



MINISTERUL EDUCATIEI NATIONALE
ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR.1 DOR MĂRUNT SAT

Sos.Bucuresti Constanta Nr.77, Loc. Dor Marunt – 917055, jud. Calarasi

Telefon:+40242644240

Fax:+40242644240

E-mail: scdormaruntsat1@yahoo.com

Cod fiscal 23923102

A. FISA ACTIVITATII

* Scoala Gimnaziala Nr.1 Dor Marunt Sat

*Nivelul-prescolar,primar,gimnazial

*Numarul elevilor din scoala-520 elevi

*Numarul cadrelor didactice din scoala-39 cadre didactice

*Coordonatorul activitatii:-Stan Mariana,director ,0723239676

-Calota Ionel,reprezentant proiect Respiro

1.Titlul activitatii:ORASELUL COPIILOR

2.Domeniul in care se incadreaza: activitati instructiv-educative si recreative in cadrul Saptamanii Altfel

3.Scopul activitatii:Implicarea tuturor copiilor prescolari/elevilor si a cadrelor didactice in activitati care sa raspunda intereselor si preocuparilor diverse ale acestora,sa puna in valoare talentele si capacitatile lor in diferite domenii,nu neaparat in cele prezente in Curriculumul National si sa stimuleze participarea la actiuni variate,in contexte nonformale.

4.Obiectivele educationale ale activitatii:

*sa- si dezvolte abilitati de comunicare ;

*sa- si dezvolte abilitati de interactiune sociala si sa adopte atitudine pozitiva in dezvoltarea relatiilor cu cei din jur;

*sa respecte regulile jocurilor prin participare activa;

* să îi ajute pe copii să învețe lecții de viață din aceste activități recreative: „*Visez să devin om mare!*”

* să fie o activitate cu dublă țintă: un nou tip de camporee pentru exploratori și licurici + o acțiune socială frumoasă organizată de copii = doi în unul !

* să creeze cadrul unei deschideri / recunoașteri sociale ;

5.Elevii participanti: 300

6.Durata si locul desfasurarii activitatii:- intre orele 09:00-15:00

-Stadionul de fotbal, Dor Marunt

7.Descrierea activitatii:Ne imaginam ca suntem intr-un orasel al copiilor. Fiecare este cetatean al acelui orasel(pe terenul de fotbal al comunei)

La intrare:

1. Banner cu „Orășelul copiilor” (literele colorate diferit și scrise „săltăreț”, intercalate cu tot felul de steluțe colorate)

2. banner cu „Bine ați venit!”

- la poarta principală va fi postul de POLIȚIE + VAMĂ– unde fiecare participant va primi câte un „pașaport” și i se va scrie pe el numele; la fel în formularul de înscriere-înregistrare;

- la finalul traseului, undeva la o poartă principală, este „PRIMĂRIA”, unde vin copiii când termină activitățile și primesc de la primar o diplomă de cetățean de onoare al orășelului. --- SAU --- copiii sunt rugați să anunțe părinții că sunt invitați pentru sfârșitul programului de după-amiază la ora 15:00, să ia parte la ceremonia de decernare a diplomelor.

-Elevii indeplinesc anumite sarcini de lucru trecand pe la punctele strategice din orasel (Politie,Spital,Biblioteca,Scoala,Biserica,Club Sportiv, Supermarket,Aeroport etc.) dupa care vor primi puncte pe pasaportul cu care merg la bancomat si scot explolei.Cu acestia participa la jocuri: tir cu arcul ,orientare turistica,sah,labirintul cunoasterii-tunelul.

8.Descrieti rezultatele obtinute in urma activitatii: In urma activitatii, elevii au socializat legand prietenii,au obtinut prin joc informatii noi din diferite domenii .In urma vizitei in orasel a prescolarilor de la scoala Lehliu Gara cat si a elevilor de la scoala Alexandru Odobescu s-au creat relatii de prietenie intre acestia planuind si alte activitati pe care sa le desfasoare in viitor.S-au familiarizat cu obiectele de prim - ajutor din dotarea masinii de Pompieri , a Salvarii,a Politiei, etc.

La sfârșitul acțiunii toții copiii, pe grupe, primesc zone unde au de făcut curățenie și să strângă gunoiul în **sacii de gunoi** primiți !

9/10. Precizați dacă elevii/profesorii/parinții și-au manifestat dorința de continuare a acestei activități și modalitatea în care puteți asigura acest lucru:

-Parinții, vizitatori ai orașului, au participat alături de elevi la sarcinile de lucru fiind și ei implicați, dar și la activitățile distractive.

-Au apreciat activitatea ca fiind o provocare atât pentru elevi, dar și pentru ei întrucât a adus foarte multe elemente de noutate și mai ales a sudat legătura existentă între școală și familie.

-Elevii au fost încantați și au propus ca astfel de activități să marcheze și ziua de 1 Iunie, dar și cu alte ocazii.

-Profesorii au fost implicați activ la posturile din oraș și au apreciat activitatea ca fiind una benefică pentru elevi, dar și o noutate pentru ei, fiind încărcată de creativitate, inovație și care să implice nu doar pe elevi ci și pe aceștia în activități deosebite și interesante.

-Materiale folosite:

Ești copil ...
Îți dorești Să fii de folos
Să revezi Să cunoști
Să ascuți Să te joci
Să cânti Să înveți
Să te împrietenești Să gândești
Ce-ți sugerează cuvântul:

Explorator



Dacă te interesează să afli răspunsul, participă la activitățile periodice ale exploratorilor.

Programul întâlnirii cuprinde formarea caracterului, cunoștințe despre natură și îndemnări practice legate de viața în mijlocul naturii. Marea parte a programului constă în activități practice și ieșiri în natură, excursii, tabere, jocuri educative și recreative.

P A Ș A P O R



.....
este posesorul acestui pașaport

Serie pașaport: 145 200

Instituții și punctaje maxime care se pot obține:

instituția	punctajul obținut
1. Poliție – serviciul pașapoarte	-
2. Poliție – serviciul circulație	– 10 puncte
3. Spital	– 10 puncte
4. Circ	– 10 puncte
5. Stadion	– 10 puncte
6. Cabinet psiho'	– 10 puncte
7. Cinema	– 10 puncte
8. Biserică	– 10 puncte
9. Școală	– 10 puncte
10. Club de orientare	– 10 puncte
11. Teatru de păpuși	– 10 puncte
12. Institut meteo	– 10 puncte
13. Piață	– 10 puncte
14. Palatul telefoanelor	– 10 puncte
15. Farmacie	– 10 puncte
16. Supermarket	– 10 puncte
17. Aeroport	– 10 puncte
18. Casa de cultură	– 10 puncte
19. Uzină	– 10 puncte

20. <i>Filarmonică</i>	– 10 puncte
21. <i>Strada Voioşiei</i>	– 10 puncte
22. <i>Pompieri</i>	– 10 puncte
23. <i>Poştă</i>	– 10 puncte
24. <i>Bancă</i>	- se calculează totalul
25. <i>Primărie</i>	- se dau diplomele

Informații esențiale:

- *La activități poți participa individual sau în grup.*
- *Prezintă pașaportul la fiecare instituție pentru a primi punctajul obținut.*
- *Cei care au însumat minim 100 de puncte la probele de la instituții pot participa la tombola organizată la „Bancă”. Pentru cei care obțin peste 200 de puncte este o tombolă specială!*
- *Oricând ai pleca, nu uita să treci pe la primărie să-ți ridici diploma.*
- *Fii atent ca, prin joaca ta, să nu produci neplăcere sau deranj celor din jurul tău sau altor colegi de joacă.*
- *Pentru orice problemă, sugestii sau aprecieri contactează persoanele de la „primărie”.*

1 – Poliție – serviciul pașapoarte

Pentru a putea participa la oricare din activitățile desfășurate

la „instituțiile” orașelului va trebui să ai cu tine pașaportul !

La acest post vei afla

informațiile necesare pentru activitățile orașelului.

2 – Poliție – serviciul pașapoarte

puncte acumulate



Aici vei învăța semne de circulație și să folosești mijloace de transport (ex.: role, bicicletă, patine cu rotile)

















NUTRIȚIE

"Masa de dimineață mănânc-o singur, masa de prânz împarte-o cu prietenii, iar masa de seară dă-o dușmanilor!" (proverb oriental)



Recomandări

- Consumați mai multe fibre și mai puține alimente rafinate
 - Măncați zilnic fructe și legume proaspete
 - Consumați mai multe cereale integrale și nuci
 - Consumați mai puține grăsimi, zahăr și sare
 - Faceți din micul dejun masa cea mai bogată
- Serviți masa la ore regulate și nu mâncați între mese

TIHNA = ODIHNA



Se recomandă un minim de 7-8 ore de somn la adult și 8-10 ore la școlari.

Beneficiile somnului:

- Crește atenția din timpul zilei
- Îmbunătățește capacitatea de învățare și memorare
- Îmbunătățește imunitatea
- Crește toleranța la durere



Relaxarea:

- Pauzele scurte din timpul zilei cresc randamentul și siguranța muncii
- Lectura plăcută sau plimbarea relaxează mintea
- Ziua de odihnă săptămânală este esențială
- Să nu lipsească o vacanță sau un concediu anual

Vreau să fiu
un copil mai
sănătos!



SOARE
AER
NUTRIȚIE
APĂ
TÎNĂ
ACTIVITATE FIZICĂ
TEMPERANȚĂ
ECHILIBRU MINTAL ȘI SPIRITUAL

SOARE



Beneficii fizice:

- . Întărește sistemul imunitar
- . Intensifică circulația sângelui și respirația
- . Contribuie la normalizarea tensiunii arteriale
- . Crește metabolismul bazal
- . Ucide microbii
- . Produce vitamina D



Beneficii mentale:

- . Reduce stresul
- . Îmbunătățește calitatea somnului
- . Combate depresia
- . Dă o stare de bine

Protecția față de soare:

- . Ochelarii de soare protejează împotriva cataractei
- . Pălăriile de soare protejează împotriva insolației
- . Hainele cu mâneci previn arsurile solare
- . Evitarea expunerii la soare între orele 10-14 reduce riscul de cancer de piele



Recomandări:

- . 10-15 minute zilnic sunt suficiente
- . Permiteți soarelui să pătrundă în încăperile locuinței dumneavoastră.
- . Faceți mișcare în aer liber
- . Evitați arsurile solare

Vitamina D = vitamina soarelui













APA

Zilnic ai nevoie de „5 pahare de apă pentru a supraviețui, 8 pentru a te simți bine și 10 pentru a fi fericit!”

Beneficiile consumului de apă:

- Întărește sistemul imunitar – prevenirea infecțiilor
- Reduce oboseala
- Înlătură impuritățile din organism
- Contribuie la prevenirea bolilor de rinichi
- Crește atenția



Când și ce să bem?

- Incepeți ziua cu două pahare de apă
- Beți 8-10 pahare pe zi
- Nu beți apă la masă
- Evitați băuturile răcoritoare, cafeaua și ceaiul negru

Multe din beneficiile utilizării externe a apei se datorează proprietăților ei deosebite de curățire:

- Dușul sau înotul zilnic menține porii pielii deschiși, favorizând eliminarea produsilor reziduali.
- Spălarea frecventă a hainelor îndepărtează impuritățile, împiedicând astfel absorbția lor prin intermediul porilor și împovărarea sistemului imunitar.





























































