

*LICEUL TEORETIC
"EMIL RACOVITĂ"- TECHIRGHIOLO
CONSTANȚA*

GENERATIA XXI



**REVISTA NR. 14,
ANUL MMXXIV**

ISSN 2286-4806

ISSN-L 2286-4806

COLECTIVUL DE REDACȚIE:

Director: prof. Natalia DUMITRIU

Prof. Laura CEHAN

Prof. Elena Mariana SIMULA

prof. Viorica NICULESCU

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.
Rolul educației interculturale în dezvoltarea personalității elevilor <i>Natalia Dumitriu</i>	2
Integrarea tehnologiilor informaționale și comunicaționale în procesul de predare- învățare-evaluare <i>Simula Elena Mariana</i>	4
Valențe formative ale educației muzicale asupra personalității elevilor <i>Niculescu Viorica</i>	6
Copilul tău este supradotat? <i>Protopopescu Gabriela-Cristina</i>	8
Demersuri literare în prevenirea și rezolvarea situațiilor de criză comportamentală <i>Grigore Nicoleta Claudia</i>	11
Importanța stimulării citirii <i>Burlacu Adina Magdalena</i>	13
Considerații privind influența factorilor de risc asupra organismului generației XXI <i>Bodea Mariana</i>	15
Sărbătoarea Rusaliilor în universalitate-de la origini în prezent <i>Marieta Grosu</i>	17
Pe „acoperișul” Dobrogei <i>Lupescu Gianina- Elena</i>	20
Întâlniri de suflet cu scriitori locali <i>Stamate Georgiana Victoria</i>	22
Dezvoltarea competențelor de literație în ciclul primar <i>Bucur Ionela</i>	24
Platforma educațională <i>Wordwall</i> <i>Ancuța Măciucă</i>	26
Un drum spre trecutul apropiat <i>Vișan Violeta-Virginia</i>	27
Sfârșit de an școlar 2023 – 2024 <i>Purice Nicoleta Claudia</i>	29
100 de zile de școală-Fericite, intense, memorabile <i>Lupescu Gianina Elena</i>	31
Cufărul plin de comori al clasei a IV-a B <i>Constantin Sofia Ioana, Constantin, Cristina Ramona, Popa Natalia, Curtzeit Azra, Nițu Andy, Călugăr Ana Maria, Eșanu Bianca Maria, Țurcanu Ana Maria, Hanganu Valeriu Andrei,</i>	33
Privighetoarea <i>Nițu Andy</i>	36
Călător prin Dobrogea <i>Cehan Laura</i>	37
Elevi cu care ne mândrim! <i>Banzea Eugenia</i>	39



ROLUL EDUCAȚIEI INTERCULTURALE ÎN DEZVOLTAREA PERSONALITĂȚII ELEVILOR

prof. Natalia Dumitriu

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Educația interculturală promovează înțelegerea și respectul față de diversitatea culturală. Scopul său este să pregătească elevii să perceapă, accepte și experimenteze această diversitate. Astfel, prin educație interculturală sunt dezvoltate următoarele atitudini și trăsături de personalitate:

- Toleranța: Elevii învață să fie deschiși și să accepte diferențele culturale.
- Flexibilitatea: Capacitatea de a se adapta la situații și contexte diverse.
- Curiozitatea: Stimularea interesului pentru alte culturi și moduri de viață.
- Respectul: Față de alte culturi și identități.
- Combaterea stereotipurilor și prejudecăților: Educația interculturală ajută la conștientizarea și deconstrucția stereotipurilor și prejudecăților. Elevii învață să comunice și să colaboreze cu persoane din medii culturale diferite.
- Promovarea comunicării interculturale: Elevii învață să comunice eficient cu persoane din alte culturi, să înțeleagă contextele culturale și să evite interpretările greșite.

Etnoculturalitatea este o caracteristică a societății noastre. Elevii trebuie să înțeleagă și să aprecieze diversitatea religioasă, etnică și lingvistică.

Integrarea educației interculturale în școală poate fi realizată prin următoarele metode și practici:

- Învățarea bazată pe proiect: Metoda proiectelor permite explorarea și aplicarea cunoștințelor interculturale într-un context real. Elevii pot investiga subiecte legate de cultură, identitate și diversitate.
- Abordarea subiectelor legate de multiculturalism, migrație, identitate și stereotipuri.
- Activități extracurriculare.
- Organizarea de evenimente culturale, expoziții, festivaluri și prezentări.
- Participarea la schimburi culturale cu alte școli sau comunități.
- Colaborarea cu comunitatea locală:
- Invitarea reprezentanților comunității să susțină prelegeri sau să împărtășească experiențe culturale.
- Vizite la muzee, centre culturale sau locuri de cult.
- Proiecte și activități practice:
- Proiecte de cercetare despre culturi diferite, tradiții și obiceiuri.
- Participarea la activități care promovează înțelegerea și respectul reciproc.

Educația interculturală permite promovarea dialogului și empatiei prin:

- Dezbateri și discuții despre subiecte culturale și sociale.
- Încurajarea elevilor să-și împărtășească experiențele personale și să asculte poveștile altora.

Evaluarea și reflectarea în urma abordării interculturale :

- Evaluarea competențelor interculturale ale elevilor.
- Reflectarea asupra propriei culturi și a prejudecăților personale.

Bibliografie:

1. Cucuș, C. – ”Educația. Dimensiuni culturale și interculturale” - , Ed. Polirom , Iași 2000;
2. Dasen, P.; Perregaux, C.; Rey, M. – „Educația interculturală”, Ed. Polirom, Iași 1999;
3. Mara, D. - ”Dimensiunile interculturale ale educației”- , Casa Editorială Tribuna, Sibiu,

INTEGRAREA TEHNOLOGIILOR INFORMAȚIONALE ȘI COMUNICAȚIONALE ÎN PROCESUL DE PREDARE-ÎNVĂȚARE- EVALUARE

prof. Simula Elena Mariana
Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Există studii care au scos în evidență faptul că, dacă este utilizată într-un mod echilibrat și creativ, tehnologia digitală prezintă reale beneficii care conduc către obținerea unor rezultate incontestabile în ceea ce privește evoluția copiilor, atât în plan cognitiv, dar și socio-emoțional, deoarece tehnologia face parte din viața generației actuale, ceea ce duce la concluzia că, societatea actuală este una digitalizată. Integrarea tehnologiilor informaționale și comunicaționale în procesul de predare-învățare-evaluare permite noii generații de a obține competențe digitale posibile de aplicat în procesul de cunoaștere a fiecărei discipline, având ca scop crearea condițiilor pentru o colaborare eficientă dintre profesor-elev asigurând o educație de calitate.

Ca urmare a faptului că am utilizat calculatorul în instruire am observat că acesta foarte multe avantaje:

- prin folosirea calculatorului se poate atinge un nivel înalt de individualizarea procesului instructiv-educativ, acesta putând fi programat și folosit astfel încât să fie util în crearea unor situații educaționale diferite, indiferent de vârsta acestora;
- parcurgerea programului de instruire fără bariere de timp;
- modalități de organizare a procesului instructiv-educativ modern și eficient;
- dă posibilitatea realizării unui șir de operații didactice foarte importante care țin de evaluare, dezvoltarea creativității elevilor;
- oferă posibilitatea chestionării celui ce învață prin identificarea lacunelor în procesul de învățare a noului conținut;
- stimulează interesul față de nou, eliminând riscul ca elevul să se plictisească;
- elevul învață în ritm propriu, fără emoții și perturbări ale comportamentului determinate de factorii de mediu.

Noua tehnologie digitală este un pas important în activitatea didactică deoarece completează metodele tradiționale de predare-învățare-evaluare cu cele moderne care răspund generației actuale de elevi. Integrarea instrumentelor digitale în procesul-învățare-evaluare odată cu dezvoltarea tehnologiilor informaționale devine o adevărată necesitate pentru toate disciplinele, contribuind la învățarea activă centrată pe elev, abordarea diferențiată a învățării, dezvoltarea creativității și a gândirii critice.

Preocuparea cadrelor didactice de a menține elevul și nevoile sale de învățare în prim plan, are la bază inovația în procesul de educație. Originalitatea își găsește locul într-o lecție de predare, consolidare, evaluare sau autoevaluare. Introducerea tehnologiei în educație a permis profesorilor să-și adapteze lecțiile în funcție de stilurile de învățare ale elevilor și să promoveze învățarea diferențiată. Aplicarea metodelor interactive în procesul de predare nu mai este o noutate, multe cadre didactice folosesc cu succes calculatorul, proiectorul, tableta și internetul în diferitele etape ale lecției. Cadrele didactice se adaptează permanent evoluției tehnologiei pentru a menține legătura cu elevii, să nu rămână în urmă, să-i țină conectați la viața școlară. În etapa de evaluare și mai ales autoevaluare, foarte mulți folosesc ”gadgeturile”, cu care elevii sunt extrem de obișnuiți.

Evaluarea elevilor – în diferitele stadii: inițială, continuă, sumativă, presupune un grad de efort atât din partea cadrului didactic, cât și din partea elevilor. Dacă, în general, rolul elevului se rezumă la a susține diferitele teste și în unele cazuri, la a se autoevalua și autocorecta, rolul profesorului este complex. Cadrul didactic trebuie să țină cont permanent de un minim set de argumente în felul în care gândește, creează și evaluează testele pe care le propune elevilor.

Metodele tradiționale de evaluare sunt bine cunoscute și uzitate frecvent la toate nivelurile de învățământ. Ele dau un anumit grad de satisfacție și confort cadrului didactic deoarece au la bază implementarea pe o perioadă de timp mai lungă, cu rezultate pozitive. Elevii au însă un disconfort, aproape întotdeauna când sunt evaluați. Cadrele didactice, pentru a reduce sau chiar pentru a elimina acest disconfort, pot să facă apel la o multitudine de instrumente care pot fi folosite online și care pot să dea elevului posibilitatea de a se autoevalua și de a nu se descuraja atunci când rezultatele nu îl satisfac.

Bibliografie:

1. OPREA C-L. – ”Pedagogie. Alternative metodologice interactive”, Editura Universității din București, București, 2003
2. SIEBERT H. –” Pedagogie constructivistă. Bilanț al dezbaterii constructiviste asupra practicii educative”, Editura Institutul European, Iași, 2001
3. <https://www.scoalaintuitext.ro/blog/ghid-pentru-Invatatori-prezenta-tehnologiei-digitale-in-sala-de-clasa/>

VALENȚE FORMATIVE ALE EDUCAȚIEI MUZICALE ASUPRA PERSONALITĂȚII ELEVILOR

prof. Niculescu Viorica

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Cristoph W. Gluck spunea: „Înțeleg muzica nu ca o artă de a mângâia auzul, ci ca unul din cele mai mărețe mijloace de a răscoli sufletul și de a trezi în el sentimente, pentru că are puterea de a răspunde în mod subtil în emotivitatea umană, de a face să vibreze cele mai adânci și mai fine coarde ale sensibilității”. Pornind de la această premisă, am înțeles că educația muzicală a elevilor este deosebit de importantă, că ea dispune de valențe formative multiple care au un efect pozitiv asupra personalității acestora.

Alături de celelalte arte și științe, educația muzicală este implicată în formarea și desăvârșirea ființei umane, îmbogățind-o și modelând-o. Știință și artă a sunetelor cântate, educația muzicală conține numeroase elemente cognitive, intelectuale, afective, voliționale, care participă efectiv la realizarea scopului educației. Ea este mobilizatoare și susținătoare a actelor de voință și de caracter, este sensibilizatoare pentru ascuțirea simțului moral, exercită o puternică înrâurire spirituală, declanșează trăiri profunde și de durată, educă sensibilitatea, dezvoltă sentimentele și le dă o coloratură rațională, solidă.

Scopul final al educației muzicale este acela de a dezvolta dragostea și interesul elevilor pentru această disciplină, de a forma deprinderi necesare studierii muzicii în mod practic. Desigur că potențialitățile virtuale ale educației muzicale nu se transformă automat în competențe și trăiri estetice, ci se cultivă printr-un program riguros, educativ și de durată, în cadrul procesului de învățământ.

Noul Curriculum Național este structurat astfel încât să răspundă în mod adecvat la provocările fără precedent pe care secolul acesta le rezervă elevilor aflați acum pe băncile școlii, având ca obiectiv fundamental formarea gustului estetic pentru a-i pregăti pe aceștia să devină consumatori și creatori de muzică. Conținutul acestei discipline de studiu cuprinde totalitatea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor muzicale prevăzute pentru a fi însușite și formate la elevi și se diferențiază evolutiv, în strânsă legătură cu dezvoltarea psiho-fizică a elevilor, cu capacitatea lor de a percepe, a însuși și a reda muzica, cu etapa de școlaritate în care se află.

Parcursul conținuturilor și atingerea obiectivelor presupune utilizarea cu preponderență a unor metode cu caracter predominant practic, bazate pe acțiune (exercițiul, jocul didactic), îmbinate cu cele de investigație a materialului sonor (demonstrația, audiția), precum și cu cele de transmitere a cunoștințelor (conversația, învățarea prin descoperire, problematizarea, explicația, munca cu manualul, povestirea, descrierea, lectura explicativă), ultimele trei având o pondere mai mică.

Mijloacele de realizare a educației muzicale, respectiv cântecul, jocul și audiția muzicală, evidențiază frumusețea muzicii, determină elevul la manifestarea emoției, a bucuriei, la exprimarea preferințelor

muzicale, la mișcare spontană, la analogie între creațiile muzicale și literare care le trezesc aceleași stări sufletești. Cadrului didactic îi revine misiunea de a găsi acele modalități de lucru care pot face din fiecare elev un consumator avizat de valori muzicale autentice, care să aibă dorința, plăcerea și deprinderea de a reproduce și de a interpreta variatele genuri și specii muzicale, utilizând criteriile de apreciere valorică și putând descifra mesajul artistic.

Se poate spune că astăzi orice copil își începe viața „în sunetul muzicii”. „Explozia” de sunete muzicale îl asaltează pe copil în toate mediile (familie, grădiniță, școală, societate) și îi stârnește interesul pentru lumea sunetelor.

În învățarea muzicii se parcurg două etape importante: etapa prenotației și etapa notației. Perioada prenotației începe în familie, în grădiniță și se continuă în primele clase primare. În această etapă cântecele se învață imitativ, copiii reproducându-le după auz, iar problemele muzicale din cuprinsul lor sunt explicate în termeni generali. Etapa notației muzicale începe cu studierea primelor semne de notare a înălțimii și duratei sunetelor muzicale și este nelimitată în timp. În această perioadă, lucrările muzicale nu se mai studiază prin imitare, ci prin solfegiere și dictee, precedate de exerciții corespunzătoare, iar la explicațiile care se dau, se folosesc termeni și noțiuni specifice acestei discipline.

Pornind de la receptivitatea, aproape generală a copiilor față de lumea sunetelor, este necesar să le dezvoltăm vocea și să le cultivăm auzul muzical, simțul ritmic, al armoniei, să le formăm priceperi și deprinderi muzicale: deprinderea de a cânta în colectiv, deprinderi de respirație corectă, deprinderi de emisie vocală și dicție, deprinderea de solfegiere, deprinderi de interpretare, deprinderi de a executa mișcări pe muzică, deprinderi de audiere și chiar de dirijat.

Însușirea cunoștințelor, formarea priceperilor și deprinderilor muzicale constituie una din sarcinile esențiale ale educației muzicale, contribuind la asimilarea, înțelegerea și interpretarea muzicii la nivel artistic superior. Cunoașterea gradului de înzestrare muzicală a copiilor este activitatea inițială în această activitate complexă și de durată. Se pornește de la ideea că nu există copil afon, adică lipsit total lipsit de calități vocale. Este posibil ca, din lipsă de experiență sau din timiditate, unii copii să nu reușească să se achite individual de sarcinile muzicale propuse, în schimb, în colectiv să execute corect. Se poate ca un elev cu un auz muzical bun să nu aibă calități vocale deosebite sau invers.

Talentul este o comoară miraculoasă ce nu se lasă descoperită celor ce o tratează cu nepricepere. Intrarea în ascunzișurile acestei comori se face tot prin muzică. Intrând în „lumea muzicii”, primindu-i chemarea, însușindu-i limbajul și redându-l cu același farmec, muzica ne poate oferi stări emoționale care lasă urme adânci, influențând pozitiv dezvoltarea ulterioară a copilului.

Școala românească de muzică a dat valori remarcabile recunoscute pe plan mondial, iar creația noastră folclorică muzicală uimește prin bogăție și valoare. Suntem datori să facem tot ce ne stă în putință pentru a ușura munca de învățare a muzicii, de a o face plăcută și atrăgătoare. Avem însă și norocul de a fi ajutați de caracterul artistic al acestei discipline și de atașamentul copilului față de această „lume vrăjită” a cântecului. Atât melodia, prin frumusețea ei, cât și textul, prin mesajul ideilor sale, trebuie să-și găsească

drum spre sufletul copilului, căci, așa cum spunea George Enescu, „Muzica este expresia pură a unei stări de suflet”.

Bibliografie:

1. Șerfezi, Ion, Metodica predării muzicii la clasele I-IV, Manual pentru licee pedagogice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1976;
2. Iacob, Aurelia, Caracterul practic-formativ al educației muzicale, Învățământul primar, nr. 3, Editura Discipol, 1997.

COPILUL TĂU ESTE SUPRADOTAT?

prof. Protopopescu Gabriela-Cristina

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Școala Gimnazială Nr. 1, Eforie Nord, Constanța

„Ce este supradotarea? Cum ne dăm seama că un copil este supradotat? La ce riscuri sunt expuși copiii supradotați din cauza neidentificării la timp a abilităților lor? ”

Supradotarea reprezintă o manifestare umană deosebită, care are ca element comun excepționalitatea și este realizată prin combinarea fericită a unor capacități intelectuale și aptitudini deosebite cu anumite trăsături de personalitate, în condițiile unui mediu socio-familial-cultural favorizant. Persoanele supradotate sunt în număr mai mic față de restul populației. O persoană supradotată sau cu potențial înalt are un mod de funcționare diferit, cu o capacitate intelectuală foarte bună și cu o funcționare cerebrală remarcabilă. Ea trebuie să prezinte caracteristicile: un coeficient de inteligență (IQ) peste 130 și un mod de funcționare intuitiv.

Copiii supradotați dovedesc aptitudini remarcabile de la cele mai mici vârste. În lucrarea „*Aveți un copil inteligent! Testați-l!*”, (1992), Serebriakoff V. prezintă o listă cu caracteristici ale copiilor supradotați ca instrument de identificare a aptitudinilor acestora, și anume:

- învață cu ușurință;
- memorează rapid și eficient;
- are spirit puternic de observație;
- are o imaginație foarte dezvoltată;
- un vocabular superior din punct de vedere cantitativ și calitativ;
- un simț al umorului foarte dezvoltat;

- este foarte creativ;
- are o gamă largă de interese;
- are multe hobby-uri;
- are un nivel ridicat de energie (mereu în mișcare);
- este foarte critic cu sine (perfecționist) etc.

Un copil supradotat nu evoluează singur, trebuie susținut, ghidat și ajutat pentru a fi pus în valoare. Dacă nu este ajutat, copilul supradotat riscă să nu-și găsească locul, se simte izolat, neînțeles, putând să cadă în depresie.

Sfaturi-cheie:

1. Depășirea sentimentului de discordanță

În cazul copiilor supradotați intervine lipsa de înțelegere din partea celorlalți. Copilul supradotat este diferit; el trebuie să-și găsească locul printre colegi, care îi servesc drept modele și îl judecă. El preferă să citească sau să vorbească în pauză, în loc să alerge sau să joace fotbal. Prin participarea la activitățile extrașcolare poate interacționa cu copiii obișnuiți, realizând lucruri care să-l apropie de aceștia.

2. Gestionarea eficientă a emoțiilor

Copilul trebuie lăsat să-și trăiască emoțiile, să le exprime liber. Când are accese de furie poate avea un comportament dăunător, trebuie să învețe să fie responsabil pentru acțiunile sale și să reacționeze în mod adecvat.

3. Gestionarea hipersensibilității

Mulți copii supradotați pot fi hipersensibili la zgomote care îi obosesc și îi împiedică să se concentreze în clasă (au nevoie de liniște); nu suportă anumite mirosuri dorind să se protejeze de ceea ce îi deranjează; pot fi răniți când li se reproșează ceva de care nu sunt vinovați. Trebuie ajutați să își reducă hipersensibilitatea senzorială, dar și emoțională.

4. Reducerea anxietății

Teama este o emoție care are rol de protecție, iar frica are rolul de a-l avertiza când întâlnește un pericol făcându-l să reacționeze rapid. Persoanele supradotate sunt mai temătoare și mai reactive. Creierul lor poate amplifica neliniștea, trebuie să învețe să-și depășească temerile și să înfrunte frica. Sunt situații când pericolul nu este real, iar teama nu se justifică.

5. Dezvoltarea încrederii în sine

Din cauza stimei de sine scăzute și a lipsei de încredere, copiii supradotați se descurajează când sunt puși în dificultate. Au nevoie de încurajări, laude, remarci pozitive.

6. Să învețe să se impună printr-o atitudine categorică – prin adoptarea unei posturi ferme și a unei priviri mai sigure, prin umor și autoironie.

Dacă este prea sensibil și nesigur pe sine poate deveni o victimă a bullying-ului în școală.

7. *Găsirea de soluții împotriva plictiselii* – prin activități creative diverse (pictură, fotografie, gătit, grădinărit, tricatat etc.)

Copiii supradotați le place să învețe, să descopere informații interesante, să creeze.

8. *Îmbunătățirea somnului*

Seara nu se recomandă lumina puternică și ecranele. Se va evita lumina albastră cu două ore înainte de culcare.

9. *Controlarea (stăpânirea) gândurilor*

Este importantă concentrarea și structurarea gândurilor pentru a lucra eficient.

10. *Gestionarea altor tulburări de învățare:*

- deficit de atenție (nu reușește să se concentreze);
- dislexie (dificultăți de citire);
- disgrafie (tulburare care afectează scrisul de mână);
- autism (gândește foarte mult „în imagini”);
- rezultate neuniforme (apar dificultăți la același tip de sarcină, se depune un efort prea mare).

Nu este întotdeauna ușor să sprijini un copil supradotat. Curios, visător, hipersensibil, mereu în mișcare, uneori retras, copilul supradotat rămâne adesea un mister pentru cei din jur. Din cauza neidentificării la timp a abilităților lor, mulți copii supradotați riscă să ajungă adulți inadaptați care se pierd, nu-și mai pot folosi adevăratul potențial. Se impune acordarea unei atenții deosebite anumitor caracteristici de personalitate și competențe sociale, dar și rolului important pe care îl joacă familia, școala și anturajul.

Persoanele supradotate trebuie să-și păstreze încrederea în sine, să depună efortul necesar pentru a urma studiile și a exercita profesia dorită. Supradotații sunt printre noi, iar unul dintre ei poți fi chiar tu.

Bibliografie:

- Grand, Claire, 2022, *Copilul supradotat: să-l înțelegem pentru a-l sprijini mai bine*, Editura Gama, Iași.
- Monks, Franz, Ypenburg, Irene, 2017, *Copilul nostru este supradotat*, Editura Polirom, Iași.
- Millêtre, Béatrice, 2021, *Cartea celor supradotați*, Editura Trei, București.
- Dumitrescu, Marinela, 2004, *Psihopedagogia Excelenței. Aspecte metodologice privind identificarea copiilor supradotați*, Editura Arves,
- https://ro.wikipedia.org/wiki/Educa%C8%9Bia_copiilor_supradota%C8%9Bi
- https://www.red.ismb.ro/doc/Ghid_dezvoltare_copil_Flori_Stoica.pdf

DEMERSURI LITERARE ÎN PREVENIREA ȘI REZOLVAREA SITUAȚIILOR DE CRIZĂ COMPORTAMENTALĂ

prof. Grigore Nicoleta Claudia
Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Perioada școlară mică este foarte importantă din punct de vedere al achizițiilor în plan cognitiv, fizic și socio-emoțional, este perioada când se produc schimbări semnificative în viața copiilor. Poveștile au fost, sunt și vor rămâne un izvor nesecat de emoții pe care copiii le trăiesc, emoții necesare pentru a face față situațiilor reale. Orice informație transformată și prezentată sub forma unei povești este utilă pentru dezvoltarea copiilor din toate punctele de vedere. Poveștile au o putere terapeutică foarte mare în viața elevilor. Acestea au o influență pozitivă asupra lor, au efecte benefice asupra dezvoltării psihologice, le dă curaj, speranță și încredere în ei înșiși.

Prin povești copilul descoperă și cunoaște lumea. Cadrul didactic trebuie nu doar să îi învețe pe copii să citească, ci să și mediteze asupra mesajului transmis prin poveste, pregătindu-l pe copil pentru viață. Lipsa speranței și a încrederi în sine duce la eșec în viață. Întotdeauna copilul se identifică cu personajul pozitiv din poveste și compară momentele miraculoase cu viața lui proprie, iar din acest punct de vedere povestea devine terapeutică având ca metodă de lucru *terapia narativă*. Modalitatea prin care disciplinăm copilul în vederea învățării comportamentelor acceptabile și care nu dăunează și nu îl traumatizează pe acesta, este utilizarea *poveștilor terapeutice*. Poveștile terapeutice sunt narațiuni care prezintă viața personajelor fictive sau nonfictive problemele cu care acestea se confruntă și modul în care depășesc aceste situații. „Metaforele terapeutice sunt acele mijloace prin intermediul cărora poveștile intră în sufletul copiilor și îi ajută să-și analizeze propriile gânduri și emoții. În sens larg, metafora terapeutică este definită ca fiind o figură de stil care prezintă sub o formă diferită problema reală cu care se confruntă copiii.” Utilizarea poveștilor în cadrul activităților curriculare vin în ajutorul cadrelor didactice: „să prezinte o situație similară cu problema elevului (pentru a-i arăta că nu este primul care se confruntă cu o asemenea problemă); să prezinte un caz asemănător (pentru a-i exemplifica multitudinea de soluții ce pot sta la baza rezolvării unei singure probleme); să dezvolte și să îmbunătățească imaginea de sine a elevului; să ajute elevii să-și exprime emoțiile și să comunice liber problema lor; să dezvolte un plan constructiv pentru rezolvarea problemei; să ajute la

descărcarea emoțională a elevului; să prevadă calea cea mai potrivită pentru un elev de a explora lucrurile interesante din jurul său; să dezvolte capacitatea elevului de a înțelege comportamentul uman și motivele ce stau la baza lor.”

Poveștile terapeutice sunt foarte importante în dezvoltarea socio-emoțională a elevilor, având un rol deosebit în educarea acestora. Obiectivul poveștilor terapeutice este să „păcălească” copilul, mobilizându-l și făcându-l să își imagineze forme, sunete, culori, personaje, întâmplări, conectându-se cu acestea în mod firesc. Povestea terapeutică devine astfel o strategie de intervenție, importantă pentru caracteristicile și eficiența ei în soluționarea problemelor de ordin socio-emoțional ale copiilor. Poveștile terapeutice oferă adevărate lecții de viață indirecte, emoționale, și transmit mesaje profunde, care rezolvă, într-o anumită măsură, situații normale cu care copilul se poate confrunta în viața de zi cu zi, acasă, la școală, în grupul de prieteni etc. și îi permite acestuia să se identifice cu defectele sau calitățile personajelor. De exemplu, poveștile terapeutice sunt adesea grupate pe valoarea educativă promovată: rivalitate, lăcomie, furie, stimă de sine scăzută, frică, dispreț, timiditate, eșec, respingere, traumă, violență, bunătate, toleranță, cooperare, încredere în forțele proprii, acceptare necondiționată, responsabilitate, stres posttraumatic, perseverență, recunoașterea greșelilor, încăpățănare, relații sociale, egoism, creativitate. Prin povești se dezvoltă vocabularul elevilor, aceștia repovestindu-le de nenumărate ori fără să se plictisească, copiii sunt familiarizați cu structura limbii, se cultivă deprinderea de a vorbi expresiv, satisfacem nevoia de cunoaștere a acestora, încurajăm comunicarea și le dezvoltăm deprinderi de muncă intelectuală. Povestirile au și o valoare etică și îi ajută pe copii în formarea deprinderilor de comportare civilizată și în aprecierea valorilor pozitive și acțiunilor morale ca: cinstea, hărnicia, stăpânirea de sine, respectul, răbdarea, perseverența, modestia, politețea, etc., toate redând frumusețea morală a individului.

Este foarte important ca poveștile terapeutice să facă parte din multitudinea de metode la care pot apela profesorii și părinții pentru a dezvolta competențele sociale și emoționale ale copiilor și pentru a-i educa.

Bibliografie:

1. Corcos G., Vilder C., (2019) – „*Cum să-ți dezvolți inteligența emoțională*”, Editura Litera, București
2. Drugaș, I., Bîrle, D., Bonchiș, E., (2008), *Educăm și vindecăm prinpovești*, editura Universității din Oradea, Oradea
3. Filipoi, S., (2012), *”Basmе terapeutice pentru copii, adolescenți și părinți”*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
4. Goleman D., (2018) – *“Inteligența emoțională”*, Editura Curtea Veche Publishing, București

<https://tribunainvatamantului.ro/relatiile-sociale-in-scoala-de-azi/>

IMPORTANȚA STIMULĂRII CITIRII

prof. Burlacu Adina Magdalena

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

În epoca expansiunii mijloacelor mass-media, generației tinere îi este tot mai greu să dobândească disciplina citirii, fapt ce poate constitui una dintre cele mai mari pierderi ale perioadei actuale. Nimic nu poate înlocui citirea. Lectura în afara clasei lărgeste orizontul cunoștințelor primite în clasă. Este foarte important ca fiecare cadru didactic să știe care sunt formele de îndrumare a lecturii în afara clasei.

Se semnalează tot mai frecvent tendința înlocuirii lecturii cu cea a vizionării filmelor și spectacolelor de televiziune cu subiectul unor cărți din programa școlară, ceea ce induce elevilor superficiali că se pot lipsi în totalitate de citirea operelor literare indicate de profesori.

Lipsa interesului față de lectură nu este un fenomen izolat, apărut instantaneu, fiind perfect explicabilă. Unul dintre motivele care determină tinerii să renunțe la lectură este apariția unei civilizații a vizualului, în care televizorul și computerul par să ofere mult mai mult decât o făcea până acum pagina scrisă. Realitatea virtuală și imaginile de sinteză i-au cucerit definitiv și irevocabil pe copii și tineri, reușind să-i îndepărteze de filele cărților.

Unii dintre elevi nu au o înclinație înnăscută spre citire și li se pare un lucru greu. Chiar și în cazul elevilor care au vădite înclinații spre partea reală, trebuie ca școala și familia să acționeze pentru formarea obiceiului de a citi sistematic. Elocventă este afirmația potrivit căreia: „... o persoană care nu citește, e foarte probabil că nici nu progresează. Și de aici nu e decât un pas până la ineficiență.”

Nu este mai puțin adevărat faptul că sfera citirii cuprinde tot ceea ce este scris sau conservat pe un suport de informație, fie hârtie, fie bandă magnetică, fie suport electronic (dischete, CD-uri). Sunt numeroase dezbateri privind suportul viitoarelor lecturi, adică dacă viitorul citirii va fi unul virtual, sau vor coexista cele două tipuri de citire, respectiv cea tradițională și cea virtuală.

În societatea informatizată mesajul scris este la mare concurență cu cel pe suport electronic. Textul tipărit are însă anumite avantaje față de cel virtual, cum ar fi: finețea hârtiei,

alegerea propriului ritm de citire, precum și posibilitatea de a reveni asupra fragmentului pentru înțelegerea și reținerea unor amănunte, alegerea locului de citit, aspecte ce dau o mare independență lectorului.

În mobilizarea mentală a cititorului important este scopul urmărit de el prin citire. Motivele pentru care cei mai mulți preferă lectura sunt:

- Instruirea, documentarea într-o anumită problemă, de interes imediat;
- Cultivarea spiritului și dobândirea unei culturi generale cât mai vaste;
- Estimarea valorii unei opere literare vizate – citire dirijată, specifică cercetării într-un domeniu științific sau în cazul studiului liceal și universitar;
- Plăcerea intelectuală –citirea ca destindere, recreere.

Este nevoie ca în comunicarea cu utilizatorii, bibliotecarii să înțeleagă nevoile lor de citire, toate fiind la fel de legitime.

„O bibliotecă își îndeplinește funcția dacă este capabilă să satisfacă nevoile și cerințele de informare, interesele de citire și pe cele culturale ale membrilor colectivității în cadrul căreia își desfășoară activitatea, folosind atât colecțiile proprii (tradiționale și pe suport electronic), cât și resurse documentare ale întregului sistem info-documentar (prin cooperarea interbibliotecară).”

Vestit orator al Antichității romane, dar și om politic, scriitor și filozof, Marcus Tullius Cicero, socotea că biblioteca este „acolo unde se dă viață cărții.” Deși a teaurizat din vechi timpuri zestrea livrescă a lumii, biblioteca nu putea să rămână un simplu depozit de carte, ci ea și-a asumat responsabilitatea de îndrumare și stimulare a citirii.

Pentru a răspunde în mod eficient nevoilor de citire ale utilizatorilor săi, biblioteca trebuie să țină cont de specificul psiho–social al fiecăruia.

Bibliografie:

1. Buluță, Gheorghe, Craia, Sultana, Petrescu, Victor, *Biblioteca în societatea informației*, București, Editura Do-MinoR, 2007, p. 14.
2. Gordon MacDonald, *Ordine în universal interior*, Cluj–Napoca, Editura Ministerium, 2008, p. 131.
3. Sârghie, Anca, *Lectura și studiul: Introducere în psihopedagogia lecturii și a studiului*, Sibiu, Editura Alma Mater, 2002, pp. 68 -69.

CONSIDERAȚII PRIVIND INFLUENȚA FACTORILOR DE RISC ASUPRA ORGANISMULUI GENERAȚIEI XXI

prof. Bodea Mariana

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Elementele condiționate de mediul de viață a populației generației XXI, cu repercursiuni asupra stării de sănătate, asociate urbanizării sunt legate de factorii de risc: de calitatea aerului, alimentarea cu apă potabilă, colectarea și îndepărtarea reziduurilor lichide și solide de orice natură, zgomotul urban, habitatul – condiții improprii (zgomot, iluminat, aglomerarea populațională etc), calitatea serviciilor (de toate tipurile) oferite populației, accidentele de trafic, stresul și probleme legate de schimbarea stilului de viață. Variațiile climatice – de temperatură, crescută sau scăzută, altitudinea, radiațiile (ionizante etc.) condițiile negative ale mediului scad capacitatea de adaptare a organismului și rezistență la infecții.

A fost înregistrată o incidență crescută a malformațiilor congenitale și a copiilor hipotrofici la naștere, la femeile expuse. În ceea ce privește hidrogenul sulfurat, efectul imediat se poate manifesta prin paralizia rapidă a percepției olfactive, moartea survenind aproape instantaneu prin paralizia întregului *sistem nervos central*. La concentrații mici, efectul asupra sănătății se manifestă prin afecțiuni hepatice și renale la persoanele expuse cronic.

Poluarea naturala sau antropica (industria chimica, farmaceutica etc.) cu poluanți alergizanti determina creșterea incidenței rinitelor, sinuzitelor și în special a astmului bronșic la populația expusă (inclusiv infantila), în comparație cu cea din alte zone martor, ne expuse poluării. În ceea ce privește efectele asupra sanatații populației determinate de poluanții toxici sistemici (metale grele, metaloidele, pesticidele etc.) acestea acoperă o arie largă de afecțiuni, datorită multitudinii de poluanți emiși în atmosferă.

O caracteristică a acestor poluanți constă în prezența atât în aerul poluant, cât și concentrarea lor în lanțuri trofice, astfel încât modul de pătrundere în organism este multiplu (inhalare din aer, ingerare de apă și alimente, contact cu obiecte). Dat fiind extinderea poluării aerului cu plumb (evacuat din întreprinderile industriale și mai puțin prin eșapamentele

autovehiculelor) ca și efectele nocive posibile asupra și *sistemului nervos central* și în genere asupra sănătății infantile, acestei probleme trebuie să i se acorde un mai mare interes.

Astfel, acțiunea toxică a plumbului se manifestă în funcție de nivelul plumbemiei prin anemie, encefalopatie saturnina (tremurături, delir, convulsii, paralizii, comă și chiar deces), disfuncție cerebrală la copii (scăderea randamentului la învățătură, modificări psihologice, scăderi ale inteligenței), afectarea sistemului nervos periferic (parestezii, analgezii, anestezii), afectare renală ce merge, în formele cronice, până la atrofiere glomerulară, scleroza interstitală peritubulară cu insuficiența renală consecutivă, afectarea tractului gastro-intestinal (colica saturnină) și a aparatului cardio-vascular (arterioscleroză, hipertensiune, cardiopatii), afectarea glandelor endocrine (hipofiza și gonadele); nu în ultimul rând trebuie amintite posibilele efecte teratogene (aberații cromozomiale) și cancerigene (tumori renale) ca și de potentare a acțiunii cancerigene a hidrocarburilor aromatice policiclice.

Alte toxice sistemice care determină efecte asupra sănătății sunt manganul (leziuni hepatice, encefalopatie, parkinsonismul manganos), mercurul (leziuni renale, cardiovasculare, tulburări neurologice), cadmiul (afectare renală cu demineralizare osoasă, fracturi, nefrolitiază), fluorul (fluoroza scheletului cu osteoscleroză, osteoporoză și osteomalacie până la manifestări de fluoroză anchilozantă și paralizii), arsenul (keratoză cutanată, cancer cutanat), pesticidele organoclorurate (cu afectare hepatică, endocrină, pe sistemul nervos, efecte carcinogene, mutagene și embriotoxice în expunere cronică) și organofosforice (efecte muscarinice, nicotinică și la nivelul sistemului nervos central). O gamă largă de substanțe ce pot polua atmosfera zonelor locuite au efect dovedit cancerigen prin date epidemiologice. Dintre acești poluanți amintim hidrocarburi policiclice aromatice (benzo-a-piren etc.), benzenul, aminele aromate, gudroane, bitum, funingine și negrul de fum, azbestul, compuşii arsenici, cromatii, nichelul, pesticidele etc.

O deosebită atenție trebuie acordată poluării biologice a aerului. În atmosfera orașelor domina anumiți germeni cu rezistență mare, în special sporulați, eventual bacilul tuberculozei sau anumiți piogeni. Numărul lor crește paralel cu cantitatea de praf din aer, praf rezultat de pe străzi sau din curții.

De asemenea, numărul lor este în strictă dependență de gradul de salubritate al orașului, existența reziduurilor urbane (menajere, inerte, etc.) precum și întreținerea necorespunzătoare a străzilor și curților, ducând la o creștere a numărului lor. Germenii patogeni din aer provin în general din căile respiratorii, de pe suprafața pielii, dejectele umane sau animale și materialul infectios din unitățile sanitare/laboratoare.

De asemenea, există și o anumită floră patogenă, cu un caracter ubicuitar în natură, în această categorie intrând în primul rând agenții unor micoze pulmonare (histoplasmoză etc).

Spațiile închise joacă un rol important și bine demonstrat în transmiterea bolilor infecțioase, în special în condiții de aglomerație sau ventilație insuficientă.

Aeromicroflora reprezintă o problemă sanitară foarte importantă în locuințe, cămine, săli publice, cazărmi și în mod deosebit în instituțiile curativo-profilactice (spitale, policlinici) și instituții de copii (creșe, cămine, școli), unde transmiterea aeriană a infecțiilor se realizează cu mare ușurință (densitate mare de persoane și un număr însemnat de purtători). Aerul joacă un rol epidemiologic foarte important. Ca incidență, bolile transmisibile pe calea aerului se găsesc pe primul loc (bolile eruptive ale copilăriei – rujeola, rubeola, scarlatina, varicela etc., gripa, difteria, tuberculoza, pneumonia, psitacoza-ornitoza, alte viroze respiratorii, diferite micoze).

Nu în ultimul rând trebuie amintite efectele indirecte ale poluării aerului asupra sănătății ce se traduc prin afectarea microclimatului, florei, respectiv faunei, elemente conditionate de mediul de viață a populației cu repercursiuni asupra stării de sănătate, în înțelesul larg al noțiunii.

SĂRBĂTOAREA RUSALIILOR ÎN UNIVERSALITATE- DE LA ORIGINI ÎN PREZENT

prof. Marieta Grosu

Liceul Teoretic ”Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Cuvântul românesc „rusalii” derivă, indirect din lat. Rosalia, prin slavonul rusalija. „Cincizecime” este un calcul după grecescul „(ziua) a cincizecea”, denumire care arată că sărbătoarea are loc la 50 de zile după Paști.

Daco-românii au avut în trecut credințe păgâne care au continuat să existe și după răspândirea creștinismului. La început creștinismul a coexistat cu vechea mitologie. Numai după o lungă perioadă, creștinismul a căpătat deplină sa puritate.

Zânele rele erau la români *rusalii*, la ruși *vilî* și *rusalki*. În Balcani, vilele se numeau: la bulgari – *samovile*, iar la sârbi și croați – *vile*. Se credea că rusalki trăiesc în apă, începând din toamnă până în *duminica rozelor*, prima după pentacosta, când ies din apă și îi ademinesc pe oameni. Veselindu-se cu ele, omul moare.

La slavii de est există sărbătoarea rusaliilor de primăvară. Erauenerate rusalki, fiind socotite sufletele morților, mai ales ale oamenilor omorâți. Biserica creștină denumea pe rusalki

„draci în veșmânt feminin cu părul despletit”. Săptămâna dinaintea Sfintei Treimi se numea „rusalkaia”. Se făceau jocuri cu cântece și se împleteau coroane de mesteacăn.

Creștinismul și păgânismul au coexistat: prima sărbătoare era păgână, iar a doua avea caracter creștin. Rusaliile, care se cinsteau, erau socotite niște ființe supranaturale, zâne rele. Omul trebuia să se poarte bine cu ele, deoarece ele posedau capacitatea ca într-un acces de furie să-l mutilizeze sau să-l amuțească. Ele puteau să provoace furtună. Pentru a preîntâmpina consecințele rele, care puteau surveni din cauza întâlnirii cu rusalciile, seara, în ajunul rusaliilor, la culcare, se puneau sub cap, sub pernă, pelin. Cine nu respecta acest obicei putea fi capturat de rusalci. Serbarea rusaliilor, I. Zabelin a caracterizat-o ca „bacanale cu travestiri”.

Alături de rusalii, poporul român credea și în iele. Prin urmare, două grupuri de zâne rele, ambele de proveniență pur sudică, au fost acceptate de români cu multă ospitalitate. Ielele pot fi denumite zeitățile vântului, deoarece se credea că furtunile sunt opera lor. Ele se aflau în aer și coborau pe pământ. Acolo unde ele se jucau, iarba se ofilea. Ele nu puteau fi văzute; omul le putea auzi în spatele său, dar nu trebuia să-și întoarcă privirea. Dacă, din întâmplare, le-ar putea vedea, ele l-ar putea mutila. În timpul somnului ele îi puteau lua mințile. Despre un om schilod, sau paralizat se spunea: „E luat de iele”.

Rusaliile, straveche sărbătoare a fost preluată de geto-daci din mitologia romană, Rosalia, Sărbătoarea Trandafirilor era o zi închinată cultului morților, în care pentru sufletele celor dispăruți se aduceau ofrande: alimente și trandafiri pentru a le îmblânzi. Rusaliile pedepsesc oamenii care fac rele, pe cei care nu le respectă zilele de sărbătoare, care dorm sub pomi sau aduc noaptea apă de la fântână; îi ridică pe sus în vârtejuri, îi pocesc sau slutesc. De aceste boli se putea scăpa prin descântec de Rusalii, citind din cărți la mânăstire, intrând în Hora Călușului, sau sărind peste bolovanul pe care Călușarii îl pun pe pământ.

Conform tradiției laice, după ce părăsesc mormintele în Joia Mare și petrec Paștele cu cei vii, Rusaliile refuză întoarcerea în lăcașurile lor. Pentru a le determina să plece, li se împart pomeni abundente la Moșii de Vară.

Superstiții mai cunoscute, sunt următoarele:

- În zilele de Rusalii nu e bine să mergi la câmp, pentru că ielele te pot prinde și pedepsi;
- Cine lucrează în ziua de Rusalii va fi pedepsit de puterea ielelor, deoarece nu cinstește și prețuiește cum se cuvine ziua;
- De la Rusalii timp de 9 săptămâni nu se vor mai culege ierburi de leac; În ziua de Rusalii nu e bine să te cerți cu alții fiindcă vei fi “luat din Rusalii”.

În Vechiul Testament, Rusaliile erau, la început, o sărbătoare agricolă de bucurie, în care se oferea pârga din roadele pământului (Ex 23, 16; Num 28, 26; Lv 23, 16), numită și Sărbătoarea săptămânilor (Ex 34, 22; Lv 23, 15).

În creștinism Rusaliile /Pogorârea Sfântului Duh sunt o sărbătoare importantă, prăznuită duminica, la 50 de zile după Paști și care comemorează Pogorârea Sfântului Duh asupra ucenicilor lui Iisus Hristos. Potrivit Faptelor Apostolilor (2, 1-11), acest eveniment a avut loc în ziua Rusaliilor evreiești (Savuot), după Răstignirea, Învierea și Înălțarea lui Iisus. Au legătura cu Noul Legământ, fiind o sărbătoare a harului și iubirii. Această sărbătoare reprezintă ziua nașterii Bisericii creștine, întemeiate de Iisus Hristos. Duhul Sfânt nu este dăruit numai Bisericii în ansamblu, ci și fiecărui creștin în parte, cu darurile sale (cf. Gal 5, 22). Minunea Rusaliilor de la Ierusalim se continuă în Biserică, aducând rod în Sfânta Taină a Mirungerii.

Potrivit informațiilor din Peregrinatio Etheriae, spre sfârșitul sec. IV, la Ierusalim, sărbătoarea începea cu o celebrare nocturnă. Dimineața, prima slujbă se ținea pe Golgota, iar a doua pe Sion, locul Pogorârii Duhului Sfânt. După-amiaza, pe Muntele Maslinilor se ținea o celebrare în amintirea Înălțării Mântuitorului.

În prezent creștinii în ziua Pogorârii Sfântului Duh, participă la Sfânta Liturghie și se întorc acasă cu frunze de nuc, sfințite așezându-le apoi la icoane pentru a se sfinții și locuința prin harul Sfântului Duh.

Bibliografie:

1. Biblia sau Sfânta Scriptură, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2001
2. A. I. Sobolevski, România între popoarele slave, Petrograd, 1917, p. 17.
3. I. K. Șambinago, Religia păgână a slavilor ruși, în Culegerea de articole Istoria rusească sub îngrijirea lui M. V. Dovnar-Zapoliski, vol. I, Moscova, f.a., p. 147.
4. Lazăr Șăineanu, Ielele, București, 1886.
5. T. Pamfilie, Mitologia românească, București, 1916, p. 260.

PE „ACOPERIȘUL” DOBROGEI

prof. Lupescu Gianina- Elena

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Podișul Dobrogei de Nord se află în partea de sud-est a țării și se diferențiază de celelalte subunități ale podișului dobrogean prin complexitatea reliefului și prin marea diversitate a alcătuirii geologice. Dunărea limitează această regiune, atât în partea de vest, unde o desparte de Balta Brăilei și Câmpia Română, dar și în partea nordică unde o separă de delta marelui fluviu. În partea de est, limita este dată de țărmul lagunar al Razimului, iar spre sud, de Podișul Dobrogei Centrale.

În Podișul Dobrogei de Nord, relieful se caracterizează prin înălțimi ce variază de la câțiva metri în regiunile de luncă și câmpiile litorale, până la 467m în vârful Țuțuiatu, punctul cel mai înalt al podișului dobrogean. Munții Măcinului constituie un martor rezidual al orogenezei hercinice, un lanț muntos cu profil dantelat ce se desfășoară pe o suprafață de 217km², adică 26% din spațiul total al Podișului Dobrogei de Nord. Din punct de vedere petrografic, munții Măcinului sunt alcătuiți din roci dure precum micașisturi, cuarțite, gresii, roci granitice acoperite, în cea mai mare parte, cu depozite loessoide, reprezentând cel mai vechi rest de uscat de pe teritoriul României.

Parcul Național Munții Măcinului (1132ha) a fost propus, cu acest statut, în anul 1996 și legiferat în anul 2000. Acesta include rezervația naturală Pădurea Valea Fagilor și se suprapune atât sitului de importanță comunitară Munții Măcinului, cât și ariei de protecție specială avifaunistică Măcin - Niculițel. Sunt ocrotite întinsele păduri de tei, cvercinee, carpen, fag, care adăpostesc specii rare de plante și animale.

Munții Măcinului și împrejurimile lor sunt singurele zone din România unde încă mai există suprafețe importante de vegetație naturală de stepă, care nu se găsește nici în Balcani și este foarte rară acum în Europa.

Pentru ca elevii să descopere măreția celor mai vechi munți din România, am organizat o drumeție în munții Măcinului, spre a atinge „acoperișul” Dobrogei.

"Nu măsură niciodată înălțimea unui munte până când nu ajungi în vârful acestuia. Abia apoi îți vei da seama cât de mic a fost."

Dag Hammarskjöld



Bibliografie:

1. Badea, L. , Posea, G., Bodan, O. Zăvoianu, I. - „, Geografia României”, Editura Academiei Române, București, Volumul V, 2005

ÎNTÂLNIRI DE SUFLET CU SCRITORII LOCALI

*prof. Stamate Georgiana Victoria
Liceul Teoretic ”Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța*

În anul când iubitorii literaturii române se pregătesc să comemoreze cei 135 de ani de la moartea „Luceafărului” poeziei naționale, Mihai Eminescu, elevii Liceului Teoretic „Emil Racoviță” au avut ocazia unor întâlniri de suflet cu celebri scriitori de literatura pentru copii.

În parteneriat cu Biblioteca Orășenească Techirghiol, prin doamna bibliotecar Carmen Stan, doamnele prof. înv, primar Stamate Georgiana și Simula Mariana s-au implicat în organizarea unor ateliere de creație, cercuri de lectură interactivă cu scriitoarea Veronica Iani, o scriitoare dobrogeană plină de talent și apreciată de critici prin premii, care și-a dedicat munca scrierii unor cărți sensibile și educative adresate copiilor.

Un om al numerelor și al literelor, doamna Veronica Iani și-a propus ca prin activitatea de scriitor și ilustrator să ajungă la sufletele gingașe ale copiilor pentru a-i învăța credința, răbdarea, modestia, ascultarea, curajul, iertarea și perseverența. Copiii au îndrăgit repede cărțile lecturate, precum „Inimă de aur”, „Hainele călătoare ale Iustinei”, „Maia și străinul” etc și au încercat timid să creeze mici texte narative pentru a păși în lumea literară.





O a doua întâlnire de suflet a fost realizată cu scriitorul celebrei seria „Călătoriile lui Erus”, cel mai citit scriitor contemporan pentru copii din România, Alec Blenche, ale cărui cărți au un puternic caracter educativ împletit în mod natural cu un umor specific și care încearcă să facă lumea un loc mai bun pentru ca toți copiii să trăiască fericiți și să fie de nota zece nu numai la școală, ci și în viața de fiecare zi.

Întâlnirea s-a desfășurat sub forma unui spectacol interactiv, cu muzică și poezie, la care copiii au participat cu zâmbetul pe buze și, la finalul acestuia, au ținut neapărat să aibă autograful scriitorului pe cărțile aduse din bibliotecile personale.



Elevii încântați de lumea artistică, de lumea magică a poveștilor în care au pășit alături de cei doi scriitori dobrogeni au creionat prin sensibile cvintete portretul celor doi scriitori.

<p style="text-align: center;">Scriitor Frumos, talentat, Scriind, tipărind, corectând, El devine foarte cunoscut. Alec Blenche</p>	<p style="text-align: center;">Scriitoare Frumosă, tânără Scriind, desenând, educând Ea creează povești drăguțe. Veronica Iani</p>
<p style="text-align: center;">(Harun, Alexandru C., Luca)</p>	<p style="text-align: center;">(Anastasia, Ana Ț, Andy)</p>
	

DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR DE LITERAȚIE ÎN CICLUL PRIMAR

prof. Bucur Ionela

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Învățământul primar este o etapă fundamentală în formarea și dezvoltarea competențelor de literație ale elevilor. Literația este un concept relativ nou, dar capătă o importanță deosebită pentru elevii ciclului primar.

În dicționarul OECD, literația este menționată ca: „abilitatea de a înțelege, de a folosi și de a reflecta asupra textelor scrise pentru a-și atinge obiectivele, a-și dezvolta cunoștințele și potențialul și a participa eficient la viața societății”. Literația este definită în dicționarul Cambridge „ca abilitatea de a scrie și a citi” dar „literația este, de asemenea, o abilitate de bază sau o cunoaștere a unui subiect”

Din experiența didactică am înțeles că unul dintre cele mai importante aspecte ale dezvoltării competențelor de literație în învățământul primar este crearea unei atmosfere propice în clasă, menită să stimuleze interesul copiilor pentru a citi și a scrie. Elevii pot participa la cluburi de lectură, să se implice în proiecte de scriere creativă sau în teatru și dramatizări. Astfel, aceștia vor discuta despre cărțile preferate, vor crea poezii, povești sau scenarii proprii, ceea ce îi va ajuta să-și dezvolte abilități de exprimare orală și înțelegere a textelor.

Concentrarea pe dezvoltarea abilităților de scriere ale elevilor prin practica scrisului creativ, a compunerilor sau a jurnalelor, ajută elevii să-și îmbunătățească exprimarea și capacitatea de a-și transmite ideile în mod coerent și clar.

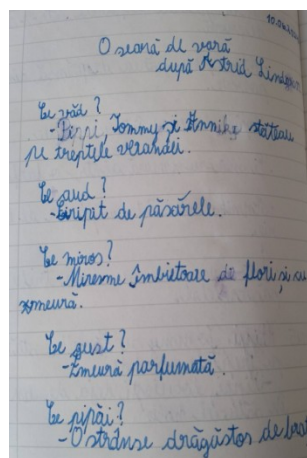
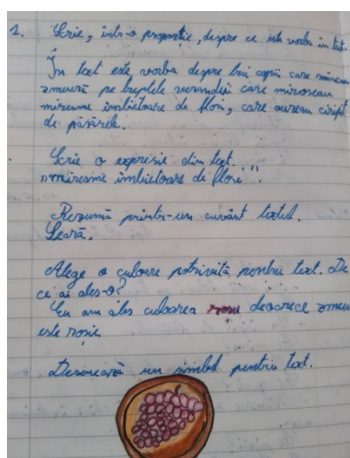
Folosirea la clasă a unor tehnici, adaptarea și readaptarea acestora s-a dovedit a fi de o mare importanță, deoarece, în urma utilizării în mod frecvent a acestora, elevii au rezolvat sarcinile de lucru mai ușor, mai repede și corect.

Afișul literar este o aplicație prin care elevul transune în desen o strofă dintr-o poezie, un fragment dintr-un text sau identifică elementele componente ale unui afiș într-un text literar.

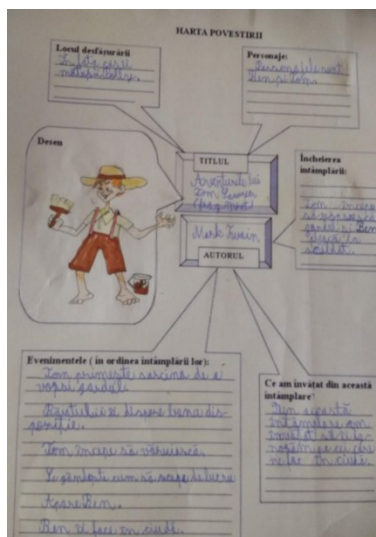


O altă aplicație prin care elevii pot dovedi înțelegerea completă a unui text este recenzia. Cerințele acesteia sunt esențiale, cu înscrieri personale deductive.

„Citim cu simțurile” este o fișă prin care elevii citesc și interpretează personal textul, făcând apel la simțuri.



Harta conceptuală este o fișă care permite înțelegerea elementelor de detaliu din textul citit.



În concluzie, dezvoltarea competențelor de literație în învățământul primar este un proces foarte important pentru formarea unei baze solide care să le asigure elevilor succesul personal.

Tehnicile și materialele folosite au ca scop eficientizare demersului didactic și valorificarea literașiei la toate disciplinele școlare.

Bibliografie:

1. OECD- Glossary of Statistical Terms from: <https://stats.oecd.org/glossary/detail.asp?ID=5420>
Literacyfrom: <https://en.unesco.org/themes/literacy>;
2. M. A., Estes, T. H., & Schwab, J. H. (1999). Instruction: A models approach, 3rd edition. Boston: Allyn & Bacon, pp. 279-280. ; 01.12.2012
3. Barton, D., 2006, Alfabetizarea: o introducere în ecologia limbii scrise;

PLATFORMA EDUCAȚIONALĂ *WORDWALL*

*inst. Ancuța Măciucă
Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța*

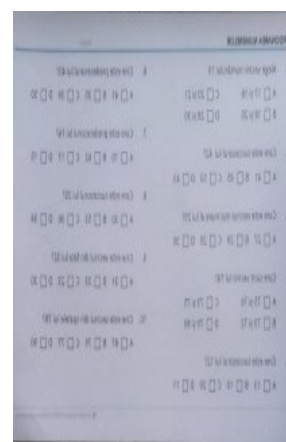
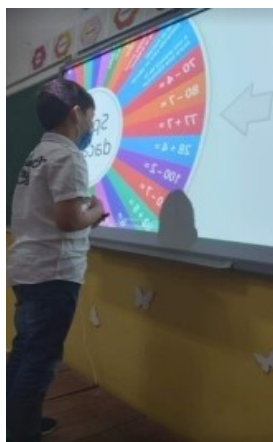
Instrumentele educaționale on-line ne pun la dispoziție o gamă largă de posibilități de evaluare. Uneori tehnica este mult mai pregătită decât suntem noi dispuși să explorăm. Din nevoia de a respecta toate etapele evaluării , am încercat diverse metode, tehnici și instrumente de evaluare on-line. Am observat că această evaluare se poate face atât on-line cât și off-line, în spațiul fizic și chiar sunt platforme care îți oferă posibilitatea să folosești testul propus ca activitate la clasă. O astfel de platformă îmi face mare plăcere să v-o prezint.

Platforma educațională *Wordwall*- „Cel mai simplu mod de a crea propriile resurse de predare” , acesta este motto-ul lor. Eu aș continua să adaug și de evaluare. Pe această platformă îți poți crea activități personalizate pentru fiecare clasă de elevi. Poți crea jocuri tip: Concurs de întrebări, Roata norocului, Careu de cuvinte, Rebus, Joc de cărți, joc cu alegere multiplă sau de sortare/grupare, etc. ... Veți spune , probabil, că aceasta este o platformă de jocuri , însă , platforma oferă posibilitatea de a transforma fiecare joc în activitate de evaluare. După ce vă personalizați jocul îl puteți transforma în multiplayer game- joc cu mai mulți jucători, sau aveți posibilitatea să îl transformați într-un test de evaluare varianta printabilă.

Multiplayers game- joc cu mai mulți jucători, este asemănător cu un test kahoot însă, Wordwall oferă posibilitatea jucătorilor să vadă atât întrebarea cât și variantele de răspuns. Cum îl putem folosi? Fiecare profesor accesează platforma Wordwall și își creează un joc (puteți folosi și jocuri gata create). Selectează varianta multiplayer iar platforma generează un cod. Elevii

acesează platforma, fără a fi obligați să-și facă cont, prin simpla căutare pe google *gowordwall*, după care selectează *join multiplayer*. Jocul îl puteți folosi atât în sala de clasă cu elevii prezenți fizic la școală, cât și on-line. Atunci când profesorul apasă *Start*, fiecărui jucător/elev îi apar întrebările și variantele de răspuns pe device-ul cu care s-a conectat. După fiecare întrebare elevul/jucătorul primește feedback cu răspunsul corect.

Faptul că fiecare joc poate fi *printat* și folosit ca test, fișă de lucru este un motiv în plus pentru a recomanda această platformă educațională.



UN DRUM SPRE TRECUTUL APROPIAT

prof. Vișan Violeta-Virginia

Liceul "Emil Racoviță", Techirghiol, Constanța

*"Cunoscând istoria și eroii, ne facem mai sociabili,
mai altruști, mai iubitori de om și viață." - Nicolae Iorga*

Cea mai spectaculoasă "realizare" a sistemului comunist a fost represiunea. Aceasta a atins dimensiuni înspăimântătoare și a devenit un malaxor de vieți omenești, cu ajutorul căruia comunismul a reușit să se mențină ca regim politic în România, timp de cinci decenii.

Tortura și bătaia erau principalele instrumente adoptate de Securitate și aplicate celor care se opuneau regimului comunist, prin diferite poziționări. În timp, metodele represive s-au rafinat, au

invadat societatea românească și au marcat puternic poporul roman: supravegherea (permanent, în unele cazuri), delațiunea (înrădăcinată în mentalul colectiv, ca un important memento al puterii), suprimarea (fizică, dar și socială) și frica.

În România, locurile ce amintesc generațiilor care au trăit în societatea axiologic comunistă, de suferințele inimaginabile îndurate de semenii noștri, sunt închisorile (unele dintre acestea, moștenite ca locuri de represiune de la regimurile anterioare).



În închisori, sub regimul comunist, și-au petrecut ani grei, o serie de oameni politici, de cultură, savanți și profesori excepționali, preoți, simpli țărani, care erau indezirabili regimului, ori s-au împotrivit, în felul propriu, instaurării ”dictaturii populare”.

Experimentul ”educațional” al temnițelor și al muncii forțate în lagărele și coloniile constituite de regimul communist, a însemnat, în primul rând distrugerea clasei politice interbelice, dar și eliminarea elitei intelectuale și a unui mare număr de clerici greco-catolici și ortodocși.

Un astfel de centru ”educațional” – închisoare a fost cea din localitatea ilfoveană Jilava, aflată în proximitatea municipiului București, capital țării. Vizitatorilor le trezește în suflet un amestec de sentimente: pe de o parte, teamă, uimire, tristețe, iar pe de alta, celor care au aflat din filele istoriei, despre acest moment din viața poporului roman, admirație față de răbdarea și eroismul celor ce au fost închiși aici.



Întrucât la orele de istorie fuseseră prezentate informații necesare (la clasa a VII-a) pentru cunoașterea unor aspecte de interes cu privire la fenomenul corecțional operaționalizat în închisorile comuniste, am profitat de ocazia oferită de Programul Săptămâna ”Școala Verde” și am organizat o excursie la Fortul XIII de la închisoarea Jilava.

Activitatea a fost realizată împreună cu doamnele profesor Văleanu Ingrid-Adelaide (specializare Istorie) și Stan Irina (specializare Limba și literatură română). La Fortul XIII, copiii au putut vedea în ce condiții au trăit, ani îndelungați, cei care au supraviețuit în detenție, dar și metode și instrumente de interogatoriu (tortură) au fost aplicate asupra deținuților politici.

Plimbați prin celulele, unde altă dată persoane cu o educație și pregătire intelectuală înaltă au fost nevoiți să îndure acte de violență și umilințe inimaginabile, elevii au ascultat cu atenție prezentările ghidului. Itinerariul le-a purtat pașii inclusive în cea mai îngrozitoare celulă de pedeapsă, ”Neagra” (așa cum era supranumită în mediul deținuților). Între pereții acelei celule, a domnit tăcerea, iar elevii au fost încercați de un fior de teamă, la gândul că acolo, printre șobolani, aproape fără aer de respirat (pentru că lipsesc ferestrele), în frig și în întuneric, de cele mai multe ori, cu apa până la glezne, deținuții (unii dintre ei, bolnavi), au fost nevoiți să trăiască zile întregi, doar pentru că protestaseră cu privire la condițiile din închisoare, sau pentru că aveau tăria să mărturisească credința în Dumnezeu.

Ce au înțeles copiii din această experiență? Faptul că atrocitățile din închisorile comuniste nu au fost simple povești, iar istoria României (contemporane) cuprinde o perioadă puțin studiată la școală, dar ale cărei coordonate, întrebări și răspunsuri, vor fi descoperite și clarificate, în timp.

SFÂRȘIT DE AN ȘCOLAR 2023 – 2024

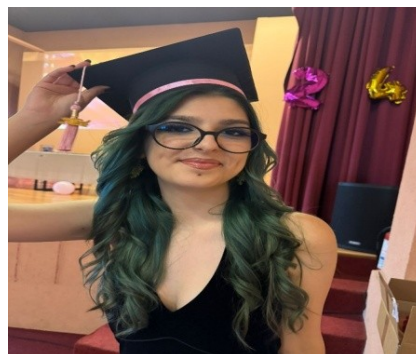
prof. Purice Nicoleta Claudia
Liceul Teoretic “Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

“Încearcă să fii un om de valoare și nu neapărat un om de succes”

Albert Einstein

Cu zâmbete și lacrimi, cu glasul tremurat, au pus o nouă filă în cartea vieții copiii de la Liceul Teoretic ”Emil Racoviță” Techirghiol. Unii au venit aici de când erau la grădiniță și au rămas cât de mult s-a putut.

Doamna învățătoare cu emoție îi strânge în brațe și își amintește prima zi de școală, când le-a pus abecedarul pe bancă. Azi le pune aripi cu care îi lasă să zboare, iar doamna dirigintă încearcă să administreze întâlnirea, vrea să își ascundă lacrimile, să fie tare la despărțirea de „ai mei” așa cum le spunea de fiecare dată când era vorba despre copiii cărora le-a fost dirigintă. Pe unii îi cunoștea din clasa a V a, știa despre fiecare unde s-a născut, unde a crescut, ce probleme a întâmpinat.



Ei sunt, elevii clasei a XII a A, mândria școlii, ei duc mai departe rezultatele eforturilor lor și ale noastre, ei ne-au bucurat, ei au luat cât de mult au putut din școală și acum cu inima strânsă așteptăm să vedem către ce se îndreaptă fiecare. A sunat clopoțelul, doamna dirigintă a strigat catalogul, au predat cheia clasei celor care acum termină clasa a XI a. Timizi și emoționați au mulțumit tuturor, profesori și părinți, conducerii liceului, doamnelor secretare și doamnei de la poarta școlii care nu le dădea voie să intre dacă întârziiau sau să iasă din școală înainte de sfârșitul programului. O nouă etapă, un munte nou de urcat, multe provocări și emoții sunt în fața lor.

Azi tot colectivul școlii îi privește cu mândrie, le este alături, îi aplaudă, îi felicită și se mândrește cu ei, este greu să te desparți de ei dar este frumos să îi vezi pregătiți pentru ziua de mâine.

100 DE ZILE DE ȘCOALĂ FERICITE, INTENSE, MEMORABILE

*prof. Lupescu Gianina Elena
Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța*

Ideea de a sărbători primele 100 de zile din viața unui școlar, activitate didactică specifică alternativei educaționale „Step by Step”, este un moment inedit prin care marcăm primii pași în cariera de școlar. Acest moment reprezintă un indicator important pentru stabilirea modului în care elevii s-au integrat în mediul școlar și și-au asumat statutul de școlari.

De ce 100 de zile? Este perioada cea mai delicată, aceea în care copiii se despart de mediul preșcolar și pornesc în școlaritate, ca într-o mare aventură. Copiii au timp să se asimileze școlii, să se simtă parte integrantă din aceasta, îi învățăm valoarea timpului, îi scoatem puțin din rutină și le arătăm că învățarea poate fi și altfel.

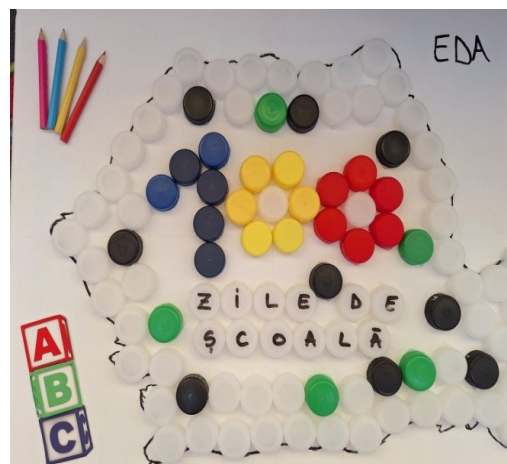
Ziua de 22 februarie 2024 a însemnat pentru ștrumfii isteți ai clasei pregătitoare A împlinirea a 100 de zile de când au început activitatea școlară. Într-o atmosferă de sărbătoare, încărcată cu multe emoții, micii elevi, ajutați de părinți, au realizat și prezentat colecții de obiecte diverse, confecționate din 100 de piese, au dansat și s-au bucurat de bilanțul primelor 100 de zile de școală.

Această activitate s-a dorit a fi o punte spre sufletul fiecărui copil, o oportunitate de a se cunoaște mai bine, o șansă de a arăta cât de valoroși sunt împreună, copiii și părinții deopotrivă, o modalitate de a exprima emoții prin intermediul artei.





„Unde școala se ivește, pământul se-mbogățește.”



Cufărul plin de comori al clasei a IV-a B

Mama mea frumoasă

Constandin Sofia Ioana

Mama mea este doar una!
E harnică precum albina.
Asemeni unui trandafir
A luat culoarea-i de zefir.
Frumoasă-i ca un răsărit,
Din alte zări descoperit!
Cu drag îi spun ce eu gândesc:
Mamă, mult eu te iubesc!



Mama

Popa Natalia Elena

Tu ești blânda lumină
A stelei în noaptea senină!
Ba ești ca o floare
Ce crește încetișor
Ce-aduce strălucire
Cu zâmbetu-i ușor!
Chipul tău atrăgător,
Gândul tău cel iubitor
Mă fac mai fericită,
Și-n fiecare zi iubită!



Mama

Constantin Cristina Ramona

Mama mea este o floare
Mângâiată ca de soare.
Mama e ca o lumină
Într-o zi calmă, senină.

Parfumată ca zambila
Cu a ei sărutare
Repară orice supărare,
Căci mă veghează mereu
Fiind îngerul meu.



***Mamă, te ador!***

Curtseit Azra

Mami, ești ca o floare,
Ești dulce, iubitoare,
Tu mă ajuți în toate
Chiar de e zi sau noapte.

Tu ești calmă, iubitoare,
Ești unică în lumea mare,
Ești ca o zi senină,
Calmă, buna și blajină.

Ești drăgălașă ca o floare!
Tu ești aleasă chiar de soare
Să fii a mea mămică
Harnică ca o furnică!

Mamă

Călugăr Ana Maria

Dragă mamă, azi de ziua ta
Aș vrea să știi că n-oi uita
Veșnicia ce mi-ai dăruit
Din clipa-n care tu m-ai zămislit!
Mai vreau să știi de ziua ta
Că te iubesc din toată inima

***Mamă iubitoare***

Nițu Andy

Lină, fină, de iubire plină
Durerea mi-o alină.
Frumoasă ca o floare,
Strălucitoare ca un soare
Când o zăresc în zare!
Aceasta-i mama mea!

Când vine acasă e o sărbătoare,
Ne face casa zâmbitoare
Cu chipu-i delicat de floare,
Cu ochii de mărgăritare,
Scânteii luate chiar din soare!
Aceasta este mama mea!



Comoara mea

Eșanu Bianca Maria

Tu, mama mea, ești o comoară
Foarte prețioasă și foarte rară!
Ție îți aduc iubirea mea....
Tu ești chiar inima mea!!!
Și te port în gând mereu,
Căci ești sufletul meu!
Te iubesc enorm de mult,
Îngerul meu pe pământ!

**Iubita mea mamă**

Hanganu Valeriu Andrei

Mama mea cea blândă, dragălașă,
E ca o floare foarte gingașă!
Mama muncește mult fără odihnă
Fiind mai harnică decât o albină.
Iubirea mi-o dă în fiecare clipă
Așa cum dă viață stropul mic de apă.

**La mulți ani, mama!**

Țurcanu Ana Maria

De când nu știam să merg
Ai făcut totul pentru mine,
Lucruri care nu se șterg
Azi vorbesc doar despre tine!

Te iubesc orice aș spune!
Mulțumesc fiindcă m-accepti
Cu ale mele, rele- bune,
Și că uneori mă cerți!

Țin mereu în piept, să știi,
Dragostea ta veșnic vie!
Ce am fost, ce sunt și-oi fi
Ți se datorează ție!!

Oriunde viața m-ar duce,
Îți spun să nu îți fie teamă,
Tot la tine pașii mă vor aduce!
La mulți ani, iubită mamă!

PRIVIGHETOAREA

Nițu Andy- clasa a IV- a B

Prof. învă. primar Stamate Georgiana Victoria

Liceul Teoretic ”Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Acum șase ani într-o zi de primăvară am plecat într-o excursie cu familia. Am ales un loc umbrit, plin de verdeață, unde am instalat cortul. Fiecare avea câte o misiune de îndeplinit. Eu nu mă mai săturam să admir natura. Era liniște, nu se auzeau decât frunzele care se mișcau în adierea vântului. Atenția mi-a fost atrasă de niște sunete extraordinare. Pe o crenguță proaspăt înmugurită ședea o pasăre măiastră. Cu penele ei cânepii, cu ochii negrii care străluceau în lumina lunii și cu ciocul ei portocaliu mic și ascuțit, ea era atât de frumoasă încât am crezut că nu este reală.

Cântecul ei era frumos, liniștitor și dintr-o dată totul s-a transformat într-un miraj. Cântecul ei melodios, unic, mă transporta într-un tărâm magic.

Dar părinții mei mă chemau insistent la masă și, dintr-o dată, vraja s-a risipit. Însă minunea există, minunea pasărea măiastră, cu cap mic, ochi negri, pene cânepii, ne vrăjește cu cântecul ei melodios.

Omagiu literar și artistico-plastic adus Luceafărului poeziei românești

Elevii clasei a IV-a B



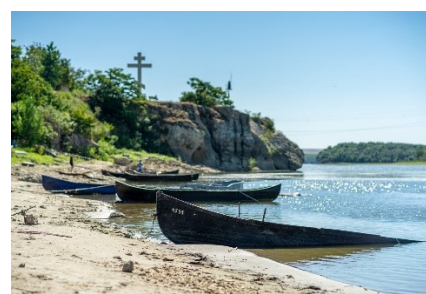
CĂLĂTOR PRIN DOBROGEA

*Prof. Cehan Laura
Liceul Teoretic ”Emil RacoviŢă” Techirghiol, ConstanŢa*

Melegurile dobrogene, scăldate de soarele ce răsare din mare, ascund atâta frumuseŢe neştiută pe care nu prea ştim cum să o preţuim.

Acest ţinut are ceva aparte, imense întinderi de nisip pictate de spuma albă a valurilor ce se sparg rând pe rând, cu maci sălbatici şi ţipăt de pescăruş, împletite cu ogoare galbene de rod, cu dealuri încărcate cu struguri, cu o salbă de lacuri pe a căror luciu alunecă alene bărcile pescarilor, cu vechii munţi ai Măcinului, străjuiţi de poieni cu flori şi parfum de tei, cu Dunărea cea bogată ce se revarsă în Marea cea mare.

Tărâmul acesta, încins de ape din toate părţile, Dobrogea mirifică, a fost dintotdeauna casa în care au convieţuit în linişte şi bună înţelegere 18 etnii, aşa cum spun de-a lungul veacurilor cronicare. ToleranŢa, înţelepciunea, respectul reciproc, dorinŢa de a învăŢa unii de la alţii au făcut ca în Dobrogea viaŢa să fie mai dulce, oamenii să se accepte unii pe alţii şi să îşi împărtăşească ce au mai bun şi să asigure păstrarea identităŢilor etnice.



Amalgamul de naŢii este una din minunile Dobrogei, acest melanj de tradiŢii şi obiceiuri se reflectă şi în gastronomia locului, mâncărurile tradiŢionale ale tuturor minorităŢilor pot alcătui uşor meniul culinar dobrogean. O vastitate de arome şi gusturi, o masă la care piperchi ţărgâşiŢi se întâlnesc cu kobet sau geantăk, borşul lipovenesc cu o tochtură dobrogeană, şuberek-ul stă mândru pe lângă o plăcintă cu brânză dulce şi stafide, salată bulgărească face cu ochiul ghiudemului şi sarmuzacul aşteaptă nerăbdător un peşte la grătar.

Am ajuns şi la motivul acestei poveşti, minunatul sarmuzac, sosul de usturoi dobrogean, cu al său gust picant acrişor, mujdeiul dobrogean, simplu sau cu roşii, care se îmbină de minune cu orice făcut la grătar, fie peşte, carne sau legume, dar mai ales cu borşul de peşte.

Sarmuzacul necesită usturoi, un ulei dobrogean bun, un praf de sare, opțional câteva roșii coapte de soare și de dogoarea unui grătar, un mojar și ceva forță în brațe, dar mai bine vă las să descoperiți rețeta acestui deliciu.

Ingrediente pentru o porție de sarmuzac:

- 3 capățâni usturoi de primăvară
- 200 ml ulei de floarea soarelui
- 4 roșii bine coapte
- un praf de sare grunjoasă



Usturoiul se curăță și se zdrobește foarte bine într-un mojar împreună cu un praf de sare grunjoasă, până când devine ca o pastă. Sarmuzacul este de fapt o maioneză de usturoi, din momentul în care căteii de usturoi au ajuns o pastă în mojar se transferă într-un bol, de preferat un castron de lut dar merge și un bol de ceramică, și se freacă usturoiul adăugând uleiul, puțin câte puțin, nu vă grăbiți deoarece minunea aceasta cere răbdare.

Crema de usturoi crește încet, încet în volum și devine din ce în ce mai groasă și mai fermă, pisălogul poate sta drept în mijlocul ei, din acest moment sarmuzacul este numai bun de savurat sau poate fi înobilat cu o pastă de roșii coapte pe grătar, decojite și mărunțite.

Sarmuzacul poate fi îmbunătățit după gusturi cu câteva picături de lămâie, cu ceva frunze de mărar sau chiar cu ciușcă uscată și măcinată, că doar suntem dobrogeni!

Sursă foto: Facebook/Dobrogea, my love / Facebook/DobrOrigini / <https://ciprianmuntele.ro/>



<https://publicitate-br.ro/servicii/trofee-cupe-medalii-plachete/>

ELEVI CU CARE NE MÂNDRIM!

prof. Banzea Eugenia

Liceul Teoretic „Emil Racoviță”, Techirghiol, Constanța

Anul școlar 2023- 2024 a fost unul în care elevii Liceului Teoretic “Emil Racoviță” Techirghiol au participat la diverse competiții școlare de specialitate sau activități extracurriculare și extrașcolare cuprinse în calendarele activităților educative județene, regionale și naționale, rezultatele lor ne-au determinat să ne simțim mândri, astfel:

OLIMPIADE ȘI CONCURSURI DE SPECIALITATE

- ✓ Olimpiada Națională de **Educație Tehnologică și Aplicații Practice-etapa județeană**

Premiul I - Florescu Mihai Radu - clasa a VII-a C

Premiul I - Nedelcu Daria Cristina - clasa a VI-a B

Premiul III – Dumitru Filip - clasa a V-a B

Mențiune – Neagu Maria- clasa a V-a B

- ✓ Olimpiada Națională de **Educație Tehnologică și Aplicații Practice - etapa națională**

Diplomă de participare: Florescu Mihai Radu -clasa a VII-a C și **Nedelcu Daria Cristina** - clasa a VI-a B

prof. coordonator: Protopopescu Cristina Gabriela

- ✓ Olimpiada Națională de **Religie Cultul Creștin Ortodox- etapa județeană**

Premiul II – Dumitru Filip- clasa a V-a B

Mențiune – Nicolae Sofia Maria- clasa a V-a B

prof. coordonator: Livezeanu Carmen

- ✓ Olimpiada Națională de **Argumentare, Dezbateri și Gândire Critică „Tinerii dezbat” - etapa județeană**

Mențiune –echipajul format din elevele: **Cehan Maria Miruna, Becheanu Bianca Ștefania și Mocanu Ana Maria**- clasa a IX-a A

prof. coordonator: Dumitriu Natalia

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

- ✚ Concurs național intercultural „*Diversitas*”- CPEENI-2024-fără finanțare, pag. 2, poz. 27 inițiat de Școala Gimnazială „*George Enescu*”, Năvodari, jud. Constanța-*secțiunea dans etno(15-18 ani)* -faza județeană-participare directă:

Premiul I- Ansamblul „*Tekir*” format din următorii elevi: *Galea Eduard Gabriel(VII C)*, *Ungureanu Samoel Dumitru(VI C)*, *Ștefănescu Ioana(IX A)*, *Păun Elena Maria(X A)*, *Năstase Marius Adrian(X A)*, *Ciurea Eduard Andrei(X B)*, *Ungureanu Lavinia și Ungureanu Larisa(XII A)*

prof. coordonator: Amet Aihan

- ✚ Concurs național intercultural „*Diversitas*”- CPEENI-2024-fără finanțare, pag. 2, poz. 27 inițiat de Școala Gimnazială „*George Enescu*”, Năvodari, jud. Constanța-*secțiunea dans etno(15-18 ani)* -faza națională-participare directă:

Premiul II- Ansamblul „*Tekir*” format din următorii elevi: *Galea Eduard Gabriel(VII C)*, *Ungureanu Samoel Dumitru(VI C)*, *Ștefănescu Ioana(IX A)*, *Păun Elena Maria(X A)*, *Năstase Marius Adrian(X A)*, *Ciurea Eduard Andrei(X B)*, *Ungureanu Lavinia și Ungureanu Larisa(XII A)*

prof. coordonator: Amet Aihan

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

Premiul I-gimnaziu- echipajul format din elevii: *Mihalache Patrick Luca(VII A)*, *Mustafa Ozan(VII A)*, *Rusnacu George și Solomon Sebastian Viorel(VI A)*

Premiul I-liceu- echipajul format din elevii: *Asăvoaei Alexandru*, *Manole Mihai Alexander*, *Năstase Adrian Marius și Panait Cătălin Dumitru(X 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, I.G.S.U., M.A.I. și S.N.C.R.R. -faza regională-participare directă:

Premiul III-liceu- echipajul format din elevii: *Asăvoaei Alexandru*, *Manole Mihai Alexander*, *Năstase Adrian Marius și Panait Cătălin Dumitru(X A)*

prof. coordonator Crețu Alexandru

- ✚ Festival concurs regional de folclor „*Sunt mândru de portul meu*” -CPEERI-2024, pag. 24, poz. 774 inițiat de Școala Gimnazială „*Ion Creangă*”, Albești, jud. Constanța -**secțiunea dans etno -faza regională-participare directă:**

Premiul II- Ansamblul „*Tekir*” format din următorii elevi: *Galea Eduard Gabriel(VII C)*, *Vrânceanu Amalia(VII C)*, *Ungureanu Samoel Dumitru(VI C)*, *Ștefănescu Ioana(IX A)*, *Gorschi Bianca Ioana(IX B)*, *Păun Elena Maria(X A)*, *Năstase Marius Adrian(X A)*, *Ciurea Eduard Andrei(X B)*

prof. coordonator: Amet Aihan

- ✚ Simpozion de comunicări științifice „*Fizica, chimia, biologia-Științe ale naturii*”- CPEERI-2024, pag. 11, poz. 353 inițiat de Colegiul Național „*Nicolae Iorga*” Brăila, jud. Brăila-**faza regională-secțiunea PPTX-participare directă:**

Premiul special: Murat Andreea Ștefania și Păun Elena Maria (X A)

prof. coordonator: Banzea Eugenia

Premiul special: Mocanu Ana maria și Hoartă Andreea Eliza

prof. coordonator: Lazăr Nicoleta

- ✚ Simpozion regional de ecologie și protecția mediului „*Dacă noi am fi planeta albastră*”- CPEERI- 2024, pag. 34, poz. 1086 inițiat de Liceul „*Anghel Saligny*” Fetești, jud. Ialomița-**faza regională-secțiunea desene, colaj-participare indirectă:**

Premiul I-Fechetă Ariana (III B)

prof. coordonator: p.î.p. Rîmbu Cristina

Premiul II-Oșoianu Ioana(II A)

prof. coordonator: p.î.p. Anton Luminița Gigica

Mențiune-Ene Marcus Ionel (II B)

prof. coordonator: p.î.p. Lupescu Maria

- ✚ Concur regional de creații plastice și literare „*Fantezie și culoare de Sfintele Paști*”- CPEERI-2024, pag. 8, poz. 215 inițiat de Școala Gimnazială Nr. 12 Botoșani, jud. Botoșani-**faza regională-secțiunea desene, colaj-participare indirectă:**

Premiul I-Constantin Sofia Ioana (IV B)

Premiul III-Călugăr Ana Maria(IV B)

Mențiune- Costea Iulia Claudia (IV B)

prof. coordonator: p.î.p. Stamate Gergiana Victoria

- ✚ Concur regional de folclor „*Armonii românești culturale-datini și obiceiuri-secțiunea daruri pentru Moș Crăciun*”- CPEERI- 2024, pag. 30, poz. 950 inițiat de Școala Gimnazială „*Anghel*

„Saligny” Galați, jud. Galați-faza regională-sectiunea creație arte vizuale-**„Colindătorii”** -
participare indirectă:

Premiul II-Vaicekauskaite Maja(V B)

prof. coordonator: Val Ana Christiana Narcisa

✚ Proiect regional de folclor **„Vlăstare înzestrate”**- CAERI- 2023, pag. 18, poz. 858 inițiat de Liceul Tehnologic **„Constantin Conachi”** Pechea, jud. Galați-faza regională-sectiunea creație artistică-**„Copiii și Iarna”** -participare indirectă:

Premiul II-Oșoianu Iustin (grupa mare)

prof. coordonator: p.î.p. Miu Elena

Premiul III-Catană Serena(grupa mică)

prof. coordonator: p.î.p. Petcu Octavia

Premiul III-Rașid Aylin(grupa mijlocie)

prof. coordonator: p.î.p. Săileanu Ani

✚ Concurs regional de arte plastice și tetru pentru copii **„Copiii colorează lumea scenei”**- CPERI- 2024, pag. 52, poz. 1674 inițiat de Liceul Teoretic **„Gheorghe Munteanu Murgoci”** prin Grădinița cu Program Prelungit nr. 4 Măcin, jud. Tulcea-faza regională-sectiunea creație plastică și teatru-participare indirectă:

Premiul I- secțiunea monolog -Hasan Amina (CPB)

Premiul I- secțiunea dialog -Sima Dan și Benikovsci Karim(CPB)

Premiul I- secțiunea piesă de teatru -Grigore George Matei, Popa Ana Edera și Simion Andrei Ionuț (CPB)

prof. coordonator: p.î.p. Măciucă Anca

Premiul I- secțiunea lucrări de artă plastică, desen „Scene din basme prin ochi de copil” -

Mocanu Riana Maria (grupa mijlocie)

Premiul II- secțiunea lucrări de artă plastică, desen „Scene din basme prin ochi de copil” -

Epuran Anais Hanelore (grupa mijlocie)

prof. coordonator: p.î.p. Dumitru Ionela

✚ Festivalul regional de scurtmetraj, fotografie și benzi desenate pentru liceeni **„Filmmic”**- CPEERI- 2024, pag. 25, poz. 781 inițiat de Liceul Teoretic **„Traian”** Constanța, jud. Constanța-faza regională-sectiunea film -participare directă:

Premiul special-Gospodin Radu Cristian(X A)

prof. coordonator: Georgiana Mazilescu

- ✚ Concursul județean de folclor „*Dobrogea mozaic etnic*” C.A.E.J. 2024, pag. 2, poz. 11 inițiat de Școala Gimnazială „*George Coșbuc*” 23 August, jud. Constanța-*domeniul cultural artistic-culturi și civilizații -faza județeană-participare indirectă:*

Premiul I- secțiunea selfie- **Geangu Andrada Maria(V A), Joie Marina Karina(V B), Tiron Liviu Andrei(XI A)**

Premiul III- secțiunea selfie-**Ciocă Alexandru Andrei(V B)**

prof. coordonator: Văleanu Adelaida Ingrid

- ✚ Concursul județean de educație civică „*Drepturile omului prin ochi de copil*” C.A.E.J. 2024, pag. 4, poz. 42 inițiat de Școala Gimnazială Nr. 24 „*Ion Jalea*” Constanța, jud. Constanța-*domeniul educație civică -faza județeană-participare directă:*

Premiul I- **Nachiu Ayan(V B)**

Premiul II- **Neagu Maria(V B)**

prof. coordonator: Dumitriu Natalia

- ✚ Concurs interșcolar Arte Vizuale „*Imagine și simbol în arta românească*” inițiat de Liceul Teoretic „*Ovidius*” Constanța, jud. Constanța *-faza județeană-participare indirectă:*

Premiul I-secțiunea pictură **Caraiman Simona Elena(VII C)**

prof. coordonator: Val Ana Christiana Narcisa

- ✚ Festivalul de teatru pentru copii „*Arlechino*” inițiat de Școala gimnazială „*Ion Borcea*” Agigea, jud. Constanța *-faza interșcolară-participare directă:*

Premiul I- secțiunea monolog -**Hasan Amina (CPB)**

Premiul II- secțiunea piesă de teatru -**Sima Dan și Benikovsci Karim(CPB)**

Premiul III- secțiunea piesă de teatru -**Grigore George Matei, Popa Ana Edera și Simion Andrei Ionuț (CPB)**

Mențiune- secțiunea piesă de teatru- **Grigore George Matei, Andronache Antonia Beatrice, Regep Yaren Aliss (CP B)**

prof. coordonator: p.î.p. Măciucă Anca

CONCURSURI JUDEȚENE, REGIONALE, NAȚIONALE ORGANIZATE DE

O.N.G/FUNDAȚII/ASOCIAȚII

- Concursul județean „*Dragostea profetului pentru copii*” inițiat de Uniunea Democrată a Turcilor din România Constanța, jud. Constanța-*faza județeană-participare directă:*

Premiul II- **Asan Hakan(III B)**

Premiul II- **Caitul Ilma Nasia(IV B)**

prof. coordonator: Amet Aihan

- Concursul național de bandă desenată pentema reciclării **„Un erou/eroină salvează planeta de plastic” în programul ASAP(Armata selectării atente a plasticului)** organizat de THE INSTITUTE, LIDL, RESET PLASTIC-faza **națională-participare indirectă:**

Premiul I- Bulf Ovidiu Alexandru(XII A)

prof. coordonator: Florescu Anamaria

- Concursul **„Art of Work” în programul Erasmus** organizat de Universitatea Maritimă Constanța-**creații plastice -participare directă:**

Premiul pe secțiune- Pirtea Bianca Nicoleta și Păun Elena (X A)

Certificat pe secțiune-Gima Aida(XI A)

prof. coordonator: Geladin Aiten

- Concursul Școlar Național de Competență și Performanță **ComPer** organizat de Fundația pentru Științe și Artă în parteneriat cu Societatea de Științe Matematice din România(SSMR), Uniunea Scriitorilor din România(USR) și Editura RocArt susținut online la :

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

Premiul I-Duman Maria Cristina și Stancu Evelyn Maria (CP A)

Premiul II-Agigheldi Eda și Radu Sara Maria(CP A)

prof. coordonator: p.î.p. Lupescu Gianina Elena

Premiul I -Bușegeanu Nicușor(II A)

prof. coordonator: p.î.p. Anton Luminița Gigica

Premiul I -Samoilă Eric- Cristian(II B)

prof. coordonator -p.î.p. Lupescu Maria

Premiul III -Nițu Andy(IV B)

prof. coordonator -p.î.p. Stamate Georgiana Victoria

• **Matematică-etapa națională**

Premiul I-Samoilă Eric- Cristian(II B)

prof. coordonator-p.î.p. Lupescu Maria

Premiul I-Duman Maria Cristin (CP A)

Premiul III- Stancu Evelyn Maria (CP A)

prof. coordonator: p.î.p. Lupescu Gianina Elena

Mențiune- Murat Anelis Karina

prof. coordonator: p.î.p. Anton Luminița Gigica

Premiul I-Adam Rareș Andrei (III A)

Premiul I-Șerban Sara Maria (III A)

prof. coordonator: p.î.p. Simula Elena Mariana

Premiul I-Caitul Ilma Nasia (IV B)**Premiul II- Nițu Andy(IV B)****Premiul III- Țurcanu Ana Maria(IV B)**

prof. coordonator: p.î.p. Stamate Georgiana Victoria

CONCURSURI DIN CALENDARUL JUDEȚEAN PE DISCIPLINE

- ❖ Concurs județean pe disciplina biologie *„Cercetaș la Delfinariu”* cuprins în Calendarul județean al concursurilor pe discipline pag. 6, poz. 52, inițiat de Inspectoratul Școlar Constanța în parteneriat cu Complexul Muzeal de Științe ale naturii, jud.Constanța **-faza județeană-participare indirectă:**

Premiul I- secțiunea pictură, grafică și colaj-**Popa Natalia Elena(IV B)**

prof. coordonator: p.î.p. Stamate Georgiana Victoria

participare directă:**Mențiune-** secțiunea PPTX-**Șerban Sara Maria (III A)**

prof. coordonator: p.î.p. Simula Mariana Elena

- ❖ Concurs județean sportiv-educație timpurie *„Învingătorii”* cuprins în Calendarul județean al concursurilor pe discipline pag. 1, poz. 4, inițiat de Inspectoratul Școlar Constanța în parteneriat cu Grădinița cu Program Prelungit *„Rița Gărgărița”*, Agigea, jud.Constanța–Programul Național pentru Educație Fizică și Sport- KALOKAGATHIA, **-faza județeană-participare directă:**

Premiul II- secțiunea MINIEXALTON-echipa formată din: **Balaban Ingrid, Hirizescu Alesia, Ciorabai Irem(grupa mare)****Mențiune-** secțiunea MINIFOTBAL: **Marcu Cezar, Seitomer Armin, Milea David, Filipovici Eric, Asan Emre, Mitran Matias, Oșoianu Iustin, Dumitrache Adam(grupa mare)**

prof. coordonator: p.î.p. Miu Elena

- ❖ Concurs județean pentru învățământ primar *„Comorile condeiului”* cuprins în Calendarul județean al concursurilor pe discipline pag. 3, poz. 26, inițiat de Inspectoratul Școlar Constanța în parteneriat Școala Gimnazială Nr. 39 *„Nicolae Tonitza”*, Școala Gimnazială Nr. 38 *„Dimitrie Cantemir”*, Școala Gimnazială Nr. 23 *„Constantin Brâncoveanu”* Constanța și

Liceul Tehnologic „*Nicolae Dumitrescu*” Cumpăna, jud.Constanța **-faza județeană-participare directă:**

Premiul I- Catană Eva- Maria, Samoilă Eric-Cristian(II B)

Premiul III-Ismal Sedef(II B)

prof. coordonator: p.î.p. Lupescu Maria

Premiul III-Murat Anelis Karina și Bușegeanu Nicușor(II A)

Mențiune-Muratasil Amina și Curcudel Rareș(II A)

prof. coordonator: p.î.p. Anton Luminița Gigica

Mențiune- Durac Andrei, Durac Constantin și Roșoiu Mihaela(IV C)

prof. coordonator: p.î.p. Cojocaru Alice

Premiul II- Caitul Ilma Nasia(IV B)

Premiul III-Nițu Andy(II B)

prof. coordonator: p.î.p. Stamate Georgiana Victoria

- ❖ Concurs județean pentru învățământ primar „*Euxin Math*” cuprins în Calendarul județean al concursurilor pe discipline pag. 3, poz. 25, inițiat Inspectoratul Școlar Constanța în parteneriat Școala Gimnazială Nr. 39 „*Nicolae Tonitza*”, Școala Gimnazială Nr. 38 „*Dimitrie Cantemir*”, Școala Gimnazială Nr. 24 „*Ion Jalea*” Constanța, jud.Constanța **-faza județeană-participare directă:**

Premiul III- Samoilă Eric-Cristian(II B)

prof. coordonator: p.î.p. Lupescu Maria

Premiul I- Caitul Ilma Nasia(IV B)

Premiul III- Hărăbor Raul Andrei

prof. coordonator: p.î.p. Stamate Georgiana Victoria

Elevii Liceului Teoretic „Emil Racoviță” sunt implicați alături de consilierul școlar și profesorii coordonatori în proiecte ce vor îmbunătăți comunicarea și comportamentul :

- „Libertatea și deciziile sunt în mâinile tale!”- parteneriat cu ANITP Constanța;
- Campania „Time to Move”- parteneriat cu Direcția Județeană de Sport și Tineret Constanța;
- „Consumul de droguri ne privește pe toți”- parteneriat cu CPECA Constanța
- „Școala în siguranță”- parteneriat cu Inspectoratul Județean de Jandarmi Constanța-Serviciul Ordine și Siguranță publică;

- „Protejează-ți banii-asigură-ți viitorul”- parteneriat cu Banca Națională a României.
prof. coordonator: psih. Matei Alexandra

Felicitări tuturor participanților și câștigătorilor!



TEL/FAX 0241/735764
e-mail: secretariat@liceultechirghiol.ro
www.liceultechirghiol.ro

”Educația este cea mai puternică armă pe care voi o puteți folosi pentru a schimba lumea.” – Nelson Mandela



ISSN 2286-4806
ISSN-L 2286-4806

ANUL MMXXIV- NR. 14