



Co-funded by
the European Union

Nr. proiectului : 2023-1-RO01-KA121-SCH-000116531

În perioada 22-26 iulie 2024 am participat în Roma, Italia, la cursul de formare „Playtime and Downtime for Teachers and Students: the Psychology of Time to Feel Good and Do Good!”. Acest curs s-a axat pe dezvoltarea unor tehnici de relaxare și activități creative care să contribuie la bunăstarea emoțională a copiilor și a cadrelor didactice.

Participand la acest curs am avut oportunitatea de a învăța tehnici de relaxare pentru reducerea stresului, jocuri și metode noi prin care se poate crea un mediu în care copiii să se simtă bine.

În perioada septembrie-octombrie 2024 am realizat la grupa pe care o coordonez mai multe jocuri și activități care au vizat dezvoltarea spiritului de echipă, creativitatea, empatia și colaborarea.

1. “Povestea mea” – decupare, lipire, desen și povestirea în fața colegilor;



2. 1-2-1-2-3, Joc ritmic cu bețe;



3. Mișcare și relaxare pe muzică clasică;



4. „Mingile saltarețe” -joc distractiv în echipă;



5. Relaxare- „Limonada ”;



În urma aplicării la clasă a jocurilor învățate am observat următoarele rezultate:

- s-a îmbunătățit capacitatea de cooperare și de comunicare;
- copiii sunt mai creativi;
- copiii își exprimă mai ușor emoțiile și sunt mai încrezători în forțele proprii.

Prin participarea la astfel de proiecte, am descoperit și alte sisteme de educație din Europa și am preluat idei noi în propria abordare a procesului educativ.

Conținutul prezentului material reprezintă responsabilitatea exclusivă a autorului, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care conținutul informației va fi folosit.

Profesor învățământ preșcolar Paula Tanasă
Grădinița Nr.1 Comarna
Școala Gimnazială Nr. 1 Comarna