

ANUL XI, nr. 2

REVISTĂ EDUCAȚIONALĂ

SOLIDARI

PENTRU EDUCAȚIE



Gânduri, cercetări și experiențe din cancelarie și din clasă

Ediție județeană, Iunie 2026

ISSN 2558-8699 ISSN-L 2558-8699

COLECTIVUL DE REDACȚIE

REDACTOR-COORDONATOR: prof. DEMETER Ana-Maria

EDITORI:

prof. DEMETER Ana-Maria

prof. Pănescu Manuela

prof. DOVLECEL Andreea

EDITORI COLABORATORI:

prof.înv. primar ENACHE Oana-Andreea

prof. SPRÂNCENEA Gabriela

prof. MATEI Alina

GRAFICĂ ȘI TEHNOREDACTARE: prof. DEMETER Ana-Maria

Cuprins

01 Gestionarea emoțiilor în adolescență

Prof. consilier școlar DOVLECEL Andreea

02 De la emoție la autoreglare - Gestionarea emoțiilor copilului preșcolar

Prof. ed. timpurie TOCULEȚ Petruța - Costinela - Șc. Gimn. Vladimir Streinu, G.P.N. Teiu

03 Dincolo de manual: experimentul ca experiență reală de învățare

Prof. învă. primar ENACHE Andreea Oana · Liceul cu Program Sportiv Câmpulung Muscel

04 Impactul jocului didactic asupra dezvoltării componentei cognitive la copilul preșcolar - studiu de specialitate

Prof. ed. Timpurie TOCULEȚ Petruța- Costinela - Șc. Gimn. Vladimir Streinu, G.P.N. Teiu

05 Exercițiul fizic și sănătatea pe toată durata vieții

Prof. PUI Mihaela · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

06 Abordarea literaturii prin intermediul studiului de caz

Prof. SPRÎNCENEA Elena Gabriela · Liceul Tehnologic Vedeia

07 Literatura română - prin filtrul unui elev care se pregătește pentru bacalaureat. Lirica simbolistă. *Plumb*, de George Bacovia

Prof. DEMETER Ana-Maria · Liceul Tehnologic Astra, Pitești

08 Legătura ionică

Prof. LEMNARU Georgeta · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

09 DECIZII ÎN PYTHON. Operatori de comparație. Instrucțiunile if, if-else și if-elif-else

Prof. MATEI Manuel - Colegiul Național „Alexandru Odobescu”, Pitești

10 Factorii determinanți ai obiectivității și ai perturbării evaluării

Prof. TUDOR Filofteia Claudia · Liceul Tehnologic „Astra”

11 Stagiile de practică – Accesul tinerilor la un viitor ACTIV

Prof. ALDEA Floricica - Liceul Tehnologic Astra, Pitești

12 Foreign Languages as a Bridge Between Cultures, Generations, and Mentalities

Prof. PĂNESCU Maria Manuela · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

13 Communication without borders: How foreign languages transform us

Eleva ROTARU Alexia · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești, prof. coordonator, PĂNESCU Maria Manuela

14 De la observația europeană la reforma curriculară. Studiu comparativ al învățământului economic din Belgia și România. Studiu de caz: Institut Sainte-Thérèse din Manage și învățământul liceal economic din România

Prof. Matei Alina - Colegiul Economic „Maria Teiuleanu”, Pitești

15 Jurnal de curs — Pafos, Cipru. Studiu de caz privind strategiile de prevenire a abandonului școlar în învățământul Uniunii Europene

Prof. DEMETER Ana-Maria · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

16 EPAS ASTRA, „Școală-ambasador a Parlamentului European”

Prof. coordonator DEMETER Ana-Maria · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

17 Caravana reciclării

Prof. PĂNESCU Maria Manuela, ȘTEFAN Mihaela, LIPĂ Valentina, DEACONU Loredana, DOVLECEL Andreea · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

18 EDUFEST 2026 Prof. Lemnaru Georgeta · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

Gestionarea emoțiilor în adolescență

Prof. consilier școlar Dovlecel Andreea

„Emoțiile nu trebuie ascunse, ci înțelese și exprimate în mod sănătos.”

Adolescența este una dintre cele mai intense etape din viața unei persoane. În această perioadă, tinerii trec prin schimbări fizice, psihice și sociale care le influențează gândirea, comportamentul și relațiile cu cei din jur. Din acest motiv, emoțiile pot deveni mai puternice, mai variate și uneori greu de controlat. Gestionarea emoțiilor este, așadar, o abilitate esențială pentru dezvoltarea armonioasă a adolescentului.

DE CE EMOȚIILE SUNT MAI INTENSE ÎN ADOLESCENȚĂ

În anii adolescenței, dorința de independență crește, iar nevoia de a fi acceptat de grup devine tot mai importantă. În același timp, apar presiuni legate de școală, rezultate, prietenii, familie, imagine personală și viitor. Toate acestea pot genera bucurie, entuziasm și speranță, dar și tristețe, frustrare, teamă sau furie. Este firesc ca un adolescent să treacă rapid de la o stare la alta, însă este important să învețe cum să își înțeleagă reacțiile.

CUM RECUNOAȘTEM EMOȚIILE

Primul pas în gestionarea emoțiilor este recunoașterea lor. Un adolescent trebuie să poată spune sincer: „Sunt trist”, „Sunt nervos”, „Mi-e teamă”, „Sunt dezamăgit” sau „Sunt emoționat”. Numirea emoției ajută la conștientizarea ei și reduce tensiunea interioară. Atunci când înțelegem ce simțim, ne este mai ușor să alegem o reacție potrivită.

MODALITĂȚI SĂNĂTOASE DE EXPRIMARE

Gestionarea emoțiilor nu înseamnă ascunderea lor, ci exprimarea într-un mod echilibrat. În locul reacțiilor impulsive, adolescentul poate discuta cu un părinte, profesor sau prieten apropiat, poate scrie într-un jurnal sau poate folosi activități creative precum muzica, desenul ori lectura. Comunicarea sinceră și calmă previne conflictele și ajută la găsirea unor soluții.

STRATEGII UTILE PENTRU ECHILIBRU EMOȚIONAL

Există numeroase metode care pot contribui la controlul emoțiilor: respirația profundă, sportul, plimbările în aer liber, pauzele regulate, ascultarea muzicii, timpul petrecut în natură și organizarea unui program echilibrat. Odihna are un rol foarte important, deoarece lipsa somnului poate intensifica iritarea, anxietatea și oboseala. De asemenea, este important ca adolescenții să știe că a cere ajutor nu este un semn de slăbiciune, ci de maturitate.

ROLUL FAMILIEI ȘI AL ȘCOLII

Familia și școala au un rol esențial în susținerea echilibrului emoțional al adolescentului. Părinții și profesorii trebuie să ofere înțelegere, răbdare și sprijin, nu doar critici și cerințe. Un adolescent care se simte ascultat și acceptat va avea mai mult curaj să vorbească despre ceea ce simte și să își gestioneze emoțiile într-un mod matur și sănătos.

CONCLUZIE

Gestionarea emoțiilor în adolescență este foarte importantă pentru formarea unei personalități echilibrate. Emoțiile trebuie recunoscute, acceptate și exprimate corect, nu ascunse sau negate. Atunci când adolescenții învață să își înțeleagă trăirile, devin mai încrezători, mai puternici și mai pregătiți să facă față provocărilor vieții.

De la emoție la autoreglare- Gestionarea emoțiilor copilului preșcolar

Prof. ed. timpurie Toculeț Petruța - Costinela - Șc. Gimn. Vladimir Streinu, G.P.N. Teiu

Perioada preșcolară marchează o etapă esențială în dezvoltarea socio-emoțională a copilului, caracterizată prin transformări semnificative în ceea ce privește exprimarea, înțelegerea și gestionarea emoțiilor. În acest context, autoreglarea emoțională constituie o componentă importantă a dezvoltării globale și un fundament pentru adaptarea copilului la cerințele mediului familial, social și educațional. Autoreglarea nu presupune absența emoțiilor intense, ci dezvoltarea progresivă a capacității copilului de a-și modula reacțiile emoționale și comportamentale în funcție de situație și de scopurile urmărite (Thompson, 1994).

La vârsta preșcolară, această capacitate se află încă în plin proces de formare. Copilul poate identifica și denumi emoții de bază, poate înțelege treptat cauzele acestora și începe să utilizeze strategii simple pentru diminuarea stărilor afective neplăcute. Dezvoltarea autoreglării este strâns legată de evoluția competențelor cognitive, a limbajului și a capacității de a anticipa consecințele propriilor acțiuni. Denham (1998) evidențiază importanța exprimării, înțelegerii și reglării emoțiilor pentru competența socială și pentru calitatea relațiilor interpersonale ale copilului.

Autoreglarea emoțională se dezvoltă progresiv, pornind de la forme de reglare realizate în principal cu sprijinul adultului și evoluând către modalități din ce în ce mai autonome. În primii ani de viață, adultul are un rol fundamental în calmarea copilului și în structurarea experiențelor emoționale. Ulterior, prin interacțiuni repetate și prin asimilarea în gândire sau în comportament a unor idei, valori, norme ori reguli venite din exterior, copilul dobândește capacitatea de a utiliza propriile strategii de reglare. Cercetările asupra autoreglării emoționale subliniază caracterul dinamic al acestui proces și importanța diferențelor individuale în dezvoltarea controlului voluntar al emoțiilor și comportamentelor (Eisenberg & Sulik, 2012).

În mediul preșcolar, dificultățile de autoreglare pot fi observate în situații precum așteptarea rândului, pierderea unui joc, schimbarea unei activități preferate, apariția unui conflict cu un coleg sau confruntarea cu o sarcină dificilă. Reacțiile copilului – plânsul, furia, retragerea, țipetele sau comportamentele impulsive – nu trebuie interpretate exclusiv ca manifestări ale indisciplinei. Ele pot reprezenta modalități prin care copilul comunică o nevoie, o frustrare sau o dificultate de adaptare. Din perspectiva educației timpurii, este necesară identificarea cauzelor comportamentului și oferirea unui sprijin adecvat nivelului de dezvoltare al copilului.

Un principiu important este acela că autoreglarea se învață prin experiență și practică. Copilului nu îi poate fi solicitat un control emoțional identic celui manifestat de un adult, întrucât mecanismele cognitive și executive implicate în inhibarea impulsurilor, menținerea atenției și flexibilitatea cognitivă sunt încă în dezvoltare. Prin urmare, rolul cadrului didactic este de a crea contexte în care copilul să exerseze aceste abilități, beneficiind de sprijin și ghidaj gradual.

Cadrul didactic are un rol important atât prin relația directă cu copilul, cât și prin organizarea mediului educațional. Un climat afectiv securizant, bazat pe predictibilitate, acceptare și respect, creează premise favorabile pentru dezvoltarea autoreglării. Rutinele clare, regulile formulate pozitiv și tranzițiile bine pregătite reduc incertitudinea și îi permit copilului să anticipeze ceea ce urmează. În același timp, educatorul trebuie să manifeste el însuși un comportament autoreglat, deoarece copilul învață nu numai prin explicații, ci și prin observarea modelelor oferite de adulți.

Dezvoltarea socio-emoțională a copilului preșcolar poate fi înlesnită prin intermediul activităților ludice, poveștilor/ poveștilor terapeutice, jocurilor de rol, exercițiilor de respirație, tehnicilor de relaxare, jocurilor de mișcare și situațiilor de rezolvare a problemelor. Jocul este deosebit de eficient deoarece oferă copilului posibilitatea de a exersa controlul impulsurilor, așteptarea, respectarea regulilor și schimbarea perspectivei într-un context atractiv și accesibil vârstei. Cercetările și recomandările din domeniul educației timpurii evidențiază faptul că jocul și activitățile intenționat proiectate pot constitui contexte relevante pentru exersarea autoreglării.

De asemenea, cadrul didactic poate utiliza strategii de tip „oprește-te – respiră – gândește – acționează”, adaptate nivelului de înțelegere al copiilor. Acestea contribuie la introducerea unei mici pauze între apariția impulsului și reacția comportamentală. Treptat, copilul poate învăța să aleagă între mai multe modalități de răspuns: să ceară ajutor, să verbalizeze ceea ce simte, să se retragă temporar din situație sau să propună o soluție.

Este important ca intervenția adultului să fie orientată spre învățare și nu exclusiv spre sancționare. Practicile adecvate dezvoltării presupun sprijinirea intenționată a autoreglării, modelarea strategiilor de calmare, ascultarea și recunoașterea emoțiilor copiilor și stabilirea unor limite clare și consecvente.

Autoreglarea emoțiilor reprezintă o achiziție fundamentală a perioadei preșcolare, cu implicații asupra adaptării sociale, relațiilor interpersonale și participării active la procesul educațional. Dezvoltarea acesteia este un proces gradual, în care copilul trece de la reglarea susținută de adult la forme din ce în ce mai autonome de control emoțional și comportamental.

Bibliografie

1. **Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O.** (1994): The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*
2. **Denham, S. A.** (1998): *Emotional Development in Young Children*. New York: Guilford Press
3. **Eisenberg, N., & Sulik, M. J.** (2012): Emotion-related self-regulation in children. *Teaching of Psychology*
4. **Eisenberg, N., & Spinrad, T. L.** (2004): Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*
5. **Thompson, R. A.** (1994): Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*
6. **National Association for the Education of Young Children (NAEYC)**(2020): *Developmentally Appropriate Practice (DAP) Position Statement*. Washington, DC: NAEYC.

Dincolo de manual: experimentul ca experiență reală de învățare

Prof. inv. primar Enache Andreea Oana · *Liceul cu Program Sportiv Câmpulung Muscel*

În educația modernă, una dintre cele mai mari provocări ale cadrului didactic nu mai este doar transmiterea informației, ci transformarea acesteia într-o experiență de învățare autentică. Copiii de astăzi trăiesc într-o lume a imaginii, a vitezei și a interacțiunii permanente. În acest context, simpla predare bazată exclusiv pe manual și memorare mecanică devine insuficientă pentru dezvoltarea unei gândiri reale, flexibile și aplicative. Dincolo de manual, experimentul didactic reprezintă una dintre cele mai eficiente modalități prin care elevul poate înțelege, descoperi și fixa informațiile într-un mod profund și durabil — transformându-l din simplu receptor de informație în participant activ la propria învățare.

La ciclul primar, experimentul are un rol esențial, deoarece particularitățile de vârstă ale copiilor favorizează învățarea concretă, intuitivă și practică. Copilul mic înțelege lumea atingând, observând, comparând, testând și punând întrebări. Jean Piaget, unul dintre cei mai importanți psihologi ai dezvoltării cognitive, sublinia faptul că elevul învață eficient atunci când acționează direct asupra obiectelor și fenomenelor. De aceea, experimentul didactic nu reprezintă doar un moment atractiv al lecției, ci o necesitate pedagogică fundamentată științific.

Un copil poate uita rapid o definiție învățată mecanic, dar își va aminti mult timp un experiment pe care l-a realizat singur. Dacă unui elev i se spune că plantele au nevoie de lumină pentru a crește, informația poate rămâne abstractă. Dacă însă plantează două semințe — una ținută la lumină și una într-un dulap întunecat — iar apoi observă zilnic diferențele, învățarea devine reală. Elevul nu mai memorează o afirmație, ci descoperă singur concluzia. În acel moment apare adevărata înțelegere.

Experimentul dezvoltă curiozitatea, iar curiozitatea reprezintă motorul învățării autentice. Un copil curios întreabă, caută explicații și își dorește să afle mai mult. Din păcate, în multe situații, școala tradițională a pus accent pe răspunsul corect, nu pe întrebare. Experimentul schimbă această perspectivă, pornind adesea de la întrebări simple: „Ce se întâmplă dacă?”, „De ce?”, „Cum este posibil?” — întrebări care stimulează gândirea și implicarea activă.

Un profesor a intrat într-o sală de clasă cu un borcan gol... Lecția nu era despre borcan, ci despre înțelegere. Dacă începi cu lucrurile esențiale, vei găsi loc pentru rest.

La ciclul primar, experimentele nu trebuie să fie complicate sau costisitoare. Cele mai eficiente sunt adesea cele simple, apropiate de viața copilului: observarea evaporării apei prin încălzire, scufundarea unui pahar invers într-un vas cu apă pentru a descoperi că aerul ocupă spațiu, sau testarea diferitelor obiecte pentru a descoperi care sunt atrase de magnet. Aceste activități aparent simple dezvoltă observația, formularea de ipoteze și capacitatea de a trage concluzii. Totodată, experimentul contribuie la dezvoltarea limbajului: descriind ceea ce observă, elevul învață să comunice clar și logic, utilizând termeni noi precum „solubil”, „amestec” sau „sediment”.

În același timp, activitățile experimentale susțin colaborarea și învățarea socială. Atunci când elevii lucrează în echipe, ei trebuie să împartă materiale, să asculte opiniile colegilor și să ia decizii împreună — contribuind la dezvoltarea empatiei, răbdării și respectului reciproc. Educația modernă nu urmărește doar acumularea de informații, ci formarea unor oameni

capabili să colaboreze și să gândească independent. Un exemplu concret poate fi observat în activitățile interdisciplinare: într-o lecție integrată despre anotimpuri, elevii pot realiza un experiment privind topirea gheții, măsurând timpul necesar în diferite condiții și discutând despre efectele temperaturii asupra mediului.

Experimentul are și un puternic rol motivațional. Copiii sunt atrași natural de surpriză și descoperire, iar o lecție în care elevul participă activ produce emoție pozitivă, care favorizează memorarea. Neuroștiințele educației confirmă faptul că informațiile asociate cu experiențe practice și emoții semnificative sunt reținute mai eficient — de aceea elevii își amintesc adesea experimente realizate cu ani în urmă.

În activitatea didactică, experimentul îl ajută și pe profesor să observe mai bine elevul, identificând elevii curioși, pe cei creativi, pe cei care au nevoie de sprijin sau pe cei care învață mai eficient prin manipulare directă. Astfel, experimentul devine și un instrument de evaluare autentică. Desigur, utilizarea experimentelor presupune și anumite provocări: lipsa materialelor, timpul limitat sau teama că activitatea va deveni dificil de gestionat. Totuși, multe experimente pot fi realizate cu materiale simple — apă, hârtie, pahare, semințe, magneți, coloranți alimentari sau obiecte din mediul apropiat. Importantă nu este complexitatea experimentului, ci valoarea sa pedagogică.

Metodele experimentale contribuie și la dezvoltarea gândirii critice. Elevii învață să observe atent, să compare rezultate și să înțeleagă că uneori ipotezele inițiale pot fi greșite — aspect deosebit de important într-o societate în care copiii sunt expuși permanent unui volum uriaș de informații. La ciclul primar, rolul experimentelor este cu atât mai important cu cât această perioadă reprezintă fundamentul viitoarei atitudini față de învățare. Un copil care descoperă că școala poate fi un spațiu al explorării și al bucuriei va dezvolta o relație pozitivă cu educația.

Psihologul Jerome Bruner susținea că elevii învață mai eficient atunci când sunt implicați activ în descoperirea cunoștințelor, vorbind despre „învățarea prin descoperire” — metodă în care copilul este ghidat să găsească singur răspunsul, prin explorare și investigare. Experimentul didactic se bazează exact pe acest principiu: copilul observă, compară, formulează ipoteze și verifică, iar învățarea devine mai profundă și mai stabilă.

Un maestru i-a dus pe discipolii săi la un bambus plantat recent și le-a spus să îl ude zilnic. Timp de luni întregi nu s-a întâmplat nimic vizibil — apoi, într-un timp foarte scurt, bambusul a crescut spectaculos. Planta își dezvoltase mai întâi rădăcinile, invizibile la suprafață.

La ciclul primar, copiii au o nevoie naturală de mișcare și implicare activă. Studiile din domeniul neuroeducației arată că elevii mici își mențin atenția mai eficient atunci când participă la activități practice și multisenzoriale. Un exemplu concret poate fi întâlnit într-o activitate despre proprietățile apei: în loc ca profesorul să explice doar teoretic că unele obiecte plutesc și altele se scufundă, elevii primesc diferite materiale — o monedă, o bucată de lemn, un capac de plastic, o cheie, o frunză sau o gumă de șters — formulează ipoteze, testează fiecare obiect și compară rezultatele cu presupunerile inițiale.

Acest aspect este extrem de important. În școala tradițională, greșeala a fost adesea asociată cu eșecul și sancțiunea. În activitățile experimentale, greșeala devine oportunitate de învățare: dacă un elev formulează o ipoteză incorectă, experimentul îl ajută să observe și să corecteze singur concluzia, dezvoltându-și flexibilitatea gândirii și capacitatea de adaptare. Peste ani, un copil care a învățat prin încercare, analiză și corectare — nu prin evitarea greșelii — poate deveni, de exemplu, un inginer capabil să găsească soluții reale.

Experimentele contribuie și la formarea unei relații diferite între profesor și elev: profesorul nu mai este perceput exclusiv ca persoana care „știe tot”, ci ca un ghid al explorării, ceea ce creează un climat educațional mai relaxat și mai deschis. Mai mult, experimentele îi ajută pe copii să observe legătura dintre școală și viața reală — răspunzând firesc întrebării „La ce îmi folosește?” De exemplu, într-o activitate despre filtrarea apei, elevii pot realiza un filtru simplu folosind nisip, pietriș și vată, iar noțiunile despre purificarea apei devin conectate cu realitatea.

Experimentul susține și educația pentru răbdare și perseverență: dacă elevii plantează semințe și urmăresc germinarea timp de mai multe zile, ei învață să observe schimbările lente și să aibă grijă constant de activitatea începută — o experiență valoroasă într-o societate dominată de rapiditate și satisfacție instantanee. De asemenea, activitățile experimentale stimulează creativitatea, încurajând copiii să găsească soluții și să imagineze explicații, dezvoltând gândirea liberă și căutarea de alternative.

Experimentul didactic oferă copilului ceva ce nicio explicație teoretică nu poate înlocui complet: bucuria descoperirii personale. Momentul în care elevul spune „Aha, acum am înțeles!” este unul dintre cele mai valoroase rezultate ale procesului educațional. El nu elimină importanța manualului — acesta rămâne un instrument util, o resursă de organizare și structurare a conținuturilor — însă învățarea autentică apare atunci când informația din manual este completată prin experiență directă. Manualul oferă teoria, experimentul oferă viață teoriei.

În concluzie, experimentul reprezintă una dintre cele mai valoroase resurse ale educației moderne la ciclul primar. El stimulează curiozitatea, dezvoltă gândirea logică și critică, favorizează colaborarea și transformă elevul într-un participant activ al propriei formări. Dincolo de manual, copilul are nevoie să observe, să atingă, să testeze și să descopere. Educația autentică nu înseamnă doar transmiterea unor răspunsuri corecte, ci cultivarea dorinței de a pune întrebări și de a căuta explicații. Într-o lume aflată într-o continuă schimbare, experimentul nu mai este doar o metodă atractivă, ci o componentă esențială a unei învățări reale și durabile.

Impactul jocului didactic asupra dezvoltării componentei cognitive la copilul preșcolar -studiu de specialitate-

Prof. ed. timpurie Toculeț Petruța- Costinela - Șc. Gimn. Vladimir Streinu, G.P.N. Teiu

Perioada preșcolară reprezintă una dintre etapele fundamentale ale dezvoltării cognitive, întrucât, între 3 și 6 ani, copilul își consolidează procesele psihice implicate în cunoașterea și înțelegerea lumii: atenția, memoria, percepția, limbajul, gândirea, imaginația și capacitatea de rezolvare a problemelor. În acest context, jocul constituie forma de activitate specifică vârstei, iar valorificarea sa în procesul instructiv-educativ oferă copilului posibilitatea de a învăța activ, accesibil și motivant.

Jocul didactic ocupă un loc important în educația timpurie deoarece îmbină caracterul ludic cu finalitatea educativă. Spre deosebire de jocul spontan, acesta este proiectat de cadrul didactic în raport cu anumite obiective de învățare și presupune sarcini, reguli și materiale adaptate particularităților de vârstă. Prin intermediul său, copilul este pus în situația de a observa, compara, clasifica, formula răspunsuri, respecta reguli și identifica soluții. Literatura de specialitate evidențiază faptul că jocul ghidat, în care adultul organizează mediul și orientează discret activitatea, păstrând totodată implicarea și autonomia copilului, poate susține dezvoltarea unor competențe cognitive. Meta-analiza realizată de Skene et al. (2022), pe baza a 39 de studii, a identificat efecte favorabile ale jocului ghidat asupra unor achiziții precum matematica timpurie, cunoașterea formelor geometrice și flexibilitatea cognitivă.

Un prim domeniu asupra căruia jocul didactic poate exercita o influență importantă este atenția. Jocurile care solicită identificarea unor obiecte, diferențierea stimulilor, respectarea unei succesiuni de reguli sau reacția la anumite semnale îl determină pe copil să își concentreze și să își mențină atenția. De exemplu, într-un joc de identificare a elementului diferit dintr-o serie, copilul trebuie să observe caracteristicile obiectelor, să selecteze informațiile relevante și să formuleze o justificare.

Memoria este stimulată prin jocurile de asociere, recunoaștere, reproducere și ordonare. Activitățile în care copilul trebuie să rețină o succesiune de imagini, să identifice perechi, să reproducă o serie de mișcări sau să continue un șir logic contribuie la exersarea memoriei de lucru și a capacității de reactualizare. Aceste procese constituie suport pentru achizițiile ulterioare din domeniul limbajului, matematicii și cunoașterii mediului.

Un alt domeniu relevant îl constituie gândirea logică și rezolvarea problemelor. Jocurile didactice pot introduce situații în care copilul trebuie să clasifice, să ordoneze, să compare, să stabilească relații și să descopere reguli. Activitățile de sortare după culoare, formă, dimensiune sau funcție îl determină să identifice criterii și să opereze cu relații între obiecte. Prin seriare și clasificare, copilul trece progresiv de la acțiunea concretă asupra obiectelor la operații cognitive mai complexe. Astfel, ordonarea unor obiecte de la cel mai mic la cel mai mare presupune nu doar perceperea dimensiunii, ci și compararea, stabilirea unei relații de ordine și anticiparea poziției fiecărui element.

Limbajul și gândirea se dezvoltă, de asemenea, în strânsă legătură în cadrul jocului didactic. Jocurile de descriere, ghicitorile, jocurile de rol și activitățile de identificare verbală îl determină pe copil să denumească, să descrie, să compare și să explice. Întrebările adresate de cadrul didactic, precum „De ce crezi că...?”, „Cum ai putea afla?” sau „Prin ce se aseamănă?”, stimulează exprimarea verbală și îl determină pe copil să depășească nivelul simplu al recunoașterii, argumentându-și răspunsurile.

O componentă importantă a dezvoltării cognitive o reprezintă și funcțiile executive, respectiv procesele care permit controlul comportamentului și al activității cognitive orientate către un scop. În perioada preșcolară se dezvoltă intens inhibiția, memoria de lucru și flexibilitatea cognitivă. Jocurile cu reguli sunt relevante din această perspectivă deoarece copilul trebuie să rețină regula, să își inhibe uneori răspunsul spontan, să aștepte și să își modifice strategia atunci când situația o impune. Jocul „Simon spune”, de exemplu, solicită inhibarea unui răspuns automat, iar activitățile în care regulile se schimbă stimulează flexibilitatea cognitivă.

Datele empirice susțin însă cu precauție această asociere. Skene et al. (2022) au identificat, în comparația dintre jocul ghidat și instruirea directă, un efect pozitiv asupra capacității de trecere de la o regulă sau sarcină la alta (*task switching*), însă nu au fost observate efecte semnificative pentru toate componentele funcțiilor executive. De asemenea, o meta-analiză recentă asupra relației dintre jocul simbolic și funcțiile executive a identificat o asociere pozitivă, dar de intensitate redusă, subliniind faptul că relația corelațională nu demonstrează automat existența unei relații cauzale.

Un domeniu în care jocul ghidat prezintă rezultate relevante este învățarea matematică timpurie. Jocurile cu cuburi, jetoane, forme geometrice sau alte materiale concrete creează contexte în care copilul numără, compară cantități, identifică forme, construiește serii și rezolvă probleme simple. În acest mod, conceptele matematice nu sunt prezentate exclusiv verbal, ci sunt descoperite prin manipulare și acțiune. Meta-analiza realizată de Skene et al. (2022) a evidențiat un avantaj al jocului ghidat în raport cu instruirea directă pentru competențele matematice timpurii și pentru cunoașterea formelor geometrice, cu efecte mai pronunțate în cazul recunoașterii formelor.

Eficiența jocului didactic depinde în mod semnificativ de competența cadrului didactic de a proiecta și media experiența de învățare. Educatorul trebuie să stabilească obiective clare, să selecteze materiale adecvate și să adapteze dificultatea sarcinii la nivelul de dezvoltare al copiilor. Un rol important îl are sprijinul acordat copilului în timpul activității: cadrul didactic poate formula întrebări, oferi indicii sau modela o strategie, retrăgând progresiv ajutorul pe măsură ce copilul dobândește autonomie.

Totodată, este necesară păstrarea unui echilibru între intenționalitatea pedagogică și libertatea specifică jocului. Dacă adultul controlează excesiv activitatea, aceasta riscă să devină o simplă sarcină școlară, pierzând caracterul ludic care menține interesul și motivația copilului. Conceptul de joc ghidat este relevant tocmai prin îmbinarea acestor două dimensiuni: copilul rămâne activ și implicat, în timp ce adultul configurează mediul și orientează experiența către obiective educaționale.

În concluzie, jocul didactic reprezintă un instrument pedagogic valoros pentru dezvoltarea componentei cognitive a copilului preșcolar. Prin intermediul acestuia pot fi stimulate atenția, memoria, limbajul, gândirea logică, capacitatea de rezolvare a problemelor, flexibilitatea cognitivă și achizițiile matematice timpurii. Valoarea sa nu constă doar în faptul că face învățarea mai atractivă, ci mai ales în posibilitatea de a transforma copilul în participant activ la procesul de cunoaștere.

Literatura de specialitate impune, totuși, o perspectivă echilibrată: nu orice formă de joc produce automat efecte cognitive, iar rezultatele cercetărilor sunt mai consistente pentru anumite domenii decât pentru altele. În consecință, responsabilitatea cadrului didactic este de a selecta și proiecta situații ludice adecvate obiectivelor urmărite, particularităților de vârstă și nevoilor individuale ale copiilor. Valorificat în mod intenționat și echilibrat, jocul didactic poate deveni un context privilegiat pentru dezvoltarea cognitivă și pentru construirea unor premise solide ale învățării ulterioare.

Bibliografie

1. **Skene, K., O'Farrelly, C. M., Byrne, E. M., Kirby, N., Stevens, E. C., & Ramchandani, P. G.** (2022). Can guidance during play enhance children's learning and development in educational contexts? A systematic review and meta-analysis. *Child Development*
2. **Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M.** (2018). The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. *Pediatrics*
3. **Diamond, A., & Lee, K.** (2011). Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old. *Science*
4. **Vygotsky, L. S.** (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
5. **Bodrova, E., & Leong, D. J.** (2007). *Tools of the Mind: The Vygotskian Approach to Early Childhood Education* (2nd ed.). Pearson/Merrill Prentice Hall.

Exercițiul fizic și sănătatea pe toată durata vieții

Prof. Mihaela Pui · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

Activitățile fizice înseamnă mai mult decât practicarea unor sporturi. Orice mișcare care îți antrenează grupe musculare este o activitate fizică, inclusiv plimbările, adunatul frunzelor, dansul în timp ce te deplasezi dintr-o cameră în alta sau treburile casnice. Ce se întâmplă în timpul acestor activități în corpul tău? Cele mai evidente sunt schimbările privind activitatea inimii, plămânilor și a mușchilor. Dar, oare, ce se întâmplă la nivelul creierului tău? Numeroase reacții chimice, care au drept rezultat influențarea dispoziției, datorită activității fizice, extrem de benefice corpului, minții și interacțiunii sociale.

Inima și vasele sangvine sunt principalele beneficiare ale exercițiilor fizice: pe măsură ce inima devine mai puternică, va pompa mai mult sânge cu mai puțin efort, iar numărul capilarelor din mușchi se înmulțește. Acest aspect duce la reducerea tensiunii arteriale și a colesterolului din sânge. Practicând regulat exercițiul fizic, îți va crește rata metabolică — cantitatea de energie pe care corpul o folosește atunci când se odihnește. Un metabolism optim te ajută să îți menții o greutate constantă, cu sănătate optimă, reducând substanțial riscul apariției unor boli de inimă, diabet sau anumite tipuri de cancer.

Activitățile fizice recomandate includ exerciții pentru menținerea sănătății întregului corp, precum jogging, înot, bicicletă, săritul corzii sau mersul sportiv, care asigură o densitate optimă a oaselor. Având oase mai puternice, riscul dezvoltării osteoporozei și al unor boli neuro-degenerative este mult diminuat.

Exercițiul fizic, practicat zilnic cu bucurie, îmbunătățește echilibrul și coordonarea. În plan psihologic, în timpul practicării exercițiului fizic, creierul secretă endorfine, substanțe care opresc semnalele de durere să ajungă la celulele nervoase și sunt responsabile de senzațiile de plăcere trăite în urma unui antrenament reușit. Persoanele care fac exerciții fizice constant sunt mai încrezătoare, se pot concentra mai bine și au un nivel de stres mai redus. Exercițiile de stretching ajută la relaxarea mușchilor, iar practicate seara, contribuie la un somn mai bun, eliberând tensiunile acumulate din timpul zilei. Dacă te încercă o stare de tristețe, furie sau supărare, exercițiul fizic te va ajuta să îți schimbi dispoziția — numeroși specialiști consideră că el contribuie chiar la tratarea depresiilor.

În plan social, practicarea exercițiului fizic te ajută să te integrezi mai ușor în sporturile de echipă, să iei parte la un curs de dans sau gimnastică aerobică, ușurând realizarea de noi relații sociale, prietenii sau legături mai armonioase cu membrii familiei.

CE ÎNSEAMNĂ SĂ FII „ÎN FORMĂ”?

Majoritatea oamenilor nu vor fi niciodată campioni olimpici sau europeni la sporturi individuale sau de echipă. Însă, cu puțină implicare și consecvență, aproape oricine poate fi în formă fizică bună — adică poate avea energie pe întreaga zi și rezistența de a participa la diferite activități fizice și intelectuale fără efort prea mare.

Unul dintre cele mai importante lucruri pe care le poți face pentru sănătatea ta este să începi să faci exerciții fizice ACUM. Perseverând, ele te vor ajuta să îți menții condiția fizică pe tot parcursul vieții. Pentru a-ți crea un program de exerciții, stabilește-ți obiective imediate, pe termen scurt. De exemplu, dacă vrei să-ți îmbunătățești rezistența, practică jocuri sportive precum baschet, fotbal sau tenis, precum și jogging, mers sportiv și activități aerobe. Dacă

vrei să-ți crești masa musculară, programul ar trebui să includă exerciții anaerobe, precum ridicarea de greutăți, sub îndrumarea unui specialist la început.

Este important ca obiectivele tale să fie specifice, pentru a te ajuta să-ți măsoari progresul. De exemplu, „vreau să pot alerga 2 km în 20 de minute” este mai specific decât „vreau să alerg mai repede”. Timpul pentru a realiza ce ți-ai propus este important să fie realist, altfel riști să te descurajezi, să îți pierzi concentrarea și să abandonezi. Perseverând, vei reuși tot ce ți-ai propus. Astfel, vei fi sănătos, voios, relaxat și armonios!

Va urma...

Abordarea literaturii prin intermediul studiului de caz

Prof. SPRÎNCENEA Elena Gabriela · *Liceul Tehnologic Vedeia*

Societatea prezentului, dar mai ales a viitorului se circumscrie unui timp al informației, al complexității. De aceea, investiția în inteligență, creativitate și capacitate de inovare a indivizilor, a grupurilor va fi extrem de rentabilă în viitor. Copilul este un proiect „aruncat” în lume, aflat într-o stare de „facere”, pentru ca apoi, devenit adult, să se formeze continuu de-a lungul vieții.

Școala contemporană e nevoită să se plieze progresului înregistrat în cadrul societății, de aceea, modelul comunicării unidirecționale, în cadrul căruia profesorul este unicul emițător de informație, iar elevul o receptează, o învață urmând apoi controlul profesorului, este substituit cu modelul multidirecțional, caracterizat prin faptul că profesorul nu mai este singura sursă de informație, întrucât în timpul comunicării intervin și elevii, oferind grupului informații obținute pe baza studierii anterioare a bibliografiei sau în urma unor cercetări, experimentări. În aceste condiții, opiniile lor sunt deosebit de importante, fiind receptate cu interes de către profesor, care le completează, le corectează sau le acceptă, dacă sunt bune. Deși are loc un real schimb de experiență între profesori și elevi și între elevi, acest model nu înlătură pe deplin rolul dominant al profesorului, întrucât el conduce și formulează concluziile.

O asemenea comunicare didactică permite un dialog autentic, creează o atmosferă de toleranță și respect, de cooperare fructuoasă, de coeziune afectivă, de confruntare academică a opiniilor și concepțiilor. Elevii învață să gândească, să comunice, să formuleze raționamente, să analizeze, să compare și să sintetizeze, să adreseze întrebări, să construiască răspunsuri și să aplice cunoștințele.

În această orientare didactică se încadrează și studiul de caz, care a fost introdus ca metodă de predare-învățare-evaluare în programele de limbă și literatură română pentru clasele a XI-a și a XII-a, începând cu anul 2006. Abordarea acestui tip de organizare a activității a permis transferarea unei părți importante a responsabilității pentru învățare de la profesor la elevi. Astfel, elevii depășesc ipostaza de receptori pasivi ai unor informații primite de la profesor, experimentând o construire activă și personală a învățării.

De cele mai multe ori, studiul de caz propune o temă care presupune o înțelegere holistică a unui eveniment sau a unui fenomen prin folosirea raționamentului inductiv, de la aspecte particulare la termeni mai generali. Elevii trebuie să examineze problemele, să le treacă în revistă, să interpreteze bibliografia, dar nu li se poate cere să tranșeze chestiuni controversate pe care nu le-au lămurit specialiștii.

STUDIILE DE CAZ DIN PROGRAMĂ ȘCOLARĂ

Programa pentru clasa a XI-a impune șase studii de caz obligatorii: Latinitate și dacism; Dimensiunea religioasă a existenței; Formarea conștiinței istorice; Rolul literaturii în perioada pașoptistă; Criticismul junimist; Modele epice în romanul interbelic; precum și Diversitate tematică, stilistică și de viziune în opera marilor clasici, conținut propus doar pentru filologie.

Programa pentru clasa a XII-a impune trei studii de caz obligatorii — Diversitate tematică, stilistică și de viziune în poezia interbelică; Literatura aservită ideologiei comuniste; Tipuri de roman în perioada postbelică — și trei studii de caz pentru profilul filologic: Fronda în literatura interbelică; la alegere, Dinamica unor specii (jurnalul, memoriile) sau Tendințe în literatura română actuală; și Forme ale istoriei și criticii literare.

Pentru a ajunge la o înțelegere profundă și personală a temelor propuse, elevii trebuie să parcurgă, sub îndrumarea profesorilor, patru secvențe: documentarea (strângerea, fișarea, analiza și interpretarea surselor); pregătirea prezentării; prezentarea grupei; și evaluarea făcută de colegi. Studiul de caz este o activitate centrată nu atât pe produs, cât pe proces.

ETAPELE METODEI

Aplicarea metodei studiului de caz parcurge mai multe etape de lucru în echipă și individual: identificarea direcțiilor de investigație și repartizarea sarcinilor, cu trei-patru săptămâni înainte de finalizare; căutarea surselor și sistematizarea ideilor, pe parcursul unei săptămâni; împărtășirea rezultatelor în cadrul echipei și negocierea produsului final — poster, cafenea literară, antologie, dezbateri, prezentare Power-Point sau film; rezolvarea individuală a sarcinilor primite; discuții de grup privind îmbunătățirea materialelor; și, în final, prezentarea în fața colegilor de clasă, urmată de evaluarea participării fiecărui membru.

Evaluarea vizează atât produsul, cât și procesul, aplicându-se în primul rând autoevaluarea și evaluarea realizată de către colegi; atunci când evaluează profesorul, grila trebuie să pornească de la competențele specifice vizate.

AVANTAJE ȘI LIMITE

Studiul de caz favorizează, din perspectiva elevilor, identificarea problemelor specifice temei explorate, dezvoltarea unor strategii de analiză și interpretare a surselor, dezvoltarea abilităților de a lucra în echipă, asumarea responsabilității pentru structurarea rezultatelor și dezvoltarea gândirii autonome și critice. Rolul profesorului se reduce la cel de incitator și provocator al demersurilor de rezolvare a cazului — un rol dificil și solicitant: el indică bibliografia, ajută la clarificarea problemelor, stabilește direcțiile de investigație și criteriile de evaluare, aplanând cu discreție eventualele conflicte.

Printre avantaje se numără apropierea elevilor de viața reală și de problemele cu care se pot confrunta, dezvoltarea capacităților de analiză critică și de elaborare a deciziilor, dezvoltarea inteligenței interpersonale și a spiritului de echipă, precum și construirea unui pod între teorie și practică. Limitele țin de dificultatea realizării unui portofoliu de cazuri adecvate, de evaluarea participării fiecărui elev, de accesul la sursele de informare și de experiența redusă a unora dintre participanți, care poate afecta gradul de implicare motivațională.

O APLICAȚIE LA CLASA A XII-A

În abordarea studiului de caz „Literatura aservită ideologiei comuniste”, prevăzut în programa pentru clasa a XII-a, au fost propuse patru ore de lucru. În prima oră, elevii sunt familiarizați cu tema și cu contextul istoric al perioadei; în a doua și a treia oră, grupa desemnată își prezintă rezultatele cercetării, sub forme diferite — eseuri, postere, argumente pro și contra, fragmente de film documentar, mini-antologii sau prezentări Power-Point; în a patra oră, întreaga clasă participă la o discuție pe marginea prezentării, iar la final, elevii și profesorul evaluează împreună prestația grupei, pe baza unor criterii stabilite anterior.

Direcțiile de documentare au inclus materiale scrise și audio-vizuale din perioada 1950–1989, mărturii orale ale unor persoane care au trăit acea perioadă și auxiliare teoretice despre literatură, manipulare și ideologie. Dotarea deficitară a bibliotecilor a fost compensată prin resursele personale ale profesorului și prin informațiile oferite de internet.

Spre deosebire de metodele cantitative de cercetare, care răspund la întrebări de tipul cine, ce, unde, cât sau câți, studiul de caz presupune căutarea unor răspunsuri legate de întrebări de tipul cum sau de ce. Prin studiile de caz, elevii examinează un fenomen având în vedere diverse perspective, pentru a ajunge la o cât mai bună înțelegere a acestuia.

BIBLIOGRAFIE

Curriculum Național. Programe școlare pentru clasele a V-a – a XII-a, www.edu.ro, secțiunea

Preuniversitar, Programe, Aria curriculară Limbă și comunicare.

„Perspective” — Revista de didactica limbii și literaturii române, editată de Asociația Profesorilor de Limba și Literatură Română „Ioana Em. Petrescu”.

Ioan Cerghit, *Metode de învățământ*, Editura Polirom, Iași, 2008.

07 / ARTICOL

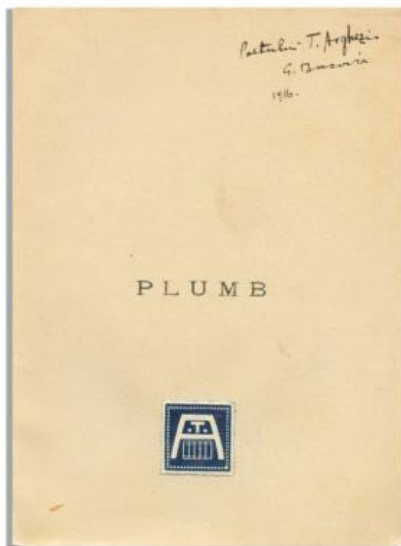
Literatura română - prin filtrul unui elev care se pregătește pentru bacalaureat. *Lirica simbolistă. Plumb*, de George Bacovia

Prof. DEMETER Ana-Maria · Liceul Tehnologic Astra, Pitești

*apartenența la simbolism: simbol, sugestie, sinestezie, corespondențe și muzicalitate

*tema condiției poetului blamat de societate: „sicriile de plumb” și „amorul de plumb”

*elemente de structură/compoziție/limbaj: titlul și cele două catrene



*Dormeau adânc sicriile de plumb,
Și flori de plumb și funerar vestmânt –
Stam singur în cavou... și era vânt...
Și scârțâiau coroanele de plumb.*

*Dormea întors amorul meu de plumb
Pe flori de plumb, și-am început să-l
strig --
Stam singur lângă mort... și era frig...
Și-i atârnav aripile de plumb.*

(vol. „Plumb”, 1916)

Prin opera lui George Bacovia, în literatura română se produce o schimbare a poeziei față de „schema romantică” anterioară. De altfel, **simbolismul** este un curent literar european apărut ca reacție împotriva romantismului, naturalismului și a parnasianismului și cu care se deschide lirica românească modernă interbelică.

Poezia „Plumb” este de la început salută de Al. Macedonski ca **artă poetică** (ce descrie concepția eului liric despre menirea poetului în lume) simbolistă. Textul poate fi interpretat și ca o elegie, deoarece poezia surprinde atitudinea eului poetic față de societatea artificială care nu-i înțelege valoarea, sentimentele sale fiind de tristețe și de spaimă (spleen).

Textul poetic se înscrie în simbolism prin folosirea simbolurilor, a sugestiei și a sinesteziei, prin corespondențe și muzicalitate, dar și prin dramatismul trăirilor eului liric.

Cultivarea **simbolului** este evidentă în descrierea cadrului exterior sau a lumii artificiale, încremenite în nepăsare, iar singurătatea și sufocarea eului liric se sugerează printr-un câmp semantic sugestiv: „sicrie”, „flori de plumb”, „cavou”, „amor de plumb”. Fiecare cuvânt este un simbol care creează puternica impresia a pustiirii sufletești bacoviene. În poezia bacoviană, lumea este o reflectare a unei stări de spirit. Astfel, dacă decorul este cenușiu, reprezentat de „sicrie”, „flori de plumb”, „cavou”, sufletul nu poate fi decât inert, iar amorul decadent.

De asemenea, o altă trăsătură simbolistă a poemului este **corespondența** între planul interior și cel exterior, între culori, sunete, stări poetice. De altfel, „griul” sugerează apăsarea sufletească, iar cuvântul „plumb” are o sonoritate joasă, metalul pe care îl numește fiind rece, greu, toxic, asemenea lumii percepute ca o povară sufletească.

Tema poeziei este singurătatea sau condiția poetului care se simte blamat, consecință a izolării într-o societate meschină, superficială, incapabilă să-i înțeleagă arta.

O primă imagine poetică reprezentativă pentru temă este spațiul limitat și definit prin „sicriile de plumb” sau prin cuvântul „cavou”. Cele două simboluri „sicriu” și „cavou” sugerează un spațiu sufocant, închis și apăsător, cum îi pare poetului lumea: „Dormeau adânc sicriile de plumb/Și flori de plumb, și funerar vestmânt/Stam singur în cavou și era vânt”.

A doua imagine semnificativă este cea a „amorului de plumb” din planul interior, tonul poetic devenind confesiv. Metafora „amorul meu de plumb” sugerează „mineralizarea” sentimentului, apăsarea pierderii iubirii. Efortul disperat al eului liric de recuperare a sentimentului („și-am început să-l strig”). Oximoronul „și-i atârnav aripile de plumb” pune în opoziție zborul și căderea ca pierdere definitivă a speranței. Imaginea sinestezică (ce îmbină vizualul și auditivul) „dormea întors.../și-am început să-l strig...” amintește de motivul folcloric al morții ca întoarcere către apus.

Un prim element de compoziție reprezentativ pentru tema singurătății este **titlul** redat prin substantivul „plumb”. Sensul denotativ al cuvântului „plumb” este metal cu densitate mare, toxic, de culoare cenușie, iar conotativ, acesta semnifică apăsarea, angoasa, greutatea sufocantă, cenușiul existențial, universul monoton, închiderea definitivă a spațiului existențial, fără soluții de ieșire. Titlul poeziei constituie și simbolul central al acesteia, dar și un simbol plurivalent, reluat în conținut de șase ori. Plumbul este un metal greu, de culoare cenușie ce sugerează moartea, iar prin greutate denotă apăsare sufletească, sufocantă, prăbușirea interioară. Culoarea gri poate reda tristețea, monotonia, cenușiul vieții cotidiene, mediul meschin, răceala, lipsa de viață, absența sentimentelor, singurătatea. Sonoritatea cuvântului (patru consoane și o vocală închisă) evidențiază căderea grea, fără ecou (a sufletului). Rolul de simbol central este marcat și de dispunerea grafică, de simetria perfectă-poziția în strofe și versuri, fiecare strofă fiind închisă cu acest cuvânt. Cuvintele cheie –*plumb, cavou, singur*– sunt, în același timp, simboluri obsedante, care circulă în opera lui Bacovia, de la o poezie la alta și contribuie la realizarea unui decor dezolant.

Structura, alt element semnificativ al textului, cuprinde **două catrene** construite prin tehnica paralelismului sintactic („Dormeau adânc sicriile de plumb” - P,C,S,A, „Dormea adânc amorul meu de plumb”- P,C,S,A,A) care corespund celor două planuri ale realității:

realitatea exterioară, obiectivă, simbolizată de „cimitir” și de „cavou” și realitatea interioară, subiectivă, simbolizată de sentimentul iubirii - „amorul meu de plumb”. Starea de solitudine a eului liric este evidențiată de repetarea structurii „stam singur”, care, alături de celelalte simboluri („cavou”, „sicriu”), accentuează senzația de pustietate sufletească.

Realizată preponderent din imagini vizuale, poezia exploatează stările și emoțiile produse de elementele decorului funerar, care transmit o stare interioară: vidul sufletesc, angoasa existenței. Astfel, între planul exterior și cel interior se stabilesc o serie de corespondențe : cavou- singurătate, izolare ; plumb- gri, cenușiul vieții, apăsare.

Strofa întâi surprinde elemente ale cadrului spațial închis, apăsător, sufocant, în care eul poetic se simte clausturat: mediul înconjurător a căpătat greutatea plumbului, iar poetul se simte ca într-un imens cavou. Elementele decorului funerar sunt: „sicriile de plumb”, „veșmântul funerar”, „flori de plumb”, „coroanele de plumb”. Repetarea epitetului „de plumb” are multiple sugestii, insistând asupra existenței mohorâte, lipsite de posibilitatea înălțării. Lumea obiectuală, în manifestările ei de gingășie și de frumusețe – florile, este marcată de împietrire. Vântul este singurul element care evidențiază mișcarea, însă produce efecte reci, ale morții, evidențiate auditiv: „Și scârțâiau coroanele de plumb”. Cadrul temporal nu este precizat, dar atmosfera macabră poartă sugestia nocturnului.

Strofa a doua debutează sub semnul tragicului existențial, generat de dispariția afectivității: „Dormea întors amorul meu de plumb”. Cuvântul „întors” constituie misterul poeziei. Eul liric își privește sentimentul ca un spectator. „Aripile de plumb” presupun un zbor în jos, căderea surdă și grea, moartea. Încercarea de salvare este iluzorie: „Și-am început să-l strig”. În versul „Stam singur lângă mort”, termenul din domeniul funebru poate semnifica înstrăinarea de sine, alienarea, ca reacție la absurdul existenței. Spaima de moarte, senzația de vid sufletesc, singurătatea se realizează, dincolo de aglomerarea elementelor decorului funebru și prin două imagini auditive. În prima strofă, verbul cu efect imitativ, strident, din versul „Și scârțâiau coroanele de plumb”, evidențiază dezacordul eului cu lumea, dizarmonia, iar în strofa a doua, „strigătul” sugerează spaima, iar verbul la persoana I, singular accentuează întoarcerea spre planul subiectiv „Și-am început să-l strig”.

Sursele expresivității, sugestiei și ale ambiguității se regăsesc la fiecare nivel al limbajului poetic. La nivel stilistic, se remarcă prezența simbolului central plumb, asociat metaforelor „flori de plumb”, „coroanele de plumb”, „aripile de plumb”.

În ceea ce privește prozodia, poezia „Plumb,” este riguros construită, sugerând prezența morții, prin închiderea versurilor cu rimă îmbrățișată, măsură fixă de 10 silabe, iar repetarea aceluiași cuvânt „plumb,” în rimă susține obsesia. Prozodia clasică (rimă, ritm, măsură) ce produce muzicalitate exterioară și muzicalitatea interioară, dată de repetiții transformă poezia într-un freamăt monoton.



La nivel fonetic, cuvântul plumb cuprinde o vocală închisă de câte două consoane grele, ceea ce evidențiază o închidere a spațiului. În restul poeziei predomină vocalele e, i, u, dând sentimentul golului existențial, al absenței, al vidului lăuntric.

Morfologic, se remarcă prezența verbelor statice, la imperfect („dormeau”/„dormea”), așezate la început de vers. Timpul imperfect desemnează trecutul nedeterminat, permanența unei stări continue de angoasă: „dormeau”, „stam”, „era”, „scârțâiau”, „dormea”, „atârnav”. Cele două verbe la perfect compus – „am început”, respectiv, la conjunctiv, „să strig”, evidențiază disperarea eului atunci când conștientizează că întreg universul este cuprins de atmosfera sumbră a morții. Actul de a striga dobândește o valoare simbolică. Adverbul „adânc” așezat lângă verbul „dormeau” sugerează somnul veșnic, moartea. Aproximarea dintre somn și moarte este clasică, atât datorită nemișcării pe care ambele stări o presupun, cât și faptului că ambele constituie o rupere de lumea reală.

La nivel sintactic, textul este alcătuit din propoziții principale, independente, coordonate prin juxtapunere sau copulativ (prin conjuncția „și”): „Dormeau adânc sicriile de plumb/Și flori de plumb, și funerar vestmânt”. De asemenea, se remarcă topica inversă, cu subiectul postpus : „Dormeau adânc sicriile de plumb”; „Dormea întors amorul”.

Textul poetic este realizat prin procedeul acumulării: repetarea conjuncției copulative „și” realizează suprapunerea de imagini pentru a reda aceeași stare.

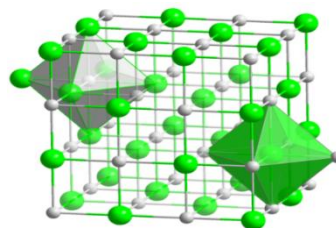
La nivel lexical, se remarcă prezența cuvintelor din câmpul semantic al morții: „sicriu”, „cavou”, „funerar”, „coroană”, „mort”, repetarea obsesivă a aceluiași cuvinte, inclusiv în rimă, având ca efect monotonia, senzația de limitare, de clausturare, imposibilitatea ieșirii din starea poetică de apăsare sufletească, de spleen.

Nicolae Manolescu afirma că Bacovia este „singurul poet român care a coborât în infern”, dar semnificativ este faptul că prin intermediul procedeelor simboliste, cititorul însuși îl însoțește în această călătorie în lumea tenebrelor (a întunericului, a spleenului, a angoasei, a deziluziei).

Legătura ionică

Prof. Lemnaru Georgeta · *Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești*

Într-un foarte cunoscut basm românesc, o fată de împărat îi spune tatălui său că îl iubește ca „sarea-n bucate”. Știința confirmă astăzi înțelepciunea ascunsă în vorbele aparent ciudate ale fetei: sarea reprezintă, cu adevărat, o substanță absolut indispensabilă vieții fiziologice a omului, deoarece corpul uman nu o produce. „Sarea-n bucate”, sarea gemă (halit), este o clorură naturală de sodiu, cristalizată în sistemul cubic.



Clorura de sodiu (NaCl) — sarea gemă — și structura sa cristalină cubică.

Numită popular sare de bucătărie, rezultă în laborator prin reacția chimică:



LEGĂTURA IONICĂ SAU ELECTROVALENTĂ

Legătura ionică sau electrovalentă este, de fapt, o atracție electrostatică între ioni încărcăți cu sarcini electrice opuse. Bazele științifice ale teoriei legăturii ionice au fost elaborate în 1916 de către W. Kossel și, în mod independent, de către G. N. Lewis, bazându-se pe ideile chimistului J. J. Berzelius. Cu ajutorul acestei teorii se explică formarea compușilor ionici din ioni monoatomici încărcăți cu sarcini electrice opuse, care se atrag reciproc.

Legătura ionică se formează între elemente cu caracter metalic și elemente cu caracter nemetalic, prin cedare și acceptare de electroni. În procesele de pierdere și câștig de electroni se tinde ca ionii să aibă o structură electronică de tip gaz inert, adică o structură externă de 8 sau 18 electroni, foarte stabilă — teoria octetului, valabilă în general pentru elementele din perioadele a II-a și a III-a ale sistemului periodic. Etapele care trebuie parcurse pentru a crea o legătură ionică sunt formarea ionilor și atracția electrostatică a acestora.

FORMAREA NaCl

Atomul de Na ($Z = 11$), situat în grupa I-A, perioada a 3-a, cedează un electron (caracter electropozitiv), formând cationul Na^+ , cu configurația stabilă a gazului rar cel mai apropiat, neonul (Ne):

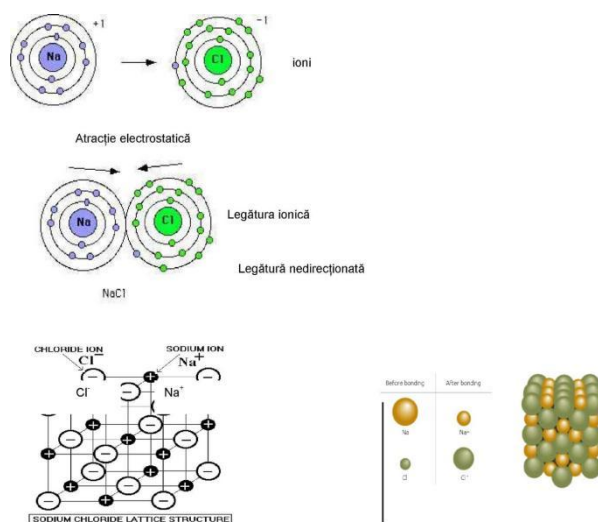


Atomul de Cl ($Z = 17$) acceptă electronul cedat de atomul de Na (caracter puternic electronegativ) și se transformă într-un anion, cu configurația completă a argonului (Ar):



FORMAREA NaCl — LEGĂTURA FINALĂ

În urma transferului de electroni de la un element electropozitiv reactiv la un element electronegativ, iau naștere ioni de semn contrar, care se atrag prin forțe electrostatice, conform legii lui Coulomb, până la distanța minimă permisă de repulsiile dintre învelișurile lor electronice. Sodiul metalic reacționează energetic cu clorul în stare gazoasă și, în urma unei reacții exoterme, conduce la obținerea clorurii de sodiu — combinație ionică:



Structura cristalină a NaCl

Reacția dintre sodiu metalic și clor gazos, cu formarea clorurii de sodiu.

DECIZII ÎN PYTHON. Operatori de comparație. Instrucțiunile if, if-else și if-elif-else

Profesor Matei Manuel - Colegiul Național „Alexandru Odobescu”, Pitești

De ce avem nevoie de decizii într-un program?

În lecția anterioară am scris programe care citesc date, efectuează calcule și afișează rezultate. Uneori însă programul trebuie să aleagă ce face în funcție de o situație. De exemplu: dacă un client cumpără de cel puțin 100 de lei, primește reducere; dacă temperatura este sub 0°C, afișăm un avertisment; dacă un elev are media cel puțin 5, este promovat.

Pentru astfel de situații folosim condiții. O condiție este o expresie care poate avea una dintre valorile logice True (adevărat) sau False (fals).

Operatorii de comparație

Operatorii de comparație compară două valori. Rezultatul comparației este întotdeauna True sau False.

Operator	Semnificație	Exemplu	Rezultat
==	egal cu	7 == 7	True
!=	diferit de	7 != 5	True
>	mai mare decât	8 > 10	False
<	mai mic decât	3 < 9	True
>=	mai mare sau egal	5 >= 5	True
<=	mai mic sau egal	12 <= 7	False

Atenție: în Python, semnul = atribuie o valoare unei variabile, iar == verifică egalitatea.

```
x = 10          # atribuim valoarea 10 variabilei x
print(x == 10)  # verificăm dacă x este egal cu 10
```

Instrucțiunea if – executăm ceva numai dacă o condiție este adevărată

Forma de bază a instrucțiunii if este:

```
if conditie:
    instructiune
```

După condiție se scriu două puncte (:). Instrucțiunile care aparțin lui if sunt scrise mai la dreapta. Acest spațiu se numește indentare și este obligatoriu în Python.

Exemplul 1. Verificăm dacă o persoană este majoră:

```
varsta = int(input("Vârsta: "))

if varsta >= 18:
    print("Persoana este majoră.")
```

Dacă utilizatorul introduce 20, condiția 20 >= 18 este True și mesajul se afișează. Dacă introduce 16, condiția este False și blocul din if nu se execută.

Instrucțiunea if-else – alegem între două variante

Când vrem să executăm o acțiune dacă o condiție este adevărată și o altă acțiune dacă este falsă, folosim if-else.

```
if conditie:
    instructiuni_daca_este_adevarata
else:
    instructiuni_daca_este_falsa
```

Exemplul 2. Verificăm dacă un elev este promovat:

```
media = float(input("Media elevului: "))

if media >= 5:
    print("Promovat")
else:
    print("Nepromovat")
```

Exemplul 3. Stabilim dacă un număr este par sau impar:

```
n = int(input("n = "))

if n % 2 == 0:
    print("Numărul este par.")
else:
    print("Numărul este impar.")
```

Observație: operatorul % calculează restul împărțirii. Un număr este par dacă restul împărțirii sale la 2 este 0.

Mai multe variante: if-elif-else

Uneori avem mai mult de două situații posibile. Atunci folosim elif, prescurtare de la „else if”. Condițiile sunt verificate de sus în jos, iar programul execută primul bloc pentru care condiția este True.

Exemplul 4. Încadrăm o temperatură în trei categorii:

```
temperatura = float(input("Temperatura: "))

if temperatura < 0:
    print("Înghet")
elif temperatura < 20:
    print("Vreme răcoroasă")
else:
    print("Vreme caldă")
```

Dacă temperatura este 12, prima condiție este falsă, a doua este adevărată, deci se afișează „Vreme răcoroasă”.

Operatorii logici: and, or și not

Uneori o decizie depinde de mai multe condiții. Putem combina condițiile cu operatorii logici.

Operator	Semnificație	Exemplu
and	ambele condiții trebuie să fie adevărate	varsta >= 18 and varsta <= 65
or	este suficient ca una să fie adevărată	zi == "sâmbătă" or zi == "duminică"
not	inversează valoarea logică	not (x > 10)

Exemplul 5. Un turist primește tarif redus dacă are cel mult 18 ani sau cel puțin 65 de ani:

```
varsta = int(input("Vârsta turistului: "))

if varsta <= 18 or varsta >= 65:
    print("Tarif redus")
else:
    print("Tarif normal")
```

Aplicație practică – reducere într-un magazin

Problema: un magazin acordă o reducere de 10% dacă valoarea cumpărăturilor este de cel puțin 200 lei. Să se citească valoarea cumpărăturilor și să se afișeze suma finală de plată.

```
valoare = float(input("Valoarea cumpărăturilor: "))

if valoare >= 200:
    reducere = valoare * 0.10
    total = valoare - reducere
else:
    total = valoare

print("Total de plată:", total, "lei")
```

Exemplu: pentru 250 lei, reducerea este 25 lei, iar clientul plătește 225 lei. Pentru 150 lei, condiția este falsă și clientul plătește 150 lei.

Exerciții pentru clasă

1. Citește un număr întreg și afișează dacă este pozitiv, negativ sau zero.
2. Citește două numere și afișează numărul mai mare. Dacă sunt egale, afișează mesajul „Numere egale”.
3. Citește vârsta unei persoane și afișează „minor” dacă are sub 18 ani, respectiv „major” în caz contrar.
4. Citește prețul unui produs. Dacă prețul este mai mare de 100 lei, aplică o reducere de 5% și afișează noul preț.
5. Pentru un hotel, citește numărul de nopți. Dacă turistul rezervă cel puțin 5 nopți, afișează „Reducere disponibilă”, altfel „Tarif standard”.
6. Citește nota unui elev. Afișează: „insuficient” pentru note sub 5, „suficient” pentru 5–6, „bine” pentru 7–8 și „foarte bine” pentru 9–10.

Factorii determinanți ai obiectivității și ai perturbării evaluării

Prof. Tudor Filofteia Claudia · Liceul Tehnologic „Astra”

„Deontologia didactică” cuprinde ansamblul îndatoririlor care îi revin dascălului în cadrul exercitării profesiei, în raporturile cu elevii, cu ceilalți profesori cu care colaborează sau cu personalul auxiliar. Aceste obligații se bazează pe regulile și tradițiile profesiei.

Deontologia procesului de evaluare se află într-o relație inseparabilă cu codul deontologic al profesiei de dascăl. Profesorul este cel care își propune obiective pentru un anumit conținut, gândește strategia didactică de predare, o consolidează având în vedere obiectivele de evaluare, alege metoda de verificare, elaborează baremul de corectare și notare, aplică testul la clasă, interpretează rezultatele obținute și regândește demersul didactic acolo unde este necesar — realizând, cu alte cuvinte, feed-back-ul. Dascălul trebuie să fie asemenea medicului: aplică un tratament, dar dacă observă că semnele de însănătoșire se lasă așteptate, regândește tratamentul prescris. Ideal ar fi ca tratamentul corect să fie administrat încă de la început.

În cadrul „deontologiei evaluării”, un rol definitoriu îi revine dascălului: obiectivitatea. „Spiritul dreptății” era considerat de Isocrate una dintre virtuțile cu cea mai mare valoare, care îl transformă pe om într-o ființă verticală. Practica docimologică scoate însă în evidență numeroase disfuncții și dificultăți în evaluarea corectă și obiectivă a rezultatelor școlare. Idealul obiectivității în notare este afectat de circumstanțe care induc variații, fie la același examinator în momente diferite, fie la examinatori diferiți.

CAUZE ALE DISTORSIUNILOR SUBIECTIVE

Printre cauzele care generează distorsiuni subiective în evaluare se numără: insuficiența informațiilor primare pe baza cărora se realizează evaluarea și alegerea defectuoasă a metodelor și strategiilor de evaluare; particularitățile relației profesor–elevi, cu componentele ei afectiv-atitudinale; influențele directe ale mediului psihosocial în care se face evaluarea, precum statutul familiei elevului sau presiunile colectivului didactic; și influențele datorate contextului pedagogic, precum nivelul clasei, politica școlii în materie de evaluare sau preocuparea pentru imaginea școlii.

Problema este de a renunța la subiectivism, la o relativizare a actului valorizării în funcție de o multitudine de interese și opinii evaluative. O soluție eficientă poate fi legată de utilizarea matricei de notare și a strategiilor de evitare a erorilor în notare. Evaluarea trebuie să fie obiectivă, dar ea se face de către subiecți concreți — astfel, subiectivitatea evaluatorului se manifestă în ciuda cerinței de maximizare a gradului de obiectivitate, iar din această cauză apar erori de evaluare.

TIPURI DE ERORI DE EVALUARE

Printre erorile întâlnite în evaluare pot fi amintite efectul de contrast și eroarea proximității. Dacă „efectul halo” și „stereotipiile” se manifestau printr-o anumită constanță a evaluării, indiferentă la schimbările reale ale subiectului evaluării, efectul de contrast și de proximitate acționează în sensul că rezultatele evaluării se modifică fără o schimbare reală a subiectului evaluat. Astfel, aceeași performanță este notată diferit în funcție de poziția ocupată în succesiunea evaluărilor efectuate pe un grup de elevi.

Alături de acestea se înscriu ecuația personală și efectul de similaritate, care țin de personalitatea profesorului, de concepția și atitudinea acestuia față de actul evaluării. Ecuația

personală reprezintă acel factor care face ca evaluarea să se diferențieze de la un profesor la altul, în funcție de exigențele examinatorului — nu se înregistrează, așadar, erori propriu-zise de apreciere, ci doar diferențe proporționale ale scării de apreciere.

Ar fi necinstit să afirmăm că cineva este pe deplin obiectiv. Natura umană nu-ți permite acest lucru, dar asta nu te împiedică să încerci să fii cât se poate de obiectiv.

Există un cod deontologic al profesorului, care are la bază patru principii: angajamentul față de elevi, angajamentul față de profesiunea didactică, comportamentul etic față de colegii de profesie și angajamentul față de comunitatea școlară și socială. Așa cum medicul evită, pe cât posibil, să lase vreo cicatrice bolnavului, tot așa și evaluatorul încearcă să nu rănească sufletul celui evaluat printr-o notă care să nu ilustreze adevărata valoare a lucrării copilului.

Evaluarea se află în strânsă legătură cu predarea. Ea poate arăta dacă am predat bine, dar cine garantează că am evaluat corespunzător? Vina pentru anumite note mici la un test nu aparține numai elevilor, ci uneori și evaluatorilor, prin cerințe neadecvate, prin lipsa de proprietate a unor concepte sau prin ignorarea diferențelor dintre elevi. Ar fi indicat să „privim și-n grădina noastră” când vrem să aflăm a cui a fost vina — meseria de dascăl obligă la obiectivitate, la a ține treaz „spiritul justițiar”.

Sintetizând cele afirmate, se evidențiază ideea că evaluarea obiectivă rămâne un ideal al oricărui dascăl. Totuși, oricât de competent și de corect ar fi un evaluator, există posibilitatea ca el să greșească, deoarece nu corectează numai cu mintea, ci cu toată ființa sa. Ecuația personală își va pune, așadar, amprenta, fie și numai într-o infimă părțică.

BIBLIOGRAFIE

Dicționar explicativ ilustrat al limbii române, Editura Arc & Gunivas, 2007.

Miron Ionescu, Ioan Radu, Didactica modernă, Editura Dacia, Cluj-Napoca, 2001.

Genevieve Meyer, De ce și cum evaluăm?, Editura Polirom, 2000.

„Perspective” — Revistă de didactica limbii și literaturii române, Nr. 6/2003, Cluj-Napoca.

Tiberiu Rudică, Aforismele din perspectivă psihologică, Editura Polirom, 2008.

Curs: Abilități și competențe privind evaluarea la examenele și concursurile naționale — A. Badea, M. M.

Anghel, F. Bârlogeanu, M. Crivac, C. Crețu, A. Grigore, C. Postelnicescu.

Stagiile de practică – Accesul tinerilor la un viitor ACTIV

prof. ALDEA Florica - *Liceul Tehnologic Astra, Pitești*

Stagiile de practică se adresează elevilor care au prevăzută activitatea de practică în curricula obligatorie, respectându-se programa de practică elaborată pentru fiecare an de studiu. Derularea stagiilor de practică este foarte importantă pentru orientarea și inserția profesională a tinerilor, stagiul de practică efectuat permițându-i absolventului să utilizeze într-un cadru profesional cunoștințele teoretice acumulate și să-și formeze cunoștințe și abilități noi.

De asemenea, i se oferă elevului o experiență a universului firmei industriale și a meseriilor/ocupățiilor din cadrul acestora.

Liceul Tehnologic Astra Pitești, este beneficiarul Proiectului cu titlul „Competențe profesionale prin stagii de pregătire practică- COMP PROF ASTRA”. Proiectul se va desfășura pe o durată de 24 luni. Perioada de desfășurare este 02 decembrie 2024 - finalizare 30 noiembrie 2026. Proiectul are Cod SMYS 305959 finanțat din Fonduri europene, în cadrul Programului Operațional Educație și Ocupare.

- Obiectivul principal al proiectului: „Îmbunătățirea calității, a caracterului incluziv, a formării elevilor prin Stagii de pregătire practică, pentru integrarea pe piața muncii a 260 elevi și tranziția de la școală la viața activă”.
- *Efectul pozitiv pe termen lung* este acela ca măsurile vizate pentru grupul țintă sunt măsuri active integrante, măsuri care sprijină realmente elevii înscriși în învățământul tehnic, cu privire la formarea profesională, dezvoltare personală de calitate prin participarea la stagii de pregătire practică, la sesiuni de dezvoltare personală și de coaching, la transferul de bune practici și diseminarea experiențelor acumulate, în rândul colectivelor din care fac parte.

S-a constatat că de foarte multe ori, performanța elevilor este legată de statutul lor social. Provocările impuse de dezvoltarea tehnologică conduc la consolidarea relației dintre piața muncii și sistemul de educație.

Prin încheierea de parteneriate cu agenții economici din Regiunea Sud-Muntenia, se asigură crearea unei legături cu oamenii de afaceri din zonă care pot oferi și un model de bună practică de antreprenoriat autohton.

Organizațiile, firme industriale, prin implicarea activă în parteneriatele cu Liceul Tehnologic “Astra” Pitești, își vor crea și un branding atractiv pentru cei care sunt în căutarea unui loc de muncă și implicit, pentru absolvenții cu potențial în domeniu. O forță de muncă calificată și adaptabilă la cerințele pieței muncii asigură menținerea cu succes a organizației în competiția economică.

Convenția de practică relevă, printre altele, principalele responsabilități ale organizatorului de practică, Liceul Tehnologic “Astra” și ale potențialului partener de practică, agentul economic gazdă, data începerii stagiilor de practică (la finalizarea activităților didactice prevede și sesiunea de examene, respectiv, lunile iuni- iulie), durata stagiilor de practică, în conformitate cu Planurile de învățământ.

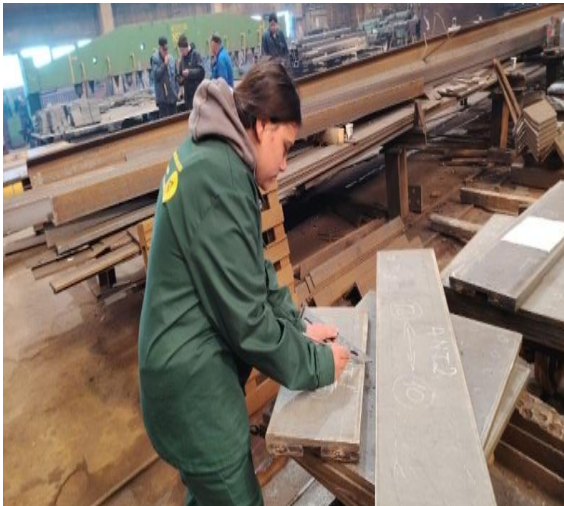
Pentru ca parteneriatul să își atingă țelul, reprezentanții Liceului Tehnologic “Astra” au un rol cel puțin la fel de important și de bogat în atribuții precum omologii lor din companii. Premisa de la care pornește parteneriatul este că elevii au o bună pregătire teoretică și atitudinea potrivită pentru a valorifica experiența oferită de un stagiul de practică.

De aceea, rolul extrem de important al cadrelor didactice - tutori de stagii de practică începe încă din etapa de pregătire a elevilor prin transmiterea informațiilor necesare și actualizate de care aceștia vor avea nevoie pentru a putea face față așteptărilor din mediul de lucru competitiv în care urmează să-și desfășoare activitatea.

Aspecte din stagiile de practică a elevilor Liceului Tehnologic Astra, participanți în Grupul țintă al Proiectului cu ID 305959 cu titlul „Competențe profesionale prin stagii de pregătire practică a elevilor din Liceul Tehnologic Astra - COMP-PROF- ASTRA”, domeniul Mecanic - calificarea profesională Sudor.



Dezvoltarea competențelor profesionale



În cadrul stagiului de practică, participanții își dezvoltă competențe esențiale pentru viitoarea carieră, precum:

- utilizarea echipamentelor și a tehnologiilor specifice domeniului;
- respectarea normelor și procedurilor de lucru;
- gestionarea timpului și a responsabilităților;
- rezolvarea problemelor apărute în activitatea curentă.

De asemenea, interacțiunea cu specialiști din domeniu oferă oportunitatea de a învăța din experiența acestora, de a primi feedback constructiv și de a înțelege standardele profesionale cerute pe piața muncii.

Dezvoltarea abilităților personale și sociale

Pe lângă competențele tehnice, stagiul de practică contribuie semnificativ la dezvoltarea abilităților personale. Comunicarea eficientă, lucrul în echipă, adaptabilitatea și asumarea responsabilității sunt doar câteva dintre calitățile care se formează sau se consolidează în acest context. Participanții învață să respecte ierarhia organizațională, să colaboreze cu colegii și să își exprime ideile într-un mod clar și profesionist.

Totodată, experiența practică ajută la creșterea încrederii în sine. Realizarea cu succes a sarcinilor primite și aprecierea din partea coordonatorilor oferă motivație și confirmă nivelul de pregătire atins.

Orientarea profesională și clarificarea obiectivelor de carieră

Un alt beneficiu important al stagiului de practică este posibilitatea de a descoperi dacă domeniul ales corespunde intereselor și aptitudinilor personale. Experiența directă poate confirma alegerea făcută sau, dimpotrivă, poate determina reorientarea profesională. Astfel, practica oferă o perspectivă realistă asupra cerințelor și responsabilităților specifice unei anumite profesii.

În plus, stagiul poate facilita crearea unor contacte profesionale utile pentru viitor. Relațiile stabilite în timpul practicii pot deveni oportunități de angajare sau colaborare după finalizarea studiilor.

În concluzie, stagiul de practică oferă oportunități reale și valoroase de învățare, contribuind la formarea unui profil profesional complet. Prin îmbinarea cunoștințelor teoretice cu experiența practică, participanții își dezvoltă competențele tehnice și abilitățile personale, își clarifică obiectivele de carieră și se pregătesc pentru integrarea cu succes pe piața muncii. Astfel, practica nu reprezintă doar o obligație curriculară, ci o etapă fundamentală în procesul de formare profesională.

Aspecte din stagiile de practică a elevilor Liceului Tehnologic Astra, participanți în Grupul țintă al Proiectului cu ID 305959 cu titlul „Competențe profesionale prin stagii de pregătire practică a elevilor din Liceul Tehnologic Astra - COMP-PROF- ASTRA”, domeniul Electronica- automatizari calificarea profesionala - Tehnician in automatizari, expert comunicare - Aldea Floricica



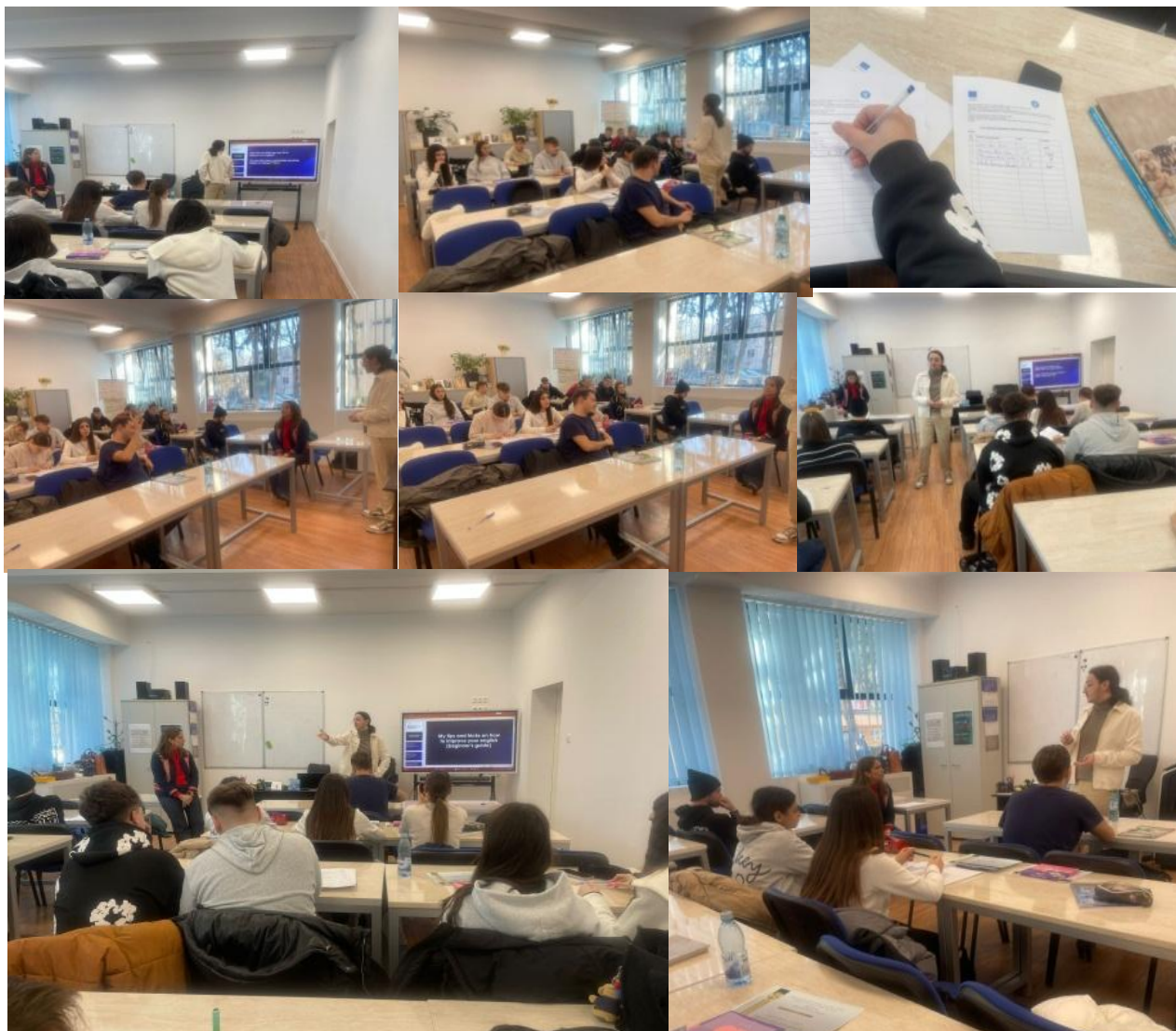
Activitățile de coaching sunt extrem de importante pentru elevi deoarece contribuie la dezvoltarea încrederii în sine, a motivației și a autonomiei. Elevii învață să își cunoască punctele forte și ariile de îmbunătățire, să își gestioneze mai bine timpul și stresul și să comunice mai eficient. Coachingul îi ajută să își clarifice obiectivele educaționale și profesionale, facilitând o mai bună orientare în carieră. De asemenea, coachingul sprijină dezvoltarea abilităților de comunicare, a responsabilității și a capacității de luare a deciziilor. Prin participarea la astfel de activități, elevii devin mai implicați în procesul educațional și mai bine pregătiți pentru alegerile legate de parcursul lor școlar și profesional

Activitatea de recunoaștere în coaching este extrem de importantă, pentru că întărește motivația, progresul și sentimentul de valoare al elevului. Nu e vorba de „premii” în sens clasic, ci de validare conștientă și strategică a efortului și rezultatelor.

Premierea/ validarea:

- ▶ consolidează comportamentele pozitive,
 - ▶ crește încrederea în sine,
 - ▶ menține angajamentul față de obiective,
 - ▶ Beneficiile pe termen lung.
-
- ✓ crește responsabilitatea personală,
 - ✓ dezvoltă motivația intrinsecă,
 - ✓ susține schimbarea durabilă,
 - ✓ întărește relația coach–elev.

Activități de coaching clasa a XII-a - tehnician în automatizări

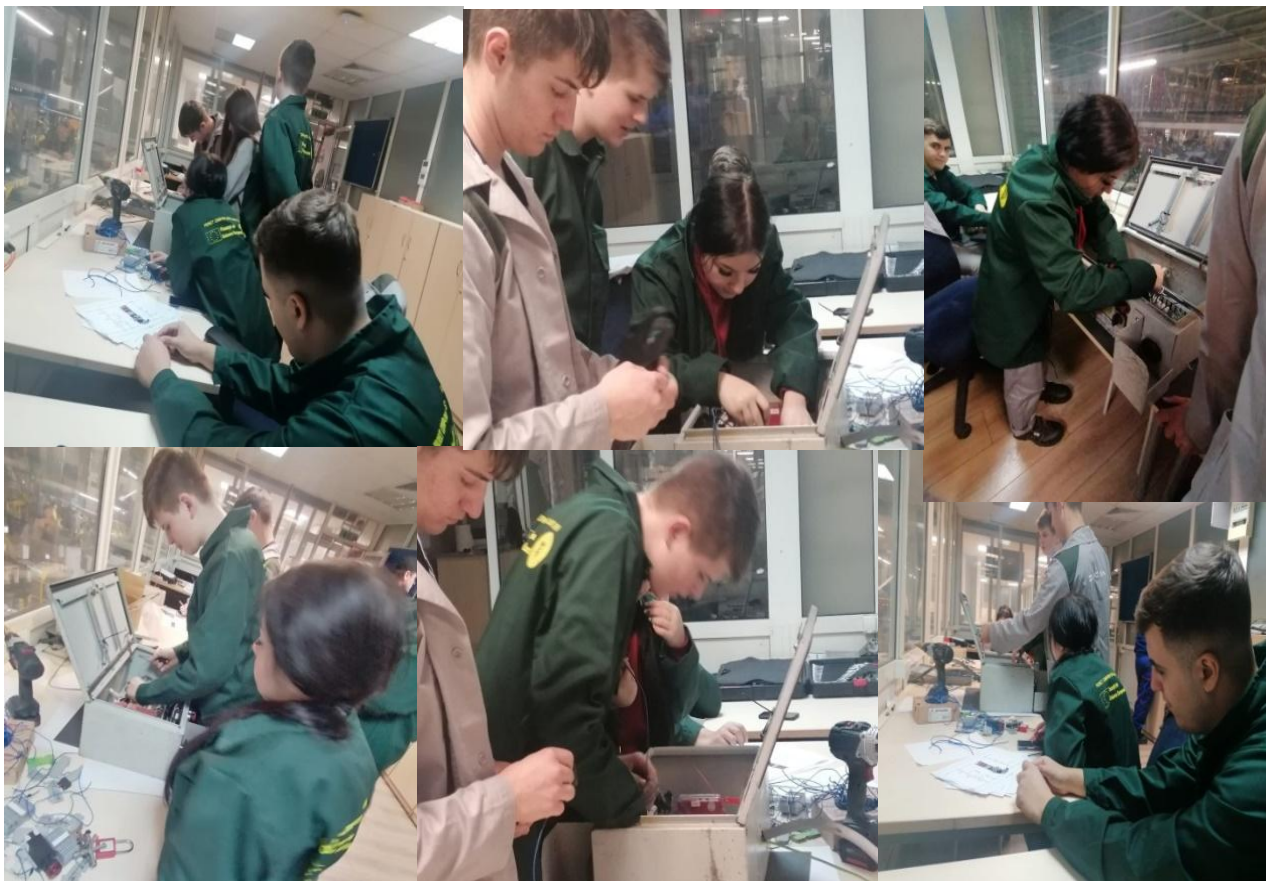


Se impune o formare profesională inițială și continuă de calitate, calificări moderne, adaptate la solicitările operatorilor. Dezvoltarea învățământului tehnic profesional și dual nu se poate realiza fără colaborarea cu agenții economici.

Prin intervențiile pe care le vizează, proiectul răspunde nevoilor specifice ale grupului țintă și contribuie la realizarea obiectivelor strategiilor și politicilor naționale în domeniul educației și formării profesionale.

Sperăm ca prezentarea rezultatelor și a impactului proiectului să trezească interes, să constatăm cu toții cei interesați, o creștere a interesului și a gradului de utilizare a produselor și rezultatelor proiectului, pentru a realiza transferabilitatea rezultatelor acestora și pentru alte categorii de beneficiari, cu precădere din rândul agenților economici parteneri.

Domeniul Electronica-automatizări - calificarea profesională - electronist aparate și echipamente



Competențe profesionale prin stagii de pregătire practică - COMP PROF ASTRA ID 305959
<https://comp-prof-astra.ro>

Foreign Languages as a Bridge Between Cultures, Generations, and Mentalities

Prof. PĂNESCU Manuela · *Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești*

In an increasingly interconnected world, foreign languages play a vital role in shaping not only communication, but also understanding, empathy, and cooperation among people. From a pedagogical perspective, learning a foreign language is far more than acquiring vocabulary and grammar structures; it is an intellectual and cultural journey that connects individuals across cultures, generations, and mentalities.

Firstly, foreign languages serve as a powerful bridge between cultures. Each *language* carries within it *a unique system of values, traditions, and ways of perceiving the world*. When students learn a new language, they are, in fact, exposed to different cultural patterns and perspectives. This exposure fosters tolerance and respect, helping learners move beyond stereotypes and develop intercultural competence. In the classroom, this often translates into richer discussions, increased curiosity, and a deeper appreciation for diversity.

Secondly, languages connect generations. While younger generations are often more exposed to global influences through technology and media, older generations may possess valuable linguistic and cultural knowledge rooted in tradition. By learning and using foreign languages, students can access literature, historical documents, and testimonies from different time periods. This connection creates *continuity*, allowing learners to understand how ideas, values, and identities evolve over time. Moreover, it encourages dialogue between generations, as language becomes a shared space for communication and mutual learning.

Furthermore, foreign languages act as a bridge between different mentalities. Language shapes thought, and different linguistic systems reflect different ways of organizing reality. When learners engage with a foreign language, they are challenged to think differently, to question assumptions, and to adapt to new modes of expression. This cognitive flexibility is essential in today's world, where adaptability and open-mindedness are highly valued skills. In this sense, language learning contributes significantly to personal development and critical thinking.

From a teacher's standpoint, promoting the learning of foreign languages means encouraging students to become active participants in a global society. It means guiding them to see language not as a subject to be memorized, but as *a living tool for connection and understanding*. By integrating cultural elements, authentic materials, and interactive activities, educators can transform language learning into *a meaningful and engaging experience*.

In a nutshell, foreign languages are not merely academic disciplines; they are bridges that connect people across cultures, generations, and mentalities. They open doors to new opportunities, foster mutual respect and prepare learners for the complexities of the modern world. As educators, it is our responsibility to emphasize this broader perspective and to inspire students to embrace language learning as a lifelong journey.

Communication without borders: How foreign languages transform us

elev, ROTARU Alexia · *Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești*, **prof. coordonator, PĂNESCU Maria Manuela**

In today's multicultural world, communication across the whole globe has become more important than ever. Learning foreign languages plays a key role in breaking language barriers between people and creating meaningful connections. Foreign languages are not only tools for communication but also a bond that connects different cultures, perspectives, and ways of life.

First of all, learning a foreign language helps us understand other cultures better. Every language expresses the traditions and history of the people who speak it. When we learn a new language, we can also learn new values, such as literature or the worldview of another society. This could help us respect the different countries and combat stereotypes, as well as encourage diversity.

Secondly, being bilingual may open opportunities in education, careers, and travelling. In today's world, many companies work with international business partners. People who speak multiple languages have a great advantage because they can communicate more effectively at work and even obtain more job opportunities abroad. It can also make travelling easier, as it allows individuals to talk with locals easier and understand the culture on a deeper level.

Moreover, learning languages has been proven to improve things such as memory and executive function—which are the mental processes that help us plan, focus attention, remember instructions, and juggle multiple tasks successfully—and studies show the fact that bilinguals often show signs of Alzheimer's disease 4-5 years later than monolinguals.

In conclusion, foreign languages transform our cognitive abilities, the way we see the world, and the way we interact with others. It helps us not only understand different cultures and respect people who live in other countries, but it also shapes us mentally. It gives both social and personal advantages.

De la observația europeană la reforma curriculară. Studiu comparativ al învățământului economic din Belgia și România

Studiu de caz: Institut Sainte-Thérèse din Manage și învățământul liceal economic din România

Prof. MATEI Alina - *Colegiul Economic „Maria Teiuleanu”, Pitești*

1. Introducere

Reforma curriculară a învățământului liceal din România oferă oportunitatea unei analize comparative cu sistemele educaționale din alte state europene, în special din perspectiva formării competențelor necesare integrării absolvenților într-o economie din ce în ce mai digitalizată.

Interesul pentru realizarea prezentului studiu a fost determinat și de participarea la o mobilitate Erasmus+ de tip Job Shadowing, desfășurată la Institut Sainte-Thérèse din Manage, Belgia. Experiența a oferit posibilitatea observării directe a mediului educațional belgian, a organizării activităților didactice, a relației dintre pregătirea teoretică și cea practică, precum și a modului de integrare a tehnologiilor digitale în procesul educațional.

Pornind de la această experiență, studiul urmărește să analizeze în ce măsură pregătirea elevilor din domeniul economic din România este comparabilă cu pregătirea oferită elevilor dintr-o instituție belgiană cu profil economic și profesional. Comparația este realizată pe trei niveluri: Institut Sainte-Thérèse – Belgia; liceul economic din România – curriculum anterior; liceul economic din România – noul curriculum.

Analiza nu urmărește doar compararea disciplinelor și a numărului de ore, ci în special identificarea competențelor formate și a gradului în care activitățile de învățare sunt conectate la situații economice reale.

2. Contextul european al studiului

Mobilitățile Erasmus+ de tip Job Shadowing reprezintă o modalitate importantă prin care cadrele didactice pot observa direct practicile educaționale din alte sisteme europene. Spre deosebire de analiza exclusiv documentară a unei programe școlare, observarea directă permite identificarea unor elemente care nu sunt întotdeauna evidente în documentele curriculare.

- modul de organizare a activităților;
- relația profesor–elev;
- utilizarea tehnologiei;
- ponderea activităților practice;
- modalitățile de evaluare;
- organizarea spațiului educațional;
- legătura dintre școală și mediul profesional;
- gradul de autonomie acordat elevului.

Din această perspectivă, experiența Erasmus+ desfășurată la Institut Sainte-Thérèse din Manage constituie punctul de plecare pentru analiza comparativă prezentată în acest studiu.

3. Institut Sainte-Thérèse din Manage – studiu de caz

Institut Sainte-Thérèse din Manage este o instituție de învățământ secundar din Belgia care oferă atât învățământ tehnic, cât și învățământ profesional. Oferta educațională cuprinde mai multe domenii de formare, printre care un loc important îl ocupă sectorul economic.

- Gestion;
- Technicien/Technicienne commercial(e);

- Travaux de bureau;
- Collaborateur/Collaboratrice administratif(ve);
- Vente;
- Vendeur/Vendeuse;
- Gestionnaire de très petites entreprises.

Această structură prezintă similitudini cu învățământul tehnologic românesc din profilul Servicii, deoarece pregătirea elevului este orientată atât către dobândirea unei culturi generale, cât și către dezvoltarea unor competențe profesionale. Prin urmare, Institut Sainte-Thérèse constituie un studiu de caz relevant pentru compararea celor două sisteme.

4. Dimensiunea observațională a cercetării

Un element distinctiv al prezentului studiu îl reprezintă faptul că analiza documentelor curriculare este completată de observațiile realizate în timpul mobilității Erasmus+. Metodologia cercetării poate fi structurată pe trei componente:

- Analiza documentară – planuri de învățământ, programe și documente curriculare relevante din Belgia și România.
- Observația directă – valorificarea observațiilor realizate în cadrul activității de Job Shadowing de la Institut Sainte-Thérèse.
- Analiza comparativă – raportarea rezultatelor atât la curriculumul românesc anterior, cât și la noul curriculum liceal.

Această metodologie permite trecerea de la o simplă comparație între documente la analiza modului în care curriculumul este transpus în activitatea școlară.

5. Cele trei dimensiuni ale comparației

Dimensiune analizată	Institut Sainte-Thérèse – Belgia	România – programa anterioară	România – programa nouă
Structura pregătirii	tehnică și profesională	filieră tehnologică	filieră tehnologică restructurată
Pregătire economică	orientată spre calificare	orientată spre calificare	calificare + competențe
Activități practice	pondere importantă	practică de specialitate	accent sporit pe aplicabilitate
Competențe digitale	integrate în activități	TIC + discipline de specialitate	abordare transversală
Antreprenoriat	legat de activitatea economică	discipline/module specifice	abordare contextualizată
Utilizarea datelor	contextualizată	prezentă în discipline distincte	integrare interdisciplinară
Matematică	instrument de lucru	disciplină distinctă	orientare crescută spre aplicații
Autonomia elevului	importantă	variabilă	urmărită prin competențe
Situații economice reale	frecvente	prezente în modulele tehnologice	accentuate
Legătura cu profesia	foarte importantă	foarte importantă	foarte importantă

6. De la experiența Erasmus+ la activitatea didactică din România

Una dintre valorile fundamentale ale unei mobilități Erasmus+ constă în transferul experiențelor observate către propria comunitate școlară. Experiența de Job Shadowing nu

trebuie privită doar ca o activitate de formare individuală, ci ca punct de plecare pentru reflecția asupra propriei practici didactice.

Compararea activităților observate în Belgia cu noile programe școlare din România permite identificarea unor oportunități concrete de transfer al bunelor practici.

- utilizarea unor situații economice autentice;
- creșterea ponderii activităților bazate pe proiect;
- integrarea tehnologiei în activitățile economice;
- utilizarea foilor de calcul pentru analiza datelor;
- dezvoltarea competențelor antreprenoriale;
- realizarea unor proiecte interdisciplinare;
- dezvoltarea autonomiei elevului;
- conectarea mai puternică a activităților școlare cu mediul profesional.

7. Exemplu de transfer al unei bune practici

Pornind de la modelul unei pregătiri economice aplicate, poate fi propus proiectul interdisciplinar „De la idee la întreprindere”. Elevii primesc sarcina de a simula activitatea unei întreprinderi mici.

- Economie: cerere, ofertă, piață, preț;
- Contabilitate: venituri, cheltuieli, documente;
- Matematică: procente, dobânzi, funcții, statistici;
- TIC: foi de calcul, grafice, prezentarea datelor;
- Marketing: identificarea clienților și promovarea produsului;
- Limbi străine: realizarea unei prezentări comerciale;
- Educație antreprenorială: elaborarea modelului de afaceri.

Astfel, elevul nu mai percepe disciplinele ca domenii complet separate, ci descoperă modul în care cunoștințele dobândite sunt utilizate simultan într-o situație profesională.

8. Reforma curriculară din România privită prin experiența europeană

Experiența observată în Belgia poate constitui un reper util pentru analiza reformei curriculare românești. Întrebarea fundamentală nu este dacă sistemul belgian trebuie copiat, ci ce elemente funcționale observate într-un alt sistem educațional european pot fi adaptate contextului românesc.

Din această perspectivă, noul curriculum oferă oportunitatea dezvoltării unei abordări mai interdisciplinare. Matematica predată elevilor din profilul economic poate utiliza mai frecvent contexte precum dobânzi, credite, reduceri comerciale, TVA, profit, costuri, venituri, curs valutar, indici economici, analiză statistică, grafice și evoluții economice.

În același mod, informatica și TIC pot fi conectate cu foi de calcul, baze de date, analiza datelor, documente comerciale, prezentarea informațiilor, instrumente colaborative și utilizarea responsabilă a inteligenței artificiale. În acest fel, disciplinele de cultură generală pot contribui direct la formarea profilului profesional al absolventului.

9. Concluzii

Experiența Erasmus+ de Job Shadowing desfășurată la Institut Sainte-Thérèse din Manage oferă un context autentic pentru realizarea unei analize comparative între învățământul economic belgian și cel românesc.

Valoarea acestei comparații nu constă în stabilirea unui sistem „mai bun”, ci în identificarea soluțiilor educaționale care pot contribui la dezvoltarea competențelor elevilor.

Analiza curriculumului românesc anterior, raportată atât la modelul observat în Belgia, cât și la noile programe școlare, poate evidenția o schimbare importantă: de la predarea predominant disciplinară către construirea unor competențe care pot fi transferate în situații profesionale reale. Experiența europeană dobândită prin Erasmus+ devine astfel mai mult decât o experiență individuală de formare. Ea poate reprezenta un instrument de analiză curriculară, o sursă de bune practici și un punct de plecare pentru adaptarea activităților didactice la cerințele educației și economiei contemporane.

Jurnal de curs — Pafos, Cipru

Studiu de caz privind strategiile de prevenire a abandonului școlar în învățământul Uniunii Europene

Prof. DEMETER Ana-Maria · Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești

Managementul educațional și strategii preventive pentru reducerea abandonului școlar. Integrarea inteligenței emoționale în practica educațională - Curs organizat de Rivensco Consulting Ltd, Pafos — 23–28 martie 2026

Ca orice experiență Erasmus, cursul de care am beneficiat în Pafos a devenit nu doar un prilej de a schimba impresii și de a găsi soluții privind una dintre problemele încă actuale din învățământul european, ci și un schimb cultural propriu-zis, legat de mentalitate, de tradiții, de arhitectura locurilor, de limbă, de obiceiurile culinare. Ne-am întors cu dor de România, dar și cu sufletul încărcat de „bunătați” cipriote: de pitoreștile apusuri de pe faleză, de istoria locurilor. În perioada 23–28 martie 2026, din partea Liceului Tehnologic ASTRA, Pitești, au vizitat Cipru, respectiv Pafos, pentru cursul „Educational Management & Preventive Strategies for Reducing School Dropout — Integrating Emotional Intelligence into Educational Practice”, profesorii Ceteraș Gabriela, Diaconu Loredana și Demeter Ana-Maria. Cursul s-a desfășurat cinci zile, pe module și a fost urmat de excursii culturale.



O cafea cu cea mai reușită priveliște, în prima dimineață din Pafos

ZIUA 1 — ÎNȚELEGEREA ABANDONULUI ȘCOLAR

Pe 23 martie 2026, cursul a debutat cu Modulul 1 — Înțelegerea abandonului școlar — în care a fost definit conceptul de „abandon școlar” - ca părăsire a învățământului secundar fără diplomă recunoscută. S-a discutat despre rata abandonului școlar în UE, rată care a scăzut de la 17% în 2002 la 10,6% în 2017, apropiindu-se de obiectivul de 10% stabilit în cadrul strategiei Europa 2020 și s-a constatat că ratele variază semnificativ de la un stat membru la altul, fiind mai ridicate în rândul elevilor migranți și de sex masculin. Ziua de curs a fost urmată de vizitarea Portului Pafos și de plimbarea pe faleza orașului.



Portul Pafos și plimbarea pe faleză, la finalul primei zile de curs

ZIUA 2 — CAUZE ALE ABANDONULUI ȘCOLAR

Pe 24 martie, în a doua zi de curs, la Modulul 2 — Cauze ale abandonului școlar — s-a discutat despre nivelurile individual, familial, școlar și sistemic, despre dificultățile financiare și excluziunea socială, ca principali factori determinanți ai fenomenului. Ziua a fost urmată de o vizită culturală care a inclus, printre altele, celebra Stâncă a Afroditei.



Sesiune de lucru din cadrul Modulului 2, dedicat cauzelor abandonului școlar

ZIUA 3 — STRATEGII DE PREVENIRE

Ziua de miercuri, 25 martie, a început cu Modulul 3 — Strategii de prevenire — în care s-au identificat mai multe niveluri de prevenire: politica sistemică, programele la nivel școlar și implicarea familiei și a comunității, care trebuie să funcționeze împreună. Învățarea activă, instruirea individualizată, educația și formarea profesională (CTE) și școlarizarea alternativă se numără printre cele mai eficiente abordări. Nicio intervenție singulară nu este suficientă; sunt necesare strategii coordonate și cuprinzătoare. Atracția principală a zilei a fost districtul Limassol, cu portul faimos și arhitectura pitorească, tipic grecească.



Modulul 3



Portul din Limassol

ZIUA 4 — ROLUL PROFESORULUI

Joi, pe 26 martie, în Modulul 4 — „Rolul profesorului” — s-a constatat că profesorii au o influență unică și directă asupra elevilor, iar strategiile-cheie includ identificarea proactivă, sprijinul individualizat, încurajarea și conectarea educației la relevanța pentru carieră. Prevenirea începe cu mult înainte de liceu — profesorii din ciclul preșcolar sunt la fel de importanți. A urmat o altă vizită culturală, între Pafos și Limassol, la Amfiteatrul roman, unde vegetația luxuriantă, Marea Mediterană și ruinele romane au oferit un tablou contrastant, de neuitat, între modernitate și trecut.



ZIUA 5 — INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ

Ultima zi de curs, vineri, 27 martie, a sosit cu regretul despărțirii de Cipru. În Modulul 5 — „Inteligența emoțională” — s-a discutat faptul că IE este competența fundamentală care permite toate intervențiile eficiente dintre profesor și elev, urmărindu-se cele cinci componente: conștiința de sine, autoreglarea, motivația, empatia și abilitățile sociale. A urmat acordarea diplomelor și ne-am luat rămas bun de la Demetra, formatoarea și îndrumătoarea noastră pe parcursul celor cinci zile. Ziua s-a încheiat cu vizitarea orașului gazdă și cu plimbarea pe faleza de care ne leagă de acum amintiri plăcute...



Ceremonia de acordare a diplomelor și amintiri din Pafos

EPAS ASTRA, „Școală-ambasador a Parlamentului European”

Prof. coordonator al proiectului, DEMETER Ana-Maria

PROGRAMUL ȘCOLI-AMBASADOR ALE PARLAMENTULUI EUROPEAN RAPORT DE ACTIVITATE ANUL ȘCOLAR 2025- 2026

INFORMAȚII DESPRE ȘCOALĂ

Numele școlii	LICEUL TEHNOLOGIC ASTRA
Cod EPAS (Cod județ și nr alocat școlii)	AG02
Numele coordonatorului programului la nivelul școlii	DEMETER ANA-MARIA

PARTEA I - RAPORT NUMERIC

Link: <https://forms.gle/QnfWjKsN8dYYG62v9>

NOTĂ: În partea I online Raport numeric este inclusă și completarea numelor ambasadorilor seniori și juniori. Acestea se vor trece cu diacritice, numele complet, fără alte informații și titluri, câte o singură persoană în fiecare căsuță de completat. (maximum 5 ambasadori seniori, inclusiv coordonatorul și maximum 15 ambasadori juniori).

PARTEA II – RAPORT ACTIVITĂȚI

Punctul de informare EU

Amplasare: în școală și/sau online	IN SCOALA
Scurtă descriere: unde este amplasat în școală / online pe ce platformă / cine are acces, către cine este diseminată informația, etc.	Punctul de informare este amplasat la intrarea în școală, astfel, fiind deschis publicului larg.
Număr estimativ de vizitatori online și/sau offline (total an școlar curent)	2000

ACTIVITĂȚI DERULATE*

ACTIVITĂȚI DEDICATE PROGRAMULUI

DESCRIEREA ACTIVITĂȚILOR:

* Puteți adăga câte activități este necesar la fiecare categorie

** Vă rugăm nu încadrați aceeași activitate la mai multe categorii

CATEGORIA 1 – FORMAREA ȘI INSTRUIREA ECHIPELOR de Ambasadori Seniori și Juniori
La această categorie se încadrează activitățile care sprijină instruirea ambasadorilor seniori și juniori, consolidarea cunoștințelor și creșterea gradului acestora de înțelegere a Uniunii Europene, instituțiilor europene și a temelor propuse de programul EPAS.

Activitatea 1:

Data : OCTOMBRIE 2025

Număr și tip de participanți – elevi, profesori.

Loc / platforma de desfășurare: Liceul Tehnologic ASTRA

Scurtă descriere: Punctul de informare este amplasat la intrarea în liceu, are un stand special, materiale de informare și expoziție cu activități. În octombrie a fost amenajat și întreținut permanent.

S-au respectat obiectivele din foaia de parcurs, astfel:

- Actualizarea echipei de ambasadori: 4 ambasadori seniori și 15 ambasadori juniori.
- Cu ajutorul ambasadorilor seniori, ambasadorii juniori au organizat un punct de informare despre UE. Punctul de informare include materiale despre Europa și instituțiile europene (broșuri, un site de Internet, activitate pe rețelele de socializare și alte materiale de informare, materiale video, resurse, linkuri etc).
- Instruirea echipei de ambasadori seniori și juniori. Ambasadorii seniori predau elevilor materialele didactice privind UE și se asigură că ambasadorii juniori sunt în măsură să împărtășească cunoștințele despre instituțiile europene și despre Parlamentul European cu colegii lor, încurajându-i să devină cetățeni europeni activi - Lecții în baza manualului EPAS: s-au predat 5 module, dar s-a realizat familiarizarea echipei de ambasadori – seniori și juniori - cu site-ul:

<https://www.europarl.europa.eu/ambassador-school/ro/index.html>

Manual EPAS: <https://youth.europarl.europa.eu/educators/learning-resources.html>

Activitatea 2:

Data : MAI 2026

Număr și tip de participanți – elevi, profesori.

Loc / platforma de desfășurare: Liceul Tehnologic ASTRA

Scurtă descriere: Punctul de informare este amplasat la intrarea în liceu, are un stand special, materiale de informare și expoziție cu activități. În octombrie a fost amenajat și apoi întreținut permanent.

- S-au preluat materiale de informare , broșuri, pliante de la Centrul Europe Direct Argeș și s-au recomandat vizitatorilor site-urile:

<https://www.europarl.europa.eu/ambassador-school/ro/index.html>

Manual EPAS: <https://youth.europarl.europa.eu/educators/learning-resources.html>

CATEGORIA 2- Activități pe tema CE FACE UNIUNEA EUROPEANĂ PENTRU MINE / SĂ ÎNȚELEM DE CE ESTE BENEFICĂ APARTENENȚA LA UNIUNEA EUROPEANĂ / Ce înseamnă să fii cetățean al UE / Importanța participării la vot / Politici curente cu impact asupra vieții de zi cu zi

Activitatea 1: #democratiainactiune

Titlu: Ce face Uniunea Europeană pentru mine?

Data : 20 martie 2026

Număr și tip de participanți – 30

Loc / platforma de desfășurare: Amfiteatrul Liceul Tehnologic Astra

Scurtă descriere: #democratiainactiune

În amfiteatrul Liceului Tehnologic ASTRA, profesori și elevi, ambasadori-juniori EPAS - un public interesat de studiile în țară și în străinătate prin intermediul promovării ofertelor universitare - au interacționat prin dezbateri pe tema „Ce face Uniunea Europeană pentru mine?”, discuțiile vizând oportunitățile, avantajele și dezavantajele schimburilor de tineret.

<https://what-europe-does-for-me.eu/en/portal/1/0>

Activitatea 2: #democratiainactiune

Titlu: Ce face Uniunea Europeană pentru mine?

Data : 28 nov. 2025

Număr și tip de participanți – 50

Loc / platforma de desfășurare: Amfiteatrul Liceul Tehnologic Astra

Scurtă descriere: #democratiainactiune

În amfiteatrul Liceului Tehnologic ASTRA, profesori și elevi, ambasadori-juniori EPAS au interacționat prin concursuri pe tema „Ce face Uniunea Europeană pentru mine?”, discuțiile vizând oportunitățile, avantajele și dezavantajele schimburilor de tineret, Erasmus+, ale formării cadrelor didactice prin proiecte finanțate de Uniunea Europeană. S-a subliniat importanța includerii țării noastre între statele membre UE și s-a discutat despre implicarea tinerilor în activitățile legate de vot, de alegerile europarlamentare.

<https://what-europe-does-for-me.eu/en/portal/1/0>

Activitatea 3: #democratiainactiune

Titlu: Ce face Uniunea Europeană pentru mine?

Data: 7 mai 2026

Număr și tip de participanți – 35

Loc / platforma de desfășurare: Colegiul Tehnic „Costin D. Nenițescu”, Pitești

Scurtă descriere: [#democratiainactiune](#)

Vizita ambasadorilor-juniori la Colegiul Tehnic „Costin D. Nenitescu”, a avut ca obiective promovarea proiectului EPAS și informarea elevilor despre importanța țării noastre ca stat membru în Uniunea Europeană și despre rolul Parlamentului European. Prin jocuri interactive.

https://learning-corner.learning.europa.eu/pla.../quiz_ro... <https://www.europarl.europa.eu/.../testeaza-ti...>

<https://learning-corner.learning.europa.eu/.../virtual...>

CATEGORIA 3 - Activități legate de modul de funcționare a Parlamentului European și a instituțiilor europene

1.1. Ce este și cum funcționează PE

1.2. Cum afectează deciziile Parlamentului European viața de zi cu zi a cetățenilor, și ca o consecință, importanța participării la vot.

Activitatea 1:

Titlu: Astăzi votăm!

Data: 6-20 martie 2026

Număr și tip de participanți – 60

Loc / platforma de desfășurare: diferite săli de clasă

Scurtă descriere: Ambasadorii-juniori au interacționat cu colegii lor de la 3 clase de profesională, pentru promovarea proiectului EPAS prin joc de rol despre statele UE și rolul PE.

CATEGORIA 4 – Bugetul pe termen lung al Uniunii Europene (2028–2034) și rolul Parlamentului European în stabilirea priorităților bugetare ale UE

Activitatea 1: [#epasromaniaMFF](#)

Titlu: *Ce reprezintă bugetul pe termen lung al Uniunii Europene? Bugetul pe termen lung al Uniunii Europene (2028–2034) și rolul Parlamentului European în stabilirea priorităților bugetare ale UE*

Data : 27 mai 2026

Număr și tip de participanți – 25

Loc / platforma de desfășurare: clasele a 9-a C

Scurtă descriere:

În cadrul activităților, ambasadorii juniori au prezentat:

- *ce reprezintă bugetul pe termen lung al Uniunii Europene;*
- *de unde provin fondurile bugetului Uniunii Europene;*
- *principalele domenii finanțate prin bugetul UE (educație, agricultură, competitivitate, coeziune, cercetare, securitate);*
- *rolul Parlamentului European în procesul bugetar european;*
- *modul în care deciziile europene influențează viața de zi cu zi a cetățenilor*
- *alte aspecte relevante privind prioritățile și investițiile Uniunii Europene.*

Activitățile au inclus prezentări interactive și sesiuni de întrebări și răspunsuri privind procesul bugetar european, iar jocurile, prezentările și informațiile au fost selectate de pe:

<https://www.europarl.europa.eu/topics/en/topic/eu-budget>

<https://www.europarl.europa.eu/topics/en/article/20200131STO71519/the-eu-s-long-term-budget-explained>

<https://eubudget.europarl.europa.eu/>

Activitatea 2: #epasromaniaMFF

Titlu: Ce reprezintă bugetul pe termen lung al Uniunii Europene? **Bugetul pe termen lung al Uniunii Europene (2028–2034) și rolul Parlamentului European în stabilirea priorităților bugetare ale UE**

Data : 27 mai 2026

Număr și tip de participanți – 26

Loc / platforma de desfășurare: clasa a 10-a A

Scurtă descriere:

În cadrul activităților, ambasadorii juniori au prezentat:

- ce reprezintă bugetul pe termen lung al Uniunii Europene;
- de unde provin fondurile bugetului Uniunii Europene;
- principalele domenii finanțate prin bugetul UE (educație, agricultură, competitivitate, coeziune, cercetare, securitate);
- rolul Parlamentului European în procesul bugetar european;
- modul în care deciziile europene influențează viața de zi cu zi a cetățenilor
- alte aspecte relevante privind prioritățile și investițiile Uniunii Europene.

Activitățile au inclus prezentări interactive și sesiuni de întrebări și răspunsuri privind procesul bugetar european, iar jocurile, prezentările și informațiile au fost selectate de pe:

<https://www.europarl.europa.eu/topics/en/topic/eu-budget>

<https://www.europarl.europa.eu/topics/en/article/20200131STO71519/the-eu-s-long-term-budget-explained>

<https://eubudget.europarl.europa.eu/>

CATEGORIA 5 - Activități dedicate Zilei Europei

Activitatea 1:

Titlu: Creativi și conectați pentru viitorul Uniunii Europene!

Data : 8 mai 2026

Număr și tip de participanți – 2000

Loc / platforma de desfășurare: Biblioteca Județeană și amplasamentul pietonal di fața bibliotecii

Scurtă descriere:

Activitatea a presupus realizarea unui stand la care elevii ambasadori au prezentat produsele proiectului EPAS, interacționând cu alți ambasadori - juniori din județ , cu profesori, cu elevi, dar și cu publicul larg.

Activitatea 2:

Titlu: Creativi și conectați pentru viitorul Uniunii Europene!

Data : 8 mai 2026

Număr și tip de participanți – 2000

Loc / platforma de desfășurare: Biblioteca Județeană și amplasamentul pietonal di fața bibliotecii

Scurtă descriere:

Activitatea a presupus realizarea unui concurs în fața Bibliotecii Județene pe tema specifică Zilei Europei. Pietonii, în special adolescenți, dar și părinții lor au fost ghidați să viziteze standurile amenajate cu ocazia evenimentului.

ACTIVITĂȚI OPȚIONALE

Întâlniri/interacțiuni cu eurodeputați (dacă este cazul)

**LINK-uri către aparițiile la radio, TV, presă scrisă, website-ul școlii
(acolo unde este cazul)
Link-uri mass-media**

Apariții la radio – Dacă este cazul vă rugăm treceți link-urile către aparițiile la radio care reflectă activitatea școlii dumneavoastră în cadrul programului EPAS

Link-uri apariții radio:

Apariții la TV – Dacă este cazul vă rugăm treceți link-urile către aparițiile la TV care reflectă activitatea școlii dumneavoastră în cadrul programului EPAS

Link-uri apariții TV:

Apariții în presa scrisă/presa online – Dacă este cazul vă rugăm treceți link-urile către aparițiile în presă care reflectă activitatea școlii dumneavoastră în cadrul programului EPAS

Link-uri apariții presă:

Articole/postări pe website-ul școlii – Dacă este cazul vă rugăm treceți link-urile către postările pe website-ul școlii care reflectă activitatea dumneavoastră în cadrul programului EPAS

Link-uri articole website școală:

<https://www.facebook.com/photo?fbid=926783380345808&set=pcb.926783507012462>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=4405088446406372&set=pcb.4405073319741218>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=1411131777710552&set=a.464110252412714>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=1411131777710552&set=a.464110252412714>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=1411131777710552&set=a.464110252412714>

VIZITA DE EVALUARE / EVALUAREA ONLINE

**Mentținere / Obținere titlatură Școală-Ambasador a
Parlamentului European (ADMIS / RESPINS)**

Rapoartele se trimit pe adresa de e-mail apddagenda21@gmail.com

Termen trimitere raport: 14 iunie 2026.

Notă: diplomele se vor acorda după realizarea evaluării și cu condiția îndeplinirii cerințelor minime ale programului de către școală



Fotografii integrate din proiect, dar și din evenimentul dedicat Paradei liceelor din Pitești, la
SIMFONIA LALELELOR - 2026

Caravana reciclării

Profesori implicați: PĂNESCU Maria Manuela, ȘTEFAN Mihaela Lucia, LIPĂ Valentina, DEACONU Loredana, DOVLECEL Andreea, Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești



Proiect organizat de  și  pentru cadre didactice

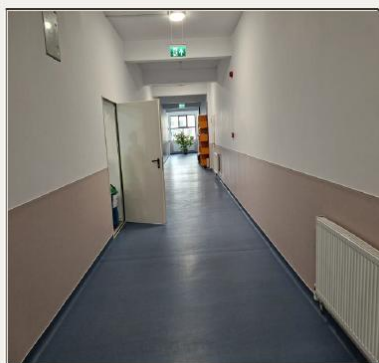
Echipa de proiect	
Zona "Colectare selectivă"	Zona "Grădina minunată"
Nume prenume profesor Dovlecel Andreea	Nume prenume profesor Ștefan Mihaela Lucia
Zona "Păsări fericite"	Zona "Lecturi Inspirare"
Nume prenume profesor Diaconu Loredana Ioana	Nume prenume profesor Pănescu Manuela
	Zona "Reciclate și-napoi la lume date"
	Nume prenume profesor Lipă Valentina

Proiect organizat de **playouth** și **OSCAR** pentru cadre didactice

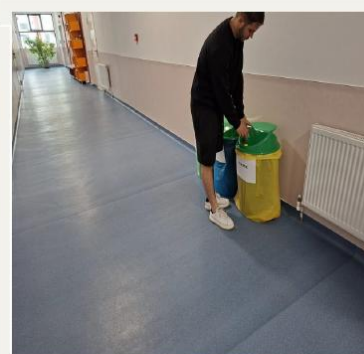


Foto echipa de proiect

După



Înainte



Zona
"Colectare selectivă"

Proiect organizat de



pentru cadre didactice

Am amenajat în incinta școlii o zonă specială pentru reciclarea deșeurilor, cu scopul de a încuraja protejarea mediului și dezvoltarea unor obiceiuri responsabile în rândul elevilor. Spațiul este organizat cu recipiente separate pentru hârtie, plastic, sticlă și metal, fiecare fiind etichetat clar pentru a facilita colectarea corectă a deșeurilor.

Ne-am propus astfel să reducem cantitatea de deșeuri aruncate la întâmplare și să promovăm colectarea selectivă a materialelor reciclabile.

Consider că amenajarea unei astfel de zone este foarte utilă, deoarece îi ajută pe elevi să înțeleagă importanța reciclării și a grijii față de planeta noastră.

După



Înainte



Zona
"Păsări fericite"

Proiect organizat de



pentru cadre didactice

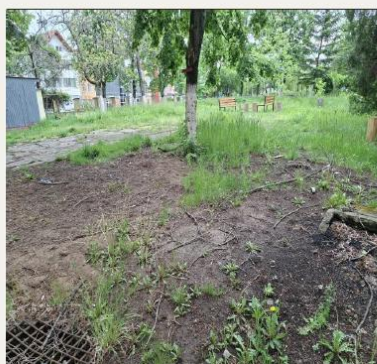


Am amenajat o zonă cu colivii pentru păsări, pentru a crea un spațiu plăcut și pentru a încuraja elevii să iubească și să protejeze animalele. Coliviile au fost amplasate în copacii din incinta școlii.

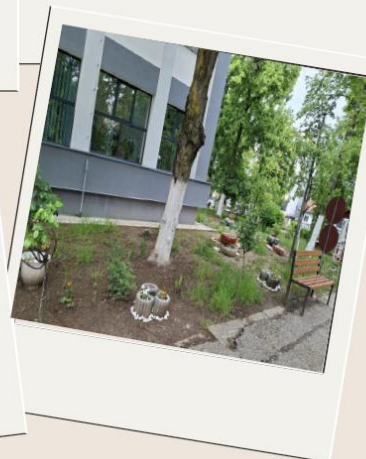
Elevii au ocazia să observe diferite specii de păsări și să învețe mai multe despre natură, responsabilitate și protejarea animalelor. Mulți copii petrec timp în această zonă în pauze, deoarece le oferă liniște și bucurie. Activitatea contribuie și la dezvoltarea spiritului de echipă, deoarece elevii participă la îngrijirea păsărilor și la menținerea curățeniei. Prin această activitate, elevii învață să fie responsabili și să respecte natura.



După



Înainte



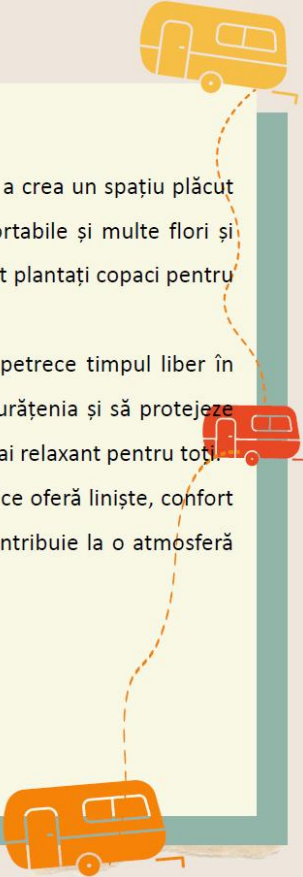
Zona
"Grădina minunată"

Proiect organizat de  și  pentru cadre didactice

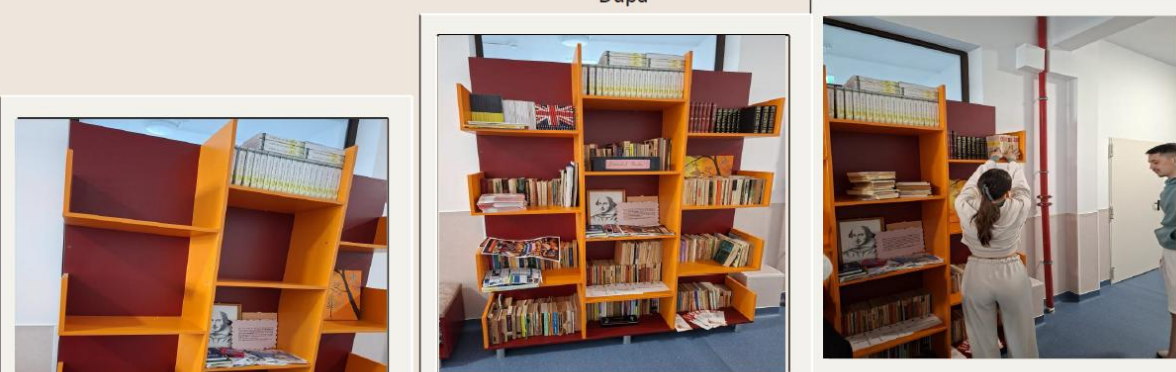
Am amenajat în curtea școlii un mic parc destinat elevilor, pentru a crea un spațiu plăcut de relaxare și socializare. Parcul a fost organizat cu alei curate, bănci confortabile și multe flori și plante decorative, care oferă un aspect vesel și primitor. De asemenea, au fost plantați copaci pentru umbră și aer mai curat.

În parc am amenajat și o zonă unde elevii pot citi, discuta sau petrece timpul liber în pauze. Spațiul este întreținut cu grijă, iar elevii sunt încurajați să păstreze curățenia și să protejeze natura. Acest proiect a adus un plus de frumusețe școlii și a creat un mediu mai relaxant pentru toți.

Parcul este acum unul dintre locurile preferate ale elevilor, deoarece oferă liniște, confort și posibilitatea de a petrece timp în aer liber. Consider că amenajarea lui contribuie la o atmosferă mai plăcută și mai prietenoasă în școală.



După



Înainte

Zona
"Lecturi inspirate"



Proiect organizat de

playouth și

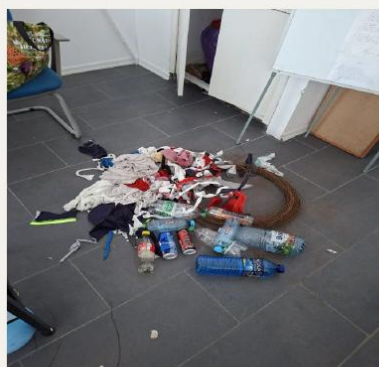


pentru cadre didactice

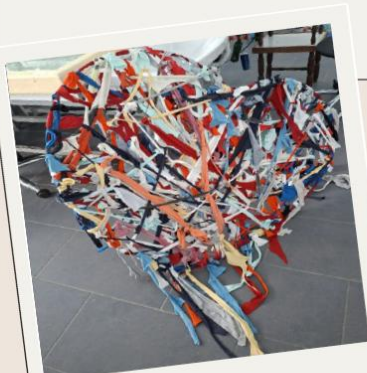
Am amenajat în incinta școlii o zonă de lectură destinată elevilor, cu scopul de a încuraja cititul și petrecerea timpului liber într-un mod educativ. Spațiul a fost organizat într-un loc liniștit și primitor, unde elevii se pot relaxa și concentra asupra lecturii. Am adăugat rafturi cu cărți variate, potrivite diferitelor vârste și interese, precum și o canapea confortabilă.

Zona de lectură a devenit rapid apreciată de elevi, deoarece le oferă posibilitatea de a descoperi povești interesante, de a învăța lucruri noi și de a socializa într-un mod constructiv. Prin acest proiect, școala promovează educația, creativitatea și dezvoltarea obiceiului de a citi. Consider că această inițiativă contribuie la formarea unui mediu școlar mai prietenos și mai atractiv pentru toți elevii.

După



Înainte



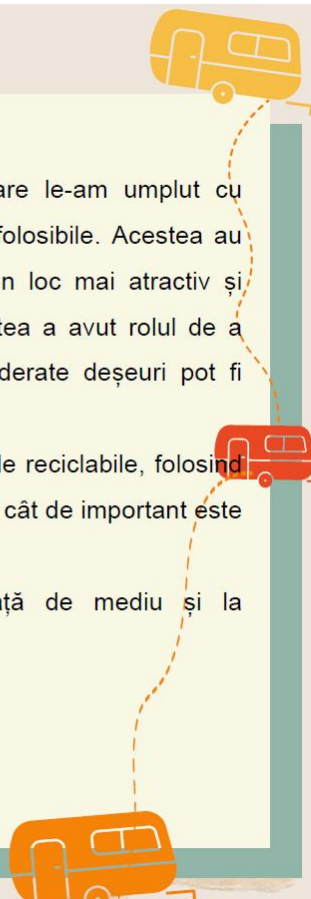
Zona
"Reciclate și-napoi
la lume date"

Proiect organizat de  și  pentru cadre didactice

Am realizat mai multe inimi decorative din metal, pe care le-am umplut cu materiale reciclabile precum capace, plastic, hârtie și alte obiecte re folosibile. Acestea au fost agățate în copacii din incinta școlii, transformând spațiul într-un loc mai atractiv și transmițând un mesaj important despre protejarea mediului. Activitatea a avut rolul de a încuraja reciclarea și creativitatea, demonstrând că obiectele considerate deșeuri pot fi transformate în decorațiuni originale și utile.

De asemenea, am confectionat diverse obiecte din materiale reciclabile, folosind imaginația și spiritul de echipă. Prin această activitate, elevii au învățat cât de important este să reducem risipa și să oferim o nouă viață materialelor reutilizabile.

Proiectul a contribuit la dezvoltarea responsabilității față de mediu și la promovarea unui comportament ecologic în comunitatea școlară.

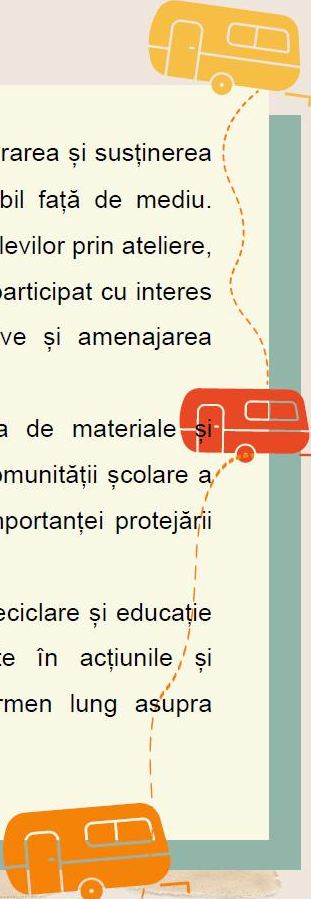


Proiect organizat de  și  pentru cadre didactice

Colectivul unității de învățământ s-a implicat activ în desfășurarea și susținerea proiectului, contribuind la promovarea unui comportament responsabil față de mediu. Cadrele didactice au coordonat activitățile și au încurajat participarea elevilor prin ateliere, discuții și exemple practice legate de reciclare și reutilizare. Elevii au participat cu interes la colectarea materialelor reciclabile, realizarea obiectelor decorative și amenajarea spațiilor dedicate reciclării.

De asemenea, părinții au sprijinit proiectul prin donarea de materiale și implicarea în activitățile organizate. Colaborarea dintre toți membrii comunității școlare a contribuit la dezvoltarea unui spirit de echipă și la conștientizarea importanței protejării mediului.

Pentru asigurarea sustenabilității proiectului, activitățile de reciclare și educație ecologică vor continua și în perioada următoare, fiind integrate în acțiunile și evenimentele școlii. Astfel, proiectul are un impact pozitiv pe termen lung asupra comportamentului elevilor și asupra mediului înconjurător.



Proiect organizat de  și  pentru cadre didactice

Pentru promovarea proiectului am realizat diverse mesaje și materiale de informare menite să încurajeze protejarea mediului și reciclarea responsabilă. Au fost create afișe, pliante și panouri informative amplasate în școală, conținând mesaje precum: „Reciclează pentru un viitor mai curat!”, „Fiecare deșeu poate avea o nouă viață!” și „Protejăm natura prin fapte, nu doar prin vorbe!”.

Elevii au contribuit la realizarea desenelor, sloganurilor și decorațiunilor din materiale reciclabile, implicându-se activ în promovarea proiectului. De asemenea, au fost prezentate informații despre colectarea selectivă, reducerea poluării și importanța reutilizării materialelor. Activitățile și rezultatele proiectului au fost promovate prin fotografii, expoziții tematice și prezentări realizate în cadrul școlii.

Materialele create au avut rolul de a informa și sensibiliza comunitatea școlară, contribuind la dezvoltarea unui comportament responsabil față de mediu și la creșterea interesului pentru activități ecologice.

Proiect organizat de  și  pentru cadre didactice

Proiectul a avut un impact pozitiv asupra elevilor și a comunității școlare, contribuind la dezvoltarea spiritului ecologic, a creativității și a responsabilității față de mediu. Activitățile desfășurate au demonstrat că reciclarea și reutilizarea materialelor pot fi realizate într-un mod atractiv și educativ, implicând activ elevii, profesorii și părinții.

Pentru îmbunătățirea proiectului, recomandăm extinderea activităților de reciclare prin organizarea mai multor ateliere practice și campanii de informare. De asemenea, ar fi utilă colaborarea cu instituții și organizații de mediu pentru susținerea unor activități educative și obținerea de materiale necesare. Implicarea unui număr mai mare de participanți și realizarea periodică a unor concursuri tematice ar putea crește interesul și impactul proiectului pe termen lung.

An illustration showing four recycling bins in a row, each with a different color and a white recycling symbol. Above the bins are various items representing different types of waste: a green bin for organic waste (apple core, leaves, carrot), a yellow bin for paper and cardboard (paper, cardboard box), a red bin for glass (beer bottle, wine bottle), and a blue bin for plastic (plastic bottle, detergent bottle, plastic cup).

Prof. LEMNARU Georgeta · *Liceul Tehnologic „Astra”, Pitești*

EDUFEST 2026

Ediția a II-a
a Centrului Universitar Pitești

„Analfabetul secolului XXI nu va fi cel care nu știe să scrie și să citească, ci cel care nu știe să învețe, să dezînvețe și să reînvețe”- Alvin Toffler (1970)

EduFest este o platformă națională de dialog între educație și tehnologie, organizată de Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București. Această ediție a reunit cadre didactice, elevi, cercetători și reprezentanți ai industriei tehnologice pentru a discuta concret despre cum arată școala în prezența inteligenței artificiale și ce decizii au de luat azi cei care lucrează în educație, în mediul universitar dar și în cel preuniversitar.

A fost o oportunitate de apropiere și comunicare a elevilor, profesorilor din cele două medii de învățământ. Elevi ai liceului nostru de la clase de a 11-a și a 12-a au avut oportunitatea de a lua contact direct atât cu studenți, cât și cu profesori ai Centrului Universitar Pitești la standurile de promovare a ofertelor educaționale din învățământul universitar. Un plus de valoare l-au adus workshop-urile la care au participat și cei 24 elevi ai Liceului Tehnologic „Astra” însoțiți de profesori ai liceului (au fost puși concret în ipostaza de a fi „studenți pentru o zi” la workshop-ul „Tehnici de gândire vizuală- antrenarea gândirii analitice și creative prin imagine”). Curiozitatea, surprinderea, încântarea, bucuria au fost emoțiile ce ne-au însoțit (elevi și profesori deopotrivă) la această întâlnire EduFest cu „actori” ai spațiului universitar Pitești.

A doua zi, **EduFest** a oferit doar profesorilor oportunitatea de întâlnire, comunicare și creștere prin conferința și cele 12 workshopuri la care am și participat. A fost un mediu de învățare cu privire la comunicare educațională, orientarea în carieră, echilibrul vieții digitale la adolescenți, managementul conflictelor în mediul școlar. Formatul interactiv a permis nu doar asimilarea de informații, ci și schimbul de experiență între practicieni din sisteme și context diferite.

Educația rămâne cel mai eficient mecanism prin care o societate își asigură continuitatea și capacitatea de adaptare. În același timp, ritmul schimbărilor tehnologice din ultimii ani pune presiune reală pe sistemele de învățământ: instrumentele se schimbă, competențele necesare se redefinesc, iar rolul profesorului devine tot mai complex!

Mulțumim EduFest!



VACANȚĂ FRUMOASĂ ȘI RODNICĂ!