



1267/63/23.10.2018
CAEJ 2018 / 63.

**Aprobat,
Inspector Școlar General
Prof. Elena Laiu**



**Avizat,
Inspector școlar
Prof. Ioan-Romeo Roman**

PROIECT

„DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ - A FI, A ȘTI, A FACE, A CONVIEȚUI”

**COLEGIUL NAȚIONAL DE INFORMATICĂ PIATRA-NEAMȚ
DECEMBRIE 2018**

PROIECT

„DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ - A FI, A ȘTI, A FACE, A CONVIETUI”

**COLEGIUL NAȚIONAL DE INFORMATICĂ PIATRA-NEAMȚ
DECEMBRIE 2018**

REGULAMENT

APLICANT: COLEGIUL NAȚIONAL DE INFORMATICĂ PIATRA-NEAMȚ, JUDEȚUL NEAMȚ, Str Mihai Viteazul, Nr.12, Tel/Fax.0233-227510; **E-mail:** cni_pn@yahoo.com

COORDONATOR PROIECT: **PANAINTE OLGA**, Tehnician/Psiholog clinician – Atestat de psiholog cu drept de liberă practică în specialitatea Psihologie clinică, eliberat de Colegiul Psihologilor din România, având codul personal 08681.

Domiciliul: Piatra-Neamț, tel.0749546748, [e-mail-olgapanainte@yahoo.com](mailto:olgapanainte@yahoo.com).

RESPONSABILI ACTIVITATE: - prof. dr. Neamțu Daniela
- prof. Anghel Elena Brîndușa
- prof. Ciurlea Ionuț Octavian

CONCURSUL „CALENDARUL EMOȚIILOR”

EDIȚIA a VII-a

„DESCOPERĂ OPTIMISMUL!”

**- CONCURS JUDEȚEAN -
AN ȘCOLAR 2018-2019**

PARTENERI:

- **ASOCIAȚIA NAȚIONALĂ A PSIHOLOGILOR DE FAMILIE DIN ROMANIA – FILIALA NEAMȚ**
- **COLEGHIILE ȘI LICEELE DIN JUDEȚUL NEAMȚ**

Motivare:

Acest eveniment urmărește antrenarea elevilor și cadrelor didactice în activități extracurriculare prin exprimarea artistică a emoțiilor, prin stimularea creativității prin realizare de texte literare, lucrări plastice și dezbateri, folosind drept instrument cuvântul și imaginea. Concursul are ca obiectiv dezvoltarea abilităților de viață la elevi și a inteligenței afective.

Argument:

În societatea contemporană, cantitatea de informații și cunoștințele disponibile sunt imense. Cu toate acestea, noile generații sunt formate mai puțin pentru a gândi și pentru a-și exprima emoțiile și mai mult pentru a reproduce informația. Copiii învață să opereze cu elemente logice, dar nu știu să abordeze eșecurile, învață să rezolve probleme de matematică, dar nu știu să-și rezolve propriile conflicte existențiale, fac analiză matematică, dar sunt incapabili de analiza propriei vieți.

În ciuda importanței covârșitoare pe care o au abilitățile intelectuale în viața noastră, emoțiile joacă un rol deosebit fiindcă modulează comportamentele noastre intrapersonale și interpersonale. Astfel, persoanele care au abilități emoționale și sociale bine dezvoltate au șanse mai mari să fie eficiente în ceea ce fac, să se accepte pe sine, să fie satisfăcute de ceea ce întreprind și să aibă succes în viață.

Abilitatea emoțională presupune conștiința propriei stări emoționale (abilitatea de a sta deoparte și de a monitoriza propriile sentimente și comportamente), controlul expresiei exterioare a propriilor emoții (competența de a cunoaște ce este acceptabil în modalitatea de exprimare a emoțiilor), recunoașterea emoțiilor la ceilalți (competența de „a citi” sentimentele celorlalți din comportamentul acestora). Abilitatea socială la elevi presupune formarea relațiilor sociale adecvate atât cu vârșnicii, cât și cu adulții, astfel încât să permită atingerea unor scopuri și în același timp respectarea nevoilor celorlalți. Relațiile pozitive cu prietenii sau cu colegii constituie o sursă importantă de învățare socială.

Scopul acestui concurs este de a îmbunătăți planul comportamental al elevilor prin dezvoltarea abilităților de viață, abilităților socio-emoționale, pentru a ști să abordeze eșecurile, să-și rezolve propriile conflicte existențiale, prin dezvoltarea unei corecte imagini de sine și a capacităților de evaluare a comportamentului altora. De asemenea, urmărește dezvoltarea potențialului creator al elevilor, stimularea și valorificarea abilităților artistice a elevilor în exprimarea competenței emoționale.

Obiective:

- Conștientizarea elevilor cu privire la importanța dezvoltării unei imagini de sine corecte și a capacității de evaluare a comportamentului altora
- Dezvoltarea imaginației creative a elevilor prin conceperea unor imagini, creații literare, colaje utilizând diverse instrumente și procedee didactice
- Identificarea cauzelor care determină tulburările socio-emoționale la elevi și care influențează creșterea sau descreșterea performanțelor școlare ale acestora
- Cultivarea sensibilității artistice a elevilor și a încrederii în sine
- Cultivarea capacităților imaginative și creative a elevilor prin diferite tehnici și procedee didactice
- Elaborarea programului de parteneriat școlar-social (parteneriat cu comunitatea locală)

Descrierea concursului:

Grup țintă: elevi din cursul liceal

Tema concursului este ”Descoperă optimismul!”

Elevii vor avea de realizat un calendar în care să se reflecte tema concursului și în care vor încorpora cele trei secțiuni ale concursului. Concursul se va desfășura la Colegiul Național de Informatică, Piatra-Neamț - laboratorul Multimedia, începând cu ora 13.00, pe data de 12 decembrie 2018.

Notă: Se completează toate filele din calendar.

Secțiunile concursului:

- Secțiunea I: Creație literară
- Secțiunea II: Grafică
- Secțiunea III: Psihologie

Secțiunea Creație literară:

Elevii vor avea de scris o povestire/narațiune/text dramatic pentru fiecare lună a calendarului care să reflecte tema proiectului „optimism”. Textele vor respecta trăsăturile genului epic sau dramatic. Textele vor fi redactate în Times New Roman cu diacritice și vor fi încorporate în calendar, în așa fel încât fiecare pagină a calendarului să fie completată cu cele menționate.

Criteria de evaluare:

- respectarea tematicii
- expresivitatea compoziției scrise
- puterea de evocare a temei și a emoției abordate
- ineditul și originalitatea lucrării
- utilizarea termenilor specifici limbii române

Secțiunea Grafică:

Elevii vor avea de realizat un calendar al emoțiilor, fiecare lună reflectând o emoție surprinsă prin imagine și text, conform tematicii concursului. Lucrările vor fi prezentate în format printat, color, însoțit de numele autorului/autorilor, a instituției școlare din care provine elevul, a cadrului didactic coordonator.

Criteria de evaluare:

- originalitatea lucrării
- concordanța cu tematica
- complexitatea elementelor grafice și modul lor de integrare în calendar, precum și modul de integrare a textelor scrise în paginile calendarului
- modalitatea de prezentare a calendarului
- caracterul unitar al calendarului (îmbinarea elementelor grafice cu cele scrise și cu cele ce țin de temă)
- utilizarea mijloacelor diferite de realizare

Secțiunea Psihologie:

Pentru a descoperi optimismul, elevii vor ține cont de următoarele aspecte în prezentarea lucrării: atitudini (cadru vechi, crearea unora noi), empatie, discuția cu sine, încadrarea în timp, prezența activă, ascultarea, vocea, atingerea, postura, echilibrul, distanța, respirația.

În realizarea și prezentarea lucrării, elevii vor ține cont de faptul că optimismul, conform dicționarului de psihologie, este atitudinea celui care privește de preferință latura bună a lucrurilor, care crede în om, în progres și în ameliorarea genului uman, este acel individ curajos care nu se lasă împiedicat de obstacole și care stăruie în acțiunea sa, chiar și atunci când totul pare pierdut.

Psihologul american Martin E. P. Seligman – fondatorul curentului de gândire care susține teoriile psihologiei pozitive - în cartea sa „*Learned Optimism*”, susține că „*Optimismul este o abilitate antrenată și nu o trăsătură înăscută*”.

Referindu-se la optimismul inteligent, autorul *Alain Braconnier* spune că acesta nu poate fi obținut dând dintr-o baghetă magică, trebuie să îl cauți, să îl dorești.

Studiile au demonstrat faptul că, pe termen lung, persoanele optimiste suportă mai bine stresul, se îmbolnăvesc mai rar, trăiesc mai mult și sunt mai fericite și împlinite decât cele pesimiste.

Viața nu este întotdeauna la superlativ. A fi optimist, nu înseamnă că vei fi scutit de zilele rele. Este normal să cunoști și răul, ca apoi să poți aprecia binele.

A fi mereu pozitiv înseamnă să încerci a trăi mereu frumos, și să înțelegi că viața aduce, atât fericire, cât și clipe mai puțin plăcute. Pacea interioară o poți avea doar în momentul în care te simți bine cu tine însuși în orice situație.

Interacțiunile profunde ne dau un sentiment de mai bine.

Notă: Fiecare pagină a calendarului va fi completată. Nu se admite lucrări care nu au toate paginile completate. Timp de prezentare a lucrării: 10 minute.

Fiecare școală participantă va trimite una-două echipaje a 3-4 persoane fiecare, care să prezinte calendarul realizat. Calendarele realizate vor fi trimise în două exemplare, însoțite de fișa de înscriere, conform calendarului concursului, pe adresa Colegiului Național de Informatică, pentru d-ra Olga Panainte, cu specificația pentru concursul „Calendarul emoțiilor”.

Calendarul concursului:

- 1. 19 noiembrie - 07 decembrie 2018: primirea lucrărilor pe adresa Colegiului Național de Informatică, Piatra-Neamț cu specificația pentru concursul „Calendarul emoțiilor”, pentru d-ra Olga Panainte**
- 2. 12 decembrie 2018: jurizarea și premiarea celor mai bune calendare, la Colegiul Național de Informatică, laboratorul Multimedia, ora 13.00**

Coordonator proiect,

Panainte Olga

Director CNI,

Prof. dr. Neamțu Daniela

