



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale  
2014-2020

Proiect cofinanțat de Fondul Social European  
Programul Capital Uman 2014-2020

POCU/987/6/26 – Operațiune compozită OS 6.3, 6.6 Educație nonformală în sistem outdoor - Regiuni mai puțin dezvoltate  
Proiect: Hai să învățăm prin joacă! - COD SMIS 154834

## Fișă sesiuni de informare

### Fișă suport cadru didactic – Ciclul primar

**Cadru didactic:** \_\_\_\_\_

**Locația:** \_\_\_\_\_ **Data:** \_\_\_\_\_

#### ***Tema 1: Portretul meu***

*Scop:* Participanții vor exersa o metodă de autocunoaștere cu ajutorul grupului și vor identifica importanța aprecierii în dezvoltarea personală.

*Metoda:* Lucru individual, lucru în grup mic, discuție facilitată

*Materiale:* Coli A4, pixuri, etichete colorate, clești colorați, sfoară, scotch

#### *Etape*

1. Clarifică termenii „*identitate*” și „*image de sine*”.
2. Oferă fiecărui participant câte o coală A4 și roagă-i să-și deseneze profilul feței sau să deseneze o mască.

#### ***Varianta 1***

1. Roagă participanții să noteze în interiorul desenului trei caracteristici pe care le asociază cu identitatea lor, iar în exteriorul desenului să noteze elementele pe care cred că le observă cei din jur la propriile persoane.
2. Împarte participanții în grupuri mici și acordă-le 5 minute în care să discute despre:
  - Cum se văd pe ei înșiși? Cum cred că sunt văzuți de ceilalți?
  - Cum tratează trăsăturile personale care le displac?
  - Ce atitudini, percepții personale s-au schimbat de-a lungul timpului și de ce?
3. După expirarea timpului de lucru, roagă participanții să revină în grupul mare.
4. Invită câțiva participanți să împărtășească grupului cele discutate în grupurile mici.
5. Roagă toți participanții să-și expună portretul în cadrul expoziției „*Portretul meu*”.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale  
2014-2020

Proiect cofinanțat de Fondul Social European  
Programul Capital Uman 2014-2020

POCU/987/6/26 – Operațiune compozită OS 6.3, 6.6 Educație nonformală în sistem outdoor - Regiuni mai puțin dezvoltate  
Proiect: Hai să învățăm prin joacă! - COD SMIS 154834

### ***Varianta 2***

1. Roagă participanții să noteze/ deseneze pe interiorul măștii trei caracteristici personale.
2. Pregătește bucăți de scotch și explică-le participanților că voi lipi măștile pe spatele lor. Ajută-i și asigură-te că fiecare participant a reușit să își lipescă foaia pe spate.
3. Roagă-i să se plimbe prin sală și să noteze/ deseneze pe spatele colegilor o caracteristică pe care o consideră potrivită.
4. Acordă timp de lucru 7 – 10 minute, iar după finalizarea sarcinii își pot desprinde foia de pe spate pentru a citi atributele primite.

### ***Prelucrare***

- Cum v-ați simțit de-a lungul exercițiului?
- V-a fost ușor să vă construiți portretul? Dacă nu, ce dificultăți ați întâmpinat?
- Cum v-ați simțit atunci când ați vorbit despre voi?
- Vă așteptați să auziți lucrurile pe care colegii le-au spus despre ei? Dacă nu, care era percepția voastră despre ei?
- Ce ați învățat din discuția cu colegii?