

Asociația Școala Nr. 3 Slobozia
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA, IALOMIȚA
Inspectoratul Școlar Județean Ialomița
Consiliul Județean Ialomița

Proiectul educațional
Sănătatea, înainte de
toate!
20 mai-31 august 2022

Proiect finanțat cu sprijinul
Consiliului Județean Ialomița



coordonator: prof. Răduță Georgeta

CUPRINS:

- Presentare școală
- Presentare asociație
- Presentare proiect
- Presentare echipă de proiect
- Prezentarea activităților din proiect
- Rezultate prognozate

Școala Gimnazială Nr. 3 Slobozia, județul Ialomița

- <https://scoala3slobozia.ro/>





Asociația Școala Nr. 3 Slobozia

Art. 2

Scopul asociației este sprijinirea activității Școlii Nr. 3 Slobozia, păstrarea și promovarea tradiției și specificului său, dezvoltarea și consolidarea sa ca unitate de elită a învățământului județean, național și european.

Asociația își propune să susțină și să stimuleze performanța școlară, să promoveze educația, calitatea în educație și "noile educații" prin organizarea unor activități și manifestări școlare, științifice, culturale și sportive în principal în beneficiul elevilor, părinților și profesorilor de la Școala Nr. 3 din Slobozia;

Art. 3

Asociația își propune realizarea următoarelor obiective și activități:

- g) Organizarea unor cursuri, simpozioane, seminarii, conferințe, dezbateri publice;
- k) Realizarea unor proiecte și programe educative proprii sau în regim de parteneriat;
- l) Editarea de cărți, pliante, afișe, reviste, broșuri, publicații electronice sau alte materiale informative;
- p) Alte activități prevăzute de lege în concordanță cu scopul asociației.

- Proiectului educațional „Sănătatea, înainte de toate!”, este avizat de către Inspectoratul Școlar Județean Ialomița cu numărul 4132 din 1.04.2022 și de către Consiliul Județean Ialomița cu numărul 13260 din 19.05.2022.
- Proiectul educațional „Sănătatea, înainte de toate!” face parte din Programul anual al finanțărilor nerambursabile de la bugetul propriu al Consiliului Județean Ialomița pentru activități non profit și este susținut de Asociația Școala Nr.3 Slobozia.



ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA



ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA

în parteneriat cu

CONSILIUL JUDEȚEAN
IALOMIȚA



INSPECTORATUL ȘCOLAR
JUDEȚEAN IALOMIȚA



PROIECT EDUCAȚIONAL: “Sănătatea, înainte de toate!”

Proiect realizat cu sprijinul financiar al Consiliului Județean Ialomița

Școala de vară 11 iulie 2022 - 19 August 2022

Activități educative extrașcolare pentru elevii din clasele V-VII din Școala Nr. 3 Slobozia



Prezentare proiect

SĂNĂTATEA, ÎNAINTE DE TOATE!

- **Domeniul în care se încadrează proiectul:** Sănătate și educație antidrog
- **Titlul proiectului:** Sănătatea, înainte de toate!
- **Scop:** Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și al cadrelor didactice și menținerea sănătății prin activități educative extrașcolare și de informare.
- **Grupul țintă:** elevii din clasele IV-VII din școală, cadrele didactice din școală și din alte școli din județ.
- **Durata desfășurării proiectului:** 20 mai-31 august 2022
- Tipul activității principale din cadrul proiectului: **Școală de vară.**
- Locul și perioada de desfășurare a activității principale: la Școala Gimnazială Nr. 3 Slobozia, în perioada iulie-august 2022.

SĂNĂTATEA,
ÎNAINTE DE
TOATE!

OBIECTIVELE PROIECTULUI

1

Identificarea unor comportamente sanogene pentru implementarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și al cadrelor didactice;

2

Utilizarea în activitățile practice a unor resurse informaționale oferite de suport online, suport audio-video, suport scris și atlase;

3

Încurajarea comportamentelor sănătoase și înlocuirea obiceiurilor alimentare nesănătoase în rândul elevilor și al cadrelor didactice;

4

Formarea unor deprinderi și rutine zilnice despre un stil de viață sănătos, pentru elevi și cadre didactice;

5

Valorificarea cunoștințelor despre alimentație sănătoasă și stil de viață sănătos prin activități de cooking, de creație literară, de creație plastică, prin sport și mișcare;

Prezentare echipă de proiect SĂNĂTATEA, ÎNAINTE DE TOATE!

20 mai-31 august 2022

***Școala Gimnazială Nr. 3 Slobozia,
Ialomița***



- Prof. Dinu Gica – inspector școlar pentru educație permanentă și activități extrașcolare
- Prof. Iordache Fabiola – director Școala Gimnazială nr. 3 Slobozia
- Prof. Vasile Georgeta – direct adjunct
- **Prof. Răduță Georgeta – coordonator proiect**
- Prof. Filipache Carmen Marga – președinte Asociația Școala Nr. 3 Slobozia

Membri:

- Prof. înv. primar Stoicescu Elisabeta – vicepreședinte Asociația Școala Nr. 3 Slobozia
- Prof. Stoica Claudia Valentina
- Prof. Petranici Diana
- Prof. înv. primar Dragu Ștefania Luminița
- Prof. înv. primar Badea Viorel
- Prof. Bordei Alina Veronica
- Prof. Dobre Emilia
- Prof. Hagianu Adriana
- Prof. Brașoveanu Ionela
- Prof. Oprea Daniel
- Prof. Râncă Nicoleta
- Prof. Bătrâncea Victorița
- Prof. înv. primar Arghiroiu Steluța
- Prof. înv. primar Doagă Tudorița
- Prof. înv. primar Moroiu Cerasela
- Bibliotecar Stoica Liliana
- Contabil Ghiculescu Vasilica
- Adm. Baicu Magdalena
- Secretar Costea Roxana

Prezentarea activităților din proiect

	ACTIVITATEA	PERIOADA	PARTICIPĂ
1	Workshopul „Cum să rămâi sănătos, de la mic la mare?”	4 iulie 2022	cca. 60 cadre didactice din județ și din școală
2	Școala de vară. Laborator culinar: „Alimentația echilibrată –sănătate garantată”	10-11 august 2022	cca. 25 elevi din cls. V-VII, din școală
3	Școala de vară. Atelier lingvistic: „Our cooking show!”	2- 3-4 august 2022	cca. 25 elevi din cls. V-VII, din școală
4	Școala de vară. Laborator distractiv: <i>Soluții obținute din produse naturale.</i>	18-19 iulie 2022	cca. 25 elevi din cls. V-VII, din școală
5	Școala de vară. Activitate fizică. „Sport, sănătate și mișcare”.	8-9 august 2022	cca. 25 elevi din cls. V-VII, din școală
6	Școala de vară. Atelier creativ 1 și 2 : „ Despre sănătate- inspirație și creație”.	11-15 iulie 2022 16-17 august 2022	cca. 25 elevi din cls. V-VII, din școală
7	Școala de vară. Laborator practic: „Farmacia din natură”.	19-25 iulie 2022	cca. 25 elevi din cls. V-VII, din școală
8	Realizarea unui material electronic cu rezultatele proiectului, publicație electronică cu ISBN – Ghid de bune practici pentru menținerea sănătății elevilor. Îndrumător metodic pentru cadrele didactice, profesori diriginți (nivel gimnazial și liceal).	25-31 august 2022	cca. 150 elevi din cls. V-VII, din școală, cca 60 cadrele didactice din județ și din școală.
9	Organizarea unui eveniment online de diseminare în unități școlare din județ. Participanți la activitate: cca 70 cadre didactice din județ.	31 august 2022	cca. 20 elevi, din școală, cca 70 cadre didactice din județ și din școală, 10 invitați

ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA



ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA
în parteneriat cu

CONSILIUL JUDEȚEAN
IALOMIȚA



INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN
IALOMIȚA



Proiect realizat cu sprijinul financiar
al Consiliului Județean Ialomița

PROIECT EDUCAȚIONAL

“Sănătatea, înainte de toate!”



Scopul proiectului: Promovarea unui stil de viață sănătos.
Activități în perioada 4 IULIE - 19 AUGUST 2022 - Școala de vară:



Workshop-ul:
Cum să rămâi sănătos,
de la mic la mare?



Laborator culinar:
“Alimentația echilibrată -
sănătate garantată”



Atelier lingvistic:
“Our cooking show!”



Laborator distractiv:
“Soluții obținute din
produse naturale”



Activitate fizică:
“Sport, sănătate și mișcare”



Atelier creativ:
“Despre sănătate -
inspirație și creație”



Laborator practic:
“Farmacia din natură”



SĂNĂTATEA,
ÎNAINTE DE
TOATE!

REZULTATELE PROGNOZATE

➤ cca. 150 elevi (din clasele IV-VII) participanți la activitățile educative extrașcolare din proiect, cca. 60 cadre didactice formate, o publicație electronică cu ISBN - „Ghid de bune practici pentru menținerea sănătății elevilor. Îndrumător metodic”, activitate online de diseminare rezultate ale proiectului, articol de diseminare al activităților din proiect în cadrul revistei „Gimansium” a Școlii Gimnaziale Nr. 3 Slobozia, un banner de promovare proiect și 2 roll-up de informare/promovare activități proiect, Școala de vară cu 6 ateliere de lucru/7 activități specifice și laboratoare practice derulate timp de 2 luni (iulie-august 2022) pentru cca. 150 elevi din clasele IV-VII, cca 100 de fotografii din activitățile proiectului, promovare pe rețele sociale, pe site-ul școlii și al partenerilor implicați.

si



PROIECT EDUCAȚIONAL

“Sănătatea, înainte de toate!”

Cum să rămâi sănătos, de la mic la mare?



Participă: cadre didactice din școli și licee, din județul Ialomița, reprezentanți ai autorităților locale și județene.

WORKSHOP-UL „CUM SĂ RĂMÂI SĂNĂTOS, DE LA MIC LA MARE?” – 4 iulie 2022

grup țintă: cca. 60 cadre didactice din învățământul de masă și special din unități școlare din județul Ialomița



Imagini din timpul desfășurării workshop-ului



Sesiunea I – Alimente, alimentație, sănătate

Program desfășurare sesiunea I

- Completare padlet. Așteptări de la workshop-ul din 4 iulie 2022
- Dieta omnivoră sau dietă vegetariană – ce alegem pentru a rămâne sănătoși?
- Alimentație corectă vs. alimentație greșită. Combinații alimentare greșite. Regulile consumului de lactate.
- Alimentele funcționale și exemple de alimente care ne schimbă în sens pozitiv stilul de viață. Băuturi ca alimente funcționale
- Formarea și consolidarea comportamentelor sanogene în rândul copiilor, adolescenților și adulților – activități didactice integrate, activități nonformale
- Concluzii
- Evaluare sesiune



Asociația Școala Nr. 3 Slobozia
Școala Gimnazială Nr. 3 Slobozia, Ialomița

**PROIECT EDUCAȚIONAL – SĂNĂTATEA, ÎNAINTE DE TOATE!
WORKSHOP-UL „CUM SĂ RĂMÂI SĂNĂTOS, DE LA MIC LA
MARE?”**

Sesiunea I – Alimente, alimentație, sănătate

Lector/formator: prof. Georgeta Răduță

4 iulie 2022

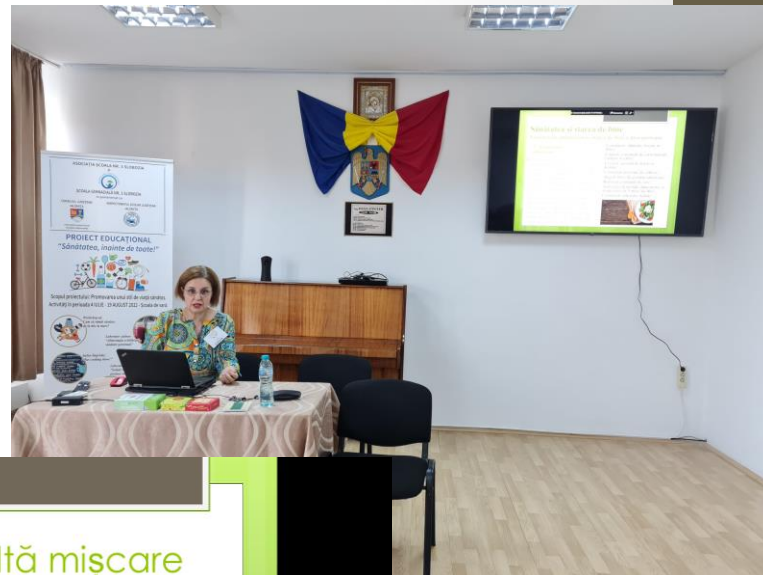


Asociația Școala Nr. 3 Slobozia
Școala Gimnazială Nr. 3 Slobozia, Ialomița
**„CUM SĂ RĂMÂI SĂNĂTOS, DE LA MIC
LA MARE?”**

WORKSHOP - 4 IULIE 2022



Lector/formator:
prof. Georgeta Vasile



Sesiunea a II-a:
Puțin din fiecare și multă mișcare



Evaluare on-line workshop „CUM SĂ RĂMÂI SĂNĂTOS, DE LA MIC LA MARE?”

4 iulie 2022

Cum vi s-a părut activitatea de astăzi?

potrivita pt socializare
completă și interactivă
foarte interesantă
relaxantă
utilă
interesantă
relaxant
frumos
interesant
mitivanta
interesanta
antrenamta
inovatoare
completa și interactiva
necesar
utilă
foarte reusita
plină de pozitivitate
plină de învățăminte
foarte interesant si util
foarte interesanta



Asociația Școala Nr. 3 Slobozia
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA, IALOMIȚA

**SĂNĂTATEA,
ÎNAINTE DE
TOATE!**

**PREZENTĂRILE ATELIERELOR/
LABORATOARELOR ȘI
PREZENTAREA ACTIVITĂȚII
SPORTIVE PENTRU ELEVII DIN
GRUPUL ȚINTĂ DIN CADRUL
ȘCOLII DE VARĂ 2022 – activitatea
principală a proiectului**

PARTICIPĂ CCA. 150 ELEVII DIN CLASELE IV-VII



**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!”
20 mai -31 august 2022**



Atelier creativ 1

**„Despre sănătate, inspirație și
creație”**

11-12 iulie 2022

Coordonatori activități:
prof. Stoica Claudia Valentina
prof. înv. primar Stoicescu Elisabeta,
prof. înv. primar Arghiroiu Steluța,
bibliotecar Stoica Liliana



PARTICIPANȚI : - un nr. de **28** elevi ai claselor IV-VII
- 3 cadre didactice, 1 bibliotecar

LOCUL DESFĂȘURĂRII – sala de clasă, sala de
festivități și biblioteca școlii

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare

OBIECTIVE:

- să conștientizeze importanța alimentației sănătoase în dezvoltarea armonioasă a organismului, mai ales în perioada de creștere;
- să identifice alimentele sănătoase și cele care trebuie evitate;
- să-și formeze atitudini pozitive privind consumul de legume și fructe proaspete, aplicând corect regulile de igienă;
- să creeze versuri scurte pornind de la cuvinte cheie date;
- să realizeze meniul meselor unei zile, punând în balanță beneficiile alimentelor sănătoase;
- să realizeze diferite lucrări pe teme date, folosind tehnici de lucru și materiale diferite;

- **MODALITĂȚI DE REALIZARE:**

- **RESURSE;**

- * Umane: 3 cadre didactice, 1 bibliotecar și 28 de elevii implicați în proiect
- * Materiale și mijloace educaționale: PPT - uri, planșe didactice, coli flipchart, coli colorate A4, imagini cu alimente sănătoase și nesănătoase, lipici, plastilina, carioca, fructe, fișe de lucru - piramida alimentelor, fructe, etc.
- * Resurse procedurale : observarea dirijată, conversația, jocul de rol, explicația, demonstrația, exercițiul, activitatea independentă
- * Forme de organizare ale activităților : individual, pe grupe, în perechi

- **REZULTATE AȘTEPTATE:**

- * Participarea unui număr cât mai mare de copii;
- * Întrebuințarea corectă a materialelor, stimularea creativității elevilor ;
- * Formarea unor comportamente sănătoase, a unei atitudini pozitive față de starea proprie de sănătate.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

ZIUA I

- ✚ Jocuri de spargere a gheții pentru cunoașterea grupului
- ✚ Brainstorming - “Sănătatea”
- ✚ Prezentarea materialului ppt cu titlul: „ **Grupele alimentare**” - **Wello School**
- ✚ Formularea de întrebări și răspunsuri pe marginea materialului prezentat. Exemple personale
- ✚ Activitate practică “Piramida alimentelor” (fișe de lucru)
- ✚ Reguli pentru o alimentație sănătoasă și stil de viață sănătos
- ✚ Activitate practică “Fructul preferat ”

ZIUA a II-a

- ✚ Jocuri de spargere a gheții
- ✚ Prezentarea materialului ppt cu titlul: **„Sănătatea din farfurie” - Wello School**
- ✚ Meniul zilei – fișe de lucru
- ✚ Exerciții de creație literară- poezii, acrostihuri pornind de la cuvinte cheie date
- ✚ Sănătatea, înainte de toate! - activități practice

Au fost prezentate materialele de lucru necesare desfășurării activităților, iar elevii, coordonați de cadrele didactice, confecționează din diferite materiale și folosind tehnici de lucru simple și diferite, lucrări din hârtie și plastilină (fructe, legume etc)

- **Atelier creativ 1 „Despre sănătate, inspirație și creație”**





- **EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ ACTIVITĂȚILOR:**

Lucrările obținute de elevi sunt expuse în clasă, realizându-se cu ajutorul lor o mini-expoziție. Se evaluează. Se fac aprecieri asupra desfășurării activității. Elevii sunt recompensați cu fructe proaspete.

- **DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ ACTIVITĂȚILOR:**

Fotografii pe site-ul școlii

Publicarea lucrărilor/ materialelor în revistă.

Valoarea educativă a rezultatelor proiectului și sustenabilitatea comportamentelor sănătoase ale elevilor în activitățile școlare și extrașcolare viitoare

- În cadrul tuturor disciplinelor de învățământ întâlnim teme sau capitole în care se prezintă aspecte legate de educația pentru sănătate sub forma unor descrieri, probleme, atitudini ale oamenilor, activități care necesită rezolvarea unor situații, de fapt, întâlnite. În acest context, elevii rezolvă probleme, realizează eseuri, poezii, picturi, postere, activităților de ecologizare în drumeții sau excursii, toate acestea contribuind la grija pentru starea noastră de sănătate.
- Reușita în derularea acestui proiect a depins de caracterul intra și interdisciplinar al activităților propuse. Profesorii au încurajat capacitatea de investigare și cercetare precum și dezvoltarea spiritului de observație.

Concluzii:

- Adevărata educație pentru sănătate începe sau ar trebui să înceapă din fragedă copilărie, deoarece ea contribuie la formarea unei conștiințe și a unei gândiri din care rezultă o comportare atentă și corectă față de noi înșine.
- Școala are menirea de a organiza și desfășura o vie și susținută activitate privind educația pentru sănătate prin:
 - ◆ Întreprinderea unui sistem de activități al căror efect să fie îmbunătățirea calității mediului în școală și comunitate.
 - ◆ Dezvoltarea unor atitudini și practici la nivelul grupurilor de elevi în vederea adoptării unui stil de viață sănătos.
 - ◆ Promovarea importanței muncii în echipă

Activitățile extracurriculare desfășurate în afara clasei sunt preferate de elevi și demonstrează dorința acestora de a fi în contact direct cu probleme de actualitate, iar cadrele didactice trebuie să-i sprijine să descopere soluții, să le respecte și să-și aducă aportul la diseminarea tuturor informațiilor pentru menținerea stării de sănătate, frumusețe și echilibru.

Bibliografie/webografie

- Ghid de intervenție pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli;
- A. Bîban, Diana Tăut, „Strategii de suport pentru o alimentație sănătoasă la adolescenți”, ed ASCR Ascred, Cluj- Napoca, 2013
- <https://www.facebook.com/pg/bibliotecanr3/posts/>
- [Wello School - Lectia 1 - Farfuria Sanatoasa – YouTube](#)
- [Wello School - Lectia 2 - Grupele Alimentare - YouTube](#)

Vă mulțumim pentru atenție!



**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!”
20 mai -31 august 2022**



Laborator practic
” Soluții obținute din plante
naturale”
18 - 22 iulie 2022

Coordonatori activități:
prof. Bordei Veronica Alina
prof. Brașoveanu Ionela



PARTICIPANȚI : Un nr. de **36** elevi ai claselor IV-VII

LOCUL DESFĂȘURĂRII – sala de clasă, sala de festivități și laboratorul de chimie.

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare

OBIECTIVE:

- Conștientizarea importanței resurselor naturale în viața cotidiană
- Prepararea unor soluții de concentrații diferite
- Prepararea unor infuzii, decocturi, sucuri, slime, săpun etc
- Înțelegerea și deosebirea noțiunilor de soluție, amestec omogen, infuzie, decoct, extracție, etc

- **MODALITĂȚI DE REALIZARE:
RESURSE;**

- * Umane: cadrele didactice și elevii implicați în proiect
- * Materiale și mijloace educaționale: sare, colorant alimentar, fructe (lămâi, mere, banane, nectarine), lipici, glicerină, ulei de măsline, sodă caustică, ibric, sursă de încălzire, storcător de fructe, blender, pahare, farfurii și tacâmuri de unică folosință, coli de hartie, carioci, creioane colorate, laptop, TV Smart, videoproiector, etc
- * Resurse procedurale: observația, experimentul, demonstrația, învățarea prin descoperire etc.
- * Forme de organizare ale activităților : individual, pe grupe, în perechi

- **REZULTATE AȘTEPTATE:**

- implicarea copiilor în activități,
- colaborarea pe grupe și în echipe,
- obținerea produselor activității,
- obținerea de către elevi a unor informații utile pentru viața cotidiană.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

- elevii au urmărit un filmuleț și o prezentare PPT despre soluții și diverse filmulețe:
- https://www.youtube.com/watch?v=YSbpV_UUHhE
- <https://www.instagram.com/reel/CfJhiekFsV2/?igshid=MDJmNzVkMjY=>
- <https://www.youtube.com/watch?v=JXxzJR0Rqp8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rFzB4F1AHMU>
- au preparat și folosit un indicator acido – bazic din varză roșie pentru diverse soluții;
- au preparat diverse soluții (saramură, sirop, sucuri concentrate și diluate)
- au obținut slime din lipici și glicerină;
- au preparat săpun.

Fotografii din activități și atelierele Școlii de vară 2022

” Soluții obținute din plante naturale”













- **EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**

- produsele activității (soluții, slime, săpun etc)

- **DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**

- proiectul și produsele activității au fost popularizat pe siteul școlii, grupuri de whatsapp, rețele sociale,etc

Valoarea educativă a rezultatelor proiectului și sustenabilitatea comportamentelor sănătoase ale elevilor în activitățile școlare și extrașcolare viitoare

- Identificarea tipurilor de soluții și a săpunului și prepararea corectă a acestora din fructe/substanțe naturale care să dezvolte la elevi comportamente sănătoase, grija față de natură, de sănătatea lor și a celor din jur.
- Prin activitățile extrașcolare din cadrul proiectului, elevii au conștientizat importanța resurselor naturale și protejarea acestora.

Concluzii:

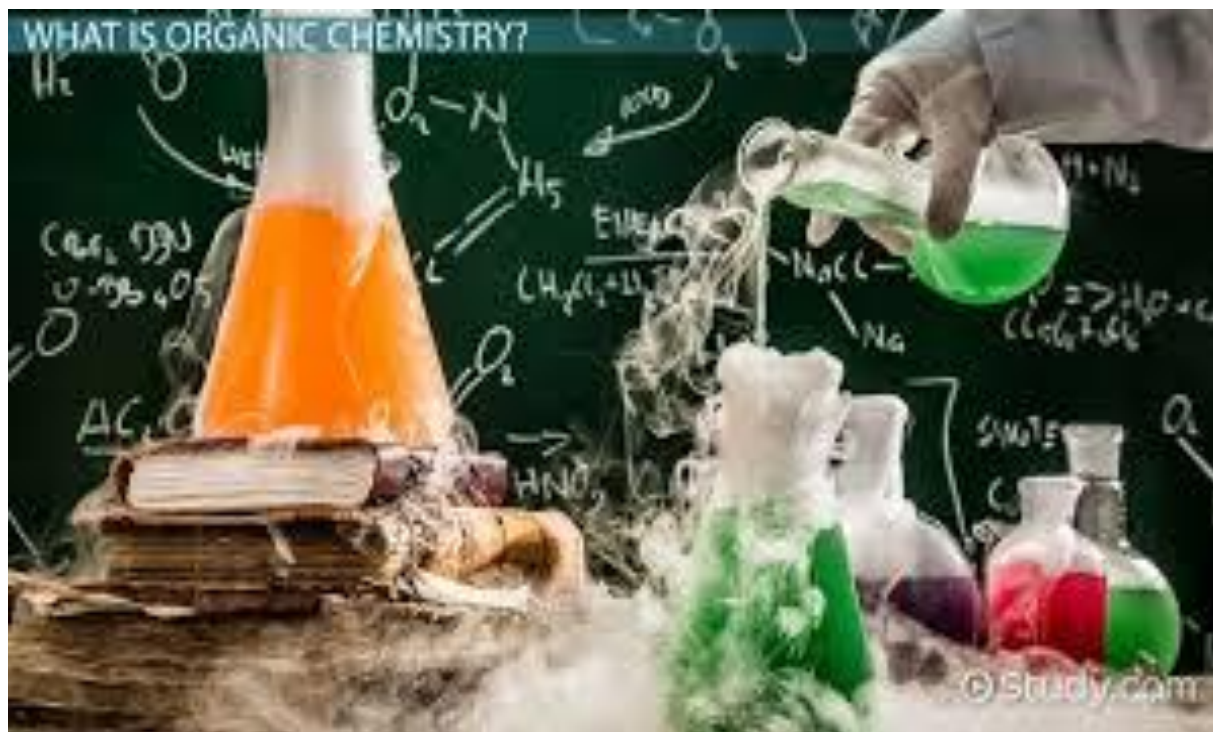
- Activitatea educativă școlară și extrașcolară reprezintă spațiul aplicativ care permite transferul și aplicabilitatea cunoștințelor, abilităților, competențelor dobândite.
- Prin formele sale specifice, activitatea educativă școlară și extrașcolară dezvoltă gândirea critică și stimulează implicarea tinerei generații în activități diverse de învățare.
- **“SĂNĂTATEA ESTE DARUL CEL MAI FRUMOS ȘI MAI BOGAT PE CARE NATURA ȘTIE SĂ-L FACĂ.”**

MICHEL DE MONTAIGNE

Bibliografie/webografie:

- Manual de chimie, clasa a VII-a, Editura Art
- Chimie anorganică, C.D.Nenițescu
- https://www.youtube.com/watch?v=YSbpV_UUHhE
- <https://www.instagram.com/reel/CfJhiekFsV2/?igshid=MDJmNzVkMjY=>
- <https://www.youtube.com/watch?v=JXxzJR0Rqp8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rFzB4F1AHMU>

Vă mulțumim pentru atenție!



**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!”
20 mai -31 august 2022**



**Laborator practic
„Farmacia din natură”
19 - 25 iulie 2022**

Coordonatori activități:
prof. Brașoveanu Ionela
prof. Bordei Alina



PARTICIPANȚI : Un nr. de **36** elevi ai claselor IV-VII

LOCUL DESFĂȘURĂRII – sala de clasă, sala de festivități și laboratorul de chimie.

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare

OBIECTIVE:

- Identificarea plantelor medicinale cu ajutorul atlaselor
- Conștientizarea importanței resurselor naturale în tratarea unor afecțiuni
- Observarea unor plante medicinale conservate
- Prepararea unor infuzii, decocturi, sucuri, etc
- Înțelegerea și deosebirea noțiunilor de soluție, amestec omogen, infuzie, decoct, extracție etc

- **MODALITĂȚI DE REALIZARE:**
RESURSE;

- * Umane: cadrele didactice și elevii implicați în proiect
- * Materiale și mijloace educaționale: plante conservate, atlase, coli de hartie, carioci, creioane colorate, cutii cu ceaiuri, ibric, sursă de încălzire, storcător de fructe, pahare, farfurii și tacâmuri de unică folosință, laptop, TV Smart, videoproiector, etc
- * Resurse procedurale : observația, experimentul, demonstrația, învățarea prin descoperire etc.
- * Forme de organizare ale activităților : individual, pe grupe, în perechi

- **REZULTATE AȘTEPTATE:**

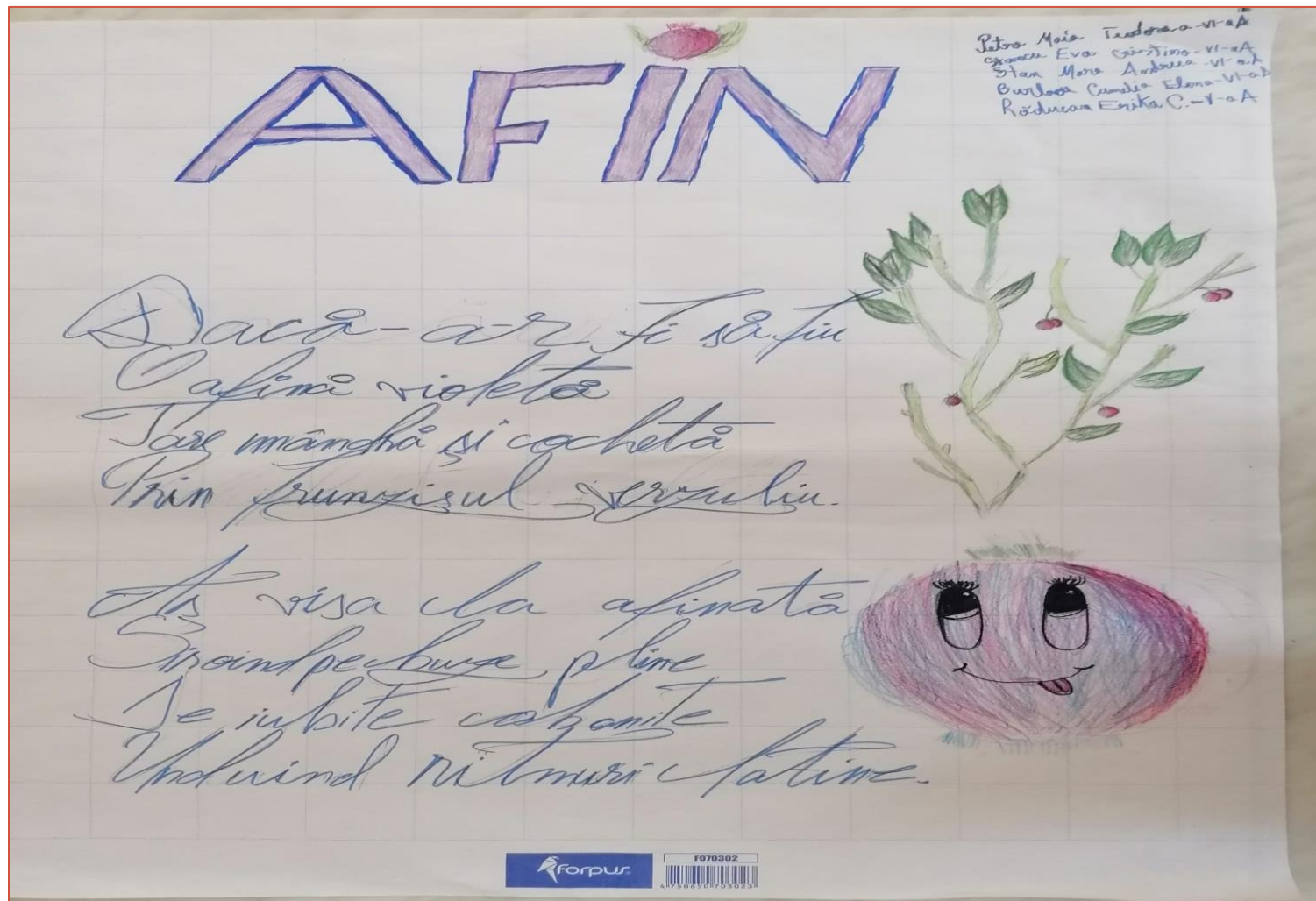
- implicarea copiilor în activități,
- colaborarea pe grupe și în echipe,
- obținerea produselor activității,
- obținerea de către elevi a unor informații utile pentru viața cotidiană.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

- elevii au urmărit un filmuleț și o prezentare PPT despre plantele medicinale
- au observat plante conservate și cutii cu ceaiuri
- au realizat extracții, infuzii, soluții, slime, etc
- au realizat afișe cu reclame la numite produse naturiste și le-au prezentat în fața colegilor
- au observat și identificat cu ajutorul atlaselor puse la dispoziție, plante medicinale
- au preparat ceaiuri

Fotografii din activități și atelierele Școlii de vară 2022

„Farmacia din natură”







O pufuliță e ca o doctoriță,
Ea se pune într-o căniță,
Are un aspect unic,
Te poate vindeca eului,
Are un miros fermecător și îndulcitor,
E un mare iubitor de apă și de ierbur.

Pufuliță



Bea de ananas



Ananasul, dulce și aromat, considerat odinioară simbolul ospitalității și prezenței în Lumea Nouă, asigură amestecul de plante și fructe un efect revigorant, detoxifiant și antidepresiv.

Ananasul este un fruct comestibil, cu gust dulce-acrișor și foarte aromat. Are numele comun atât al plantei tropicale cât și al fructului. Conține vitamine B și C. Stimulând organismul, este recomandat mai ales pentru bună sa digestibilitate.



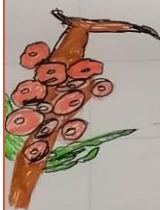
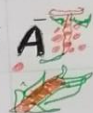
ȘCOALA ANALEA-ALBA
ȘCOLĂRĂȘTI - ANALEA - TEODORA
ȘCOLĂRĂȘTI - ANALEA - TEODORA
ȘCOLĂRĂȘTI - ANALEA - TEODORA
ȘCOLĂRĂȘTI - ANALEA - TEODORA
ȘCOLĂRĂȘTI - ANALEA - TEODORA







CĂȚINĂ ALBĂ



● Pentru a preveni răcelă, consumați ceai de cătină-albă!

● Ceaiul de cătină este excelent pentru întărirea sistemului imunitar. O cană cană de ceai băută zilnic la începutul sezonului rece te va apăra de răceli și gripe. Poți folosi ceaiul de cătină și pentru energizant și îmbunătățirea sistemului de spirit.



Ysis, RAR, DARI, MEDEA, SART



- **EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**
- - produsele activității (afișe, slime, soluții, infuzii, etc)

- **DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**
- - proiectul și produsele activității au fost popularizat pe siteul școlii, grupuri de whatsapp, rețele sociale, etc
-

Valoarea educativă a rezultatelor proiectului și sustenabilitatea comportamentelor sănătoase ale elevilor în activitățile școlare și extrașcolare viitoare

- Identificarea plantelor medicinale, prepararea corectă a ceaiurilor și cunoașterea proprietăților terapeutice ale acestora o să dezvolte la elevi comportamente sănătoase, grija față de natură, de sănătatea lor și a celor din jur.
- Prin activitățile extrașcolare din cadrul proiectului, elevii au conștientizat importanța resurselor naturale și protejarea acestora.

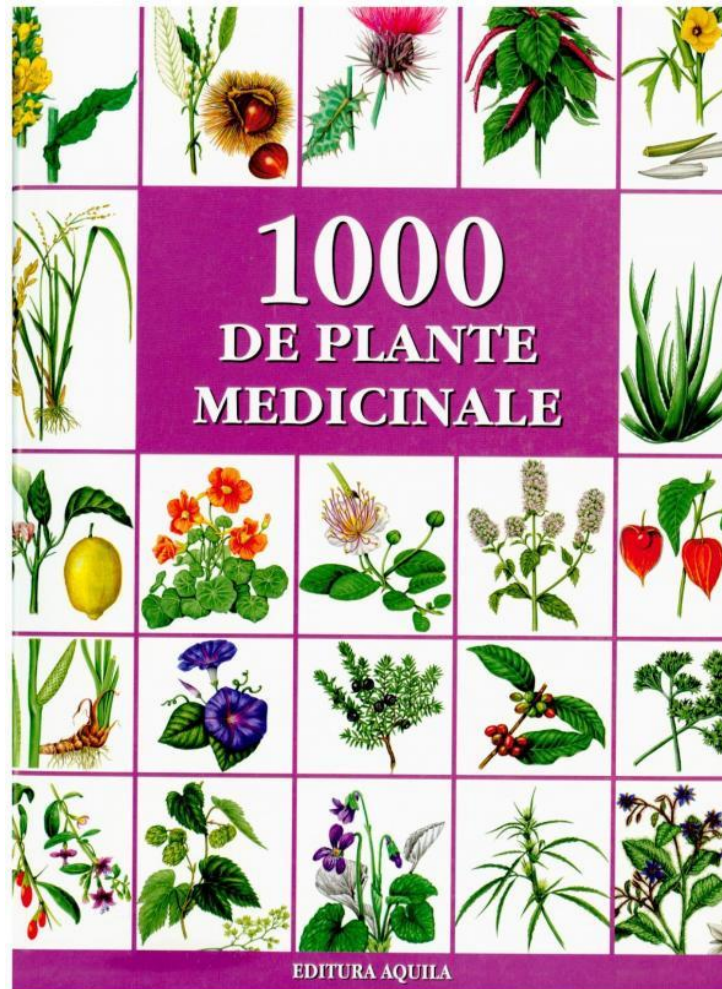
Concluzii:

- Activitatea educativă școlară și extrașcolară reprezintă spațiul aplicativ care permite transferul și aplicabilitatea cunoștințelor, abilităților, competențelor dobândite.
- Prin formele sale specifice, activitatea educativă școlară și extrașcolară dezvoltă gândirea critică și stimulează implicarea tinerei generații în activități diverse de învățare.
- **“SĂNĂTATEA ESTE DARUL CEL MAI FRUMOS ȘI MAI BOGAT PE CARE NATURA ȘTIE SĂ-L FACĂ.”**
- ***MICHEL DE MONTAIGNE***

Bibliografie/webografie:

- Atlas școlar de biologie, Silvia Olteanu, Editura Corint
- Enciclopedia corpului uman, Ionel Borșa, Călin Istrate, Monica Sivester, Editura Corint
- Atlasul plantelor medicinale din România, Gheorghe Mohan, Editura Corint
- <https://youtu.be/9NsOobs1UEE>
- <https://youtu.be/r-N0XYgzTAM>

Vă mulțumim pentru atenție!



**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!
20 mai - 31 august 2022**



Atelier lingvistic -
Our cooking show!
2, 3 și 4 august 2022

Coordonatori activități:
prof. Iordache Fabiola
prof. Filipache Carmen Marga
prof. Stoica Claudia-Valentina



PARTICIPANȚI : Un nr. de 37 de elevi ai claselor IV-VII

LOCUL DESFĂȘURĂRII – 2 săli de clasă și sala de festivități.

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare

OBIECTIVE:

- Să verbalizeze în limba engleză cât mai multe activități din cadrul atelierului de lucru Our Cooking Show!;
- Să memoreze sarcinile și mișcările dar și ordinea acestora din cadrul jocului Pizza;
- Să dea exemple de mâncăruri preferate și să rețină denumirile mâncărilor colegilor de clasă în cadrul jocului The Chain;
- Să lipească și să decupeze hârtia pentru obținerea palariilor de bucatari, denumite generic Master Chef;
- Să completeze împreună fișele de muncă independentă referitoare la legume, fructe și acțiuni din bucătărie,
- Să se spele cât mai des pe mâini;

OBIECTIVE:

- Să spele bine și să taie cu atenție toate fructele alese;
- Să amestece bananele cu biscuiții fărâmițați,
- Să așeze uniform straturile prăjiturii cu brânză;
- Să mențină curățenia la locul de muncă;
- Să participe cu plăcere la clubul de engleză din cadrul școlii de vară a școlii noastre;
- Să completeze formularul de feedback;
- Să creeze, pe grupe, o rețetă, enumerând ingredientele și modul de preparare a acesteia; să ilustreze cât mai frumos rețeta; să o prezinte în fața colegilor;
- Să se exprime și în scris (cu ajutorul postiturilor) cu privire la felul în care s-au simțit pe parcursul celor 3 zile de activitate.

MODALITĂȚI DE REALIZARE:

- **RESURSE;**

- * Umane: 3 cadre didactice și elevii implicați în proiect - 37

- * Materiale:

- **Ziua 1:**

- laptop, videoproiector, foi de flipchart, lipici, foarfece, fișe colorate pentru realizarea plăcilor de bucătărie, markere, casolete de plastic, fund de bucătărie – 6 bucăți, farfurii de unică folosință, chopper – 2 aparate, șervețele de bucătărie, biscuiți fărâmițați, fructe (banane, prune, nectarine și caise), cremă de brânză, miere - pentru realizarea prăjiturii cu brânză - cheesecake.

- **Ziua 2**

- televizor, foi de flipchart, fișe de lucru în echipe (despre fructe și legume, precum și despre verbe utilizate în bucătărie), creioane, pixuri, blender – 3 aparate, farfurii, cuțite, pahare și capace de unică folosință, paie, șervețele de bucătărie, fructe (mere, banane, portocale, lămâi, prune, caise, nectarine, pepene roșu, pepene galben), lapte de migdale, iaurt, fructe congelate - pentru realizarea băuturii sănătoase – smoothie.

- **Ziua 3**

- laptop, foi de flipchart - pentru realizarea rețetelor, telefoane mobile – pentru completarea chestionarului de feedback în format electronic, postituri, farfurii de unică folosință, lingurițe de unică folosință, șervețele de bucătărie, aparat de înghețată – 2 bucăți, iaurt, miere, fructe (caise, nectarine, portocale), fructe congelate – pentru realizarea înghețatei - un desert de vară răcoritor – icecream.

- * Resurse procedurale: explicația, exercițiul, conversația euristică, demonstrația, expunerea, jocul didactic, jocul de rol;
- Forme de organizare ale activităților: individual, pe grupe și în perechi

REZULTATE AȘTEPTATE:

- Îmbunătățirea competențelor lingvistice;
- Dezvoltarea unor deprinderi practice;
- Realizarea unor mâncăruri sănătoase;
- Promovarea comunicării și colaborării.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

- **Ziua 1**

- Jocul de energizare Pizza – care conține sarcini de lucru executate verbal și prin mișcare;
- Cântec cu privire la mâncărurile preferate (laptop și videoproiector);
- Realizarea pălăriilor colorate de bucătari – pălării de Master Chef;
- Prepararea prăjiturii cu brânză – Cheesecake.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

- **Ziua 2**

- Jocul de energizare Pizza – care conține sarcini de lucru executate verbal și prin mișcare;
- Jocul de memorie The Chain – elevul având sarcina de a denumi mâncarea preferată și de a repeta apoi toate mâncărurile enunțate de colegii de dinaintea sa,
- Exercițiu pe grupe – completarea a patru fișe de lucru, cu scopul exersării elementelor de vocabular legate de fructe, legume și activități realizate în bucătărie,
- Realizarea unei băuturi sănătoase – Smoothie.

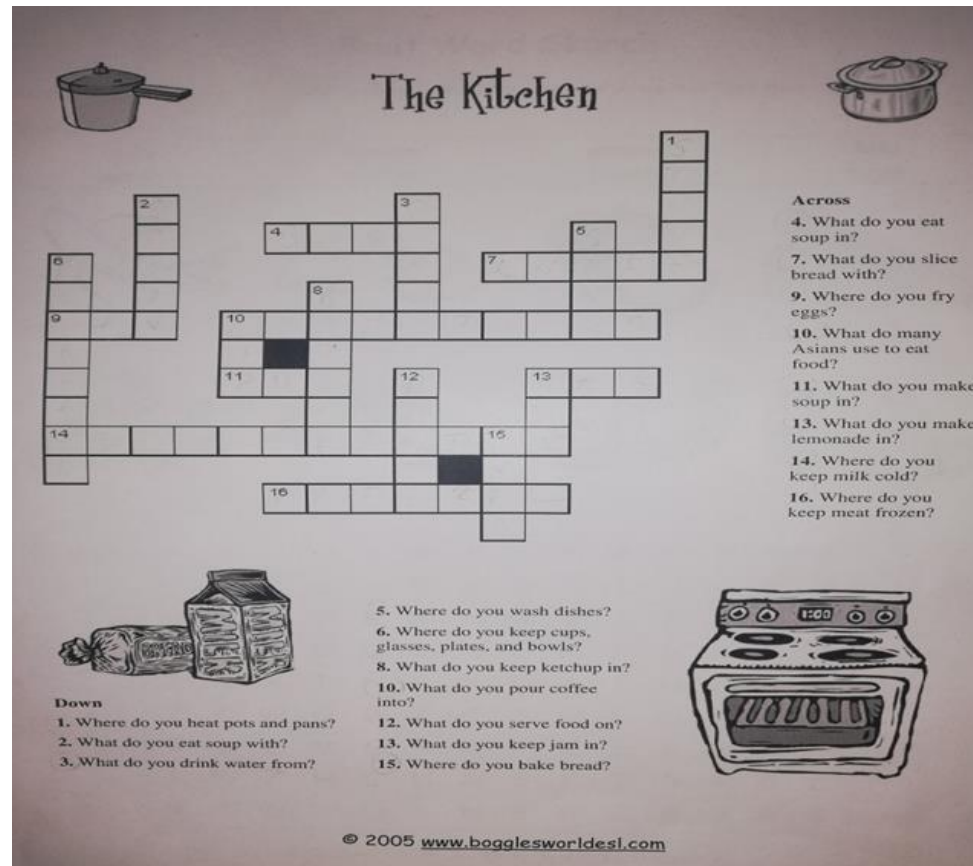
DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

• Ziua 3

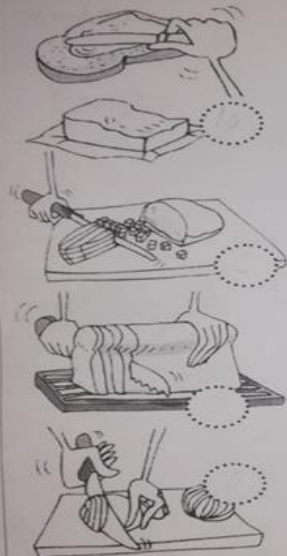
- Jocul de energizare Pizza – care conține sarcini de lucru executate verbal și prin mișcare;
- Realizarea unei rețete proprii – My recipe, scriind ingredientele necesare și modul de lucru; se cere și ilustrarea acesteia – mod de lucru: pe grupe;
- Prepararea înghețatei - un desert de vară răcoritor – Icecream;
- Exercițiu de evaluare scrisă descriptivă – postituri;
- Completarea în format electronic (cu ajutorul telefoanelor) a chestionarului de feedback, aflat pe grupul de WhatsApp al atelierului de limba engleză.

Fotografii din activitățile și atelierele Școlii de vară 2022

- **Atelier creativ - *Our cooking show!***



In the kitchen



1. BAKE
2. BOIL
3. CHOP
4. CUT
5. GRATE
6. GRILL
7. MASH
8. PEEL
9. SLICE
10. SPREAD
11. SPRINKLE
12. SQUEEZE
13. STIR
14. WHISK



Fruit Word Search

Write the words from the word bank under the correct pictures and find them in the grid.

Word Bank

apple	banana	grapes	kiwi
lemon	orange	peach	pear



L	P	Q	H	P	E	A	R	S	A	F	J	E	C
P	E	A	C	H	C	R	B	A	B	V	L	W	W
J	I	M	O	R	A	N	G	E	I	P	B	Q	Q
N	C	A	O	D	L	U	L	M	P	X	A	Y	J
I	A	X	I	N	C	Y	O	A	I	H	N	E	B
I	C	W	O	M	Z	C	T	U	L	Q	A	E	G
J	I	L	M	G	R	A	P	E	S	G	N	V	M
K	W	Z	H	L	U	G	E	F	I	B	A	C	L
M	I	S	W	Q	X	N	B	W	R	F	V	W	E

Vegetable Word Search

Write the words from the word bank under the correct pictures and find them in the grid.

Word Bank

broccoli
corn

cabbage
lettuce

carrot
onion

celery
peas



H	X	M	D	V	I	F	S	M	E	P	B	T	N	O	O
C	C	T	Z	E	P	Y	I	C	K	K	O	Z	K	L	Z
A	V	L	Q	E	S	L	U	W	H	R	X	U	E	Y	U
B	P	N	H	H	O	T	V	J	R	O	X	N	R	R	O
B	B	K	C	C	T	Q	Y	A	A	G	Q	Z	B	B	N
A	N	A	C	E	S	G	C	C	S	T	M	O	Q	L	I
G	K	O	L	F	M	T	P	E	E	O	J	S	B	U	O
E	R	O	S	K	Z	Z	F	L	H	V	C	P	S	V	N
B	C	R	E	N	I	J	J	E	K	R	W	O	Z	F	X
I	Q	H	J	S	W	V	H	R	Y	E	T	F	R	V	M
P	E	A	S	F	T	I	Q	Y	Q	V	L	S	M	N	Q















HOMEMADE ICE CREAM

Ingredients:

• fruits (200g)

• yogurt (100g)

• honey (1g)

Preparing Step 3

• Cut the fruits (if chosen)

• Put the fruits in a blender

• Blend them into a paste

• Mix the paste with yogurt and honey

• Let it rest in the freezer for 2 hrs.

• Then add toppings of choice (optional)

And that's all
Folks! ~



Ice cream ★

- 200g Philadelphia cream cheese
- 150g sugar
- 150g cream
- 2 eggs
- 150g of strawberries

• Mix the cream cheese with the whipped cream, then add the sugar. Add whole eggs and rub well. At the end, we put the strawberries cut into pieces. Mix well and then pour into the container in which we will pass the composition. Put in the freezer for 6 hours.

We will get a delicious ice cream. Good appetite!

Nam Lora Maria
Florinescu Ioana Madalina
Catinca Lavinia
Bucsa Dalia Andreea
Catinca Maria Stefania
Lavinia Florina



Bianca's
Pizzoni
Hennrich
Hawes

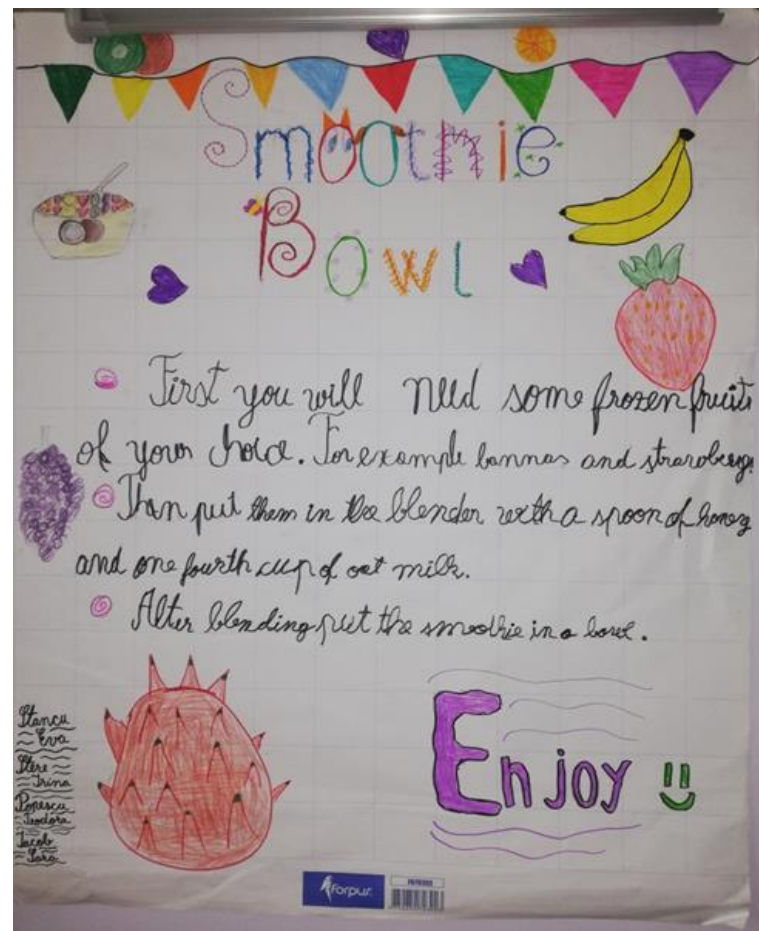
-



UVU



1. Chlorophyll NA
 2. Carotenoids NA
 3. Starch NA
 4. Protein NA
 5. Water NA
 6. Minerals NA
 7. Enzymes NA
 8. Acids NA
 9. Alkaloids NA
 10. Phenols NA
 11. Terpenes NA
 12. Essential NA
 13. Non-essential NA
 14. Primary NA
 15. Secondary NA
 16. Tertiary NA
 17. Quaternary NA
 18. Quinary NA
 19. Sextary NA
 20. Septary NA
 21. Octary NA
 22. Nonary NA
 23. Tenary NA
 24. Henary NA
 25. Alary NA
 26. Alary NA
 27. Alary NA
 28. Alary NA
 29. Alary NA
 30. Alary NA
 31. Alary NA
 32. Alary NA
 33. Alary NA
 34. Alary NA
 35. Alary NA
 36. Alary NA
 37. Alary NA
 38. Alary NA
 39. Alary NA
 40. Alary NA
 41. Alary NA
 42. Alary NA
 43. Alary NA
 44. Alary NA
 45. Alary NA
 46. Alary NA
 47. Alary NA
 48. Alary NA
 49. Alary NA
 50. Alary NA
 51. Alary NA
 52. Alary NA
 53. Alary NA
 54. Alary NA
 55. Alary NA
 56. Alary NA
 57. Alary NA
 58. Alary NA
 59. Alary NA
 60. Alary NA
 61. Alary NA
 62. Alary NA
 63. Alary NA
 64. Alary NA
 65. Alary NA
 66. Alary NA
 67. Alary NA
 68. Alary NA
 69. Alary NA
 70. Alary NA
 71. Alary NA
 72. Alary NA
 73. Alary NA
 74. Alary NA
 75. Alary NA
 76. Alary NA
 77. Alary NA
 78. Alary NA
 79. Alary NA
 80. Alary NA
 81. Alary NA
 82. Alary NA
 83. Alary NA
 84. Alary NA
 85. Alary NA
 86. Alary NA
 87. Alary NA
 88. Alary NA
 89. Alary NA
 90. Alary NA
 91. Alary NA
 92. Alary NA
 93. Alary NA
 94. Alary NA
 95. Alary NA
 96. Alary NA
 97. Alary NA
 98. Alary NA
 99. Alary NA
 100. Alary NA





EVALUARE ȘI DISEMINARE

- **EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**

evaluarea continuă a fost realizată imediat prin probe orale, scrise și practice, susținând procesul învățării și reglându-l din mers.

- **DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**

- Fotografiile realizate;
- Grupul de WhatsApp al ateliereului de engleză;
- Facebook;
- Orele de engleză propriu-zise din anul școlar următor.

Valoarea educativă a rezultatelor proiectului și sustenabilitatea comportamentelor sănătoase ale elevilor în activitățile școlare și extrașcolare viitoare

- Proiectul a reprezentat un succes. Cu această ocazie am contribuit la dezvoltarea unor deprinderi practice ale copiilor, i-am apropiat unii de alții, s-au cunoscut mai bine ei înșiși dar au aflat și preferințele colegilor lor, pe care au înțeles că trebuie să le respecte și, stând împreună, într-un cadru nonformal, au comunicat mai mult și mai bine, exersând cu succes comportamente sănătoase.
- Sustenabilitatea proiectului va depinde de modul creativ al fiecărui profesor de a valorifica experiența proiectului în specialitatea predată.

Concluzii:

- Reușita este legată de dorința de a cunoaște a copilului și de blândețea și răbdarea profesorului.

Bibliografie/webografie

- www.booglesworldesl.com
- www.britishcouncil.org/learnenglishkids

Vă mulțumim pentru atenție!

**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!”
20 mai -31 august 2022**



Activitate sportivă
„Sport, sănătate și mișcare”
08-09 august 2022

Coordonatori activități:
prof. Oprea Daniel
prof. înv. primar Badea Viorel
prof. înv. primar Dragu Ștefania
bibliotecar Stoica Liliana
asistent med. Neagu Corina



PARTICIPANȚI : Un nr. de 29 elevi ai claselor IV-VII

LOCUL DESFĂȘURĂRII – curtea școlii, în sala de sport a școlii, în Parcul Tineretului din Slobozia (în zona Catedrală).

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare

OBIECTIVE:

- Să aprecieze evoluția principalilor indici de dezvoltare proprie;
- Să realizeze creșterea indicilor de dezvoltare a îndemânării;
- Să cunoască și să respecte regulile de organizare și desfășurare a activităților practice;
- Să își însușească exerciții din complexul de dezvoltare fizică generală;
- Să-și dezvolte mecanismul de bază al deprinderilor motrice sportive;
- Să conștientizeze importanța alimentației sănătoase în dezvoltarea armonioasă a organismului, mai ales în perioada de creștere;
- Să colaboreze în vederea efectuării sarcinilor de grup.

- **MODALITĂȚI DE REALIZARE:**

- **RESURSE;**

- * Umane: cadrele didactice și elevii implicați în proiect
- * Materiale: mingi, obiecte pentru ștafete, jaloane, obstacole, fluier, corzi.
- * Resurse procedurale : observarea dirijată, conversația, jocul didactic, explicația, demonstrația.
- * Forme de organizare ale activităților : individual, pe grupe, în perechi

- **REZULTATE AȘTEPTATE:**

**Participarea unui număr cât mai mare de copii;
Stimularea participării la activitățile de sport, mișcare și
sănătate.**

DESFĂȘURAREA PE SCURT A ACTIVITĂȚII:

- Organizarea colectivului de elevi (aliniera , verificarea stării de sănătate și a echipamentului);
- Pregătirea organismului pentru efort;
- Influențarea selectivă a aparatului locomotor;
- Consolidarea prinderilor de bază – ștafete;
- Revenirea organismului după efort;
- Încheierea activităților; aprecieri.

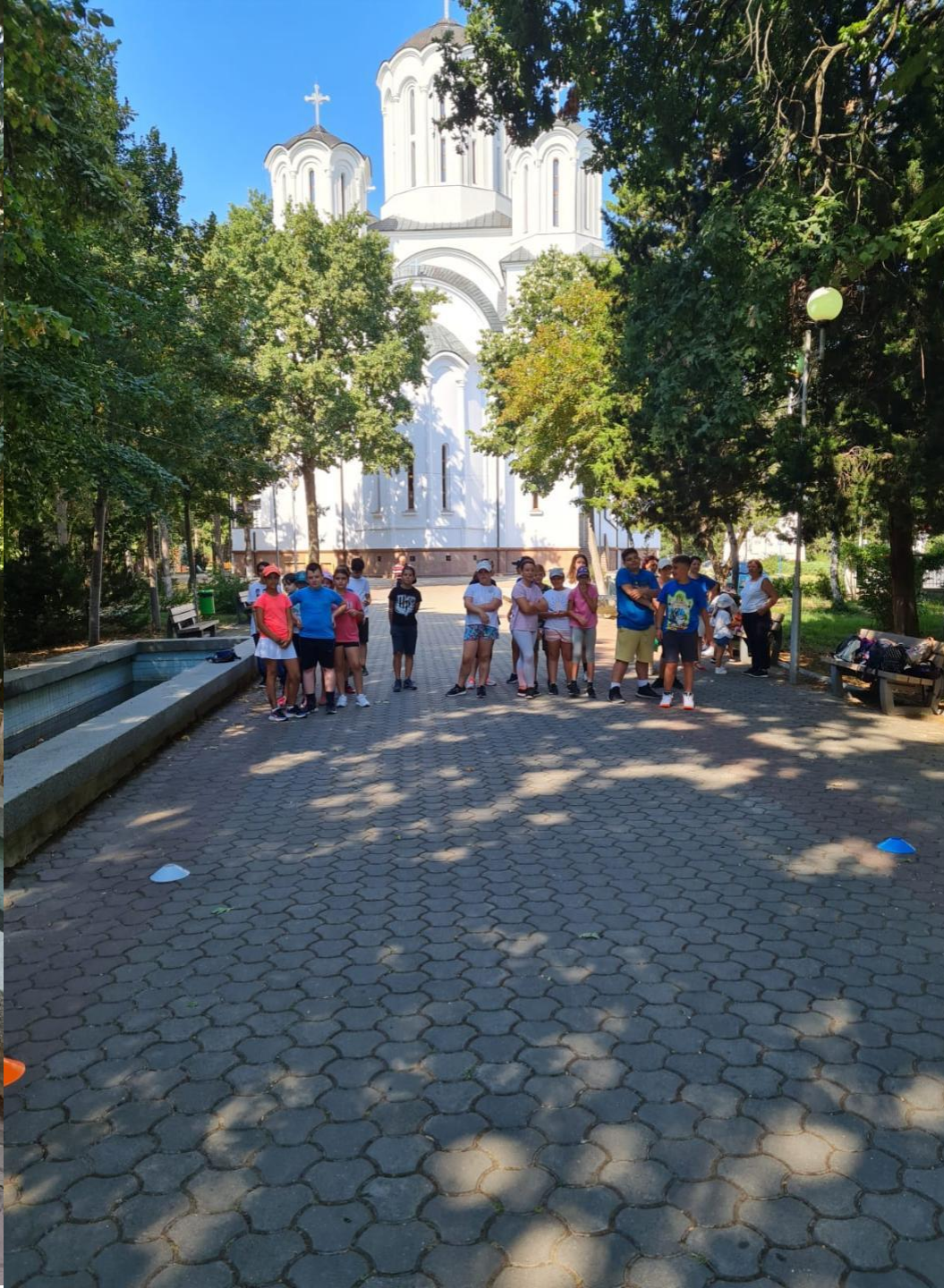
EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:

- Se fac aprecieri asupra desfășurării activității . Elevii sunt recompensați cu fructe proaspete.

DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:

- fotografii și filmulețe pe site-ul școlii.













Concluzii:

- Exercițiile de mișcare asigură suportul de sănătate și robustețe fizică indispensabil pentru orice fel de activitate .
- Atât activitățile de educație cât și jocurile și exercițiile de mișcare pe care le-am desfășurat, au constituit pentru copii o adevărată bucurie, ei le-au executat cu plăcere și în mod atât de firesc, încât nu au sesizat durata orei și efortul pe care l-au depus.

Bibliografie/webografie

- Manual de educație nonformală Scout (Cercetașii României)

<https://wetransfer.com/downloads/b59e9be6d1da18ad351f11b94fc6e10420220826075014/2ed74c7f6ba38c9e5ad54b9bbbe52d1f20220826075030/0599d0>

Vă mulțumim pentru atenție!

**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!”
20 mai -31 august 2022**



**Laborator culinar
„Alimentație echilibrată-
sănătate garantată”
10-11 august 2022**

**Coordonatori activități:
Prof. Raduță Georgeta
Prof. Vasile Georgeta
Bibliotecar Stoica Liliana**



PARTICIPANȚI : Un nr. de 31 elevi ai claselor IV-VII

LOCUL DESFĂȘURĂRII – sala de clasă și sala de festivități a școlii.

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare.

OBIECTIVE:

- ❖ Identificarea principalelor alimente care ne asigură sănătatea
- ❖ Cunoașterea stilurilor alimentare
- ❖ Recunoașterea ingredientelor care dau savoare preparatelor
- ❖ Deprinderea noțiunilor de bază pentru prepararea unor bunuri pe bază de fructe și cereale

MODALITĂȚI DE REALIZARE -RESURSE

- ❖ Umane: cadrele didactice și elevii implicați în proiect
- ❖ Materiale: TV smart, conexiune internet, flipchart, laptop, imprimantă, fișe de lucru, diplome pentru elevi, foi flipchart, post-it-uri, culori, carioci, markere, lipici, foi colorate A4, mănuși, pahare, farfurii, tacâmuri de unică folosință și alte materiale consumabile.
- ❖ Alimentare: fructe (mere, pere, nectarine, piersici, portocale, lămâi, struguri albi și negri, prune) miere de albine, fulgi ovaz, apă plată și apă minerală, diferite condimente, pudră de orz verde, lapte, sos caramel, biscuiți simpli.
- ❖ Resurse procedurale: urmărirea de videoclipuri, observația, experimentul, demonstrația, conversația, învățarea prin descoperire etc.
- ❖ Forme de organizare ale activităților : individual, pe grupe, în perechi.

REZULTATE AȘTEPTATE:

- ❖ toți copiii să includă fructele și cerealele în alimentația zilnică și să mențină acest comportament alimentar sănătos;
- ❖ toți copiii să înțeleagă care sunt beneficiile consumului de fructe;
- ❖ copiii din grupul țintă să devină un exemplu în ceea ce privește promovarea unui stil de viață sănătos, atât pentru colegii lor cât și pentru familia lor

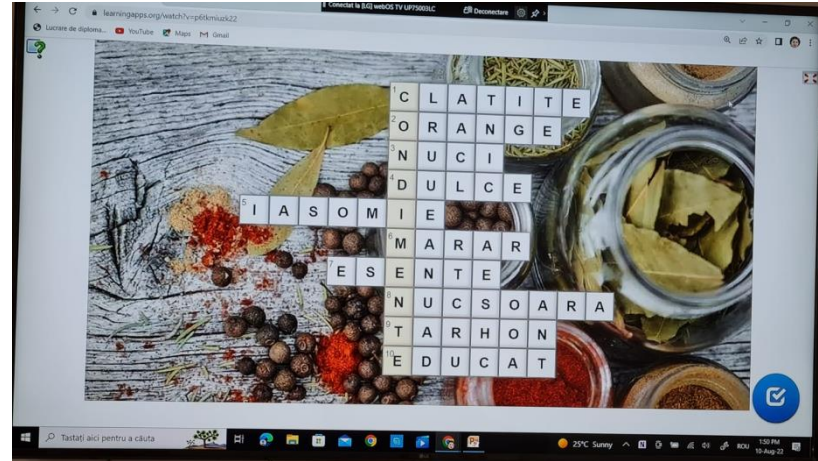
DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

- **Prezentarea unui material informativ referitor la stiluri alimentare, alimente și condimente, terminologia nouă care definește bucătăria actuală**



DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Consolidarea cunoștințelor prin rezolvarea unui rebus creat cu ajutorul aplicației Learning app și a fișelor de lucru pe tema „Alimentație sănătoasă”.



DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Aplicarea cunoștințelor prin:

Participarea la concursul „Recunoaște condimentul”



DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Aplicarea cunoștințelor prin:

- Pregătirea clătitelor și asamblarea lor utilizând gemuri de fructe (caise, vișine, prune, zmeură, piersici, căpșune).
- Realizarea unui plating aspectuos al farfuriei cu clătite.



DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Aplicarea cunoștințelor prin:

Prepararea smoothi-urilor din fructe proaspete cu miere și lapte de ovăz

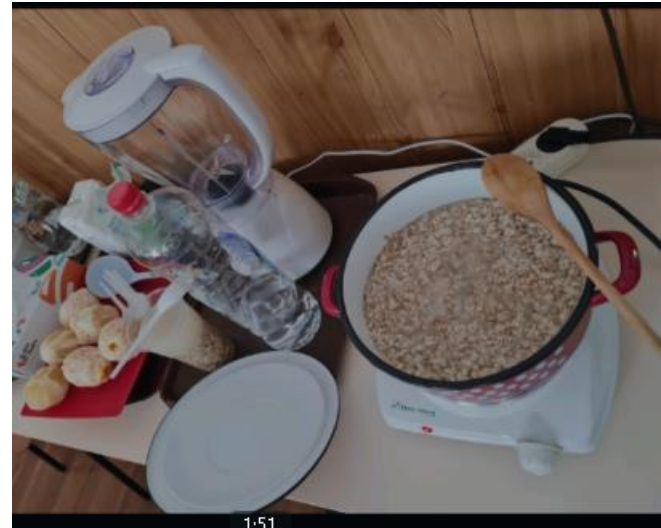


DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Aplicarea cunoștințelor prin:

Prepararea unor deserturi ușoare, în familie, din fulgi de ovăz cu scorțișoară, miere de albine și fructe.

- Exemple:
- Porridge (terci) de ovăz cremos
- Mere rase cu scorțișoară și biscuiți



DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Aplicarea cunoștințelor prin:

**Pregătirea frigăruilor
din fructe**



Fotografii din activități și atelierele Școlii de vară 2022



Fotografii din activități și atelierele Școlii de vară 2022



Laborator culinar

EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:

- ❖ **satisfacția copiilor față de produsele primite;**
- ❖ **chestionar online de feedback completat de elevii participanți;**
- ❖ **aprecierile verbale pozitive ale copiilor.**

DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:

- **Prin revista Gimnasium**
- **Pe pagina de facebook a școlii;**
- **Pe WatssApp-ul școlii și grupurilor din cadrul proiectului;**
- **Pe site-ul școlii www.scoala3slobozia.ro.**

Valoarea educativă a rezultatelor proiectului și sustenabilitatea comportamentelor sănătoase ale elevilor în activitățile școlare și extrașcolare viitoare

- Activitățile proiectului au avut în vedere cultivarea unui stil de viață sănătos, precum și stimularea comportamentului creativ în diferite domenii.
- Elevii din grupul țintă au creat legături de prietenie, schimb de informații, s-au ajutat reciproc și au format o frumoasă comunitate dornică de a fi un exemplu pentru ceilalți.
- Valoarea educativă a proiectelor extrașcolare este dată de dorința elevilor de a depăși granițele curriculumului formal și de a identifica noi posibilități de a petrece timpul constructiv.

Concluzii:

Un proiect de actualitate cu impact deosebit asupra copiilor și părinților acestora!



Bibliografie/webografie

- <https://www.eduform.snsr.ro/baza-de-date-online-cu-bune-practici-pentru-dezvoltarea-capacitatii-institutionale-a-scolilor-defavorizate/activitatile-extracurriculare-aspecte>
- https://www.alevia.com.ro/cum-sa-ai-un-stil-de-viata-sanatos/?gclid=CjwKCAjwpKyYBhB7EiwAU2Hn2TEv3E1cFnETyjAmE3U_c6J9ygwE3UxroViYwIirGbm02tdP7T9PBoCofsQAV
- <https://infocons.ro/7-sfaturi-pentru-a-urma-o-dieta-sanatoasa/?gclid=CjwKCAjwpKyYBhB7EiwAU2Hn2Xd5dR032En7XYFwIQWSNxueQOyBM0814Oaf-iYPooRfWYEQj>

Vă mulțumim pentru atenție!



**ASOCIAȚIA ȘCOALA NR. 3 SLOBOZIA,
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 3 SLOBOZIA,
CONSILIUL JUDEȚEAN IALOMIȚA ȘI
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN IALOMIȚA**

**Proiect educațional „Sănătatea, înainte de toate!”
20 mai -31 august 2022**



Atelier Creativ 2
„Despre sănătate, inspirație și creație”

Coordonatorii activității:
-prof. Râncă Nicoleta
-prof. Bătrâncea Victorița
-bibliotecar Stoica Liliana



PARTICIPANȚI : Un nr. de **25** de elevi ai claselor IV-VII

Invitați: Drăjneanu Miruna – studentă la Academia de Teatru și Film *Piccolo*, Milano, Italia

LOCUL DESFĂȘURĂRII – sala de clasă, sala de festivități, biblioteca școlii.

SCOPUL: Promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor și menținerea sănătății prin activitățile educative extrașcolare și de informare;

OBIECTIVE:

- să-și exprime emoțiile prin cuvânt și culoare;
- să conștientizeze importanța sănătății și a creativității;
- să improvizeze dialoguri între fructe sau între legume;
- să picteze fructele sau legumele preferate;

- **MODALITĂȚI DE REALIZARE:**

- **RESURSE:**

- **Umane:** cadrele didactice, elevii implicați în proiect și invitatul special;
 - **Materiale și mijloace educaționale:** Tv Smart, laptop, conexiune internet, materiale informative PPT/youtube, coli flipchart, post-it-uri, coli colorate A4, imagini cu alimente sănătoase și nesănătoase, pensule, acuarele tempera, palete de culori, foi din bloc de desen, fructe, farfurii, pahare de unică folosință, șervețele de bucătărie, fișe de lucru etc.
 - **Resurse procedurale:** observația dirijată, demonstrația, învățarea prin descoperire, jocul de rol, joculețe pentru spargerea gheții, brainstormingul, activitatea independentă, turul galeriei, etc.
 - Forme de organizare ale activităților: individual, pe grupe, în perechi;

- **REZULTATE AȘTEPTATE:**

- Participarea unui număr cât mai mare de copii;
- Stimularea creativității elevilor;
- Utilizarea materialelor realizate de copii în publicația electronică a proiectului.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII:

- **Marti- 16 august 2022**

Invitat special- Drăjneanu Miruna – studentă la Academia de Teatru și Film *Piccolo*, Milano, Italia

- În prima parte a activității, elevii sunt așezați în cerc la sala de festivități. Jocul de intercunoaștere aplicat de studenta Drăjneanu Miruna i-a atras pe elevi, fiindcă au fost foarte atenți la regulile jocului. Au înțeles cât este de important contactul vizual în comunicare. Aceasta le-a răspuns la întrebări legate de sistemul de învățământ din Italia. Elevii au vrut să afle, printre altele, dacă în Italia se asigură masa în școală. Schimbul de experiență a fost interesant.

Prof. Bătrâncea Victorița le prezintă materialul PPT - *Stil de viață sănătos*

- Materialul cuprinde informații despre factorii esențiali în menținerea sănătății: alimentația, odihna, sportul și excluderea viciilor. Slide-ul dedicat alimentației evidențiază importanța consumului de legume și fructe, cel dedicat sportului subliniază efectele benefice ale practicării unui sport. Odihna este importantă pentru regenerarea unor organe. Viciile pot fi înlăturate datorită unei voințe puternice, iar atitudinea pozitivă ajută la menținerea unei sănătăți emoționale.
- În pauză, elevii socializează, fiindcă sunt de la clase diferite și mănâncă fructe.
- A doua parte a activității se desfășoară în sala de clasă.

Prof. Râncă Nicoleta și bibliotecar Stoica Liliana– *Sănătatea emoțională*

- Activitatea *Despre sănătate- inspirație și creație* pleacă de la premisa că sănătatea emoțională a elevului este importantă pentru a-l determina pe acesta să aibă un stil de viață echilibrat și o alimentație sănătoasă. Dialogul cu elevii a fost centrat spre înțelegerea emoțiilor care dau starea de bine. Elevii au răspuns sincer și dezinvolt, demonstrând că se simt bine la atelier. De exemplu, la itemul lacunar *Mă întristez dacă.....*, 5 elevi din 25 au scris că sunt triști când nu primesc dulciuri de la părinți. Răspunsul acesta este sincer, dar arată faptul că activitățile școlii despre alimentația sănătoasă trebuie repetate pentru a-i determina pe elevi să mănânce sănătos.

- **Miercuri- 17 august 2022**

Activitatea *Atelierului de creație* urmărește dezvoltarea creativității prin cuvânt și culoare. Elevii dau exemple de cuvinte care mângâie sufletul și înțeleg că într-un dialog trebuie să ai grijă și de starea de bine a interlocutorului.

Toți elevii spun care sunt fructele/legumele preferate. Se constată faptul că și elevii timizi prind curaj să vorbească și se simt foarte bine când sunt aplaudați de ceilalți.

Jocul de rol stimulează imaginația elevilor care improvizează dialoguri amuzante între diferite fructe sau diferite legume.

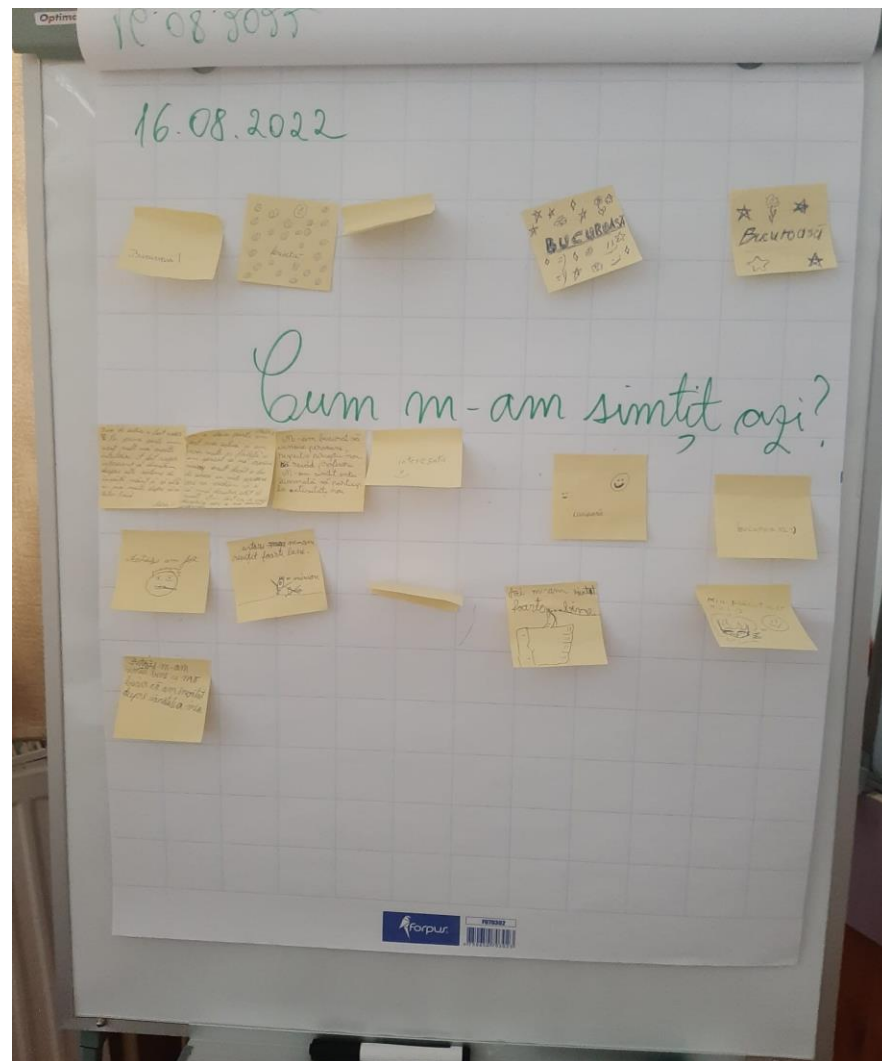
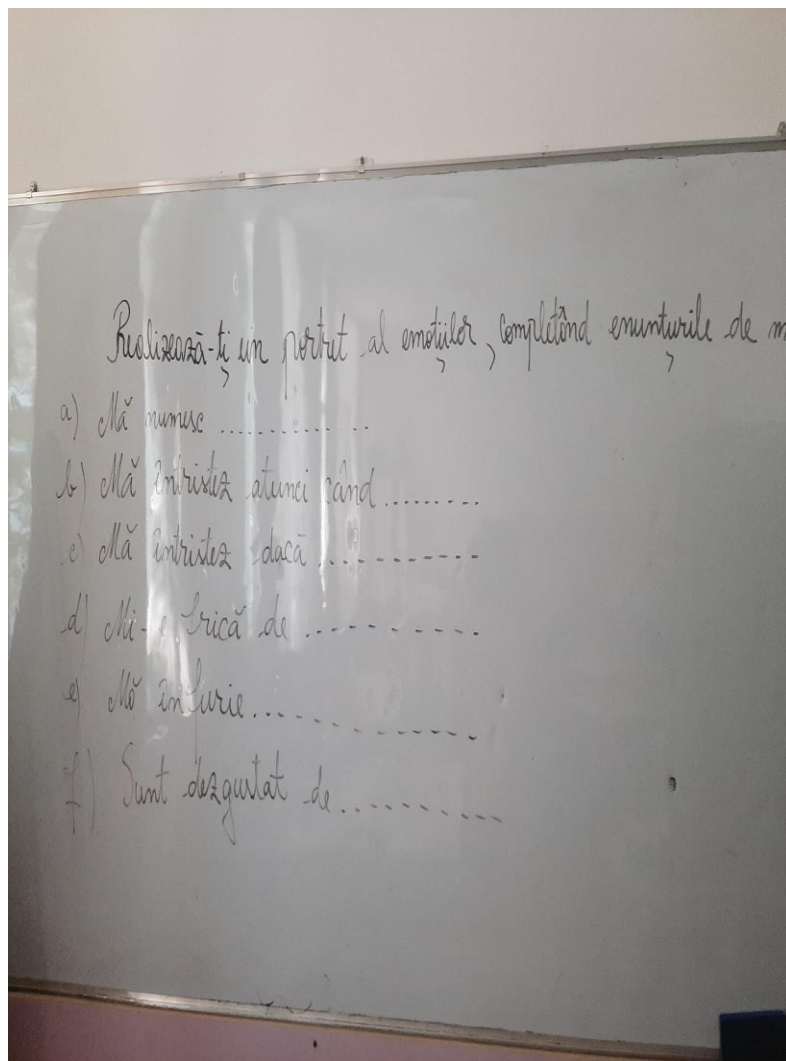
În pauză, elevii mănâncă fructe, iar discuțiile dintre ei arată că fructele sunt pe gustul lor.

Fotografii din activități și atelierele Școlii de vară 2022

Despre sănătate, inspirație și creație









- **EVALUAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**

- evaluarea continuă a fost realizată imediat prin probe orale, scrise și practice, susținând procesul învățării și reglându-l din mers.

- copiii au primit diplome și s-au bucurat împreună mâncând fructe și improvizând dialoguri amuzante despre fructe și legume.

- **DISEMINAREA ACTIVITĂȚII/ACTIVITĂȚILOR:**

- Fotografii pe site-ul școlii;
 - Publicarea lucrărilor/ materialelor în revista școlii, în publicația electronică a proiectului;
 - Grupul de WhatsApp al Atelierului de Creație – partea a II-a;
 - Orele de română și de pictură din anul școlar următor;
 - Activitățile bibliotecii din școală;
 - Facebook;

Valoarea educativă a rezultatelor proiectului și sustenabilitatea comportamentelor sănătoase ale elevilor în activitățile școlare și extrașcolare viitoare

Experiențele dobândite în cadrul activităților extrașcolare ale Atelierului Creativ *Despre sănătate, inspirație și creație* au contribuit la formarea și dezvoltarea unor priceperi, deprinderi și competențe necesare educației pentru un stil de viață sănătos;

Participarea elevilor într-un număr mare demonstrează interesul pentru astfel de activități, dorința de cunoaștere, de cultivare a unor comportamente sănătoase.

Concluzii:

Activitățile desfășurate în cadrul proiectului au stârnit interesul elevilor, au provocat imaginația și creativitatea copiilor, i-au determinat să reflecteze la stilul de viață pe care l-au adoptat.

Bibliografie/webografie:

1. *Didactic.ro*;
2. Gabriel, Cousens, *Alimentația conștientă*, Ed. For You, 2019;
3. Bilic, Mihaela, *Ronțăieli (ne)vinovate*, Ed. Curtea Veche, 2018;
4. Pop, Ligia, *Sfaturi pentru o viață mai sănătoasă*, ed. a II-a, revizuită și adăugită, Ed. Curtea Veche, 2015;
5. *citatepedia.ro*

Vă mulțumim pentru atenție!

Sănătatea depinde de echilibrul dintre
alimentație și activitate fizică.

— Hipocrate

citatepedia.ro