IV, dorind să fie un mijloc de învățământ util și atractiv.

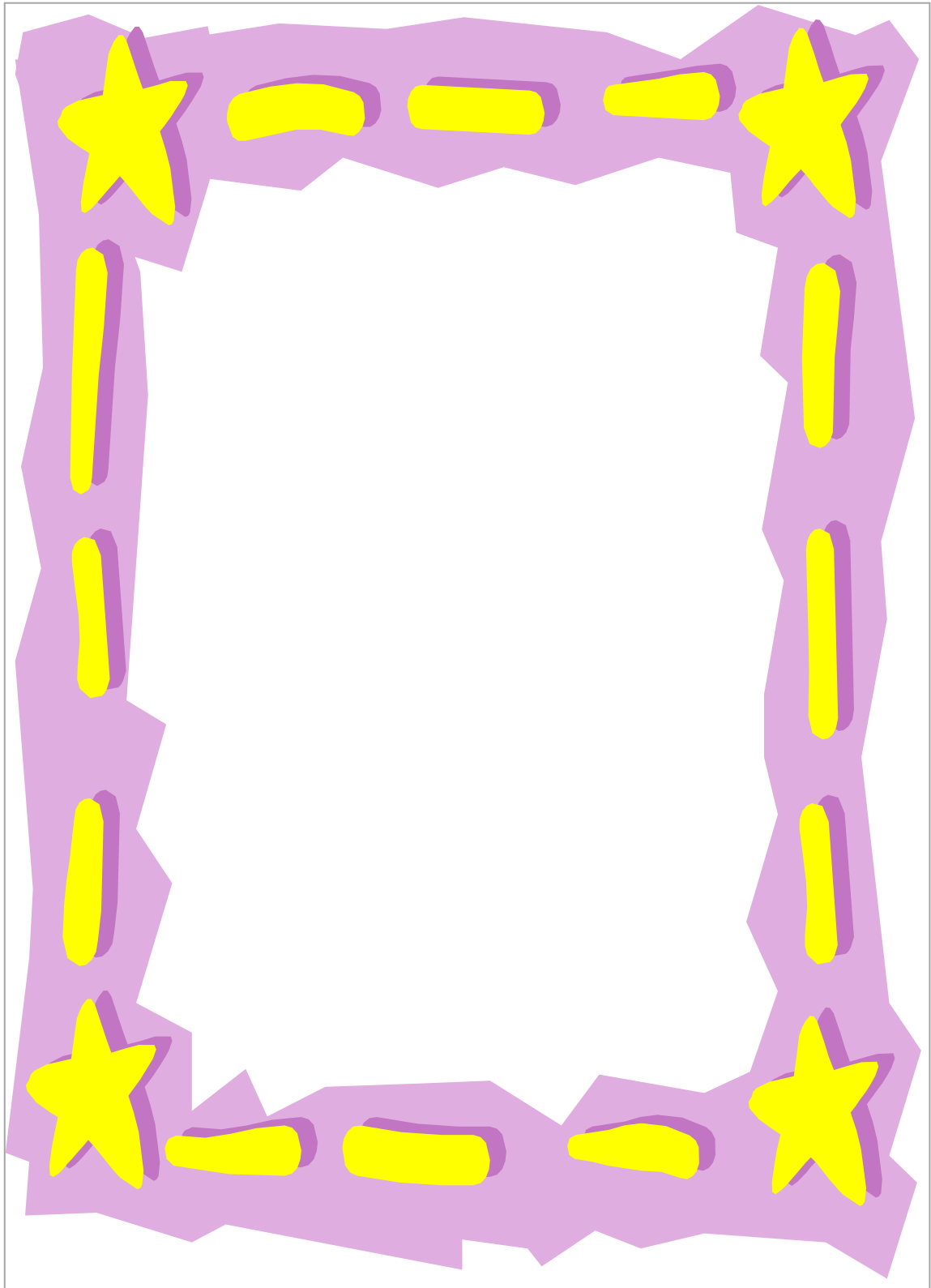
Aceste activități au ca scop dezvoltarea capacității elevului de a se autocunoaște și de a-și exprima într-o manieră pozitivă interesele, aptitudinile, trăirile personale, abilitățile de relaționare și comunicare, reflecțiile cu privire la învățare. Astfel, se formează în primul rând abilități și se dezvoltă atitudini, finalitatea fiind dobândirea încrederii în sine, starea de bine a copiilor, pregătirea lor pentru viață și pentru viitor.

Lucrarea se adresează tuturor cadrelor didactice – profesorilor în centre și cabinete de asistență psihopedagogică, învățătorilor, profesorilor din învățământul primar, care doresc să vină în întâmpinarea nevoii școlii românești, de formare și dezvoltare complexă a elevului.

AUTOAREA

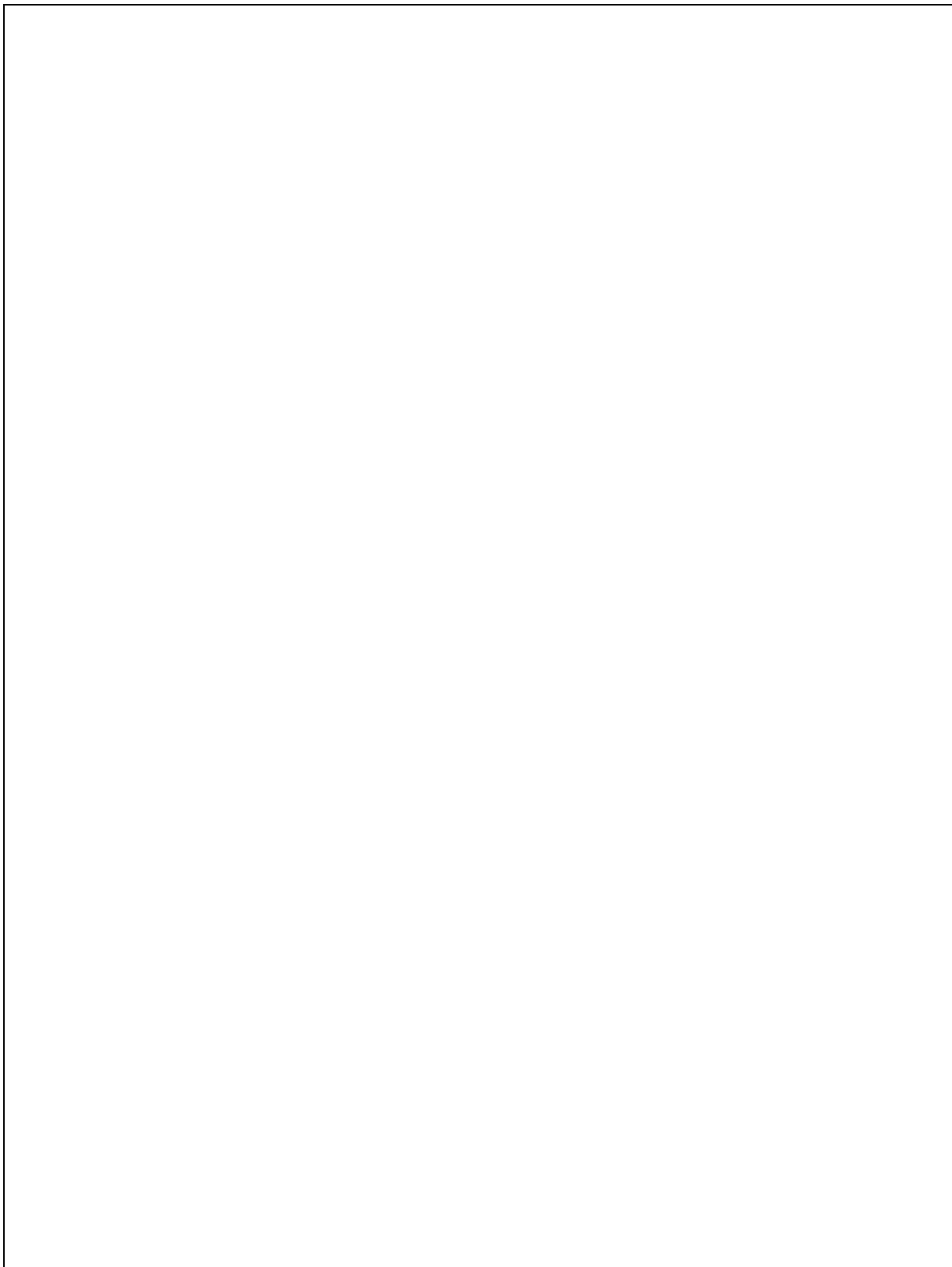
CARTEA MEA DE VIZITĂ

Întocmește-ți cartea de vizită, menționând realizările personale și școlare, astfel încât să-i convingi pe ceilalți de valoarea ta!



POSTERUL MEU

Realizează posterul personal, desenând un simbol al identității tale! Prezintă posterul colegilor și spune-le de ce ai ales acest simbol!



UNIVERSUL MEU

Încearcă să ne prezinți câteva dintre preferințele tale:

- Lucrurile care îți plac cel mai mult;
- Activitățile care îți plac cel mai mult;
- Locurile unde care te simți foarte bine;
- Persoanele la care ții cel mai mult.

Lucruri	Activități
Locuri	Persoane

EU DESPRE MINE

Completează spațiile goale cu răspunsurile pe care le consideri cele mai potrivite!



☞ *Eu*

.....

.....

☞ *Întotdeauna eu*

.....

.....

☞ *Pentru mine contează*

.....

.....

☞ *Îmi este ușor să*

.....

☞ *Îmi este greu să*

.....

☞ *Sunt fericit/ă că*

.....

☞ *Mă deranjează*

.....

☞ *De cele mai multe ori mă simt*

.....

☞ *Îmi doresc foarte mult*

.....

☞ *Îmi place*

.....

☞ *Nu-mi place*

.....

☞ *Aș vrea să fiu*

.....

☞ *Aș vrea să nu mai fiu*

.....

ZÂNA BUNĂ ȘI CELE PATRU DORINȚE

Ai adormit, iar în vis te întâlnești cu Zâna cea bună care îți va asculta cele patru dorințe!

➤ Dacă aș fi o floare, aș fi

.....

➤ Dacă aș fi un instrument muzical, aș fi

.....

➤ Dacă aș fi un animal, aș fi

.....

➤ Dacă aș fi un cântec, aș fi

.....



FAMILIA MEA

Prezintă familia ta:

- *Persoanele care alcătuiesc familia;*
- *Activitățile pe care le desfășurați împreună;*
- *Locurile în care vă place să mergeți cu familia;*
- *Dorințele care sperați să vi se îndeplinească.*

Persoane	Activități
Locuri	Dorințe

CE ESTE DE FĂCUT?

Imaginează-ți că te afli într-una dintre situațiile descrise mai jos! Spune cum te-ai comporta! Argumentează alegerea făcută!

❖ Pentru că un coleg m-a îmbrâncit ieri, azi eu

.....

❖ Când cineva mă supără,

.....

❖ Deoarece colega mea scotea limba la mine, eu

.....

❖ Când băieții sunt nemulțumiți de ceva, este normal să

.....

❖ Dacă un coleg face glume pe seama mea, data viitoare

.....

❖ Ca să-l pedepsesc pe colegul care a râs de mine,

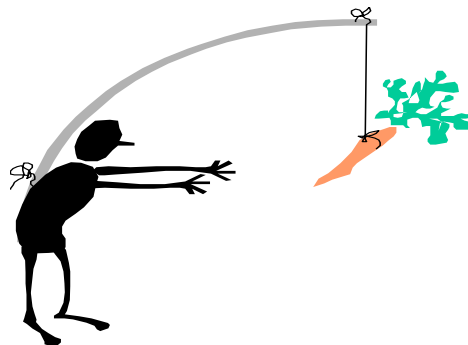
.....

❖ Dacă lipești un bilețel pe spatele colegului, ai făcut un lucru

.....

❖ Dacă sora ta te deranjează de la jocul pe calculator,

.....



CE NE APROPIE?/ CE NE DESPARTE?

Gândește-te la asemănările și la deosebirile dintre fete și băieți și spune dacă ești de acord sau nu cu enunțurile următoare! Motivează-ți alegerea!

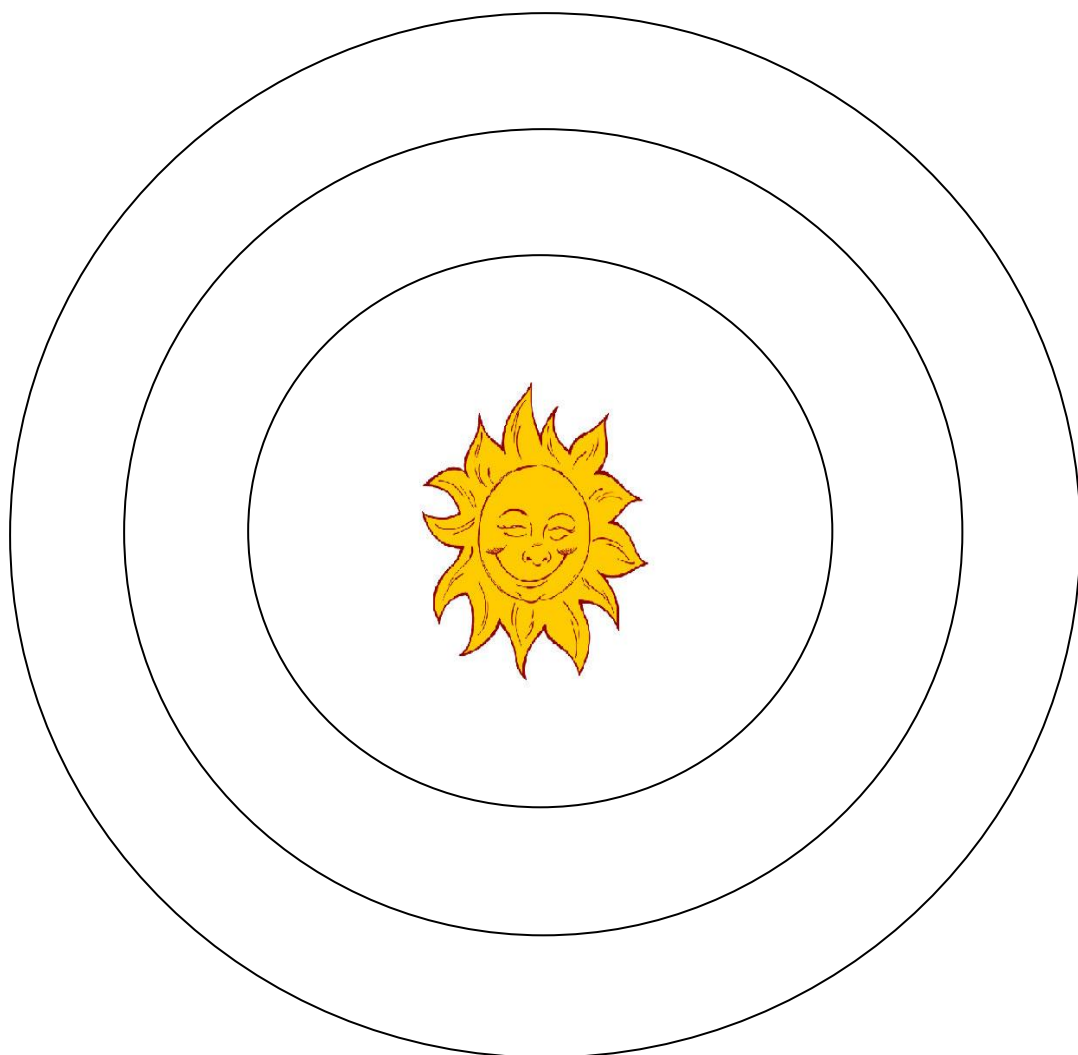
- ☺ *Fetele sunt întotdeauna mai frumoase decât băieții.*
- ☺ *Băieții ar trebui să-și ascundă sentimentele de câte ori pot.*
- ☺ *Fetele ar trebui să-și ascundă sentimentele de câte ori pot.*
- ☺ *Este mai important pentru băieți să practice sporturi decât pentru fete.*
- ☺ *Atât băieții, cât și fetele ar trebui să gătească, să coase, să facă curățenie și spele vasele.*
- ☺ *Fetele nu ar trebui să joace fotbal.*
- ☺ *Băieții sunt mai deștepți decât fetele.*
- ☺ *Întotdeauna fetele trebuie să asculte sfaturile băieților, nu invers.*
- ☺ *Este rușinos pentru băieți să plângă.*
- ☺ *Fetele sunt niște plângăcioase.*
- ☺ *Când vor crește mari, băieții ar trebui să lucreze, iar fetele să stea acasă și să se ocupe de copii.*
- ☺ *Numai fetele ar trebui să vorbească și să se poarte frumos.*



SOARELE MEU

Reprezintă sub forma unui soare universul tău, răspunzând la următoarele întrebări!

- ☛ Ce este important pentru tine?
- ☛ Ce mai este important pentru tine?



BLAZONUL PERSONAL

Completează fiecare cadran cu un desen, un simbol sau câteva cuvinte și în panglica de sub blazon scrie un moto care îți se pare că te reprezintă cel mai bine sau care dorești să le amintească celorlalți de tine.

Relațiile preferate	Locurile preferate
Lucrurile preferate	Activitățile preferate

--

CUM REACȚIONĂM?

Imaginează-ți că te afli în situația prezentată mai jos, completează frazele astfel încât să redai comportamentul tău.

☺ Când iau calificativul „insuficient”, eu

.....

☺ Când iau calificativul „insuficient”, părinții

.....

☺ Când răspund greșit, învățătorul

.....

☺ După ce am spart vaza preferată a mamei, am ascuns cioburile pentru că

.....

☺ Când trebuie să merg la școală, mă simt

.....

☺ Întotdeauna când greșesc,

.....

☺ Lucrările de control îmi provoacă un sentiment de

.....

☺ Când cineva mă ceartă, eu

.....

☺ Când cineva greșește, ar trebui

.....

☺ Mă supăr foarte tare când

.....

.....

☺ Ultima dată am plâns pentru că

.....

.....

☺ Când mă sperii

.....

.....



O ORĂ ÎN VIITOR

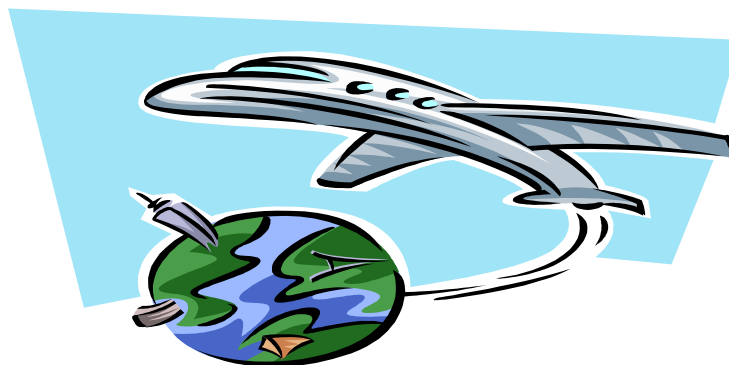
Imaginează-ți că poți trăi o oră în viitor!

- *Ce faci? Cum te simți?*

- *Care sunt lucrurile pe care le faci în plan profesional?*

- *Cum decurge viața de familie?*

- *Ce dorești să mai faci în viitor?*



CALD ȘI RECE

Completează spațiile goale cu răspunsurile pe care le consideri potrivite, dar și relevante din punctul tău de vedere!

1. *Scrive trei calități personale de care ești mândru:*

- a)
- b)
- c)

2. *Scrive trei defecte pe care le ai și vrei să le depășești:*

- a)
- b)
- c)

3. *Scrive trei lucruri pe care le faci cel mai bine:*

- a)
- b)
- c)

4. *Scrive trei lucruri pe care dorești să le faci mai bine:*

- a)
- b)
- c)



SĂ GÂNDIM POZITIV!

Menționează câteva dintre problemele care te frământă și încearcă să găsești una - două soluții pentru rezolvarea lor!

Numele
.....

CORECT SAU GREȘIT?

Citește cu atenție următoarele enunțuri și spune dacă și tu ai trecut printr-o întâmplare asemănătoare!

Care este părerea ta despre comportamentele prezentate acolo? Este corect să ne comportăm așa sau este greșit? Argumentează alegerea făcută!

☺ *La școală copiii pun diverse porecle colegilor de clasă.*

☺ *Când cineva te supără, trebuie să-l lovești.*

☺ *Este amuzant să dai cu hârtii sau pixuri după colegi/ colege.*

☺ *Ești admirat de ceilalți, dacă vorbești urât.*

☺ *Ca să fii cel mai tare, trebuie să-i bați pe toți.*

☺ *Pe pereți (în clasă sau la toaletă) sunt scrise anumite lucruri despre elevii din școală.*

☺ *Dacă un elev greșește răspunsul, învățătorul îl lovește sau îl ia de urechi.*

☺ *Dacă vezi un lucru ce-ți place, îl fărâșăiești fără să mai ceri voie.*

☺ *Când ești curios, te uiți pe ascuns, în geanta colegului.*

☺ *Când elevii greșesc, învățătorul țipă la ei și îi amenință.*

☺ *Dacă o colegă de-a ta se teme de șoareci, trebuie să aduci unul de jucărie și să-l pui pe ea.*

☺ *Dacă îmi place o melodie, în pauză cânt cât mă țin puterile.*



SUPĂRAREA LUI IONEL

Astăzi colegul tău, Ionel a venit la școală foarte supărat. Deși el nu a dorit să spună nimic, doamna învățătoare a observat, când se schimba pentru ora de sport, că avea semne de lovituri. În cele din urmă, el a mărturisit că l-a bătut tatăl său.

Tu, ce părere ai despre asta?

Crezi că este normal ca părinții să-și bată copilul?

Pe tine te-a lovit cineva vreodată?



SPUNE MAI DEPARTE!

Citește cu atenție fragmentul următor și spune cum crezi că va continua povestea!

Ce crezi că au făcut Cristian, David, Mircea și colegii lor? Cine este de vină pentru situația creată? Cum ar putea rezolva Cristian și David conflictul dintre ei?

Cristian este foarte fericit; a primit de la părinții săi o tabletă nouă, pe care și-a instalat cele mai tari jocuri. Bucuros a venit cu ea la școală și colegii o priveau încântați ... și-ar fi dorit și ei una. Deși i-ar fi plăcut să se joace pe tableta lui Cristian, David stătea de-o parte și comenta: „Mare lucru! O tabletă ... am văzut altele și mai frumoase!”. Încă nu-i trecuse supărarea pe colegul său, care uitase de ieșirea în parc și-l lăsase să aștepte degeaba, o oră.

Pentru că îi era tare dragă, Cristian ținea tableta pe bancă și nu o scăpa din ochi. După o ora de matematică, toți elevii se ridică și fug în pauză. Au lucrat foarte multe probleme și abia așteaptă să iasă afară.

În dezordinea creată, Mircea lovește banca lui Cristian, iar tableta cade printre elevii care alergau prin clasă. Auzind zgomotul, Cristian se întoarce și vede tableta pe jos, chiar lângă picioarele lui David, care alege și el alături de ceilalți colegi. Furios, acesta îi strigă colegului: „Prostule, ai făcut-o intenționat! Ai vrut să-mi strici tableta!”

Atunci _____

PORECLA

Amintește-ți ultima poreclă pe care ai primit-o de la colegi! Retrăiește acea întâmplare și răspunde la următoarele întrebări!

➤ *Cum ai reacționat când ai auzit-o?*

➤ *Ce ai simțit atunci?*

➤ *Cum se comportau cei din jurul tău?*

➤ *Dacă cineva te-ar fi privit, ce ar fi putut spune despre tine?*

➤ *Ce ai învățat din această întâmplare?*

➤ *Ce ți-a plăcut cel mai mult și ce ți-a displicut?*

➤ *Cum ai comunicat cu ceilalți?*



CE ESTE DE FĂCUT?

Citește următoarele enunțuri și spune cum te-ai comporta într-o asemenea situație!
Încearcă să găsești soluții pentru rezolvarea problemelor!

1. *Colegul meu de bancă mă tot trage de mână să-l ajut la testul de matematică. Simt că îmi este foarte greu să mă mai concentrez la ceea ce am de făcut.*

2. *Colegul meu mă strigă „aragaz cu patru ochi”. Ceilalți copii râd și se uită spre mine.*

3. *Ies în pauză și colegul meu de bancă îmi smulge din mână pachetul de mâncare.*

4. *Colegul din fața mea scoate limba la mine în ora de engleză, făcându-mă să râd. Profesoara mă vede și îmi face observație. Abia aștept pauza să rezolv problema.*

5. *Doi colegi se joacă fotbal pe terenul de sport. Merg spre ei, le iau mingea și fug să trag la poartă. Unul dintre ei mă înjură și strigă să le înapoiez mingea.*

6. *Un coleg umblă fără să ceară voie în geanta unui alt coleg. Când acesta află de la alți colegi, merge și îi trage un pumn.*

STELUȚELE CLASEI

Alege unul dintre colegii tăi și spune despre el ceva ce-l reprezintă cel mai bine. Acesta poate fi „cel mai bun coleg”, „cel mai bun fotbalist”, „cea mai glumeață colegă”, „matematicianul clasei”, „cel mai bun povestitor” etc.



A DOUA ȘANSĂ

Povestește o întâmplare, în care nu te-ai comportat așa cum ai fi dorit și, prin urmare, ești mai puțin mândru de ce ai făcut! Răspunde la următoarele întrebări!

- *Ce s-a întâmplat?*

- *Unde consideri că ai greșit?*

- *Cine a avut de suferit în urma acestei întâmplări? Ce ai pierdut tu însuși?*

- *Cum i-a influențat pe ceilalți comportamentul tău?*

- *Cum te-ai simțit când te-ai comportat astfel? Dar mai târziu?*

- *Ai mai repetat vreodată aceeași greșeală? În ce situație?*

- *Ce ți-au zis ceilalți despre modul în care te-ai comportat?*

- *Cum te-a influențat această întâmplare ulterior?*

- *Ce ai schimba în comportamentul tău dacă ai avea ocazia să treci din nou prin aceeași situație?*



BUCURIA

Describe o situație în care te-ai simțit cu adevărat mândru de tine și care ți-a provocat o mare bucurie, ghidându-te după următoarele întrebări:

- *Ce s-a întâmplat?*

- *Ce calități ai dovedit că ai?*

- *Cine a avut de câștigat de pe urma a ceea ce ai făcut?*

- *Ce crezi că au gândit ceilalți despre tine?*

- *Cum te-ai simțit trecând prin acea situație?*

- *Te-a surprins ceva în modul tău de comportament? Ce anume?*

- *Comportamentul tău din acea situație te-a influențat ulterior?*

- *Ai fi vrut să se fi petrecut ceva în alt mod atunci? Cum?*



PRIETENII MEI

1. Numește două persoane la părerea cărora ții foarte mult!

2. Ce apreciază fiecare din aceste persoane la tine?

3. Care sunt defectele pe care ți le-au găsit? Ești de acord cu ele?

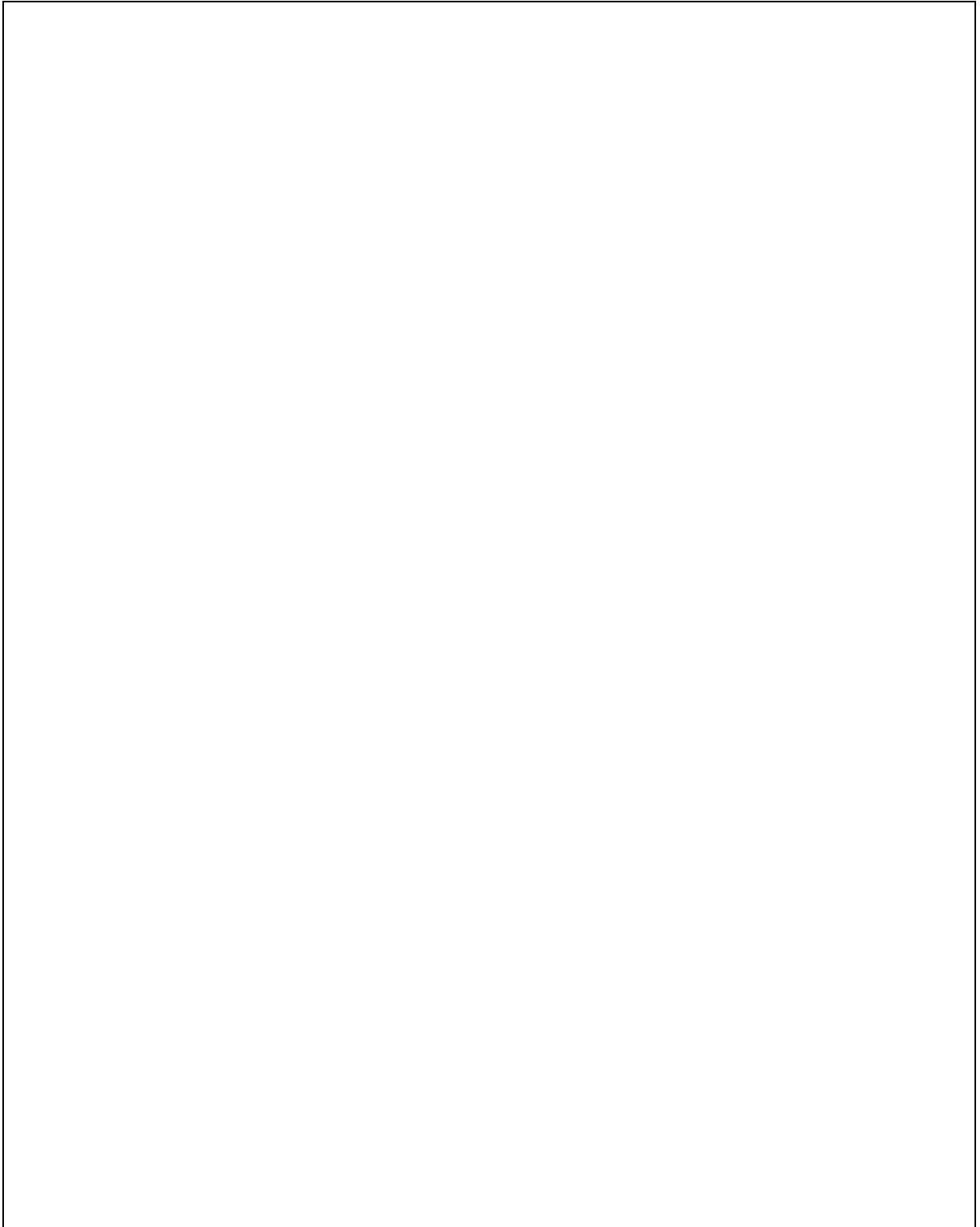
4. Tu cum ai vrea să te considere?

5. Crezi că aceste persoane te cunosc mai bine decât te cunoști tu însuși/ însăși?



POSTERUL CLASEI MELE

Realizează posterul clasei tale, desenând un simbol al clasei în care ești elev! Prezintă posterul colegilor și spune-le de ce ai ales acest simbol!



BIBLIOGRAFIE

- Băban, Adriana, (2001), *Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție*, Cluj-Napoca
- Băncilă, Gabriela; Zamfir, G., (1999), *Algoritmul succesului*, Editura Polirom, Iași;
- Brule, A., (2000), *Cum dialogăm și cum convingem*, Editura Polirom, Iași;
- Bouillercé, Brigitte; Rousseau, F., (2000), *Cum să ne motivăm*, Editura Polirom, Iași;
- Cungi, C., (2000), *Cum putem scăpa de stres*, Editura Polirom, Iași;
- Fiehl, J-F., (2000), *Cum să ne realizăm proiectele*, Polirom, Iași;
- Florea, Nicoleta-Adriana, (2011), *Programele de consiliere. Perpectice teoretice și practice*, Editura Aius, Craiova
- Florea, Nicoleta-Adriana, (2010), *Metode și tehnici de consiliere*, Editura Aius, Craiova
- Florea, Nicoleta-Adriana, Surlea, Cosmina, (2008), *Consilierea și Orientarea în școala modernă*, Editura Arves, Craiova
- Florea, Nicoleta-Adriana, Surlea, Cosmina, (2007), *Consiliere și Orientare*, Editura Arves, Craiova
- Florea, Nicoleta-Adriana, Surlea, Cosmina, (2006), *Școala și consilierea părinților*, Editura Arves, Craiova
- Florea, Nicoleta-Adriana, Surlea, Cosmina, (2003), *Aria curriculară Consiliere și Orientare. Planificare calendaristică orientativă*, Editura Info, Craiova
- Florea, Nicoleta-Adriana, Surlea, Cosmina, (2003), *Consilierea și Orientarea în școală*, Editura Info, Craiova
- Ghica, V., (1998), *Ghid de consiliere și orientare școlară*, Editura Polirom, Iași;
- Holban, I., (1978), *Cunoașterea elevului o sinteză a metodelor*, Editura Didactică și Pedagogică, București;
- Holban, I., (1995), *Teste de cunoștințe*, Editura Didactică și Pedagogică, R.A., București;
- Ionescu, M.; Radu, I.; Salade, D., (1997), *Dezbateri de didactică aplicată*, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- Ionescu, M., (coord.), (1998), *Educația și dinamica ei*, Editura Tribuna Învățământului, București;
- Lemeni, Gabriela; Mihalca Loredana; Mih, Codruța, (2004), *Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră, Activități pentru clasele I-IV*, Editura ASCR, Cluj-Napoca;
- Lemeni, Gabriela; Porumb, Mihaela, (2004), *Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră, Activități pentru clasele V-VIII*, Editura ASCR, Cluj-Napoca;

Lemeni, Gabriela; Tărău, Anca, (2004), *Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră, Activități pentru clasele I-IX*, Editura ASCR, Cluj-Napoca;

Monteil, J-M., (1997), *Educație și formare*, Editura Polirom, Iași;

Mărgineantu, Dorina; Buican, Maria, (1999), *Consiliere și dirigenție. Consultații vol. I*, Editura Eurobit, Timișoara;

Neculau, A., (1997), *26 de teste pentru cunoașterea celuilalt*, Editura Polirom, Iași;

Nicola, I., (1992), *Pedagogie*, Editura Didactica și Pedagogică R.A., București;

Peretti, de A.; Legrand, J-A; Boniface, J, (2001), *Tehnici de comunicare*, Editura Polirom, Iași;

Radulescu, M. S., (1994), *Sociologia vârstelor*, Editura Hyperion, București;

Șoitu, L., (1996), *Comunicare și educație*, Editura Spiru Haret, Iași;

Șoitu, L., Vărăjmaș, Ecaterina, Păun, E., (2001), *Consiliere familială*, Editura Institutul European, Iași;

Tudoran, Simona, Florea, Nicoleta-Adriana, Dogaru, Mariana, (2008), *Educație pentru sănătate*, Editura Sitech, Craiova.