

LICEUL TEORETIC "EMIL RACOVITĂ"
TECHIRGHIOLO, CONSTANȚA

GENERATIA XXI



REVISTA NR. 16, ANUL MMXXVI

ISSN 2286-4806

ISSN-L 2286-4806

COLECTIVUL DE REDACȚIE:

Director: prof. Natalia DUMITRIU

Director adj.: Dilec MOLAGEAN- MUSTAFA

Prof. Elena Mariana SIMULA

Tehnoredactare computerizată & grafică

Prof. coord: Elena Mariana SIMULA

Prof. Viorica NICULESCU

Prof. Georgiana Victoria STAMATE

***Grafică copertă:* Prof. Elena Mariana SIMULA**

***Foto copertă:* Prof. Viorica NICULESCU**

CUPRINS:

	ARTICOL/ AUTOR	PAG.
1	AVANTAJELE ŞI DEZAVANTAJELE UTILIZĂRII RESURSELOR DIGITALE MODERNE ÎN PROCESUL DE PREDARE-ÎNVĂŢARE LA NIVELUL CLASELOR PREGĂTITOARE, I ŞI A II-A <i>prof. inv. primar Rîmbu Cristina</i> <i>prof. inv. primar Simula Elena Mariana</i> <i>prof. inv. primar Stamate Georgiana Victoria</i>	3
2	UTILIZAREA JOCULUI DIDACTIC ÎN ORELE DE EDUCAŢIE SOCIALĂ <i>Prof. Dumitriu Natalia</i>	5
3	HĂRŢILE CONCEPTUALE <i>prof. inv. primar Simula Elena Mariana</i>	7
4	ECOSISTEMUL EMOŢIONAL ŞI SUCCESUL ŞCOLAR ÎN CLASA PREGĂTITOARE <i>Înv. Vâjială Nicoleta-Ramona</i>	9
5	INFLUENŢA DESENELOR ANIMATE ŞI A CONŢINUTULUI DIGITAL ASUPRA DEZVOLTĂRII COPILULUI PREŞCOLAR <i>Prof. Ed. Timpurie Şerban Monica Andreea</i>	13
6	EVALUAREA ÎN CONTEXTUL DIGITALIZĂRII ÎN CADRUL DISCIPLINELOR DE SPECIALITATE DIN ÎNVĂŢĂMÂNTUL PROFESIONAL ŞI TEHNIC <i>Prof. Cehan Laura</i>	14
7	INTELIGENŢA ARTIFICIALĂ ÎN ŞCOALĂ – ÎNTRE OPORTUNITATE ŞI RESPONSABILITATE <i>Prof. Niculescu Viorica</i>	16
8	GUSTURILE CARE UNESC. DOBROGEA – O LECŢIE DE DIVERSITATE ŞI ARMONIE PRIN GASTRONOMIE <i>Prof. Protopopescu Gabriela-Cristina</i>	17
9	GASTRONOMIA AROMÂNILOR- GUSTURI CARE UNESC DOBROGEA <i>Profesor coordonator: Pocea Mihaela</i> <i>Elevi: Bălan Daria şi Nica Florentina</i>	20
10	GUSTURILE CARE UNESC. DOBROGEA – O LECŢIE DE DIVERSITATE ŞI ARMONIE PRIN GASTRONOMIE <i>profesor coordonator: Ungureanu Georgeta</i> <i>elevi: Dobriţă Bianca Roxana şi Sandu Nicoleta</i>	22
11	GASTRONOMIA DOBROGEI: O PUNTE ÎNTRE POPOARE ŞI TRADIŢII <i>Profesor coordonator: Roşculeţ Corina</i> <i>Elevi: Ţonia Albert Cristian şi Matâră Camelia Maria</i>	24
12	GASTRONOMIA DOBROGEI: O PUNTE ÎNTRE POPOARE ŞI TRADIŢII <i>Profesor coordonator: Roşculeţ Corina</i> <i>Elevi: Ţonia Albert Cristian şi Matâră Camelia Maria</i>	25

13	FARMECUL ASCUNS AL BUCĂTĂRIEI TURCEŞTI: KÜNEFE, DESERTUL CARE NE UNEŞTE! <i>Prof. Nisipeanu Raluca</i>	27
14	DIVERSITATE ŞI ARMONIE ÎN DOBROGEA! <i>Prof. Doga Tănăsica</i>	28
15	ADOLESCENŢII DINCOLO DE ECRANE <i>Profesor Marieta Grosu</i>	30
16	ATELIER DE ISTORIE MEDIEVALĂ <i>Profesor Vişan Violeta</i>	31
17	PROVENIENTA ETNICILOR TURCI PE TERITORIUL DOBROGEAN <i>Prof. Molgean-Mustafa Dilec</i>	33
18	VINE VACANŢA!!! <i>Elev: Radu Ştefan Comşa</i>	40
19	ÎNCĂ ELEV ÎN CLASA ÎNTÂI <i>Elev: Luca Andrei Geampalia</i>	40
20	AMINTIRI <i>Elevă: Melisa Gafar</i>	40
21	VINE A DOUA VACANŢĂ MARE! <i>Elevă: Sofia Săndulescu</i>	41
22	TELEFONUL POATE AŞTEPTA. COPILĂRIA, NU! CUM REDESCOPERIM BUCURIA JOCULUI ŞI AMIŞCĂRII ÎN AER LIBER <i>Prof. Isleam Narcis</i>	41
23	PERFORMANŢELE ANULUI ŞCOLAR 2025-2026 <i>prof. Florescu Anamaria</i>	43

AVANTAJELE ȘI DEZAVANTAJELE UTILIZĂRII RESURSELOR DIGITALE MODERNE ÎN PROCESUL DE PREDARE-ÎNVĂȚARE LA NIVELUL CLASELOR PREGĂTITOARE, I ȘI A II-A

*prof. înv. primar Rîmbu Cristina
prof. înv. primar Simula Elena Mariana
prof. înv. primar Stamate Georgiana Victoria
Liceul Teoretic "Emil Racoviță" Techirghiol*

Evoluția tehnologică a lumii contemporane a pus toate sistemele de învățământ în fața unei provocări. Metodele de lucru tradiționale au necesitat o adaptare la schimbările tehnologice și la stimularea participării active a elevilor la activitățile educative fără utilizarea mijloacele digitale moderne. Mijloacele didactice au devenit mult mai atractive prin implicarea digitalizării și prin apariția Resurselor Educaționale Deschise (RED), care oferă rapid acces la informație, permit adaptarea demersului didactic la nivelul claselor de elevi sau la nivelul psihoindividual pentru fiecare elev, facilitează o implicare activă și o colaborare puternică între elevi și cadrul didactic.

Resursele Educaționale Digitale permit accesul profesorilor la multiple materiale, platforme de lucru, ce pot fi folosite atât în predarea-învățarea educațională, în consolidarea competențelor, cât și în evaluarea nivelului de însușire a acestora. Multi dintre profesori au accesat pe rând:

- Manuale digitale – Versiuni interactive ale manualelor tradiționale.
- Platforme educaționale – Google Classroom, Moodle, Kahoot, Quizizz, Livresq etc.
- Videoclipuri explicative și cursuri online – YouTube Edu, Coursera, Khan Academy.
- Aplicații și jocuri educaționale – Scratch, GeoGebra, Duolingo.
- Biblioteci digitale și arhive de resurse deschise – Europeana, OER Commons

Utilizarea acestor noi resurse a adus în sistemul educațional o serie de avantaje, dar și dezavantaje care au devenit adevărate stimulente pentru elevi și mari provocări pentru profesori, pentru că pe lângă atractivitatea folosirii lor, fiecare trebuie să aibă în vedere realizarea obiectivelor educaționale, implicarea activă și siguranța utilizării acestora.

Avantajele și beneficiile utilizării resurselor digitale	Dezavantajele utilizării resurselor digitale
-face lecțiile mai atractive și dinamice; -dezvoltarea competențelor digitale; -posibilitatea învățării diferențiate; -accesibilitate globală pentru informații oriunde și oricând -colaborare extinsă pentru proiecte multiculturale, multinaționale, indiferent de locații	-acces limitat la echipamente digitale; -probleme tehnice, de conectare; -diferențe în competențele digitale ale elevilor; -Necesitatea formării continue a cadrelor didactice. -costurile de conectare și pentru achiziția echipamentelor -resurse de timp pentru realizarea lecțiilor interactive/ chestionarelor

Utilizarea responsabilă a resurselor digitale poate conduce la:	Utilizarea excesivă a resurselor digitale poate conduce la:
-creșterea motivației și interesul elevilor; -facilitarea învățării prin imagini și animații; -adaptarea materialelor la nivelul de dezvoltare psihoindividuală; -sprijinirea învățării active- participative; -acces rapid la informații; -feedback imediat asupra rezultatelor elevilor; -stimularea creativității și a gândirii critice. - creșterea interesului elevilor pentru activitățile școlare.	-scăderea concentrării elevilor; -dependența de tehnologie; -reducerea interacțiunii directe; -oboseală vizuală -accesare unor platform nerecomandate -nesiguranța personală, financiară, emoțională dată de circulația digitală liberă -nerespectarea drepturilor democratice

Prin urmare cadrelor didactice le revine sarcina importantă de aselecta cât mai eficient mijloacele didactice, cât și metodele de lucru pe durata activităților educative, curriculare și extracurriculare având în prin plan câteva aspecte:

-accesarea unor resurse de încredere, din surse academice, validate profesionale, științifice;

-interactivitatea resurselor prin elemente vizuale, auditive, jocuri, exerciții aplicative adaptate si bine selectate;

-utilizarea ușoară a mijloacelor didactice trebuie să pornească de la intuitiv pentru clasele primare, apoi să dezvolte gândirea critică;

-actualizarea aplicațiilor să țină seama de cerințele curriculare, tehnologie;

-adaptarea resurselor la nivelul psihoindividual și de vârstă al elevilor.

Resursele Educaționale Digitale reprezintă o oportunitate uriașă pentru a face învățarea mai accesibilă, interactivă și eficientă., dar este necesară o selecție atentă și o utilizare responsabilă, acestea pot transforma educația și pot pregăti elevii pentru provocările viitorului.

Bibliografie:

- Cerghit, I. (2006), *Metode de învățământ*, București, Editura Polirom
- Cucos, C. (2014), *Pedagogie*, Iași, Editura Polirom
- Ionescu, M., Radu, I. (2001), *Didactica modernă*, București, Editura Dacia
- Ministerul Educației Naționale (2013), *Programa școlară pentru clasele pregătitoare, I și a II-a*
- Potolea, D., Neacșu, I., Iucu, R. (2008), *Pregătirea psihopedagogică*, București, Editura Polirom
- Resurse educaționale digitale și platforme educaționale utilizate în activitatea didactică



UTILIZAREA JOCULUI DIDACTIC ÎN ORELE DE EDUCAȚIE SOCIALĂ

*Prof. Dumitriu Natalia
Liceul Teoretic „Emil Racoviță” Techirghiol*

1. Introducere

Educația socială are ca obiectiv dezvoltarea competențelor socio-emoționale, civice și de relaționare ale elevilor. În acest context, jocul didactic reprezintă una dintre cele mai eficiente metode active, deoarece facilitează învățarea prin experiență, stimulează motivația și creează un mediu sigur pentru explorarea comportamentelor, valorilor și normelor sociale. Jocul didactic transformă conținuturile teoretice în situații practice, accesibile elevilor, permițându-le să experimenteze roluri, să ia decizii, să negocieze, să colaboreze și să reflecteze asupra propriilor acțiuni.

2. Rolul jocului didactic în educația socială

2.1. Dezvoltarea competențelor socio-emoționale

Prin joc, elevii își dezvoltă:

- empatia și înțelegerea perspectivelor diferite;
- capacitatea de autoreglare emoțională;
- abilități de comunicare și ascultare activă;
- cooperarea și lucrul în echipă.

2.2. Formarea comportamentelor prosoziale

Jocurile de rol, simulările și jocurile de cooperare îi ajută pe elevi să:

- identifice comportamente adecvate în situații sociale;
- exerseze rezolvarea pașnică a conflictelor;
- înțeleagă consecințele comportamentelor antisociale;
- dezvolte responsabilitatea față de grup.

2.3. Creșterea motivației pentru învățare

Jocul didactic:

- creează un mediu relaxat și atractiv;
- stimulează implicarea activă;
- reduce anxietatea și crește încrederea în sine;
- transformă lecția într-o experiență memorabilă.

3. Tipuri de jocuri didactice utilizabile în educația socială

3.1. Jocuri de rol

Elevii interpretează personaje în situații sociale (conflicte, cooperare, excludere, negociere).

Exemple: „Schimbă scenariul”, „Consiliul clasei”, „Mediatorul”.

3.2. Jocuri de simulare**

Recrearea unor situații reale: luarea deciziilor, vot, dezbateri, gestionarea resurselor.

Exemple: „Bugetul clasei”, „Consiliul local al elevilor”.

3.3. Jocuri de cooperare

Accent pe colaborare, nu pe competiție.

Exemple: „Podul prieteniei”, „Construcția echipei”.

3.4. Jocuri de comunicare

Activități care dezvoltă exprimarea, ascultarea, argumentarea.

Exemple: „Telefonul fără fir social”, „Cercul încrederii”.

3.5. Jocuri de analiză morală**

Elevii discută dileme morale, iau decizii și justifică alegeri.

Exemple: „Ce ai face dacă...?”, „Judecătorul moral”.

4. Exemple de activități integrate în lecțiile de educație socială

4.1. Tema: Comportamente pro și antisociale

Joc: „Radarul comportamentelor”

Elevii clasifică comportamente, analizează cauze și propun soluții.

4.2. Tema: Cooperare și comunicare

Joc: „Turnul echipei”

Elevii construiesc un obiect folosind materiale simple, fără a vorbi, apoi cu comunicare liberă.

Se analizează diferențele.

4.3. Tema: Gestionarea conflictelor

Joc de rol: „Mediatorul”

Elevii joacă un conflict și apoi îl rezolvă prin negociere.

4.4. Tema: Diversitate și incluziune

Joc: „Pasul înainte”

Elevii primesc roluri diferite și experimentează inegalitatea socială.

5. Beneficiile utilizării jocului didactic

- crește implicarea și participarea activă;
- facilitează învățarea prin experiență directă;
- dezvoltă gândirea critică și reflexivă;
- îmbunătățește climatul socio-emoțional al clasei;
- reduce comportamentele disruptive;
- favorizează incluziunea și colaborarea.

6. Recomandări metodologice pentru profesori

- Alegerea jocului trebuie să fie adecvată vârstei și temei lecției.
- Regulile trebuie explicate clar și concis.
- Activitatea trebuie să includă debriefing (discuția finală).
- Profesorul are rol de facilitator, nu de judecător.
- Evaluarea se concentrează pe proces, nu pe performanță.
- Se recomandă alternarea jocurilor competitive cu cele cooperative.

7. Concluzii

Jocul didactic este o metodă esențială în educația socială, deoarece permite elevilor să învețe prin acțiune, să își dezvolte competențe socio-emoționale și să își formeze comportamente prosociale într-un mediu sigur și motivant. Utilizat constant, jocul contribuie la crearea unei culturi a colaborării, respectului și responsabilității în rândul elevilor.

Bibliografie:

- Cerghit, I. (2008). Metode de învățământ. Editura Polirom.
- Cucos, C. (2014). Pedagogie. Editura Polirom.
- Pânișoară, I.-O. (2019). Comunicare și relaționare în educație. Editura Polirom.
- Gherguț, A. (2010). Managementul clasei de elevi. Editura Polirom.
- Bocoș, M. (2017). Didactica modernă*. Editura Paralela 45.

HĂRȚILE CONCEPTUALE

*prof. înv. primar Simula Elena Mariana
Liceul Teoretic "Emil Racoviță" Techirghiol*

Lecție: Comunicare școlară eficientă – reguli de comportare în interacțiunea cu colegii și cadrul didactic

Metodă inovativă: Hărțile

Etapă: Consolidare – Organizarea și conectarea informațiilor

ETAPĂ A MOMENTULUI	CE FACE PROFESORUL	CE FAC ELEVII	INTEGRAREA TEHNOLOGIEI / RESURSE
Moment 1 – Activarea cunoștințelor anterioare (recapitulare + explicarea metodei)	Reamintește regulile discutate anterior (brainstorming) Reamintește pe scurt conceptul de „hartă conceptuală” și oferă un exemplu simplu proiectat pe tablă.	Participă activ la recapitulare, oferind exemple de reguli de comunicare. Privesc exemplul de hartă conceptuală și formulează idei despre cum pot organiza informațiile.	Videoproiector, Canva/ Padlet, internet, tablă interactivă.
Moment 2 – Construirea colaborativă a hărții (munca în echipă, harta propriu-zisă)	Împarte elevii în grupe de 3–4. Propune sarcina: „Construiți o hartă conceptuală care să ilustreze regulile comunicării eficiente și exemple de aplicare.” Ghidează fiecare echipă prin întrebări stimulative („Ce înseamnă o regulă?”, „Ce se întâmplă când o respectăm?”).	Discută în grup, selectează ideile principale (ex.: ascultarea activă, respectul pentru vorbitor, tonul potrivit). Creează o hartă conceptuală digitală cu concepte principale și exemple pozitive/negative.	Tablete/laptopuri, aplicații digitale de creare a hărților (Canva/ Padlet).
Moment 3 – Prezentare și completare interactivă (împărtășirea ideilor)	Invită fiecare echipă să prezinte harta realizată. Evidențiază conexiunile dintre concepte și subliniază aspectele corecte sau creative.	Prezintă harta conceptuală, explică legăturile stabilite între concepte. Primesc feedback constructiv de la colegi.	Proiector, Canva/Padlet pentru expunerea lucrărilor digitale.
Moment 4 – Conectarea și integrarea informațiilor (realizarea hărții collective)	Creează o hartă conceptuală comună a clasei (colectivă), pe baza ideilor din prezentările elevilor. Asigură claritatea și logica legăturilor dintre concepte.	Propun completări, compară ideile diferitelor echipe, identifică regulile esențiale ale comunicării eficiente.	Tablă interactivă / Canva colectiv/ Padlet.

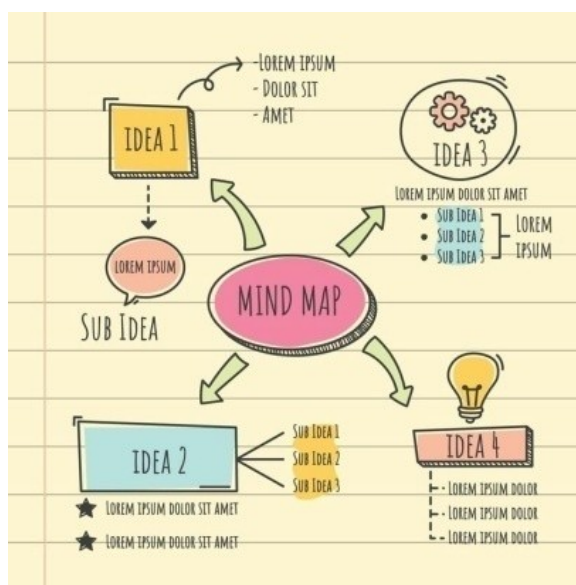
Moment 5 – Reflecție (interiorizarea și aplicarea în viața reală)	Adresează întrebări de reflecție: „Cum ne ajută această hartă să comunicăm mai bine?”, „Ce legături noi ați descoperit între reguli?”	Răspund oral sau în scris la întrebările de reflecție. Pot adăuga idei finale pe harta colectivă.	Formular digital (Google Forms)
---	--	---	------------------------------------

Rezultat:

Elevii identifică, organizează și explică în mod logic regulile comunicării eficiente, realizând o hartă conceptuală digitală care reflectă înțelegerea relațiilor dintre concepte și aplicarea lor în viața reală.

Bibliografie:

- Abric, Jean-Claude (2002). *Psihologia comunicării. Teorii și modele*, Editura Polirom, Iași.
- Bocoș, Mușata (2013). *Instruire interactivă. Repere axiologice și metodologice*, Editura Polirom, Iași.
- Cucos, Constantin (2014). *Pedagogie* (ed. a III-a revăzută și adăugită), Editura Polirom, Iași.
- Novak, Joseph D. & Gowin, D. Bob (1984). *Learning How to Learn*, Cambridge University Press.
- Oprea, Crenguța Lăcrămioara (2008). *Strategii didactice interactive*, Editura Didactică și Pedagogică, București.
- Pânișoară, Ion-Ovidiu (2015). *Comunicarea eficientă*, Editura Polirom, Iași.
-



ECOSISTEMUL EMOȚIONAL ȘI SUCCESUL ȘCOLAR ÎN CLASĂ PREGĂTITOARE

*Înv. Vâjială Nicoleta-Ramona
Liceul Teoretic "Lucian Blaga", Constanța*

1. INTRODUCERE

Trecerea de la mediul protejat al grădiniței la rigoarea sistemului școlar reprezintă un moment de cotitură în dezvoltarea ontogenetică a copilului. Clasa pregătitoare, introdusă ca o punte necesară, nu are doar rolul de a familiariza elevul cu alfabetul sau numerele, ci, mai ales, de a pune bazele unei sănătăți emoționale solide. Managementul emoțiilor la această vârstă (6-7 ani) nu este un simplu concept teoretic, ci o necesitate practică, deoarece capacitatea de învățare este direct condiționată de starea de bine psihică a micului elev.

În acest stadiu, școala încetează să mai fie doar un loc al jocului liber și devine un spațiu al normelor sociale complexe, unde copilul trebuie să învețe să-și amâne recompensa și să facă față succesului sau eșecului în fața unui grup. Integrarea emoțională nu este un proces secundar, ci reprezintă însăși infrastructura pe care se sprijină achizițiile cognitive. Fără o gestionare adecvată a trăirilor interioare, micul școlar poate percepe procesul educațional ca pe o sursă de stres cronic, ceea ce poate duce la o demotivare timpurie și la inhibarea curiozității naturale specifice acestei vârste.

Această vulnerabilitate este accentuată de faptul că mediul școlar impune, pentru prima dată, o evaluare constantă și o ierarhizare vizibilă în cadrul grupului de egali. Dacă în anii preșcolari accentul cădea pe explorare spontană, în clasa pregătitoare copilul trebuie să interiorizeze conceptul de efort susținut pentru atingerea unui obiectiv extern. Managementul emoțiilor devine astfel un instrument de mediere între impulsurile naturale ale copilului și exigențele instituționale. Un climat educațional care ignoră dimensiunea afectivă riscă să transforme școala într-un mediu ostil, unde teama de evaluare inhibă bucuria descoperirii. Prin urmare, prioritizarea echilibrului emoțional în această etapă nu este un act de indulgență, ci o strategie pedagogică fundamentală pentru prevenirea dificultăților de adaptare pe termen lung.

2. PARTICULARITĂȚI PSIHOLOGICE ALE ELEVULUI

Dezvoltarea socio-emoțională a copilului de 6-7 ani este marcată de tranziția de la gândirea egocentrică spre o mai bună înțelegere a perspectivei celuilalt. Totuși, din punct de vedere neurologic, cortexul prefrontal – regiunea responsabilă pentru controlul impulsurilor și autoreglare – este încă în plină formare. Acest lucru explică de ce elevii din clasa pregătitoare pot avea reacții emoționale intense, uneori disproporționate față de stimulul declanșator.

Este esențial să înțelegem că la această vârstă, copiii trăiesc într-un prezent emoțional absolut. Pentru ei, o mică nereușită poate părea o catastrofă deoarece nu au încă dezvoltată perspectiva temporală sau mecanismele de coping necesare pentru a relativiza problemele.

Totodată, apare acum o conștientizare mai acută a sinelui social, ceea ce face ca feedback-ul primit de la adulți și colegi să cântărească enorm în formarea stimei de sine. Emoțiile lor sunt adesea somatizate, astfel încât o anxietate legată de o sarcină nouă se poate manifesta prin dureri de burtă sau oboseală, subliniind legătura indisolubilă dintre psihic și fizic în dezvoltarea timpurie.

În plus, la vârsta de 6-7 ani, se produce o tranziție majoră de la jocul simbolic la cel cu reguli, ceea ce pune o presiune imensă pe capacitatea de cooperare și negociere a copilului. Conflictele între elevi sunt frecvente tocmai pentru că aceștia se află la granița dintre nevoia de afirmare a sinelui și necesitatea de a fi acceptați de grup. Înclinația lor către gândirea magică începe să pălească în fața realității obiective, proces care poate genera frustrare și o stare de insecuritate. Înțelegerea faptului că un comportament disruptiv este, de cele mai multe ori, un strigăt de ajutor al unui sistem nervos copleșit este cheia unei abordări pedagogice moderne. Cadrele didactice trebuie să recunoască semnalele non-verbale ale stresului înainte ca acestea să escaladeze, oferind suport într-un moment în care copilul nu are încă resursele interne pentru a se auto-calma.

3. ROLUL CADRULUI DIDACTIC ÎN REGLAREA EMOȚIONALĂ

Cadrul didactic are la îndemână o serie de instrumente metodice pentru a facilita reglarea emoțională: alfabetizarea emoțională, crearea unui colț de liniștire și validarea trăirilor.

Mai mult decât un simplu transmițător de informații, învățătorul acționează ca un modelator de răspunsuri. Prin modul în care acesta gestionează propriile momente de tensiune sau greșelile inerente de la catedră, el oferă elevilor un script comportamental viu. În procesul de co-reglare, prezența calmă și non-punitivă a cadrului didactic servește drept ancoră pentru sistemul nervos al copilului aflat în criză. Prin stabilirea unor limite clare, dar explicate cu blândețe, învățătorul transformă sala de clasă dintr-un simplu spațiu de instruire într-un laborator de reziliență, unde elevii învață că este în regulă să simtă orice, dar nu este în regulă să acționeze oricum.

Eficiența cadrului didactic în acest rol depinde în mod critic de propria sa inteligență emoțională și de capacitatea de a practica empatia cognitivă. Învățătorul trebuie să creeze oportunități de învățare socială prin exerciții de tip joc de rol sau discuții în grup despre diverse situații ipotetice, normalizând diversitatea reacțiilor afective. Utilizarea unor instrumente vizuale, precum ”termometrul emoțiilor” sau ”cardurile cu sentimente”, facilitează verbalizarea unor stări care altfel ar rămâne blocate la nivel senzorial. Prin încurajarea unui limbaj al emoțiilor în activitățile zilnice, cadrul didactic reduce incidența comportamentelor agresive și promovează un climat de sprijin reciproc. Esențial este ca educatorul să rămână un observator fin, capabil să intervină discret pentru a ghida copilul către găsirea propriilor mecanisme de calmare, transformând crizele de furie sau tristețe în lecții valoroase de autocunoaștere.

4. IMPACTUL MANAGEMENTULUI EMOTIIONAL ASUPRA ÎNVĂȚĂRII

Cercetările în neuroștiințe demonstrează că starea de bine emoțională este direct proporțională cu performanța academică. Un copil care știe să își gestioneze frustrarea va avea o reziliență mai mare. Atunci când un elev se află într-o stare de frică sau furie, creierul supraviețuitor (amigdala) blochează accesul către funcțiile executive ale creierului superior. Practic, un copil stresat nu poate învăța să citească sau să calculeze, deoarece resursele sale biologice sunt direcționate către gestionarea amenințării percepute. Managementul emoțiilor eliberează aceste resurse cognitive, permițând intrarea în starea de "flux", unde atenția este focalizată și memoria de lucru funcționează la capacitate maximă.

De asemenea, competența emoțională influențează direct motivația intrinsecă. Elevii care reușesc să-și gestioneze teama de eșec sunt mult mai dispuși să abordeze sarcini complexe și să persevereze atunci când întâmpină dificultăți. Această atitudine de tip "growth mindset" (mentalitate de creștere) transformă actul învățării dintr-o obligație exterioară într-o provocare personală satisfăcătoare, reducând semnificativ riscul de abandon școlar sau de rezistență la învățare pe termen lung.

În contextul clasei pregătitoare, succesul în activitățile de scriere sau socotit depinde de capacitatea copilului de a tolera eroarea fără a se prăbuși emoțional. Managementul emoțiilor construiește acel fundament de siguranță interioară care permite transformarea greșelii dintr-o sursă de rușine într-o etapă firească a progresului. Atunci când elevul se simte securizat emoțional, curiozitatea sa intelectuală este stimulată, iar conexiunile neuronale se realizează mult mai eficient. Învățarea devine astfel un proces sustenabil, nu o simplă acumulare mecanică de date. Pe termen lung, copiii care beneficiază de educație emoțională timpurie dezvoltă o capacitate superioară de organizare și o putere de concentrare mai mare, deoarece nu mai sunt consumați de conflicte interne nerezolvate. Acest echilibru între minte și inimă este cheia excelenței academice reale.

5. COLABORAREA CU FAMILIA

Managementul emoțiilor nu se termină la ușa clasei. Părinții trebuie să fie parteneri în acest proces pentru a asigura continuitatea intervențiilor educaționale. Consistența între mediul școlar și cel familial este vitală pentru securitatea emoțională a copilului. Atunci când părinții sunt informați cu privire la tehnicile de reglare folosite în clasă și le aplică la rândul lor acasă, copilul primește un mesaj unitar care îi facilitează internalizarea regulilor de comportament. Parteneriatul școală-familie ar trebui să se bazeze pe un dialog onest, în care educatorul și părintele colaborează nu doar pentru rezultate academice, ci pentru a monitoriza fluctuațiile emoționale ale copilului, oferindu-i acestuia o plasă de siguranță extinsă în care să poată crește fără teama de a fi judecat.

Implicarea familiei presupune și o educare a părinților în spiritul disciplinei pozitive, evitându-se pedepsele care pot submina încrederea de sine a micului școlar. Comunicarea constantă prin intermediul caietelor de corespondență, al întâlnirilor individuale sau al atelierelor tematice ajută părinții să înțeleagă importanța validării emoțiilor acasă. Un copil

care vede că limbajul emoțional este respectat în ambele medii de referință va dezvolta o identitate stabilă și o capacitate de adaptare crescută. Rolul familiei este acela de a oferi contextul de descărcare emoțională după o zi plină de solicitări școlare, acționând ca un port sigur. Fără acest sprijin parental, eforturile cadrului didactic rămân izolate și pot fi percepute de copil ca fiind artificiale. Colaborarea reală transformă managementul emoțional dintr-o metodă pedagogică într-un stil de viață sănătos pentru copil.

6. CONCLUZII

În concluzie, managementul emoțiilor la clasa pregătitoare reprezintă temelia pe care se sprijină întregul parcurs educațional ulterior. Educația emoțională nu este o activitate opțională, ci nucleul educației timpurii. În ultimă instanță, scopul final al acestui demers este transformarea vulnerabilității în putere. Un elev care părăsește clasa pregătitoare având capacitatea de a-și numi emoțiile și de a cere ajutor atunci când se simte copleșit este un elev echipat pentru viață, nu doar pentru școală.

Succesul acestui management emoțional se va reflecta, peste ani, în calitatea relațiilor sociale ale viitorului adult și în capacitatea acestuia de a contribui constructiv la societate. Școala are datoria morală de a forma nu doar competențe, ci și caractere reziliente, capabile să găsească echilibrul într-o lume în continuă schimbare.

Privind în perspectivă, investiția în inteligența emoțională la nivelul clasei pregătitoare este cea mai sigură cale de a asigura o generație de adulți capabili de autocontrol și cooperare. Nu putem separa performanța cognitivă de stabilitatea afectivă, ele fiind fețele aceleiași monede a dezvoltării umane. Într-o epocă marcată de incertitudine și digitalizare rapidă, abilitățile de gestionare a propriilor stări interioare devin competențe de supraviețuire socială. Școala românească trebuie să continue integrarea acestor practici, recunoscând că un copil fericit și echilibrat este, prin definiție, un copil care va reuși să învețe și să performeze. Finalitatea educației nu este doar transmiterea de informații, ci modelarea unei ființe umane integrale, care își înțelege emoțiile și le folosește ca pe o busolă în călătoria sa spre maturitate.

BIBLIOGRAFIE

- Goleman, Daniel, (2018), Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București.
- Siegel, Daniel J.; Bryson, Tina Payne, (2017), Creierul copilului explicat părinților: 12 strategii revoluționare de cultivare a minții în dezvoltare a copilului tău, Editura For You, București.
- Stan, Cristian, (2004), Autocontrolul emoțional, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca.

INFLUENȚA DESENELOR ANIMATE ȘI A CONȚINUTULUI DIGITAL ASUPRA DEZVOLTĂRII COPILULUI PREȘCOLAR

*Prof. Ed. Timpurie Șerban Monica Andreea
GPP „Paradisul Copiilor” – structură a
Liceului Tehnologic „N. Dumitrescu” Cumpăna*

Poveștile au avut dintotdeauna un rol esențial în dezvoltarea copilului. Prin intermediul acestora, cei mici își dezvoltă imaginația, vocabularul, creativitatea și capacitatea de a înțelege lumea din jur. Basmelor și poveștilor tradiționale transmit valori morale precum bunătatea, respectul, curajul, prietenia și empatia, contribuind la formarea personalității copilului încă din primii ani de viață.

În societatea contemporană, o parte din rolul poveștilor a fost preluată de mijloacele moderne de comunicare și divertisment. Televizorul, tableta, telefonul mobil și platformele de streaming oferă copiilor acces rapid la o varietate de desene animate și conținut digital. Pentru mulți preșcolari, personajele animate au devenit modele de comportament, iar timpul petrecut în fața ecranelor ocupă o parte semnificativă din activitățile zilnice.

Desenele animate moderne prezintă atât avantaje, cât și dezavantaje. Pe de o parte, numeroase producții educative contribuie la dezvoltarea limbajului, a gândirii logice și a comportamentelor prosoziale. Seriale precum „Bluey”, „Daniel Tiger's Neighborhood”, „Peppa Pig” sau „Puffin Rock” promovează cooperarea, rezolvarea conflictelor, gestionarea emoțiilor și relațiile pozitive dintre membrii familiei.

Pe de altă parte, există și conținut care pune accent pe conflicte, competiție excesivă, comportamente impulsive sau stereotipuri sociale. Copiii de vârstă preșcolară nu au încă suficient dezvoltată capacitatea de a diferenția complet ficțiunea de realitate și pot prelua prin imitație anumite modele comportamentale observate la personajele preferate.

Un aspect important îl reprezintă violența prezentă în unele desene animate. Chiar dacă aceasta este adesea prezentată într-o manieră comică sau fantastică, expunerea repetată poate conduce la banalizarea comportamentelor agresive. De asemenea, utilizarea unui limbaj nepotrivit, a insultelor sau a ironiei poate influența modul în care copiii comunică în relațiile cu cei din jur.

În educația timpurie, rolul adultului este esențial în selectarea conținutului media adecvat vârstei. Părinții și cadrele didactice trebuie să urmărească nu doar durata expunerii la ecrane, ci și calitatea materialelor vizionate. Vizionarea împreună cu copilul oferă oportunitatea discutării situațiilor prezentate, explicării comportamentelor personajelor și consolidării mesajelor educative.

Specialiștii recomandă limitarea timpului petrecut în fața ecranelor și încurajarea activităților care stimulează dezvoltarea globală a copilului: lectura poveștilor, jocul liber, activitățile în aer liber, explorarea mediului și interacțiunile directe cu familia și colegii. Aceste experiențe contribuie într-o măsură mai mare la dezvoltarea limbajului, a inteligenței emoționale și a competențelor sociale.

În concluzie, desenele animate și mediul digital reprezintă o realitate a copilăriei contemporane. Impactul acestora asupra dezvoltării preșcolarului depinde în mare măsură de calitatea conținutului, de timpul alocat vizionării și de implicarea adultului în procesul de mediere. Folosite responsabil, resursele digitale pot deveni instrumente valoroase de învățare și dezvoltare, completând rolul fundamental pe care poveștile și experiențele directe îl au în formarea copilului.

Bibliografie:

- American Academy of Pediatrics (2023), *Media and Young Minds*.
- UNICEF (2023), *Copiii în mediul digital*.
- Hohmann, M., Weikart, D. (2021), *Educația timpurie și dezvoltarea copilului*, Editura Didactică și Pedagogică.
- Dumitrana, M. (2019), *Educația limbajului în învățământul preșcolar*, București.
- Oprea, C. (2022), *Educația pentru media în grădiniță și familie*, Editura Polirom.



EVALUAREA ÎN CONTEXTUL DIGITALIZĂRII ÎN CADRUL DISCIPLINELOR DE SPECIALITATE DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PROFESIONAL ȘI TEHNIC

*Prof. Cehan Laura
Liceul Teoretic "Emil Racoviță" Techirghiol, Constanța*

Adaptarea sistemului de educație și formare la evoluția tehnologică reprezintă un proces complex, necesar pentru pregătirea și perfecționarea resurselor umane și element esențial al dezvoltării, modernizării și inovării societății. Utilizarea noilor tehnologii digitale este calea directă pentru a face școala mai atractivă pentru elevi, mai adaptată nevoilor și stilului lor de viață, mai eficientă în a dezvolta competențe, generând educație pe tot parcursul vieții.

În societatea zilelor noastre instrumentele digitale sunt cele care captează atenția elevilor, cresc interesul acestor față de școală, oferind posibilitatea unei învățări în propriul ritm.

Pentru a vedea nivelul atins de elev și pentru a ști ce este de făcut pe mai departe este nevoie de evaluare obiectivă și corectă.

Evaluarea digitalizată este o prioritate și pentru disciplinele tehnice, ușor de implementat în cazul elevilor din învățământul liceal și profesional care au dezvoltat o autonomie în învățare.

Evaluarea cu ajutorul tehnologiei poate fi utilizată cu succes în evaluarea activităților de grup. Elevii lucrează împreună pentru a rezolva problema sau pentru a crea un produs finit, cum ar fi o prezentare online sau un videoclip eLearning, fiecare lucrând simultan același document dar în medii diferite.

În contextul digitalizării învățământului, evaluarea ar putea deveni mai rapidă și mai obiectivă prin construirea unei baze de instrumente de evaluare cu ajutorul computerului, aceste baze ar putea fi puse împreună pe catedre în fiecare școală și apoi la nivel național – asigurându-se o evaluare unitară și care ar da o imagine mai reală asupra cunoștințelor elevilor pe obiective de învățare ce asigură formarea de competențe specifice.

Utilizarea evaluării digitalizate în învățământul tehnologic are o serie de beneficii precum:

- încurajează creativitatea și gândirea critică, dar și dezvoltă abilități de colaborare și gestionare a timpului;
- facilitează procesul de evaluare, dar și economisește timp și resurse, permițând profesorilor să se concentreze mai mult pe instruirea practică;
- îmbunătățește abilitățile sociale și de comunicare ale elevilor, și îi ajută să dezvolte o înțelegere mai profundă a subiectelor studiate.

Pentru o bună desfășurare a evaluării digitalizate pot fi utilizate teme colaborative în Google Drive, evaluări deschise cu acces la internet, teste online prin intermediul aplicațiilor learningapps.org, educaplay.com, quizizz.com precum și jocuri de rol și activități de lucru cu ajutorul aplicațiilor Wordwall, Kahoot, Padlet, Canva.

Identificarea și aplicarea unor strategii eficiente în vederea evaluării în mod consecvent este esențială pentru asigurarea performanței în educație, metodele de evaluare trebuie să progreseze rapid, pentru a ține pasul cu nevoile curente și a permite profesorilor o perspectivă actuală și reală.

Specificul disciplinelor tehnice și de specialitate rezidă în caracterul lor aplicat. Spre deosebire de disciplinele teoretice, unde evaluarea vizează adesea memorarea sau înțelegerea conceptuală, în învățământul profesional și tehnic accentul cade pe „a ști să faci”. Digitalizarea nu înseamnă simpla scanare a unui test tradițional, ci utilizarea tehnologiei pentru a modela situații reale de muncă. Prin intermediul laboratoarelor virtuale, al simulatoarelor și al software-urilor de proiectare, evaluarea digitală permite testarea elevilor în medii sigure, replicând scenarii din industrie fără costuri materiale mari sau riscuri de accidentare.

Evaluarea digitală în învățământul profesional și tehnic reprezintă o punte necesară între școală și rigorile economiei digitale. Ea transformă actul evaluativ dintr-un factor de stres într-un instrument de învățare continuă și autoreglare. Pentru o digitalizare de succes, este esențial ca tehnologia să fie privită ca un mijloc de potențare a măiestriei practice, și nu ca un înlocuitor al acesteia, asigurând astfel absolvenților competențe reale, validate prin standarde moderne de performanță.

Bibliografie:

- Strategia privind digitalizarea educației din România 2021-2027, Smart.edu.ro
- Revista Educației EDICT, 15.06.2022
- eLearning Industry - 8 Qualitative eLearning Assessment Methods To Track Online Learners Progress

INTELIGENȚA ARTIFICIALĂ ÎN ȘCOALĂ – ÎNTRE OPORTUNITATE ȘI RESPONSABILITATE

Educația în era instrumentelor digitale inteligente

*Prof. Niculescu Viorica
Liceul Teoretic "Emil Racoviță", Techirghiol, Constanța*

În ultimii ani, tehnologia a devenit o prezență firească în viața copiilor și a adulților, iar inteligența artificială (IA) a adus o nouă etapă în această transformare. Instrumente capabile să genereze texte, imagini, exerciții sau explicații sunt tot mai ușor de utilizat, inclusiv de către elevi. În acest context, școala nu mai poate privi inteligența artificială doar ca pe o noutate tehnologică, ci trebuie să o abordeze ca pe o realitate educațională care necesită reguli, discernământ și responsabilitate.

Pentru elevi, utilizarea inteligentă a IA poate deschide numeroase oportunități. Un copil poate primi o explicație suplimentară atunci când nu a înțeles o noțiune, poate solicita exemple adaptate nivelului său sau poate transforma o idee într-un plan de lucru. În activitățile de proiect, tehnologia poate stimula creativitatea și poate sprijini documentarea, organizarea informațiilor și formularea unor întrebări relevante. Mai important însă, valoarea educativă nu constă în răspunsul oferit de instrument, ci în felul în care elevul îl verifică, îl înțelege și îl folosește pentru a învăța.

Aici intervine rolul esențial al profesorului. Inteligența artificială nu poate înlocui relația umană care stă la baza educației: dialogul, încurajarea, observarea progresului, înțelegerea emoțiilor și adaptarea activităților la nevoile reale ale copilului. Profesorul rămâne cel care stabilește obiectivele învățării și creează situații în care elevul gândește, argumentează, colaborează și își asumă propriile rezultate. IA poate deveni un instrument al profesorului, nu un substitut al acestuia.

Există, desigur, și riscuri. Unul dintre cele mai importante este folosirea inteligenței artificiale pentru a realiza teme sau proiecte fără implicarea reală a elevului. Dacă un copil copiază un răspuns generat automat fără să îl înțeleagă, tehnologia nu mai sprijină învățarea, ci o înlocuiește. De aceea, devine necesară formarea unei competențe noi: aceea de a utiliza critic informația generată de instrumentele digitale. Elevii trebuie să învețe că un răspuns formulat convingător nu este neapărat și corect.

O altă direcție importantă este educația pentru siguranță și responsabilitate digitală. Copiii trebuie să știe ce informații pot introduce într-un instrument online, cum își protejează datele personale, cum verifică sursele și cum respectă drepturile de autor. În același timp, școala trebuie să promoveze un echilibru între activitățile digitale și cele care dezvoltă competențe prin experiență directă: cititul, scrisul de mână, jocul, experimentul, conversația și colaborarea față în față.

În învățământul primar, abordarea inteligenței artificiale poate fi făcută gradual și adaptat vârstei. Nu este necesar ca elevii să învețe mecanisme tehnice complexe. Este suficient, de exemplu, să descopere că un instrument digital poate greși, că informația trebuie verificată și că omul este cel care pune întrebările potrivite și ia deciziile. Activități precum compararea unui răspuns generat de IA cu informațiile dintr-o carte, corectarea unor erori sau formularea unor întrebări mai clare pot transforma tehnologia într-un prilej de dezvoltare a gândirii critice.

În fond, provocarea nu este dacă inteligența artificială va ajunge în școală, ci cum alegem să o folosim. O școală pregătită pentru viitor nu este cea care folosește cât mai multe aplicații, ci cea care îi învață pe copii să gândească într-o lume în care informația este abundentă, rapidă și uneori nesigură. IA poate fi un partener valoros al procesului educațional

atunci când este folosită cu scop pedagogic, cu limite clare și cu respect pentru autonomia și creativitatea elevului.

Educația viitorului va avea, cel mai probabil, mai multă tehnologie, dar acest lucru nu înseamnă mai puțină umanitate. Dimpotrivă, cu cât instrumentele devin mai inteligente, cu atât devin mai importante empatia, curiozitatea, responsabilitatea, gândirea critică și capacitatea de a lucra împreună. Misiunea școlii rămâne aceeași: să formeze oameni capabili să înțeleagă lumea și să contribuie la ea în mod responsabil. Inteligența artificială poate ajuta la atingerea acestui obiectiv, dacă noi rămânem cei care îi stabilim locul și rostul în educație.

Bibliografie:

- European Commission (2022), Ethical guidelines on the use of artificial intelligence (AI) and data in teaching and learning for educators.
- UNESCO (2023), Guidance for generative AI in education and research, Paris: UNESCO.
- Ministerul Educației, Strategia privind digitalizarea educației din România – documente și resurse privind transformarea digitală a educației.
- OECD (2023), Digital Education Outlook 2023: Towards an Effective Digital Education Ecosystem, OECD Publishing.

GUSTURILE CARE UNESC. DOBROGEA – O LECȚIE DE DIVERSITATE ȘI ARMONIE PRIN GASTRONOMIE

*Prof. Protopopescu Gabriela-Cristina
Liceul Teoretic „Emil Racoviță” Techirghiol, județul Constanța
LTCS – structură Școala Gimnazială Nr. 1 Eforie Nord, județul Constanța*

„Nu-i loc pentru estetic să fie trist,
Căci și bucătăria e o artă,
Atunci când bucătarul e artist.”
(Predoslovie, Păstorel Teodoreanu)

Dobrogea este un spațiu unic în România, un teritoriu în care diversitatea culturală nu este doar o moștenire istorică, ci o realitate vie, vizibilă în limbaj, tradiții, obiceiuri și, mai ales, în gastronomie. Între Dunăre și Marea Neagră, regiunea a devenit de-a lungul secolelor un model de conviețuire pașnică, în care români, turci, tătari, ruși lipoveni, greci, aromâni și bulgari au contribuit la conturarea unei identități comune. Bucătăria este unul dintre cele mai puternice limbaje ale acestei diversități: un loc în care gusturile devin punți între oameni, iar rețetele circulă liber dintr-o comunitate în alta.

Gastronomia dobrogeană nu este doar o colecție de rețete, ci o poveste a întâlnirii dintre culturi, tradiții și identități.

Scopul acestui eseu este de a evidenția modul în care tradițiile culinare dobrogene reflectă multiculturalitatea regiunii și contribuie la consolidarea unei conviețuirii armonioase. Prin explorarea unor preparate reprezentative, a originilor lor variate și a valorilor pe care le transmit, lucrarea își propune să arate cum gastronomia devine o lecție de diversitate, un instrument de apropiere între comunități și un vector de promovare a turismului cultural și identitar.

Preparatele dobrogene – expresia unei identități multiculturale

Bucătăria dobrogeană este un mozaic culinar în care se regăsesc influențe orientale, balcanice, slave, mediteraneene și românești. Unul dintre cele mai reprezentative preparate este borșul de pește, specific comunităților pescărești și lipovene din Delta Dunării, unde se folosesc mai multe specii de pește, iar masa se servește în două etape: mai întâi zeama, apoi peștele, alături de mujdei și mămăligă. Plachia de pește, saramura de crap, scrumbia la grătar sau peștele marinat completează această lume în care Dunărea și Marea Neagră dictează meniul.

Un alt simbol al regiunii este plăcinta dobrogeană, produs atestat tradițional, rezultat al întâlnirii dintre tehnicile românești de patiserie și influențele turcești și balcanice. Alături de ea, deserturile orientale – baclavaua, sarailia, halvaua de casă, kataiful – aduse de comunitățile turcești și tătarești, au devenit de mult timp parte integrantă din gastronomia locală, fiind prezente la sărbători indiferent de etnie.

Tot din zona influențelor orientale provin și preparatele din carne crud-uscate, precum ghiudemul, sucukul și pastırma. Sucukul (sau sujuk) este un cârnat crud-uscă, de obicei din carne de vită, foarte condimentat, ușor picant, în timp ce ghiudemul, specific mai ales tătarilor dobrogeni, este mai dens, mai uscat și are o textură mai fermă. Pastırma, diferită de pastrama românească, este un mezel turcesc crud-uscă, din mușchi de vită presat și acoperit cu un strat de condimente (çemen), foarte aromat, prezent și în comunitățile turcești și tătarești din Dobrogea. Aceste produse, odinioară identitare pentru anumite grupuri, sunt astăzi apreciate de toate comunitățile din regiune.

Pe de altă parte, preparate precum scordolea, icrele de știucă, peștele prăjit cu lămâie și usturoi, storceagul lipovenesc sau piroștii (colțunași umpluți cu cartofi, brânză sau varză) trimit la influențele grecești, aromâne și lipovene. Simplitatea ingredientelor – pește, cartofi, usturoi, ulei, făină – și intensitatea gustului arată cum bucătăria tradițională poate transforma elemente modeste în adevărate delicii, devenind un limbaj comun al tuturor dobrogenilor.

Preparatele fiecărei etnii – o hartă a diversității

Pentru a înțelege cu adevărat bogăția Dobrogei, este important să privim câteva preparate specifice fiecărei comunități, așa cum sunt ele integrate astăzi în viața de zi cu zi.

În *comunitățile românești din Dobrogea*, mesele se construiesc adesea în jurul peștelui: plachie de pește, saramură de crap, ciorbă pescărească, scrumbie la grătar, icre de știucă sau de crap, dar și preparate precum tochitura dobrogeană, sarmalele, cozonacul cu nucă și rahat, plăcintele cu brânză. Vinurile locale de Murfatlar, Ostrov sau Sarica-Niculițel însoțesc aceste mâncăruri, transformând mesele de familie în adevărate ritualuri.

Turcii dobrogeni păstrează tradiția baclavalei, sarailiei și halvalei, a pilafului cu carne de oaie, a chiftelelor köfte, a supei de linte (mercimek çorbası), a mâncărilor cu legume în sos de roșii și ulei (imam bayıldı), precum și a preparatelor din carne crud-uscă, intens condimentate, sujuk și pastırma, dar și a ceaiului negru servit în pahare mici, în formă de lalea. Ayranol, băutură răcoritoare din iaurt, apă și sare, este foarte apreciat în zilele călduroase.

Tătarii dobrogeni sunt cunoscuți pentru şuberek (chiburek) – plăcintă prăjită umplută cu carne tocată –, pentru ciorba de miel cu lămâie, sarma tătarească, pilafurile aromate, gogoșile tradiționale și deserturile cu foi fine și sirop. În gospodăriile lor se consumă kefir și, mai ales, braga – băutură fermentată din cereale, cu gust dulce-acrișor, specifică turcilor și tătarilor din Dobrogea, prezentă de generații în târguri și sate.

Lipovenii aduc în peisaj storceagul – o ciorbă de pește alb, bogată și catifelată –, borșul de pește cu mai multe soiuri, peștele afumat (sturion, scrumbie, somn), peștele prăjit în crustă de mălai, piroștii și colțunașii umpluți cu cartofi, brânză sau varză. Kvassul, băutură

slab alcoolizată obținută din pâine fermentată, și ceaiul rusesc la samovar întregesc atmosfera caselor lipovenești.

Grecii și aromânii contribuie cu scordolea (piure de cartofi sau pâine cu usturoi și ulei), peștele prăjit cu lămâie și usturoi, musacaua, saramura de chefal, salata de vinete cu ulei de măsline, plăcintele aromâne cu brânză și verdețuri, pite cu praz sau spanac, miel la proțap și, mai ales, piperchi argâsiți – o mâncare tradițională aromânească din ardei prăjiți cu roșii, brânză sărată și, adesea, ouă, considerată una dintre cele mai reprezentative rețete ale bucătăriei aromâne din Dobrogea. Uzo și vinurile de casă completează acest univers culinar.

Bulgarii dobrogeni completează tabloul cu tarator (supă rece de iaurt cu castraveți și usturoi), banitsa (plăcintă cu brânză), kebabche și kyufte (preparate din carne tocată), salata shopska, iaurtul gros de casă și rakia, băutura lor spirtoasă tradițională. În unele sate, rețete precum lyutenitsa (pastă de ardei și roșii) sau diverse mâncăruri cu ardei și brânză circulă astăzi liber între bulgari, români și aromâni.

Toate aceste preparate nu rămân închise în interiorul unei singure comunități, ci circulă liber între etnii: un român gătește șuberek, o familie tătărească pregătește plăcintă dobrogeană, o gospodină aromâncă face borș de pește, iar un lipovean servește baclava la sărbători. Astfel, bucătăria devine un spațiu de întâlnire, nu de separare.

Băuturile dobrogene – tradiție și convivialitate

Pe lângă mâncare, Dobrogea are o tradiție bogată în băuturi, care reflectă la rândul lor diversitatea culturală a regiunii. Vinurile dobrogene, produse în podgoriile de la Murfatlar, Ostrov sau Sarica-Niculițel, sunt recunoscute pentru calitatea lor și însoțesc mesele de sărbătoare ale românilor, aromânilor și grecilor. Țuica și rachiul de fructe rămân prezente în gospodăriile românești și aromâne, fiind oferite oaspeților ca semn de respect și ospitalitate.

În comunitățile turcești și tătărești, ayranul – băutură răcoritoare din iaurt, apă și sare – este nelipsit, iar braga, băutură fermentată din cereale (mei, porumb sau grâu), cu gust dulce-acrișor, este legată de copilăria multor dobrogeni, indiferent de etnie. Kvassul, băutură slab alcoolizată lipovenească, obținută din pâine fermentată, este consumat mai ales vara, în timp ce ceaiul turcesc și ceaiul rusesc la samovar sunt adevărate simboluri ale ospitalității, transformând orice vizită într-un prilej de dialog.

Astfel, băuturile dobrogene nu sunt doar produse alimentare, ci și pretexte pentru întâlnire, conversație și împărtășire de povești, întărind legăturile dintre oameni.

O notă personală

Pentru mulți dobrogeni, gastronomia nu este doar un capitol de istorie sau un subiect de studiu, ci o parte intimă a biografiei lor. Mirosul de pește proaspăt la malul Dunării, plăcintele aburinde pregătite de bunici, mesele de sărbătoare în care se întâlnesc, firesc, baclava, cozonacul, șuberekul și piperchi argâsiți creează un sentiment profund de apartenență. În Dobrogea, mâncarea devine o formă de memorie: fiecare rețetă poartă cu ea o poveste de familie, o migrație, o prietenie sau o vecinătate.

Pentru un copil crescut în acest spațiu, este perfect natural ca în aceeași zi să guste borș de pește, plăcintă dobrogeană, șuberek tătăresc și piperchi aromânesc, fără să simtă vreo ruptură între ele. Această normalitate a diversității este, de fapt, una dintre cele mai prețioase moșteniri ale Dobrogei. Gastronomia devine astfel nu doar hrană, ci și identitate, continuitate și, uneori, dor de casă.

Gastronomia dobrogeană este o dovadă vie că diversitatea poate fi o forță a unității. Prin rețetele sale multiculturale, Dobrogea își păstrează identitatea, dar în același timp o deschide către lume. Fiecare preparat – de la borșul de pește la șuberek, de la piperchi argâsiți la storcean, de la baclava la plăcinta dobrogeană – este o lecție despre respect, armonie și conviețuire, valori esențiale într-o societate modernă.

Într-o lume în care diferențele pot crea distanțe, Dobrogea arată că ele pot deveni punți. Gastronomia este una dintre cele mai eficiente modalități de a promova această viziune: prin festivaluri culinare, trasee gastronomice, ateliere pentru turiști sau programe educaționale, bucătăria dobrogeană poate deveni un ambasador al multiculturalității românești.

Dobrogea ne învață că gusturile pot uni, iar masa poate deveni locul în care oamenii descoperă că diversitatea nu este o problemă de rezolvat, ci o bogăție de împărtășit.

Bibliografie:

- Roman, Radu Anton. *Poveștile bucătăriei românești, Volumul I. Dobrogea și Câmpia română*, Editura Jurnalul, Paideia, București, 2010
- Roman, Radu Anton. *Bucate, vinuri și obiceiuri românești*, Editura Paideia, București, 2009
- Teodoreanu, Păstorel. *Gastronomie*, Editura Agora, București, 2012
- Stavrositu, Stere. *Rețetar de preparate culinare, produse de cofetărie, patiserie și arta serviciilor în restaurante pentru turismul intern și internațional. Enciclopedie gastronomică*, Editura Fundația “Arta serviciilor în turism, prof. Stere Stavrositu”, Constanța, 2004
- Institutul Național al Patrimoniului – Studii despre multiculturalitatea Dobrogei.
- Surse orale și materiale locale privind tradițiile culinare dobrogene.

GASTRONOMIA AROMÂNILOR- GUSTURI CARE UNESC DOBROGEA

*Profesor coordonator: Pocea Mihaela
Elevi: Bălan Daria și Nica Florentina
Liceul Tehnologic „Ion Podaru”
Ovidiu, Constanța*

Dobrogea este unul dintre cele mai valoroase spații multiculturale ale României, un loc în care popoare diferite au învățat să trăiască împreună, să își respecte tradițiile și să își împărtășească obiceiurile. Așezată între Dunăre și Marea Neagră, această regiune a devenit, de-a lungul timpului, casa românilor, aromânilor, turcilor, tătarilor, grecilor, lipovenilor și multor altor comunități. Diversitatea etnică a influențat profund cultura dobrogeană, iar gastronomia reprezintă una dintre cele mai frumoase dovezi ale armoniei dintre oameni. Prin preparatele tradiționale, fiecare comunitate și-a păstrat identitatea, dar a contribuit și la formarea unui patrimoniu culinar comun. În special comunitatea aromână a adus în Dobrogea gusturi autentice, rețete transmise din generație în generație și valori legate de familie, ospitalitate și respect pentru muncă.

Gastronomia aromână ocupă un loc important în cultura culinară a Dobrogei. Aromânii, cunoscuți pentru spiritul lor gospodăresc și pentru legătura puternică cu tradițiile pastorale, au adus preparate simple, dar bogate în gust și semnificație. Multe dintre mâncărurile lor sunt pregătite din ingrediente naturale: lapte, brânzeturi, carne de oaie, legume și ierburi aromatice. Printre preparatele reprezentative se numără plăcintele aromâne, preparate cu brânză sărată sau iaurt, dar și renumita „pită”, coaptă după rețete vechi, păstrate

cu grijă în familie. Un alt preparat apreciat este bulzul aromânesc, realizat din mămăligă și brânză de oaie, care simbolizează viața pastorală și simplitatea tradițiilor aromâne.

De asemenea, mesele aromânilor sunt adevărate momente de comuniune. În multe sate dobrogene, sărbătorile și evenimentele importante reunesc familii întregi în jurul bucatelor tradiționale. Astfel, gastronomia devine mai mult decât hrană: devine un limbaj al prieteniei și al respectului reciproc. În cadrul festivalurilor locale, aromânii împart cu bucurie preparatele lor atât localnicilor, cât și turiștilor, contribuind la promovarea imaginii Dobrogei ca spațiu al armoniei culturale.

Influențele culinare dintre comunitățile dobrogene au dus la apariția unor preparate unice. De exemplu, condimentele orientale folosite de turci și tătari s-au îmbinat cu rețetele aromâne și românești, iar preparatele pe bază de pește specifice zonei Dunării și Mării Negre au fost adaptate după gusturile fiecărei comunități. Această combinație de arome și tradiții demonstrează că diversitatea poate crea frumusețe și echilibru. Bucatele devin astfel punți între oameni, iar mesele comune întăresc relațiile dintre comunități.

În prezent, tradiția se îmbină armonios cu inovația în gastronomia dobrogeană. Mulți bucătari și producători locali încearcă să păstreze rețetele autentice, dar să le adapteze cerințelor moderne. Restaurantele cu specific dobrogean promovează preparate tradiționale reinterpretate, atrăgând turiști interesați nu doar de peisajele Dobrogei, ci și de experiențele culinare autentice. Festivalurile gastronomice, târgurile tradiționale și pensiunile locale contribuie la dezvoltarea turismului și la păstrarea identității culturale a regiunii.

Poveștile despre oameni care gătesc împreună, care oferă turiștilor din propriile preparate sau care transmit mai departe rețetele moștenite de la bunici reprezintă adevărate fapte bune. Ele arată că gastronomia poate uni generații și popoare diferite. În Dobrogea, ospitalitatea este o valoare esențială, iar mesele împărțite cu ceilalți devin simboluri ale păcii și respectului.

Gastronomia dobrogeană reprezintă o lecție autentică de diversitate și armonie. Prin preparatele aromâne și prin influențele multiple ale comunităților care trăiesc în această regiune, Dobrogea demonstrează că tradițiile pot conviețui frumos și pot crea o identitate culturală unică. Bucatele tradiționale nu sunt doar expresii culinare, ci și simboluri ale respectului, prieteniei și colaborării dintre oameni. În același timp, ele contribuie la promovarea turismului și la păstrarea valorilor culturale locale. Astfel, gusturile Dobrogei continuă să unească oameni și să transmită generațiilor viitoare o importantă lecție despre toleranță, multiculturalitate și armonie.

Comunitatea aromână din Dobrogea a păstrat de-a lungul timpului numeroase preparate tradiționale, transmise din generație în generație. Aceste mâncăruri reflectă stilul de viață pastoral al aromânilor, legătura lor cu natura și respectul pentru ingredientele simple, dar gustoase.

Un preparat reprezentativ este *"pită di prash"*, o plăcintă aromânească, pregătită din foi subțiri de aluat și umplută cu brânză sărată și praz. Aceasta este coaptă până capătă o crustă aurie și crocantă, fiind servită atât la mesele de sărbătoare, cât și în viața de zi cu zi. Plăcinta simbolizează ospitalitatea aromânilor și bucuria de a împărți hrana cu familia și oaspeții.

Gastronomia aromână, renumită pentru preparatele sale rustice și pline de savoare, bazate pe legume proaspete, lactate de calitate și carne de miel/oaie a contribuit la diversitatea gastronomică a Dobrogei și a demonstrat că tradițiile culinare pot deveni adevărate punți între oameni și culturi diferite.

GUSTURILE CARE UNESC.

DOBROGEA – O LECȚIE DE DIVERSITATE ȘI ARMONIE PRIN GASTRONOMIE

*profesor coordonator: Ungureanu Georgeta
elevi: Dobriță Bianca Roxana și Sandu Nicoleta
Liceul Tehnologic “Ion Podaru”
Ovidiu, Constanța*

Dobrogea, tărâm străvechi, una dintre cele mai fascinante și valoroase regiuni ale României, ce se remarcă atât prin frumusețea peisajelor, cât și prin bogăția culturală și diversitatea etnică.

Habitat istoric și geografic situat între Dunăre și Marea Neagră, această provincie a fost, de-a lungul timpului, un adevărat punct de întâlnire al mai multor popoare și civilizații, un mozaic cultural unic, un model autentic de multiculturalitate și conviețuire interetnică în România.

Un mix etnic autentic de români, turci, tătari, greci, lipoveni, bulgari și aromâni au conviețuit aici în armonie, păstrându-și tradițiile, limba și obiceiurile, dar influențându-se reciproc în mod pozitiv păstrânduși de-a lungul timpului tradițiile, valorile și credințele. Această diversitate este considerată o bogăție culturală, transformând regiunea într-un exemplu de toleranță și interferențe culturale.

Una dintre cele mai importante dovezi ale acestei conviețuiri este gastronomia dobrogeană, un hibrid de gusturi, arome și rețete care reflectă multiculturalitatea regiunii. Bucătăria dobrogeană nu înseamnă doar hrană, ci istorie, tradiție și identitate culturală.

În spatele fiecărui preparat în parte se află o poveste frumoasă despre oameni, familie și obiceiuri transmise transgenerațional. De la plăcinta dobrogeană și preparatele pescărești, până la baclavale sau mâncăruri cu puternice influențe orientale, gastronomia Dobrogei este o dovadă vie a diversității care crează multă armonie și frumusețe culturală. În acest “colț de rai”, mesele tradiționale devin adevărate momente de apropiere între oameni, indiferent de etnie sau religie.

Prin acest eseu ne propunem să evidențiem contribuția gastronomiei dobrogene la înrădăcinarea multiculturalității și, în egală măsură, la promovarea valorilor precum respectul, toleranța și unitatea. De asemenea, vom scoate în evidență modul în care tradițiile culinare locale reprezintă nu doar o moștenire culturală importantă, ci și un element de promovare turistică și de consolidare a identității noastre dobrogene.

Tărâmul dobrogean este cel mai elocvent model de multiculturalitate și conviețuire etnică din Europa, unde comunitatea lipoveană este una dintre cele peste 16 etnii care își împart armonios istoria, tradițiile, și gastronomia de secole bune.

Acest unic mozaic cultural transformă regiunea într-un spațiu mirific în care sărbătorile sunt respectate în comun, cu sfințenie, iar rețetele tradiționale împrumută tehnicile de odinioară de la o comunitate la alta, totul în beneficiul generațiilor viitoare care se vor bucura de diversitate în armonie. Fiecare preparat poartă influențe istorice și culturale variate, contribuind la formarea unei bucătării mult apreciate, unice și inconfundabile pe teritoriul României și nu numai.

Un preparat reprezentativ, ce merită menționat și promovat, este storceanul, o ciorbă pescărească tradițională din Delta Dunării, preparat tradițional lipovenesc din satul Sfântu Gheorghe. Ingredientele cheie, folosite de localnicele gospodine, sunt carne de sturion (cunoscută și sub numele de storcean), legume proaspete (ceapă, țelină, cartofi, morcov), smântână grasă, gălbenuș de ou, mărar, usturoi și lămâie pentru acrit. Peștele este fiert în supa de legume, iar la final ciorba este dreasă cu smântână și ou, asemenea ciorbei de burtă,

rezultând o textură cremoasă. Storceagul se servește fierbinte, adesea cu un mujdei de usturoi.

Considerat "regina ciorbelor" din pește acest preparat reflectă păstrarea intactă a identității culturale și legătura puternică a locuitorilor cu apa și tradiția pescuitului.

Tradițiile culinare ale comunității rușilor lipoveni sunt profund legate de resursele Deltei Dunării – peștele, contribuind de-a lungul timpului la diversificarea preparatelor din pește și la metode speciale de conservare a acestuia.

Un aspect interesant legat de obținerea storceagului este că, la origini, acesta era preparat chiar în barcă de către pescari, pe un foc deschis, folosind apă din Delta Dunării pentru o aromă unică, o tradiție care subliniază legătura strânsă cu mediul în care trăiesc.

Abundența și diversitatea cărnii de pește este pregătită în numeroase variante, de-a lungul timpului fiecare familie având propria rețetă transmisă din generație în generație. Priceperea transformării peștelui și a subproduselor în bucate alese este un simbol al ospitalității locuitorilor din zona Dobrogei.

Ceea ce impresionează în Dobrogea este faptul că aceste tradiții culinare nu s-au păstrat separat, ci s-au împletit armonios. Gastronomia dobrogeană demonstrează că diversitatea culturală poate crea unitate și respect reciproc.

Toate aceste experiențe culinare imprimă, negreșit, generațiilor viitoare valori precum respectul, generozitatea și armonia dintre oameni, demonstrând importanța gastronomiei și dovada vie că pot fi unite comunități diferite prin gust și tradiție.

Sincretismul culinar este reprezentat cu brio în regiunile bătrânei regiuni dobrogene. Procesul de fuziune, combinare și adaptare a tradițiilor multietnice, ingredientele specifice, tehnicile de gătit și obiceiurile alimentare care aparțin unor culturi sau etnii diferite au dus la obținerea de preparate noi, delicioase, unice și extrem de apreciate.

Preparatele tradiționale dobrogene reprezintă nu doar simple rețete culinare, ci adevărate simboluri ale multiculturalității și ale identității regionale de necontestat.

Gastronomia dobrogeană este mult mai mult decât o sumă de rețete tradiționale - este expresie concretă a unei filozofii de conviețuire, a unei viziuni despre societate bazată pe respect reciproc, dialog și recunoașterea valorii diversității.

Într-o lume în care conflictele interetnice par să se înmulțească, Dobrogea oferă un exemplu inspirațional despre cum diferențele culturale pot deveni o forță unitară.

Tradițiile culinare dobrogene sunt patrimoniu cultural de valoare inestimabilă, care trebuie păstrat, promovat și transmis generațiilor viitoare. Nu doar pentru că sunt delicioase, ci pentru că poartă în sine valori fundamentale: ospitalitate, generozitate, respect, toleranță.

Mesajul final este unul de speranță și responsabilitate: gastronomia dobrogeană este un model de coexistență pașnică și armonioasă a diversității. Este o lecție despre cum putem trăi împreună într-o lume multiculturală. Este, în egală măsură, o chemare la acțiune: fiecare dintre noi, fie că suntem dobrogeni sau nu, putem învăța din acest model, putem promova valorile pe care le încorporează, putem contribui la păstrarea acestui patrimoniu cultural valoros.

GASTRONOMIA DOBROGEI: O PUNTE ÎNTRE POPOARE ȘI TRADIȚII

*Profesor coordonator: Roșculeț Corina
Elevi: Țonia Albert Cristian și Matâră Camelia Maria
Liceul Tehnologic „Ion Podaru”
Localitatea: Ovidiu, Județul Constanța*

Dobrogea reprezintă una dintre cele mai fascinante regiuni ale României, un spațiu în care diversitatea culturală și tradițiile diferitelor popoare s-au împletit armonios de-a lungul secolelor. Situată între Dunăre și Marea Neagră, această regiune a devenit locul de întâlnire al românilor, turcilor, tătarilor, lipovenilor, grecilor, aromânilor și al multor altor comunități care au contribuit la formarea unei identități aparte. Fiecare popor și-a păstrat obiceiurile, limba și tradițiile culinare, iar gastronomia dobrogeană a devenit o adevărată expresie a conviețuirii pașnice și a respectului reciproc.

Bucatele tradiționale dobrogene nu reprezintă doar simple preparate culinare, ci adevărate povești despre istorie, familie și multiculturalitate. De la plăcinta dobrogeană și scovergile tradiționale, până la preparatele cu influențe turcești, tătărești sau lipovenești, fiecare gust păstrează amprenta unei comunități și demonstrează faptul că diversitatea poate crea frumusețe și armonie. Gastronomia devine astfel un limbaj universal prin care oamenii se apropie, împărtășesc tradiții și descoperă valori comune.

Dobrogea este una dintre cele mai complexe și interesante regiuni ale României din punct de vedere cultural. Așezată între Dunăre și Marea Neagră, această provincie a fost, de-a lungul timpului, locul în care s-au întâlnit numeroase popoare și tradiții. Români, turci, tătari, lipoveni, greci, bulgari și armeni au conviețuit aici în armonie, contribuind fiecare la dezvoltarea unui patrimoniu cultural și gastronomic unic. Astfel, gastronomia dobrogeană a devenit o adevărată expresie a multiculturalității și a respectului dintre comunități.

Preparatele tradiționale dobrogene reflectă perfect această diversitate etnică. Unul dintre cele mai reprezentative feluri de mâncare este borșul de pește, preparat specific zonelor de lângă Dunăre și Marea Neagră. Acesta este realizat din diferite tipuri de pește proaspăt, legume și verdețuri aromate, fiind apreciat pentru gustul său autentic. Rețeta are influențe românești și lipovenești, deoarece comunitățile de pescari au transmis din generație în generație tehnicile de preparare și respectul pentru ingredientele naturale.

Un alt preparat cunoscut este plăcinta dobrogeană, considerată un simbol al ospitalității și al tradiției locale. Preparată din foi subțiri, brânză și iaurt, aceasta combină elemente culinare românești și influențe balcanice și turcești. Gustul său simplu, dar savuros, a făcut ca acest preparat să fie apreciat atât în Dobrogea, cât și în întreaga țară.

Influențele orientale sunt evidente și în deserturile tradiționale precum baclavaua și sarailia. Aceste dulciuri, aduse de comunitățile turcești și tătărești, sunt preparate din foi fine, nucă și sirop aromat. În timp, ele au fost adaptate gusturilor locale și au devenit nelipsite de la mesele festive. De asemenea, ghiudemul, preparat din carne condimentată și uscată, reprezintă un exemplu al moștenirii culinare turcești și tătărești păstrate în Dobrogea.

Pe lângă gustul deosebit al preparatelor, gastronomia dobrogeană transmite și valori importante. Ospitalitatea este una dintre cele mai reprezentative trăsături ale locuitorilor regiunii. În multe familii, mesele sunt considerate momente de apropiere și de împărtășire a tradițiilor. Indiferent de etnie, oamenii se reunesc la sărbători și împart preparate specifice, demonstrând respect și apreciere reciprocă.

Diversitatea culturală din Dobrogea arată că diferențele dintre oameni pot deveni surse de bogăție spirituală și culturală. Prin gastronomie, comunitățile au reușit să păstreze tradițiile

moștenite, dar și să învețe unele de la altele. Astfel, bucătăria dobrogeană reprezintă un exemplu de armonie și conviețuire pașnică între popoare.

Din experiențele personale și din tradițiile locale, multe persoane asociază anumite preparate cu momente importante din viață: mesele în familie, sărbătorile sau întâlnirile cu prietenii și vecinii. Aromele și rețetele transmise de bunici păstrează vie identitatea culturală a regiunii și creează legături între generații.

Prin bogăția și diversitatea sa, gastronomia dobrogeană demonstrează că mâncarea poate fi mai mult decât o necesitate zilnică. Ea devine o punte între oameni, culturi și tradiții, contribuind la păstrarea armoniei și la promovarea respectului pentru diversitate.

Gastronomia dobrogeană demonstrează că diversitatea culturală nu este o amenințare la adresa identității, ci o sursă de bogăție și învățare reciprocă. Prin secole de conviețuire, comunitățile din Dobrogea au dezvoltat un mod unic de a integra diferențele, transformându-le într-un punct forte al identității colective.

Mesajul final al acestui eseu este că gastronomia, în special cea dobrogeană, oferă un model concret de cum diversitatea poate deveni unitate fără a anula diferențele. Prin aprecierea tradițiilor culinare ale fiecărui popor și prin încurajarea interculturii gastronomice, putem construi o societate mai tolerantă și mai deschisă. Gastronomia dobrogeană merită să fie protejată, promovată și valorificată ca patrimoniu cultural deosebit, care transmite mesaje universale despre conviețuirea armonioasă și respectul reciproc.



GASTRONOMIA DOBROGEI: O PUNTE ÎNTRE POPOARE ȘI TRADIȚII

Profesor coordonator: Roșculeț Corina

Elevi: Țonia Albert Cristian și Matâră Camelia Maria

Liceul Tehnologic „Ion Podaru”

Localitatea: Ovidiu, Județul Constanța

Dobrogea reprezintă una dintre cele mai fascinante regiuni ale României, un spațiu în care diversitatea culturală și tradițiile diferitelor popoare s-au împletit armonios de-a lungul secolelor. Situată între Dunăre și Marea Neagră, această regiune a devenit locul de întâlnire al românilor, turcilor, tătarilor, lipovenilor, grecilor, aromânilor și al multor altor comunități care au contribuit la formarea unei identități aparte. Fiecare popor și-a păstrat obiceiurile, limba și

tradițiile culinare, iar gastronomia dobrogeană a devenit o adevărată expresie a conviețuirii pașnice și a respectului reciproc.

Bucatele tradiționale dobrogene nu reprezintă doar simple preparate culinare, ci adevărate povești despre istorie, familie și multiculturalitate. De la plăcinta dobrogeană și scovergile tradiționale, până la preparatele cu influențe turcești, tătărești sau lipovenești, fiecare gust păstrează amprenta unei comunități și demonstrează faptul că diversitatea poate crea frumusețe și armonie. Gastronomia devine astfel un limbaj universal prin care oamenii se apropie, împărtășesc tradiții și descoperă valori comune.

Dobrogea este una dintre cele mai complexe și interesante regiuni ale României din punct de vedere cultural. Așezată între Dunăre și Marea Neagră, această provincie a fost, de-a lungul timpului, locul în care s-au întâlnit numeroase popoare și tradiții. Români, turci, tătari, lipoveni, greci, bulgari și armeni au conviețuit aici în armonie, contribuind fiecare la dezvoltarea unui patrimoniu cultural și gastronomic unic. Astfel, gastronomia dobrogeană a devenit o adevărată expresie a multiculturalității și a respectului dintre comunități.

Preparatele tradiționale dobrogene reflectă perfect această diversitate etnică. Unul dintre cele mai reprezentative feluri de mâncare este borșul de pește, preparat specific zonelor de lângă Dunăre și Marea Neagră. Acesta este realizat din diferite tipuri de pește proaspăt, legume și verdețuri aromate, fiind apreciat pentru gustul său autentic. Rețeta are influențe românești și lipovenești, deoarece comunitățile de pescari au transmis din generație în generație tehnicile de preparare și respectul pentru ingredientele naturale.

Un alt preparat cunoscut este plăcinta dobrogeană, considerată un simbol al ospitalității și al tradiției locale. Preparată din foi subțiri, brânză și iaurt, aceasta combină elemente culinare românești și influențe balcanice și turcești. Gustul său simplu, dar savuros, a făcut ca acest preparat să fie apreciat atât în Dobrogea, cât și în întreaga țară.

Influențele orientale sunt evidente și în deserturile tradiționale precum baclavaua și sarailia. Aceste dulciuri, aduse de comunitățile turcești și tătărești, sunt preparate din foi fine, nucă și sirop aromat. În timp, ele au fost adaptate gusturilor locale și au devenit nelipsite de la mesele festive. De asemenea, ghiudemul, preparat din carne condimentată și uscată, reprezintă un exemplu al moștenirii culinare turcești și tătărești păstrate în Dobrogea.

Pe lângă gustul deosebit al preparatelor, gastronomia dobrogeană transmite și valori importante. Ospitalitatea este una dintre cele mai reprezentative trăsături ale locuitorilor regiunii. În multe familii, mesele sunt considerate momente de apropiere și de împărtășire a tradițiilor. Indiferent de etnie, oamenii se reunesc la sărbători și împart preparate specifice, demonstrând respect și apreciere reciprocă.

Diversitatea culturală din Dobrogea arată că diferențele dintre oameni pot deveni surse de bogăție spirituală și culturală. Prin gastronomie, comunitățile au reușit să păstreze tradițiile moștenite, dar și să învețe unele de la altele. Astfel, bucătăria dobrogeană reprezintă un exemplu de armonie și conviețuire pașnică între popoare.

Din experiențele personale și din tradițiile locale, multe persoane asociază anumite preparate cu momente importante din viață: mesele în familie, sărbătorile sau întâlnirile cu prietenii și vecinii. Aromele și rețetele transmise de bunici păstrează vie identitatea culturală a regiunii și creează legături între generații.

Prin bogăția și diversitatea sa, gastronomia dobrogeană demonstrează că mâncarea poate fi mai mult decât o necesitate zilnică. Ea devine o punte între oameni, culturi și tradiții, contribuind la păstrarea armoniei și la promovarea respectului pentru diversitate.

Gastronomia dobrogeană demonstrează că diversitatea culturală nu este o amenințare la adresa identității, ci o sursă de bogăție și învățare reciprocă. Prin secole de conviețuire, comunitățile din Dobrogea au dezvoltat un mod unic de a integra diferențele, transformându-le într-un punct forte al identității colective.

Mesajul final al acestui eseu este că gastronomia, în special cea dobrogeană, oferă un model concret de cum diversitatea poate deveni unitate fără a anula diferențele. Prin aprecierea tradițiilor culinare ale fiecărui popor și prin încurajarea interculturii gastronomice, putem construi o societate mai tolerantă și mai deschisă. Gastronomia dobrogeană merită să fie protejată, promovată și valorificată ca patrimoniu cultural deosebit, care transmite mesaje universale despre conviețuirea armonioasă și respectul reciproc.

FARMECUL ASCUNS AL BUCĂTĂRIEI TURCEȘTI: KÜNEFE, DESERTUL CARE NE UNEȘTE!

*Prof. Nisipeanu Raluca
Liceul Economic "Virgil Madgearu"
Constanța, Constanța*

Situată între Dunăre și Marea Neagră, Dobrogea a fost de-a lungul timpului un spațiu de întâlnire între numeroase popoare și civilizații. Aici au conviețuit ca frații:

- români – populația majoritară;
- *turci și tătari* – stabiliți în perioada dominației otomane, cu o influență puternică asupra culturii și gastronomiei locale;
- *lipoveni (ruși staroveri)* – cunoscuți pentru tradițiile lor religioase și pescărești, mai ales în Delta Dunării;
- *greci* – prezenți încă din Antichitate prin coloniile de la Constanța (vechiul Tomis);
- *bulgari, ucraineni, armeni, evrei, germani dobrogeni și romi*, fiecare contribuind la diversitatea regiunii.

Mozaicul multiethnic al Dobrogei este un exemplu de conviețuire interculturală, unde diversitatea a contribuit la formarea unei identități regionale unice, bazată pe toleranță și schimb cultural. Acest mozaic multiethnic se caracterizează prin:

- Diversitate religioasă: biserici ortodoxe, moschei, sinagogi și lăcașuri lipovene coexistă în aceeași regiune.
- Diversitate lingvistică: de-a lungul timpului s-au vorbit româna, turca, tătara, rusa lipovenească, greaca și bulgara.
- Tradiții și obiceiuri variate: port popular, dansuri și sărbători specifice fiecărei comunități.
- Gastronomie multiculturală: *baclavale*, *sarailii*, plăcinte dobrogene, *borș lipovenesc* și preparate pescărești.

Un impact major și plăcut asupra bucătăriei dobrogene revine influențelor turcești. Bucătăria din Turcia este recunoscută în întreaga lume pentru bogăția aromelor, diversitatea condimentelor și preparatele sale spectaculoase. Dincolo de celebrele *kebaburi* sau *baclavale*, există însă mâncăruri mai puțin cunoscute, dar cu adevărat impresionante.

Un astfel de preparat este *Künefe*, un desert inedit care îmbină textura crocantă cu gustul delicat al brânzei topite și dulceața siropului aromat.

Originar din regiunea Hatay, aflată în sudul Turciei, *Künefe* reprezintă o adevărată experiență culinară. Preparatul este realizat dintr-un aluat foarte fin, asemănător unor fire subțiri de tăiței, numit *kadayıf*. Acesta este așezat în două straturi între care se adaugă brânză specială, ușor sărată, capabilă să se topească uniform. Desertul este copt până când capătă o culoare aurie și o crustă crocantă, apoi este însiropat cu un sirop parfumat cu apă de trandafiri

sau lămâie. La final, deasupra se presară fistic mărunțit, care oferă atât culoare, cât și un gust rafinat.

Ceea ce face acest preparat cu adevărat special este contrastul dintre elementele sale. În timp ce exteriorul este crocant și dulce, interiorul surprinde prin textura moale și elastică a brânzei topite. Această combinație neobișnuită transformă desertul într-o experiență memorabilă pentru oricine îl gustă pentru prima dată. În plus, Künefe este servit fierbinte, ceea ce îi amplifică aroma și savoare.

În cultura turcească, mesele nu reprezintă doar un moment destinat hranei, ci și o ocazie de socializare și apropiere între oameni. De aceea, Künefe este adesea consumat în familie sau alături de prieteni, fiind asociat cu ospitalitatea și bucuria de a împărtăși ceva bun cu cei dragi. În multe orașe din Turcia, desertul este preparat chiar în fața clienților, într-un adevărat spectacol culinar care atrage prin mirosul îmbietor și prin modul tradițional de preparare.

Pe lângă gustul său aparte, Künefe reflectă și influențele culturale diverse care au modelat bucătăria turcească de-a lungul secolelor. Regiunea Hatay a fost un important punct de întâlnire între civilizații, iar acest lucru se observă în combinațiile originale de ingrediente și tehnici culinare. Astfel, desertul nu este doar o simplă mâncare, ci și o expresie a istoriei și identității culturale turcești.

Künefe este un preparat turcesc inedit care demonstrează creativitatea și rafinamentul gastronomiei orientale. Prin amestecul surprinzător de texturi și arome, acest desert reușește să impresioneze atât prin gust, cât și prin povestea sa culturală. Descoperirea unor asemenea preparate ne oferă ocazia de a înțelege mai bine tradițiile altor popoare și de a aprecia diversitatea culinară a lumii.

Dobrogea este un spațiu al întâlnirii dintre Orient și Occident, unde multiculturalitatea reprezintă o valoare definitorie.



DIVERSITATE ȘI ARMONIE ÎN DOBROGEA!

*Prof. Doga Tănăsică
Liceul Economic "Virgil Madgearu"
Constanța, Constanța*

Mozaicul multiethnic al Dobrogei reprezintă una dintre cele mai importante caracteristici istorice și culturale ale regiunii Dobrogea. Situată între Dunărea și Marea Neagră, Dobrogea a fost de-a lungul timpului un spațiu de întâlnire între numeroase popoare și civilizații.

Influența bucătăriei aromâne în Dobrogea este importantă datorită așezării comunităților aromâne în regiune, mai ales după secolele XIX–XX, când numeroși aromâni

au venit din Balcani și s-au stabilit în sudul și centrul Dobrogei. Ei au adus tradiții culinare specifice păstorilor balcanici, care s-au îmbinat cu influențele turcești, tătarăști și românești deja existente.

Caracteristicile bucătăriei aromâne

Bucătăria aromână se bazează pe produse din lapte de oaie și capră, carne de miel și oaie, verdețuri și legume mediteraneene, aluaturi simple și plăcinte, preparate consistente, potrivite vieții pastorale.

Aromânii au contribuit la răspândirea unor plăcinte cu brânză sărată, iaurt și foi subțiri, apropiate de ceea ce astăzi este cunoscut drept plăcintă dobrogeană, produs tradițional al regiunii, brânzeturile de oaie, cașul și iaurturile groase au devenit elemente importante în alimentația dobrogeană rurală, multe rețete de stufat, friptură sau tocăniță de miel au influențat aromâne și balcanice. Aromânii folosesc frecvent pentru a condimenta bucatele oregano, cimbru, usturoi, ulei de măsline sau untură, iaurt în sosuri și garnituri. Toate aceste elemente au adus un specific balcanic distinct bucătăriei aromâne din Dobrogea.

Convivialitate și tradiție

Mesele aromâne erau asociate cu ospitalitatea, mesele mari de familie sau cele organizate cu ocazia sărbătorilor religioase, îmbină savoarea bucatelor tradiționale cu muzica și dansurile specifice poporului aromân.

Astfel, gastronomia a devenit și un mijloc de păstrare a identității culturale aromâne în Dobrogea. Comunitățile aromâne au adus în Dobrogea obiceiuri pastorale, tradiții familiale și un patrimoniu cultural distinct, păstrat până astăzi în sate și orașe precum Constanța, Tulcea, Medgidia sau Cobadin.

Elemente importante ale tradițiilor aromâne, costumele aromânești sunt bogat ornamentate, cu influențe balcanice. La femei apar fote și șorțuri brodate, marame fine, podoabe din argint și aur iar bărbații purtau cămăși lungi albe, cioareci din lână, veste negre decorate.

Muzica și dansurile sunt foarte importantă în viața comunității, aromânii au cântece de dor și înstrăinare, balade pastorale, muzică de nuntă. Instrumentele tradiționale includ cavatul, fluierul și tambura. Dansurile se joacă în cerc, asemănător horei, dar cu pași specifici balcanici.

Obiceiuri de familie și nuntă. Nunta aromână tradițională putea dura mai multe zile și includea negocieri între familii, dansuri ritualice, bărbieritul mirelui, împodobirea miresei cu monede și voaluri. Familia extinsă are un rol central, iar respectul pentru bătrâni este esențial.

De-a lungul vremurilor aromânii au fost cunoscuți ca păstori transhumanți, comercianți sau crescători de animale. Transhumanța între Balcani și Dobrogea a influențat puternic cultura lor și felul în care își organizau comunitățile.

Aromânii păstrează identitatea culturală prin sărbători religioase ortodoxe, reuniuni comunitare precum și festivaluri de muzică și dans aromân.

Influența gastronomiei aromâne în Dobrogea reprezintă o componentă structurală a identității culturale regionale, depășind simplul statut de tradiție culinară etnică. Preparate specifice precum piperchi țârgâsiți sau variațiile de pite cu verdețuri s-au integrat natural în peisajul local, transformând bucătăria dobrogeană într-un sincretism culinar unic. Astfel, moștenirea gastronomică aromână nu doar că îmbogățește patrimoniul imaterial al Dobrogei, dar continuă să funcționeze ca un vector viu al conviețuirii multietnice, unde diversitatea se reflectă în mod desăvârșit direct în farfurie.

ADOLESCENȚII DINCOLO DE ECRANE

Profesor Marieta Grosu
Liceul Teoretic Emil Racoviță, Techirghiol
Județul Constanța

Fiecare generație de dascăli de la catedră, privește adolescenții ca pe o enigmă greu de rezolvat. Astăzi, privind spre băncile liceului, spectacolul adolescenței pare mai tăcut ca niciodată, mai greu le captezi atenția și interesul, pentru că sunt prezenți cu preponderență în spațiul virtual și mai puțin în relaționarea fizică, reală, interumană.

Adesea judecăm această vârstă după chipul ei din oglinzile virtuale: un scrolling infinit, o fotografie retușată, un răspuns monosilabic aruncat în grabă înainte de clopoțel. Însă dincolo de această barieră de sticlă și oțel a smartphoanelor se ascunde o realitate mult mai profundă și privită cu atenție profund emoționantă.

Adolescența nu s-a schimbat în esență, s-au schimbat doar decorurile în care se desfășoară trecerea lor prin timp. Ea rămâne aceeași criză majoră de creștere, o graniță fragilă între nostalgia copilăriei și teama de maturitate, de necunoscut. Adolescența este precum „metamorfoza homarului”, care iese din vechea carapace și devine extrem de vulnerabil până își construiește una nouă. Diferența majoră a timpului nostru constă în faptul că tinerii de azi sunt obligați, constrânși de „curent”, să își trăiască vulnerabilitatea în mod public.

Greșelile lor nu rămân doar în curtea școlii, ele riscând să fie decupate, partajate, ștergute și arhivate pe internet. Această presiune invizibilă a creat o generație de o prudență stranie, care își maschează sensibilitate sub masca ironiei, agresivității, sau a detașării. De cele mai multe ori frica de a fi penibil eclipsează uneori curajul de a fi autentic. Să fii adolescent astăzi înseamnă să navighezi printr-un paradox: să îți dorești cu ardoare să fii unic, dar să te temi cumplit să nu fii diferit de grup/anturaj. Într-o lume care livrează răspunsuri instantanee la orice întrebare-prin internet/ inteligența artificială, marea lor provocare rămâne răspunsul la întrebările: „Cine sunt eu când se stinge ecranul”, „Ce fac eu cu frica mea de eșec?” , sau „Cum se măsoară valoarea mea dincolo de aprecierile digitale?”.

Telefoanele mobile/ ecranele au devenit scut, în spatele căruia adolescenții își ascund timiditatea, nesiguranțele, își creează ce identitate și profil doresc (nu neapărat cel real) și își ascund și dorința de a fi acceptați. Impresionați sunt atunci când prind curaj să contrazică un argument, o idee a unui profesor cu propriile lor idei, argumentate și valide, cu puncte de vedere și viziuni pertinente asupra unor lucruri/realități. Idealurile lor sunt mari, dezamăgirile par definitive și prietenii se pot lega pe viață.

Încă o misiune a noastră, a profesorilor este să le oglindim potențialul atunci când ei nu și-l văd. Ei nu sunt o generație „pierdută în tehnologie”, ci o generație care își caută sensul într-un peisaj/context social mult mai complex decât cel pe care l-am avut noi la dispoziție. Priviți dincolo de ecrane, trebuie să fie înțeleși când greșesc, când sunt imperfecti, având răbdare cu ei, sprijinindu-i și încurajându-i în propria lor devenire. Metamorfoza nu se face niciodată în grabă.

Bibliografie:

- Dolto, Françoise – Cum să înțelegem adolescența
- Erikson, Erik H. – Identitate: Tinerețe și criză
- Siegel, Daniel J. – Vâltoarea minții: Puterea și scopul creierului adolescent

ATELIER DE ISTORIE MEDIEVALĂ

cu Susanyi Harald

*Profesor Vișan Violeta
Liceul Teoretic „Emil Racoviță”
Techirghiol, județul Constanța*



Anul 2026 a fost instituit oficial prin Legea nr. 10/2026 drept „Anul Iancu de Hunedoara” în România. Această decizie comemorează împlinirea a 570 de ani de la moartea marelui voievod (decedat în 1456) și marchează totodată 570 de ani de la glorioasa Bătălie de la Belgrad. De-a lungul anului au fost organizate diverse activități, simpozioane naționale și internaționale, alături de expoziții și proiecte educative.

În acest context, liceul nostru, prin doamna profesoară de istorie Vișan Violeta, a organizat un atelier de istorie medievală susținut în întregime de domnul Susanyi Harald Alexandru din Hunedoara. Domnul Susanyi Harald, masterand în anul II în cadrul Universității din Alba Iulia, a răspuns cu drag nu o dată, ci de două ori invitației noastre. Cu o pasiune debordantă față de epoca medievală, dar și de istorie în general, și un talent pedagogic rar întâlnit, domnul Susanyi i-a captivat pe elevi, transformând ora de istorie într-o experiență interactivă memorabilă. Nu mică ne-a fost mirarea când am văzut câte obiecte a reușit să confecționeze de-a lungul timpului, toate având o utilitate specială în perioada Evului Mediu, în special dedicate luptelor, dar și vieții de zi cu zi. Îmbrăcat într-un costum de cavaler medieval cu totul deosebit, acesta i-a captivat pe elevii noștri.





Ce au explorat copiii?

- Prezentarea armelor medievale;
- Atelier de sigilografie;
- Atelier de scriere medievală – arta caligrafiei cu pană și cerneală;
- Prezentarea monedelor medievale – economia și simbolurile puterii.

Toate aceste activități le-au adus copiilor cunoștințe noi, multe zâmbete și surprize, întrucât elevii au participat și la o tombolă unde câștigătorii au obținut soldați medievali în miniatură. A fost o bucurie să vedem entuziasmul copiilor și curiozitatea cu care au participat la fiecare activitate!

Ca profesor de istorie, îmi doresc ca aceste ateliere să se transforme în tradiție pentru liceul nostru, deoarece aduc multă bucurie copiilor, dar și cunoștințe noi ce îmbogățesc cultura generală a fiecărui elev și nu numai.

PROVENIENTA ETNICILOR TURCI PE TERITORIUL DOBROGEAN

*Prof. Molgean-Mustafa Dilec
Liceul Teoretic „Emil Racoviță” Techirghiol*



Consemnare documentară a prezenței unor etnici turci în țara noastră este din anul 1264, când un grup de 12 mii de ostași s-a așezat în Dobrogea pentru a apăra Imperiul Bizantin de invaziile străine.

Dominația turcească a continuat sute de ani. Abia în secolul al 17-lea Dobrogea era administrată potrivit legislației turco-islamice propriu-zise. Se cunosc un număr de 354 de denumiri de localități, sate, comune de origine turcească existente în decursul timpului pe teritoriul Dobrogei de la Tulcea până la Vama Veche printre care am putea enumera Karaharman- satul Vadu CT (Aria Neagră), Kara Omer – orașul Negru Voda CT (Omer cel negru), Karakoyun-orașul Navodari(Oaia Neagră), Karakuyu- sat Valea Dacior CT , Karaağaç –sat Tufani CT (Ulmul Negru), **nume referitoare la ape** Valali-satul Valeni, com. Dobromir, jud. Constanța (Valea Rea), Ciamurlia -sat TL (Noroii), Morugöl – sat Murighiol TL (Lacul Violet), Tekirgöl- com Techirghiol(Lacul Sur, Lacul Vărgat); **denumiri de roca** : Altın Tepe - sat Altintepe TL (Colina de Aur) ,Tuzla – com Tuzla CT (Salina), Polukçu –sat Adancata CT (Plugar) ; **nume de plante**: Armutlu -sat Turda TL (Periș) ,Kavaklar - sat Plopeni CT (Plopi) ,Karaharman –sat Vadu CT (Aria Neagră) ; **nume de pasări și animale**: Aşağı Kargalık -sat Corbu de jos CT ,Danaköy-sat Nicolae Balcescu CT(Satul Vacii),Kara Tay –sat Nisipari CT (Manzul Negru),Kartal-Vultur CT (Vultur) ; **termeni care exprimă noțiuni de așezare umană în funcție de meserii și rang**: Eski Saray –Garliciu CT (Vechiul Palat),Amzacı- Amzacea CT (Purtător de Sigiliu), Kalaycı-Faurei CT (Spoitor),Düğüncü-Nuntași CT (Nuntași), Çıkırıkçı-Sibioara Ct(Rotar); **nume care definesc alcatuirea lor**: Yılanlık- Vama veche CT(Șerpărie),Beylik- Viile CT (Clădirea pentru gazduirea trimișilor otomani),Kızıl Hisar-Slava Rusa TL(Fortul Roșu),Koca ALİ- Lumina CT (Ali Uriășul).KopAydın –Cobadin CT (Aidîn Laudaros); **nume care definesc trasaturi**: Acı göl -Acıgöl TL (Lacul Dulce) , Tatlıcak-Dulcești CT (Locul Dulce) ,Kokarca –Pietreni CT (Afumați),Şemeret- Şemeret TL (Harnica); **nume ce definesc legături de familie**: Baba Dağ-Babadag TL (Muntele Străbunului),Dokuz Oğu-Cuza Voda CT (Nouă Fii) ,Bayram Dede -Independența CT(Bunicul Sărbătoare)



Harta Dobrogei la 1863



Abia în 1877, după războiul turco-ruso-roman Dobrogea de Nord a fost redată României care își obținuse Independența față de Imperiul otoman, după mai bine de patru secole și jumătate. În ciuda numeroaselor conflicte, în cei aproape 800 de ani de conviețuire, turcii și românii și-au respectat reciproc cultura, obiceiurile și limba. Musulmanii au fost cetățeni români buni, au susținut integritatea statului român. Astfel, la Lucrările Congresului Dobrogenilor Musulmani din 21 iulie 1919 aceștia au adoptat o poziție împotriva cedării Cadrilaterului. Odată cu ratificarea prin decrete-regale a unirii Basarabiei, Bucovinei și Transilvaniei s-a acordat cetățenia română tuturor locuitorilor, inclusiv evreilor care până în acest moment o obțineau prin cereri individuale .



Cafeneaua turceasca

La 9 decembrie 1919 a fost adoptat Tratatul minorităților. Dar, drepturile cetățenilor români de alte naționalități fuseseră prevăzute deja în decretele Consiliului de Miniștri din 30 decembrie 1918, respectiv 28 mai 1919. Acestea erau: libertatea cultului, autonomie locală în materie religioasă, drepturi la școli confesionale și instituții de caritate .

Statul român s-a implicat în susținerea minorităților și conform Constituției din 1923, art. 5 spunea: *“Românii, fără deosebire de origine etnică, de limbă sau de religie, se bucură de libertatea conștiinței, de libertatea învățământului, de libertatea presei... de toate libertățile și drepturile stabilite prin legi”*. În 1938, odată cu dizolvarea partidelor politice și a Constituției din 1923, în noua Constituție sunt cuprinse prevederi cu privire la minorități: *“toți cetățenii români, fără deosebire de origine etnică și credință religioasă, sunt egali înaintea legii, datorându-i respect și supunere”* art. 4 și 5.

Turcii și tătarii din Dobrogea au trăit pașnic, au reușit să se integreze în zonă, în general nu s-au consemnat probleme ale acestei minorități cu autoritățile locale, mai mult chiar, fapt arătat mai sus aceștia au considerat dintotdeauna cetățeni români și Dobrogea pământ românesc.

În 1904 la Cernavodă, regina Elisabeta se întâlnește la bordul vasului cu câteva femei de origine turcă. Regina relatează că acestea înainte de a se urca la bordul vasului au pus o condiție și anume să nu fie nici un bărbat pe aproape. După ce au intrat în salon, *“acestea și-au lepădat vâlul și stăteau înaintea mea în hainele cele mai frumoase. Erau îmbrăcate în catifea roșie cusută cu mult aur și în mătase de culoare verde și albastră să te minunez; erau cu giuvaere bogate, mai ales cu salbe de aur, de bani frumoși și poate foarte vechi. Coadele lor vopsite cu henna atârnavă pe spate și erau legate la cap cu tulpăne fine, de care atârnavă cusături drăgălașe și firfirici”*.

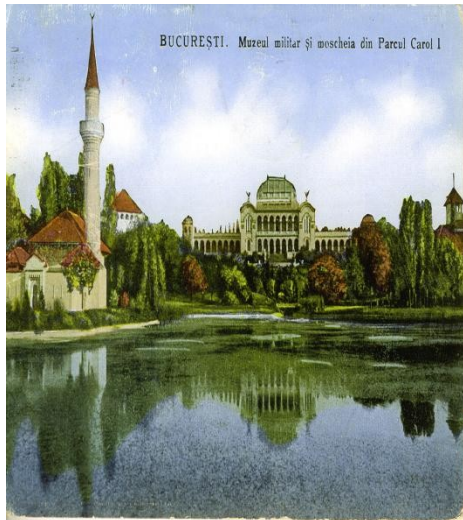


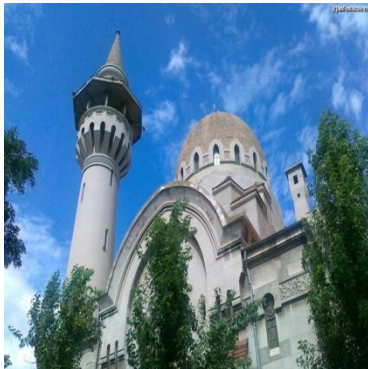
În privința musulmanilor, autoritățile române nu interveneau în problemele de ordin religios cum ar fi numirea clerului, întreținerea și repararea lăcașurilor de cult, salarizarea personalului: hatipi, imami, muezini, vaizi. În România s-au păstrat din vremea Imperiului Otoman patru muftiate: Constanța, Tulcea, Silistra și Bazargic. Personalul acestora era retribuit de la bugetul de stat. Muftiile erau numiți și demisi de către Ministerul Cultelor.

Marele Muftiu era conducătorul Cultului islamic, având și atribuții judecătorești pe lângă cele de ordin religios. Pe lângă acestea, alături de conducerea supremă a clerului musulman, se implicau în soluționarea problemelor religioase ale comunității turco-tătare, colaborarea cu autoritățile române, pentru promovarea intereselor credincioșilor musulmani.

În anul 1928 cultul musulman numără 419 lăcașuri de rugăciune, 243 de hatipi, 194 de imami, 139 de muezini și 576 de hogi.







Moscheea Carol



Moscheea Esmahan de la Mangalia



Moscheea de la Babadag



Sutele de ani de conviețuire româno turcă se regasesc și în gastronomie. Negustorii turci erau nelipsiți din preajma școlilor, având întotdeauna cu ei nelipsita doniță cu bragă și coșuri încărcate cu rahat, halva, halviță, nuga sau cu alte... zaharicale. Cafeaua, caimacul, ciulamaua, iahnia, iaurtul sau muscaua sunt toate preparate și cuvinte turcești. Sarmaua despre care multi cred ca este o mancare traditionala, este de fapt, un preparat turcesc din tocătură de berbec cu orez.



PROVERBE TURCESTI

- ☉ Cheia mică descuie ușa mare.
- ☉ Sărutând mâna, buzele nu se tocesc.
- ☉ Buna înțelegere durează atât timp cât îți ții limba!
- ☉ Chiar dacă lemnul este strâmb, focul tot drept iese!
- ☉ Cine iubeste trandafirii, trebuie să le suporte și spinii !

Bibliografie:

- Coord. Ioan Scurtu, Liviu Boar, Minoritățile Naționale din România 1918 -1925, București, 1995, p. 8
- Cultul musulman din România 1945 – 1989 în Dosarele Istoriei an VIII nr. 9 din 2003, p. 56
- Nomenclatorul Dobrogei 1886 – Observatiuni de D. Vultureanu Bucuresti .Tipografia Romanului Vintila Sossetti
- George Ioan Lahovari, C. I. Brătianu, Grigore Tocilărescu, Marele Dicționar Geografic al Romaniei , Vol I, Vol II, Vol III, Vol IV , Vol V(1898-1902)
- Gemil, Tahsin, “Romen – Osmanlı Münasebetlerine Dair Bazı Mülâhazalar”, VIII. Türk Tarih Kongresi, Bildiriler, c.II, Ankara, 1981, p. 1503-1510



VINE VACANȚA!!!

Radu Ștefan Comșa

Clasa I C

Prof. învă. primar Stamate Georgiana

În această vară termin clasa întâi!!

Am învățat literele de mână! A fost mai greu la matematică decât în clasa pregătitoare. Cel mai greu a fost să fac scăderile, căci la adunări mă pricep cel mai bine!

Am avut cei mai prietenoși colegi în cei doi ani de școală! M-am împrietenit cu noii colegi veniți anul acesta, Irina și Vladimir. Ne-am distrat și ne-am jucat tare mult!

Pentru clasa a doua îmi doresc să învăț lucruri noi, dar după ce mă distrez în vacanță. În această vacanță voi merge cu părinții la mare. Când mă voi întoarce la școală, sper ca toate lecțiile învățate să nu fie uitate!!

Voi fi dornic să învăț lucruri noi în anul școlar care vine!



ÎNCĂ ELEV ÎN CLASA ÎNTÂI

Luca Andrei Geampalia

Clasa I C

Prof. învă. primar Stamate Georgiana

În această vară voi termina în sfârșit clasa întâi! În acest an am învățat să scriu de mână. Clasa întâi a fost mai ușoară pentru că învățasem deja toate literele de tipar și știam să citesc. Exercițiile de la matematică au fost mai grele.

Colegii din clasa mea sunt silitori și amabili, așa cum sunt și eu. Împreună ne jucăm, desenăm și dansăm. Cel mai bine mă înțeleg cu Dominic.

În clasa a doua îmi doresc să am aceiași colegi minunați. Până atunci, în vacanța de vară o să merg în tabără, la plajă și la bunici. Astfel, la început de școală mă voi întoarce mai voios.

AMINTIRI

Melisa Gafar

Clasa I C

Prof. învă. primar Stamate Georgiana

Eu termin clasa întâi. Tocmai am învățat tot alfabetul. A fost mai greu la matematică, dar m-am descurcat foarte bine.

Colegii mei sunt cuminți și ascultători. Împreună ne-am jucat mult. Totți îmi sunt prieteni.

Eu sper ca în clasa a doua să fie mai ușor! Mă voi întoarce veselă la școală după vacanța mare!





VINE A DOUA VACANȚĂ MARE!

Sofia Săndulescu

Clasa I C

Prof. învă. primar Stamate Georgiana

Eu trec anul acest în clasa a doua, după ce termin clasa întâi cu rezultate bune și foarte bune.

Am învățat în acest an școlar: alfabetul, informații despre intestine și evaporare. A fost mai greu decât în clasa pregătitoare. Cel mai greu a fost cititul!

Colegii mei au fost agitați, dar silitori. Am lucrat în echipe și ne-am jucat. Melisa și Bianca îmi sunt prietene.

Pentru clasa a doua îmi doresc calificative foarte bune. Cu emoție aștept noul an școlar, dar până atuni mă voi juca în vacanță!!

TELEFONUL POATE AȘTEPTA. COPILĂRIA, NU! CUM REDESCOPERIM BUCURIA JOCULUI ȘI A MIȘCĂRII ÎN AER LIBER

Prof. Isleam Narcis

Liceul Teoretic "Emil Racoviță" Techirghiol, Constanța



„Copiii nu au nevoie doar de conexiune la internet, ci și de conexiune cu natura, cu prietenii și cu propriul lor corp.”

Tehnologia face parte din viața noastră și oferă numeroase avantaje, însă utilizarea excesivă a telefonului mobil a redus considerabil timpul pe care copiii și adolescenții îl petrec în mișcare. Jocurile desfășurate în aer liber sunt înlocuite tot mai des de cele virtuale, iar această schimbare își pune amprenta asupra sănătății și dezvoltării lor.

Mișcarea reprezintă o necesitate, nu doar o activitate recreativă. Prin alergare, jocuri cu mingea, mers cu bicicleta sau alte activități sportive, copiii își dezvoltă armonios organismul, își îmbunătățesc rezistența, coordonarea și starea de sănătate. În același timp, activitatea fizică reduce stresul, stimulează concentrarea și contribuie la dezvoltarea încrederii în sine.

În schimb, timpul petrecut în fața ecranului poate favoriza sedentarismul, oboseala oculară, tulburările de somn și diminuarea relațiilor sociale. Niciun joc pe telefon nu poate înlocui emoția unei competiții sportive, bucuria unei victorii obținute împreună cu prietenii sau satisfacția unei zile petrecute în aer liber.

Jocurile copilăriei – precum leapșa, șotronul, „Rațele și vânătorii”, fotbalul, voleiul sau baschetul – dezvoltă spiritul de echipă, respectul față de reguli, fair-play-ul și comunicarea. Prin aceste activități, copiii învață să coopereze, să accepte atât succesul, cât și eșecul și să își dezvolte caracterul.

Profesorii de Educație Fizică și Sport, împreună cu părinții, au un rol important în cultivarea unui stil de viață activ. Lecțiile atractive, competițiile sportive și activitățile în natură îi pot determina pe elevi să descopere că mișcarea este o sursă de sănătate, energie și bucurie.

Organizația Mondială a Sănătății recomandă copiilor și adolescenților cel puțin **60 de minute de activitate fizică zilnic**, recomandare care contribuie la prevenirea sedentarismului și la dezvoltarea armonioasă a organismului.

Nu este nevoie să renunțăm la tehnologie, ci să găsim echilibrul dintre lumea digitală și cea reală. Telefonul este un instrument util, dar nu trebuie să înlocuiască alergarea, jocul, prietenia și timpul petrecut în natură.

Dragi elevi, ieșiți mai des afară, faceți sport, descoperiți bucuria jocului și construiți amintiri adevărate alături de colegi și prieteni. Cele mai frumoase momente ale copilăriei nu se trăiesc în fața unui ecran, ci pe terenul de sport, în parc sau în mijlocul naturii.

Concluzie

Sănătatea se construiește prin alegerile de fiecare zi. Dacă vom înlocui măcar o parte din timpul petrecut pe telefon cu activități fizice în aer liber, vom câștiga mai multă energie, prietenii mai puternice și un stil de viață sănătos.

Telefonul poate aștepta. Copilăria, nu!

Bibliografie:

- World Health Organization (2020). *Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*.
- UNESCO (2015). *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers*.
- American Academy of Pediatrics (2016). *Media Use in School-Aged Children and Adolescents. Pediatrics*.
- Ministerul Educației – *Programa școlară pentru disciplina Educație fizică și sport*.

PERFORMANȚELE ANULUI ȘCOLAR 2025-2026

prof. Florescu Anamaria
Liceul Teoretic „Emil Racoviță” Techirghiol
Județul Constanța

Rezultatele obținute de preșcolarii și elevii Liceului Teoretic ”Emil Racoviță” la olimpiadele și concursurile desfășurate în anul școlar 2025–2026 reflectă talentul, perseverența și seriozitatea cu care aceștia își urmează parcursul educațional. Fiecare distincție reprezintă rodul unei munci susținute, al pasiunii pentru cunoaștere și al colaborării dintre participanți și cadrele didactice îndrumătoare.

Adresăm felicitări tuturor celor care au reprezentat cu cinste școala, precum și cadrelor didactice care i-au îndrumat și sprijinit în pregătirea lor. Le mulțumim, de asemenea, părinților pentru încredere și susținere.

Lista de mai jos evidențiază performanțele, fiind mărturie clară a valorii și implicării comunității noastre școlare.

OLIMPIADE ȘI CONCURSURI DE SPECIALITATE

- Olimpiada Națională de **Educație Tehnologică și Aplicații Practice - etapa județeană**
Premiul al II-lea - Popa Mihai Cristian - clasa a VII-a A
Mențiune I – Nedelcu Daria Cristina - clasa a VIII-a B
Mențiune II – Dumitru Filip – clasa a VII-a B
Mențiune II - Șerban Tudor Andrei – clasa a V-a A
prof. coordonator: Protopopescu Cristina Gabriela
- Olimpiada Națională de **Limba Franceză – etapa județeană**
Premiul al II-lea – Diaconu Amalia Nicole – clasa a VII-a B
prof. coordonator: Florescu Anamaria
- Olimpiada Națională de **Religie Cultul Creștin Ortodox - etapa județeană**
Premiul al II-lea – Rotaru Andrei Daniel - clasa a V-a B
Premiul al III-lea – Nițu Andy - clasa a VI-a B

prof. coordonator: Livezeanu Carmen

CONCURSURI JUDEȚENE, REGIONALE, NAȚIONALE CUPRINSE ÎN CALENDARELE ACTIVITĂȚILOR EDUCATIVE ȘCOLARE ȘI EXTRAȘCOLARE (CPEENI, CPEERI, CPEEJ)

- Concurs județean **”Dobrogea, mozaic etnic”** – CPEEJ 2026, pag. 1, poz. 3, domeniul Cultural-artistic/culturi și civilizații, inițiat de Școala Gimnazială ”George Coșbuc”, 23 August, jud. Constanța
 - Activitatea 4 – **”Festival Concurs Dobrogea, mozaic etnic” (secțiunea instrument)**
Premiul al II-lea - Duman Maria Cristina - clasa a II-a A
prof. coordonator: Lupescu Gianina Elena
 - Activitatea 3 – **”Plai dobrogean” (creații plastice)**
Mențiune - Ciorabai Irem – clasa I C
prof. coordonator: Stamate Georgiana Victoria

- Concurs județean **"Supererou pentru o lume mai bună"** – CPEEJ 2026, pag. 2, poz. 8, domeniul Cultural-artistic/arte vizuale, inițiat de Liceul Tehnologic "Nicolae Dumitrescu", Cumpăna, jud. Constanța
Premiul special – Soare Alexandru - CPA
prof. coordonator: Simula Elena Mariana
- Concurs **"Pe plaiuri mioritice"** din cadrul Festivalului-concurs interjudețean de creație plastică, fotografie și abilități practice **„România, colț de Rai!"** – CPEERI 2026, pag. 44, poz.1234, domeniul Cultural-artistic/arte vizuale, inițiat de Școala Gimnazială „Sfânta Vineri" Ploiești, jud. Prahova
Premiul I - Dumitru Ilinca – grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
Premiul I - Stan Sonia – grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
Premiul al II-lea - Mirea Eveline - grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
prof. coordonator: Pascu Simona
- Premiul I - Popa Arthur** - grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
Premiul al II-lea - Mirea Eveline - grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
prof. coordonator: Bogdescu Nicoleta
- Expoziție-concurs interjudețean de arte vizuale și abilități practice **„Culorile copilăriei"** – CPEERI 2026, pag. 53, poz.1512, domeniul Cultural-artistic/arte vizuale, inițiat de Liceul Tehnologic „Anghel Saligny" Tulcea - Grădinița cu Program Prolungit „Dumbrava Minunată" Tulcea, jud. Tulcea
Premiul I - Popa Arthur – grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
Premiul al II-lea – Piper Amalia - grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
prof. coordonator: Pascu Simona
- Premiul I – Fogang Lorna** - grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
Premiul al II-lea - Mirea Eveline - grupa mare Grădinița cu Program Prolungit
prof. coordonator: Bogdescu Nicoleta
- Proiect educațional interjudețean de arte vizuale **„Copil ca tine am fost și eu"** – CPEERI 2026, pag. 10, poz. 258, domeniul Cultural-artistic/arte vizuale, inițiat de Școala Gimnazială „Ion Creangă" Brăila, jud. Brăila
Premiul al III-lea – Agigheldi Eda – clasa a II-a A
prof. coordonator: Lupescu Gianina Elena
- Concurs regional de creații plastice și literare **"Frumusețea Crăciunului - izvor de bucurie, tezaur de datini "** - CAERI 2025, poz. 224, domeniul Cultural-artistic/arte vizuale, inițiat de Școala Gimnazială nr. 12, Botoșani, jud. Botoșani
Premiul I – Caraiman Simona – clasa a IX-a A (secțiunea desen)
Premiul al II-lea – Roman Elena – clasa a IX-a A (secțiunea colaj)
prof. coordonator: Filip-Val Ana Christiana Narcisa
- Concurs național de protecție civilă **„Prietenii pompierilor"** - CPEENI - cu finanțare pag. 1, poz. 2 inițiat de M.E.N. și M.A.I. prin I.G.S.U. - **faza județeană - participare directă**
Premiul I – gimnaziu - echipajul format din elevii: **Cociu Claudiu, Crețu Davide, Ghenu Claudiu Răzvan, Gheorghe Cristian, Jeciu Erica, Moș David Gabriel, Nachiu Ayan, Urs Amalia** – clasa a VIII-a B, **Rusnaciu George, Solomon Sebastian Viorel** – clasa a VIII-a A

prof. coordonator Crețu Alexandru

- Concurs național de protecție civilă „*Cu viața mea apăr viața*” - CPEENI - cu finanțare pag. 1, poz. 2 inițiat de M.E.N, cu sprijinul M.A.I., prin I.G.S.U. și S.N.C.R.R. – **faza județeană - participare directă**

Premiul I – gimnaziu - echipajul format din elevii: *Ghenu Claudiu Răzvan, Moș David Gabriel, Nachiu Ayan* – clasa a VIII-a B, *Solomon Sebastian Viorel* – clasa a VIII-a A

prof. coordonator Crețu Alexandru

CONCURSURI JUDEȚENE, REGIONALE, NAȚIONALE ORGANIZATE DE O.N.G/FUNDAȚII/ASOCIAȚII

- **Concursul Gazeta Matematică Junior** este o competiție de prestigiu organizată de **Societatea de Științe Matematice din România (SSMR)** în parteneriat cu platforme de educație precum Upper School și Gazeta Matematică Junior.

Rezultate obținute la **etapa națională:**

Premiul I - Grigore George Matei – clasa a II-a B

Premiul al III-lea - Hasan Amina – clasa a II-a B

Premiul al III-lea - Sima Dan - clasa a II-a B

prof. coordonator: Măciucă Ancuța

- Concursul Școlar Național de Competență și Performanță **COMPER** organizat de Fundația pentru Educație, Științe și Arte în parteneriat cu Inspectoratele Școlare Județene, unități școlare din mediul urban și rural, din învățământul de stat și privat, universități, organizații non-guvernamentale, Editura Rocart

- **Limba și literatura română - etapa națională**

Premiul I - Benicovschi Karim – clasa a II-a B

Premiul I - Hasan Amina – clasa a II-a B

Premiul I - Nucă Serena Ilinca – clasa a II-a B

Premiul I - Osman Azra – clasa a II-a B

Premiul al II-lea - Grigore George Matei – clasa a II-a B

Premiul al III-lea - Sima Dan – clasa a II-a B

prof. coordonator: Măciucă Ancuța

- **Matematică - etapa națională**

Premiul I - Paveliu Isabel – clasa a II-a B

Premiul al II-lea - Grigore George Matei – clasa a II-a B

Premiul al II-lea - Hasan Amina – clasa a II-a B

Premiul al II-lea - Osman Azra – clasa a II-a B

Premiul al II-lea - Sima Dan – clasa a II-a B

prof.coordonator: Măciucă Ancuța

- Programul Național „*Șah în școală*”, președinte profesor Vlad Ungureanu, expert al Federației Internaționale de Șah

Premiul al III-lea - Broască Cristina – clasa a VII-a C

prof. coordonator: Adochiei Daniela

- **"Black Sea Fish Festival - Festivalul Peștelui Durabil Românesc"** organizat de Asociația Euro-Est Alternativ și Euro-Toques România, în calitate de organizatori, cu sprijinul co-organizatorilor Asociația Sută la Sută Românesc, Pirates Resort Mamaia și Mecler Hospitality, ediția a XI-a
Medalia de bronz – Bejinariu Alexandru Ștefan – clasa a X-a B
prof. coordonator: Marinescu Elisabeta

CONCURSURI DIN CALENDARUL JUDEȚEAN PE DISCIPLINE

- Concurs județean pentru învățământul primar **"Descoperă România"** cuprins în Calendarul Concursurilor Școlare pe Discipline, pag. 4, poz. 23, inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța în parteneriat cu Școala Gimnazială nr. 29 "Mihai Viteazul" Constanța, jud. Constanța – **etapa locală**
Premiul al III-lea - Tomulescu Briana Elena - CPA
Mențiune - Pârvuleț Adela Maria –CPA
Mențiune - Zibileanu Răzvan Mihail – CPA
prof. coordonator: Simula Elena Mariana

- Concurs județean pentru învățământul primar **"Descoperă România"** cuprins în Calendarul Concursurilor Școlare pe Discipline, pag. 4, poz. 23, inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța în parteneriat cu Școala Gimnazială nr. 29 "Mihai Viteazul" Constanța, jud. Constanța – **etapa județeană**
Premiul I - Tomulescu Briana Elena - CPA
Premiul al II-lea - Pârvuleț Adela Maria –CPA
Premiul al III-lea - Zibileanu Răzvan Mihail – CPA
prof. coordonator: Simula Elena Mariana

- Concurs județean la disciplina biologie **"Cercetaș la Delfinariu"** cuprins în Calendarul Concursurilor Școlare pe Discipline, pag. 7, poz. 61, inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța în parteneriat cu Complexul Muzeal de Științe ale Naturii Constanța, jud. Constanța
Mențiune – Adam Cătălina – CPA
prof. coordonator: Simula Elena Mariana

- Concurs județean la disciplina biologie **"Cercetaș la Delfinariu"** cuprins în Calendarul Concursurilor Școlare pe Discipline, pag. 7, poz. 61, inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța în parteneriat cu Complexul Muzeal de Științe ale Naturii Constanța, jud. Constanța
Mențiune - Ciorabai Irem – clasa I B
prof. coordonator: Stamate Georgiana Victoria

Mențiune - *Osman Azra* – clasa a II-a B

prof. coordonator: Măciucă Anuța

- Concurs județean la disciplina istorie ***"Detectivi pe urmele istoriei"*** cuprins în Calendarul Concursurilor Școlare pe Discipline, pag. 8, poz. 68, inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța în parteneriat cu Liceul Teoretic "Ovidius" Constanța, jud. Constanța

Premiul al II-lea - *Mitrana Raissa, Caitaul Ilma* - clasa a VI-a B (secțiunea bandă desenată)

Premiul al II-lea - *Abdulgani Rami si Popa Mihai* – clasa a VII-a A (secțiunea PPT)
prof. coordonator: Vișan Violeta Virginia

Premiul al III-lea - *Popescu Ioana* - clasa a V-a A

Mențiune - *Broască Cristina* - clasa a VII-a C

prof. coordonator: Văleanu Adelaida Ingrid

- Concurs județean ***"Monumente din patrimoniul cultural dobrogean" (machete)***, activitate din Proiectul județean ***"Istorie și civilizație în Dobrogea multiculturală"*** ediția a III-a inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța, jud. Constanța

Premiul al II-lea – *Bălă Ștefan* – clasa a VI-a C

prof. coordonator: Vișan Violeta Virginia

- Proiect educațional ***"MIND - Moștenire, Inspirație, Novita și Diversitate"*** inițiat de Școala Gimnazială nr. 7 "Remus Opreanu" Constanța și susținut de Inspectoratul Școlar Județean Constanța, Biblioteca Județeană "Ioan N. Roman" Constanța și Casa Corpului Didactic Constanța, ediția a II-a, secțiunea "Carte de poveste":

Mențiune - *Adam Cătălina* – CPA

Mențiune - *Moraru Alisa* – CPA

prof. coordonator: Simula Elena Mariana

- Concursul județean ***"Savori dobrogene. Gastronomie si multiculturalitate"*** cuprins în Calendarul Concursurilor Școlare pe Discipline, pag. 11, poz. 95, inițiat de Inspectoratul Școlar Județean Constanța în parteneriat cu Liceul Teoretic "Emil Racoviță" Techirghiol, jud. Constanța:

- secțiunea ***"Preparate culinare dobrogene"***

Premiul I - *Maxin Diana* – clasa a XI-a B

- secțiunea ***"Produse de patiserie- cofetărie dobrogene"***

Premiul I - *Matei Rebeca* – clasa a XI-a B

prof. coordonator: Taulea Iulia

Mențiune – *Rotar Sonia* – clasa a IX-a B

Mențiune – *Savcenko Sara Maria* – clasa a IX-a B

prof. coordonator: Marinescu Elisabeta

***FELICITĂRI TUTUROR PARTICIPANȚILOR ȘI CADRELOR DIDACTICE
ÎNDRUMĂTOARE!***

Telefon

0341730910

Fax

0241735764

E-mail

secretariat@liceultechirghiol.ro

Site

<http://litech.licee.edu.ro/>

**„Destinul conducătorilor de mâine se
află în mâna educatorilor de azi.”**

Spiru Haret



ISSN 2286-4806

ISNL-L 2286-4806

ANUL MMXXVI- NR.16