

LICEUL TEHNOLOGIC  
„SIMION MEHEDINȚI”  
GALAȚI



# SPERANȚA



*revista școlară bianuală*

AN ȘCOLAR 2021-2022

NUMĂR 10

Decembrie 2021

The background features a stylized profile of a human head facing right, composed of numerous thin, overlapping, wavy lines. The color palette is a soft gradient from light blue on the left to light orange and yellow on the right. The text is centered on the left side of the head profile.

MOTTO:

" Școala înseamnă ordine și chibzuință de fiecare clipă. "

*Simion Mehedinți*

**PROIECTUL ERASMUS  
"UN VIITOR EUROPEAN PENTRU ELEVII CU CES"**



**2019-1-RO01-KA102-062461**



În anul 2020 Liceul Tehnologic "Simion Mehedinți" a câștigat primul Proiect Erasmus+2019-1-RO01-KA102-062461: "Un viitor european pentru elevii cu CES". Proiectul a fost câștigat grație doamnei director adjunct Vieru Diana care s-a implicat activ în scrierea acestuia.

Astfel, în martie 2021 primul flux de 7 elevi de la Profilul Mecanică, calificarea Tinighigiu-vopsitor auto, învățământ profesional a desfășurat un stagiul de pregătire în Paphos, Cipru.

Elevii au avut oportunitatea să-și desfășoare stagiul de pregătire practică la service-ul partener din Cipru, Autoclinic Garage Ltd. elevii au fost însoțiți de două cadre didactice: prof. Zaharia Anca și prof. Palade Liliana. În 28.06-16.07.2021 cel de al doilea flux de 7 elevi de la Alimentație publică, însoțiți de d-na prof. Grigore Iuliana și au desfășurat stagiul de pregătire la Hotelul St. George de patru stele din Paphos, Cipru.

Scopul acestor mobilități a fost de a oferi elevilor noștri posibilitatea de a își îmbunătăți cunoștințele, abilitățile și aptitudinile

profesionale lucrând la agenți economici dotați la standarde europene. Ambele fluxuri de elevi au avut oportunitatea să observe și să învețe cum se lucrează într-un sevis auto dotat la standardele cele mai înalte și într-un hotel de patru stele dintr-o zonă turistică europeană faimoasă. Astfel, elevii au avut parte de o experiență care le-a îmbunătățit competențele profesionale, de limbă engleză și de lucru în echipă.

**Prof. Ionașcu Maricica Liliana**

**STAGIU DE PREGĂTIRE PRACTICĂ PRIN MOBILITATE VET  
PENTRU ELEVII DE LA LICEUL TEHNOLOGIC „SIMION MEHEDINȚI”**



În perioada 28 iunie-16 iulie, un grup de șapte elevi, un cadru didactic și doi părinți de la liceul Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți” au participat la o mobilitate în cadrul proiectului de tip Erasmus+ „Un viitor european pentru elevii cu CES”. Grupul țintă a fost format din șapte elevi de la clasa a XII-a, calificarea tehnician în gastronomie, care au efectuat un stagiul de pregătire practică comasată de trei săptămâni la agentul economic ST. GEORGE HOTEL ENTERPRISES din Paphos, Cipru. S-a urmărit achiziționarea de către

elevi a unor cunoștințe, abilități și atitudini în ceea ce privește domeniul studiat. În fiecare zi a acestui stagiul de pregătire profesională elevii au putut parcurge diverse activități de instruire practică cu durata de șase ore pe zi și un total de 90 de ore. Astfel, ei au avut posibilitatea de a observa activitatea din domeniul gastronomiei într-un restaurant de patru stele, au putut identifica vase, ustensile, echipamente, materiile prime și auxiliare specifice bucătăriei cipriote au putut studia tradiții și obiceiuri, culinare din zona Paphos, au observat procesele tehnologice de

obținere a acestor preparate tradiționale, în final parcurgând o etapă de evaluare prin realizarea unui preparat culinar și prezentarea portofoliului personal.

În tot acest timp, elevii au respectat prevederile regulamentului de ordine interioară, programul de lucru, au manifestat responsabilitate în realizarea sarcinilor, au completat fișele testele și chestionarele, precum și jurnalul de practică și portofoliul personal.

Această experiență s-a dovedit una foarte folositoare pentru pregătirea profesională a elevilor de la Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți”, aceștia manifestându-și bucuria și entuziasmul de a parcurge acest stagiul de pregătire practică, de a descoperi lucruri interesante despre diferite tradiții și obiceiuri culinare din zona vizitată și de a vedea locuri de un farmec deosebit.

**Prof. Cișleanu Veronica**



## AMINTIRI DIN CIPRU

Proiectul Erasmus+ „Un viitor european pentru elevii cu C.E.S.” se înscrie în planul de mobilitate europeană și are ca scop îmbunătățirea gradului de absorbție a absolvenților cu cerințe educaționale speciale pe piața muncii, adaptare și integrare a acestora, în comunitatea europeană.

Grupul tinta, format din 7 elevi cu deficiențe ușoare și moderate, din clasa a XII-a AP, calificarea Tehnician în gastronomie, în fluxul 2 de mobilitate, au efectuat stagiul de pregătire practică comasată la Saint Georges Hotel Enterprises din Paphos, Cipru, pe o perioadă de trei săptămâni (27 iunie -17 iulie 2021).

**Saint George Hotel Enterprises**, este un hotel de 4 stele, un simbol al unei culturi hoteliere de primă clasă, o combinație perfectă a patrimoniului cultural bogat din Paphos și a facilităților moderne (225 de camere, restaurant, piscină cu bar, cafenea, centru de regenerare, SPA, sală de gimnastică, saună, jacuzzi, piscină interioară).



În cadrul acestei mobilități, elevii au avut ca obiectiv îmbunătățirea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor profesionale dar și îmbogățirea bagajului cultural în perioada de derulare a proiectului.

În acest sens, partenerii de proiect au organizat vizite la diverse obiective turistice din oraș și împrejurimi.

**Orasul Paphos**, pentru majoritatea oamenilor, este totul despre soare, nisip și mare, dar are și o mulțime de atracții istorice: muzee și situri arheologice, cu ruine, palate, teatre, cetăți și morminte, acestea ilustrând valoarea arhitecturală și istorică excepțională a orașului.



Am vizitat **Mormintele regilor**, la doi kilometri, afară din orașul Paphos, aceste morminte subterane impresionante, sculptate din stânci solide, în număr de șapte, datează din secolul al IV-lea î.Hr., au fost un loc de înmormântare pentru vechiul Paphos în perioadele grecești și romane și probabil folosite pentru înalți oficiali sau membri ai societății din aceste epoci. Deasemenea **Fortul Paphos**,



una dintre cele mai cunoscute atracții din oraș, cu priveliști panoramice ale zonei portului și mării Mediteraneene.

**Grădina zoologică** din PHAPOS, cea mai mare grădina zoologică și unică din Cipru, ne-a oferit o experiență extraordinară, prin varietatea faunei sălbatice, unde am întâlnit: girafa, maimuțe, suricate, crocodil, canguri, lei albi, tigri. Papagali viu colorați și bufnițele inteligente ne-au fascinat și uimit prin reprezentațiile lor inteligente și amuzante pe care le efectuează zilnic în amfiteatru.



**Paphos Aphrodite Waterpark** Parc acvatic pentru familii, cu tobogane, râu leneș,



piscină cu valuri, teren de joacă și magazine, un loc de distracții minunat, unde am petrecut o zi întreaga din weekend. Acestea sunt doar câteva din obiectivele turistice de care am beneficiat și care ne-au rămas întipărite în minte și în suflet, cu speranța că am lăsat și noi, oamenilor frumoși pe care i-am întâlnit, aceleași amintiri plăcute.

*Prof. Grigore Iuliana*

## EDU NETWORKS – O EXPERIENȚĂ DE ÎNVĂȚARE ȘI INTEGRARE A ELEVILOR CU CES

Edu Networks este un program de 4 ani în care o comunitate de specialiști în educație, business și 114 școli lucrează împreună pentru a face ca 64000 de copii să vină cu drag la școală. Școlile participante în acest program vor primi acces la soluții de instruire, mentorat, zile de training, acces la programe și evenimente (<https://edunetworks.ro/>).

În perioada 9-11 septembrie 2021 am beneficiat de o activitate de învățare utilă. Am pornit la drum pregătite să învățăm din experiența colegilor din clusterul București, să descoperim noi metode care ne vor ajuta în recuperarea și integrarea elevilor cu CES.



### Activitatea 1 - Atelier Metoda Totem cu Jean Baptiste Manitou

Metoda TOTEM este un acronim al metaforei „Therapy Of Tribes Educating Minds” și include activități de muzicoterapie, învățare nonformală, dezvoltare personală sau teambuilding. Promovează concepte ca educația emoțională, leadership, atitudine nediscriminatorie, combaterea discursului instigator la ură, fairplay sau spirit civic și comunitar.



Atelierul Metodei Totem este unul interactiv și se bazează pe lucrul cu instrumente de percuție și complementare percuției, precum: Djembe, OceanDrum, Maracas, Tamburina, Rainstick și multe altele.

Utilizând metafora ca instrument principal, scopul atelierului este regăsirea și dezvoltarea ritmului propriu și a armoniei aducând în prezent ritualuri și elemente ancestrale folosite de triburi: foc, apă, vânt, pământ. Prin muzică, improvizare și joc, ritmul individual se împletește în ritmul comunității, iar întregul devine o reînnoire la valori primordiale (<https://www.youtube.com/watch?v=Trq1OrFA64g>).



Jean-Baptiste Odobeșianu este muzicoterapeut atestat în Franța, licențiat în Pedagogie Socială și fondator al metodei TOTEM. De-a lungul timpului a lucrat cu diferite categorii de persoane, și a dezvoltat proiecte destinate persoanelor nevăzătoare, tinerilor instituționalizați, persoanelor cu sindrom Down sau cu tulburări din spectrul autist, precum și alte categorii defavorizate. Totodată formator în proiecte Erasmus+ (<https://www.anpcdefp.ro/evente-det/vrs/IDev/1608>).



### Activitatea 2 – Vizită la Casa Experimentelor

Conceptul de bază al Casei Experimentelor este de a valorifica tendința copiilor de a se juca, mai mult decât a citi.

Experimentele interactive variate



crează contextul în care va fi posibilă experimentarea personală a fenomenelor și explorarea unor situații noi. Principiul este de ”a învăța făcând” într-o manieră distractivă

(<https://www.casaexperimentelor.ro/>)

### Activitatea 3 - Atelier Asociația de părinți "Creștem copii fericiți" a Școlii Ferdinand I

Școala Gimnazială Ferdinand I asigură o comunicare deschisă, coerentă și eficientă cu părinții, prin Consiliul reprezentativ al părinților, dar și cu Asociația părinților ”Creșteți copii fericiți!”. Asociația își propune să faciliteze și să mențină un dialog continuu între elevi, profesori și părinți.



**Activitatea 4 –  
Vizită școala Aletheea**

Școala Aletheea este una dintre cele mai noi și inovatoare unități de învățământ privat din București. Copiii învață într-un cadru prietenos și sigur, care stimulează comunicarea, în săli de curs și spații comune pline de culoare și imaginație.

Există o reală și strânsă colaborare între părinți și cadrele didactice, contribuind la buna

Proiectat pentru a stârni curiozitatea și pentru a facilita înțelegerea, acest mediu îi va determina, în



desfășurare a actului educațional.

Un pilon esențial al educației și al procesului de învățare stă în aliații cei mai de preț ai unui dascăl – PĂRINȚII ELEVILOR SĂI. Tocmai de aceea, a fost extins orizontul “orelor de școală”, părinții fiind invitați să ia parte la o serie de activități, precum workshop-uri, grupuri de lucru și ateli-

mod natural, pe elevi, să își facă publice realizările. Există spații comune pentru arte vizuale, educație tehnologică, teatru și muzică, dar și pentru întâlnirile zilnice și lunare la care participă toți copiii din școală. Grădinile din dreptul sălilor de clasă destinate ciclului primar sunt o prelungire a spațiilor de învățare. În generozitatea spațiului verde, copiii



ere, spărgând astfel bariera școală-familie. Pe lângă beneficiile aduse astfel copiilor, părinții au reușit să-și cunoască mai bine proprii copii și să înțeleagă micile probleme cu care aceștia se confruntă zilnic (<http://scoalaferdinand.com/>).

pot explora subiecte specifice științelor, dar se pot și juca sau relaxa. Metoda proiectului este cea mai folosită pentru a încuraja depășirea limitelor și evoluția armonioasă a tuturor abilităților elevului, până la atingerea potențialului său maxim (<https://www.aletheea.ro/>).



**Activitatea 5 - Vizită Owestfield -  
Grădiniță și Școală primară**

Conceptul educațional Owestfield este unul bazat pe cărți deoarece poveștile ating și îmbogățesc viața fiecăruia dintre noi în feluri nenumărate în fiecare zi.

Cărțile dau copiilor un simț al identității, structurându-le și nuanțându-le gândirea, dezvoltându-le limbajul și creierul și, nu în ultimul rând, oferindu-le o perspectivă mai nuanțată a realității. De aceea, orice cercetare curriculară la Owestfield începe cu o carte care îi conduce pe copii într-o călătorie inter și transdisciplinară (<http://www.questfield.ro/>).



Au fost momente frumoase, inedite și interesante. Am reve-

nit acasă mai bogăți în experiențe, cunoștințe, emoții.

Închei cu salutul învățat de la Jean Baptiste Manitou:

*Djembe, djembe! - Bine ați venit în pace, în inima mea!*

**Prof. Florea Sanda**



De asemenea și un agent virtual, de tipul unei holograme poate fi considerat tot robot.

În funcție de răspunsurile generate roboții pot fi:

- de asistare (sub forma unor mașini industriale);
- sociali, construiți pentru a interacționa cu subiecții umani;
- Utilizarea robotului în psihoterapie poate fi înțeleasă luând în analiză trei aspecte în același timp:
- ce face robotul;
- care este obiectivul intervenției;
- care este etapa psihoterapiei în care este utilizat robotul.

Pot fi posibile următoarele variante:

-Roboterapeutul poate îndeplini toate funcțiile psihoterapeutului și îl poate înlocui complet, interacționând direct cu clientul. Așadar, robotul, utilizat sub forma unui avatar, poate exercita independent o bună parte din funcțiile terapeutului. (evaluare, intervenție în scop de tratament sau prevenție). Avatarul poate comunica prin limbaj natural voce, inflexiuni, expresii faciale.

-Robomediatorul mediază interacțiunile dintre terapeut și pacient, fără acesta terapeutul neputând oferi intervenția. Poate fi utilizat în cazul clienților cu tulburări din spectrul autist sau în cazul clienților care sunt mai deschiși la interacțiunea cu agenți artificiali decât cu ființe umane.

-Roboasistentul, care poate îmbunătăți activitățile terapeutului, dar prezența lui nu este absolut necesară, el putând fi înlocuit cu alte instrumente, fără a fi afectată eficiența intervenției.

-Roboții pot fi utilizați în scopul: livrarea intervenției CBT, în cazul pacienților cu depresie;

-terapeut-vrăjitor care ajută copiii să-și săpânească propriile emoții disfuncționale;

-reducerea simptomelor de anxietate socială;

-în tratamentul copiilor care suferă de ASD;

-antrenarea abilităților sociale în cazul activităților ludice;

asistarea persoanelor în vârstă;

antrenarea persoanelor în exerciții fizice.



**Psihoterapie asistată de calculator și online.** Dezvoltarea tehnologică din anii 80 a creat premisele depășirii unora din barierele accesului la serviciile psihologice convenționale, aducându-le mai aproape de comunitate. Apariția internetului la mijlocul anilor 90 a creat oportunități deosebite pentru specialiștii din domeniul sănătății mintale. În prezent serviciile de terapie pot fi acordate și la distanță prin intermediul internetului și a dispozitivelor computerizate, de tipul web-apsed, e-terapie, e-sănătate mentală, cyber-terapie, e-intervenții, telepsihiatrie, terapie mobilă, consiliere psihologică online e.t.c.

Barak și colaboratorii săi propun patru categorii distincte Pentru clasificarea intervențiilor oferite cu sprijinul internetului:

-intervențiile educative;

Acestea se realizează cel mai des fără intervenția terapeutului, pacientul având posibilitatea să acceseze informațiile dorite.

-terapia și consilierea online;

Utilizată de terapeut și de pacient ca mediu pentru comunicarea sincronă sau asincronă, ce se poate realiza audio, prin intermediul webcam sau chat-ului.

-softurile terapeutice operate pe calculator sau prin intermediul internetului;

-alte activități online, cum ar fi blogurile, grupurile de suport, forumuri, webminarii, teleconferințe e.t.c.

Implicarea terapeutului poate varia de la prezența totală ca în cazul terapiei clasice, până la absența totală a acestuia, ca în cazul resurselor disponibile pe soft-ware.

Serviciile de sănătate mintală asistate de calculator sau de internet pot viza de la evaluarea psihologică, până la intervențiile clinice. De asemenea terapiile online pot fi individuale sau de grup, la fel ca și în terapia tradițională. Trebuie precizat că terapia asistată de calculator este un domeniu aflat la început, care oferă premisele pentru a răspunde nevoilor curente ale societății.

Studiile arată că terapia computerizată este cel puțin la fel de eficientă ca și ca clasică, pentru o serie de tulburări specifice, dar și pentru cazurile în care pacientul prezintă comorbidități sau probleme subclinice. Varianta în care terapia online este ghidată de terapeut este mai eficientă decât cea fără implicarea terapeutului. Noile sisteme terapeutice vor trebui să țină cont de limitările actuale și criticile aduse pe partea de etică și confidențialitate, dar cu toate acestea prezintă avantajul că sunt accesibile din punct de vedere al costurilor.

### Concluzii

Indiferent de context, cercetarea psihologică implică "oameni care studiază oameni" și este dificil de a studia comportamentul unui seamăn într-o manieră imparțială. Dacă psihologia este cu adevărat o știință, atunci este una cu totul specială. Metodele, tehnicile și strategiile psihologiei sunt diverse și versatile, reflectând natura complexă a psihicului uman.

**Prof. Vieru Diana Manuela**



## MATEMATICA ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL SPECIAL

**„Nu vă faceți griji cu dificultățile voastre la matematică. Vă asigur că ale mele sunt chiar mai mari!”**

**Albert Einstein**

Dificultățile de învățare a matematicii sunt definite ca dificultăți importante în însușirea și dezvoltarea abilităților în domeniul larg al performanței matematice, cu numeroasele ei aspecte și conjuncturi.

Denumirea de tulburare de învățare se referă la întârzierea în dezvoltarea sau dezvoltarea nepotrivită a citirii, scrierii și/sau a deprinderii de calcul. Este vorba despre o modalitate specială de prelucrare a informației, care se datorează dezvoltării și funcționării diferite de normal a sistemului nervos central. Discutăm despre tulburări de învățare în momentul în care un copil are rezultate mai slabe decât ar permite capacitățile sale intelectuale și rezultatele nu sunt în echilibru cu timpul alocat pentru învățare.

În matematică, deficiențe de învățare sunt considerate situațiile în care apare o discrepanță severă între ceea ce ar trebui să realizeze elevul, ca sarcină școlară complexă conform vârstei sale, și ceea ce realizează el efectiv, în cazul în care nu există o deficiență intelectuală, deficiențe senzoriale, deficiențe neuropsihice, tulburări emoționale semnificative, tulburări comportamentale pregnante, instruire și educație precare sau inadecvate.

Tulburările vizate de discalculie pot fi grupate în dificultăți de înțelegere a semnelor matematice, a semnificației numerelor și a operațiilor cu ele, de raționare - responsabile pentru rezolvarea eronată a problemelor.

Eșecurile în calcul vizează insuficiența operatorie, tulburarea logicii elementare - manifestată în dificultăți de clasificare și de compoziție aditivă a claselor, de seriare și de ordonare a relațiilor asimetrice dintre clase. La baza acestor insuficiențe se găsesc neînțelegerea și structurarea neadecvată a sistemelor de simboluri și semne matematice în deprinderi elementare de socotit și de rezolvare de probleme cu ajutorul lor.



Predarea matematicii trebuie realizată din perspectiva întregii structuri a materiei, dezvoltând acele categorii de gândire matematică utile copiilor în viitor, în diferite situații. Scopul predării noțiunilor matematice nu trebuie subordonat exclusiv învățării pe de rost a unor reguli preformulate de către cadrul didactic. Strategia didactică este puternic influențată de factori precum: experiența de învățare a elevilor, vârsta, nivelul de învățare la matematică. Dacă facem referire la metodele utilizate în procesul de predare - învățare, atunci este recomandabil să se folosească metode active, focalizate pe elev, specifice învățării prin acțiune, astfel încât obiectivele propuse să poată fi realizate. Profesorul este cel care își propune abordarea învățării, ținând seama de particularitățile clasei.

Pentru preintampinarea apariției dificultăților de învățare matematică este necesar să se respecte niște principii în predarea matematicii și anume :

- flexibilizarea atitudinii profesorului care să faciliteze înțelegerea și generalizarea din partea elevului;
  - evaluarea formativă permanentă a elevilor care să permită evitarea acumulării greselilor și lacunelor.
  - utilizarea terminologiei matematice în activitatea practică de către elevi, evitând limbajul încărcat cu structuri sintactice complicate;
  - promovarea folosirii și dezvoltării de strategii de memorizare și recuperare a informației utile;
  - reactualizarea permanentă a cunoștințelor anterioare predate prin exersare;
  - însușirea noțiunilor matematice pe baza demersului algoritmicizat, prin pași mici;
  - evitarea supraîncărcării cu noțiuni noi a orei didactice;
  - explicațiile verbale să fie însoțite de utilizarea tablei pentru o mai bună înțelegere și asimilare de către elevi a noilor cunoștințe matematice;
  - utilizarea materialelor didactice ca suport în înțelegerea, aplicarea și generalizarea celor predate;
  - diversificarea metodelor de predare a diferitelor probleme și sarcini matematice;
  - respectarea de către profesor a normativității didactice;
  - predarea noilor cunoștințe pe baza utilizării experienței anterioare a elevilor, cu multe ilustrații din viața lor;
- Aceste norme și principii dacă sunt respectate facilitează asimilarea noțiunilor abstracte ale matematicii și duc la formarea unor deprinderi și priceperi matematice. Tot prin respectarea acestor norme și principii se poate preveni apariția și instalarea dificultăților de învățare a matematicii.

**Prof. Croitoru Corina**

## PREDAREA LIMBII ENGLEZE ÎN ERA DIGITALĂ

Competențele digitale folosite anterior în domeniul informaticii sunt acum cruciale în întregul spectru al educației, în ultimele decenii înregistrându-se o creștere exponențială a utilizării tehnologiei în scopul predării și învățării limbilor străine și nu numai. Oamenii folosesc instrumente digitale pentru a transmite, stoca, crea, partaja sau schimba informații de diferite tipuri, acestea oferind un vast depozit de cunoștințe și funcționând ca niște biblioteci virtuale pentru căutătorii de informații din secolul XXI.

Evoluția societății în domeniul științei și tehnicii ne pune astăzi la dispoziție cu generozitate o gamă variată de produse înalt tehnologizate care facilitează procesul de educație. În prezent, cadrele didactice desfășoară zilnic o activitate intensă de căutare a materialelor didactice de utilizat la clasă, în combinație cu metodele tradiționale. Bazele de date electronice sunt resurse ideale și un sprijin real pentru realizarea unei lecții interactive.

Pentru învățarea limbilor străine și nu numai, utilizarea tehnologiei a înregistrat o creștere majoră în ultimii ani. Scopul utilizării tehnologiilor digitale în cadrul orelor de limbă engleză este acela de a ne adapta la o lume din ce în ce mai digitală și globalizată. Episoadele de monotonie care interveneau inevitabil în timpul orelor de curs



sunt acum contracarate cu o prezentare virtuală, un film sau un videoclip.

Etapa digitalizării forțate prin care am trecut ne-a determinat să identificăm, să testăm, să alegem și să utilizăm unele dintre cele mai performante instrumente. Clasică tablă nu mai este doar neagră iar creta se mai folosește în unele școli doar la desene pe asfalt, fiind înlocuită de markerele de diverse culori. Profesorii folosesc table interactive pentru prezentări PowerPoint, pentru proiecția manualelor digitale, totul pentru a crea o lecție cât mai antrenantă, în care elevii se implică mai mult, fiind atrași de conținutul multimedia.

Elevii folosesc diferite instrumente digitale în viața lor de zi cu

zi cu afara sălilor de clasă, iar profesorii utilizează aceleași tehnologii pentru a-și ajuta elevii să învețe. Obiectivele folosirii acestor tehnologii sunt dezvoltarea competențelor digitale ale copiilor, familiarizarea cu inepuizabila sursă de informații oferită de mediul online și formarea abilităților de utilizare a mediului virtual ca mijloc-suport în activitatea educațională.

Predarea eficientă a limbii engleze trebuie să surprindă aspectele cheie ale schimbărilor în practicile de lucru, în special în practicile digitale. Acest lucru presupune competențe pe care profesorii trebuie să le dezvolte pentru a preda engleza în mediul digital. Un lucru cert este că predarea digitală reprezintă pentru unii dintre profesori un subiect la fel de sensibil și necunoscut ca și pentru elevii lor. Împreună încercă, în ultima perioadă, prin introducerea elementelor digitale, o adaptare a lecțiilor tradiționale, realizând o contopire între cele două având ca rezultat un tip de lecție mai interactiv, mai atrăgător, mai familiar elevilor de toate vârstele.

prof. Matei Lăcrămioara Aura



## UTILIZAREA EFICIENTĂ A RESURSELOR



Trăim într-o lume a consumului în care risipim multe resurse, pentru a justifica satisfacerea unor nevoi aflate într-o continuă diversificare. Se constată o tensiune între nevoi și resurse, care se poate manifesta mai mult sau mai puțin în funcție de condițiile economice.

În spiritul preocupărilor de la nivel mondial, în ceea ce privește eficientizarea resurselor, am implementat în anul școlar 2021-2021 proiectul "Dezvoltare umană durabilă într-o societate a cunoașterii" (ediția a treia), în parteneriat cu școli din municipiul Galați și cu sprijinul unor colegi din școala noastră: prof. Horga Aurica și asistent social Parvana Gabriel. Dezvoltarea durabilă presupune dezvoltarea economică în contextul respectării și protejării mediului înconjurător.

Aceasta implică satisfacerea nevoilor generației actuale și a celor viitoare prin identificarea și utilizarea rațională a resurselor naturale, prin utilizarea tehnologiilor aflate într-o continuă schimbare și prin respectarea instituțiilor. Se impune creșterea nivelului de trai, care să fie într-o relație directă cu adaptarea unor modele de consum cu valoare ecologică.

Astfel nevoile omului pot fi satisfăcute prin utilizarea rațională a resurselor, prin acceptarea progreselor tehnologice. Proiectul are următorul obiectiv general: educarea generațiilor tinere în direcția utilizării eficiente și raționale a resurselor, a combinării inovatoare a acestora în perspectiva progresului societății, a unei dezvoltări economice durabile care nu este posibilă decât printr-o ameliorare a mediului înconjurător.

Activități derulate în cadrul proiectului:

-redactarea unor lucrări științifice originale care aduc elemente noi referitoare la problematica

condițiilor în care se poate contura o societate umană durabilă;  
-exprimarea prin intermediul unor lucrări plastice a modalităților de protejare a mediului înconjurător, de creștere a nivelului de educație în rândul categoriilor defavorizate;  
-exemplificarea unor modele de bună practică prin crearea unor produse/servicii ecologice sau prin îmbunătățirea celor existente;

Au fost premiate lucrări plastice și obiecte din materiale reciclabile realizate sub îndrumarea profesorilor Elisei Adriana, Vlad Aura (Liceul Teoretic „Sfânta Maria” și Liceul cu Program Sportiv Galați), prof. Parvana Silvia (Școala Gimnazială nr. 7 Galați), prof. Horga Aurica, prof. Enache Cătălina, as. social Parvana Gabriel (Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți” Galați). S-au acordat diplome de participare prof. Chiscoci Olguța, prof. Elisei Adriana și prof. Enache Cătălina pentru redactarea unor lucrări științifice care aduc elemente noi referitoare la problematica condițiilor în care se poate contura o societate umană durabilă.

Tema utilizării eficiente a resurselor și dezvoltării unei economii circulare este dezvoltată în proiectul european Girls Go Circular implementat prin Junior Achievement România. Acest proiect se adresează elevilor cu vârsta de 14-18 ani, în special fete dar pot fi implicați și băieți cu condiția ca numărul fetelor să fie mai mare. Școlilor participante li se va oferi vizibilitate pe website-ul proiectului ca fiind pionierii din Europa ce susțin Planul de Acțiune pentru Educația Digitală cu rol în promovarea egalității de gen pe continent.

La o lectură simplă a programelor oferite prin acest proiect, aflăm mai multe informații utile:

- metalele nu sunt regenerabile, necesită costuri mari pentru a fi extrase din scoarța terestră, sunt reciclate, refolosite într-un procent mic; Urban mining Company este singurul producător din lume care utilizează materiale reciclabile (magneți de la motoare, turbine uzate) și le valorifică printr-un proces industrial ecologic;
- mai puțin de 1 % din materialul utilizat pentru îmbrăcăminte este reciclat pentru a produce haine noi și mai mult de jumătate din hainele la modă sunt aruncate în mai puțin de un an; soluția ar fi utilizarea materialelor regenerabile astfel încât hainele uzate să se transforme în unele noi, prin diferite tehnologii și să nu existe deșeuri de haine;
- pentru fabricarea unui telefon sunt necesare 55 Kg carbon și 100 de metale diferite, iar pentru un laptop 280 Kg carbon; economia circulară presupune repararea, revânzarea, reciclarea smartphone-urilor, tabletelor și reducerea deșeurilor. Firmele Inrego și Grover recyclează telefoane, tablete, laptopuri uzate și reutilizabile.

În concluzie, anumite resurse sunt pe sfârșite la nivelul planetei, altele necesită costuri mari de exploatare și tehnologii poluante, de aceea trebuie dezvoltată o economie circulară bazată pe reciclarea, reutilizarea, repararea resurselor, creșterea duratei de funcționare a bunurilor, închirierea acestora pentru a fi utilizate de mai mulți oameni.

Proiectul își propune conștientizarea consumatorilor și formarea unei atitudini responsabile față de protejarea mediului, sănătății vieții pe această planetă.

**Prof. Enache Cătălina**

## EDITORIAL - SĂRBĂTORILE DE IARNĂ - PRIMĂVARA SUFLETULUI

Într-o lume în care rădăcinile vieții devin tot mai șubrede, sărbătorile de iarnă fac parte dintre ultimele redute ale vieții tradiționale. Aceste sărbători provin cu adevărat din vechime și au adunat o paletă foarte largă de obiceiuri.

Dacă, din punct de vedere climateric, sărbătorile de iarnă anunță începutul celui mai friguros sezon, din punct de vedere

sufletesc, avem de-a face cu o primăvară extraordinar de fascinantă și aproape miraculoasă. Perioada sărbătorilor de iarnă este, într-adevăr, perioada de creștere a calităților și virtuților umane.

Prin obiceiul de a dărui, de a face cadouri celor dragi, celor aflați în nevoi, se dezvoltă în această perioadă: generozitatea, compasiunea, dragostea, bunătatea și multe alte virtuți.



Și toate acestea sunt ca o primăvară blândă și viguroasă pentru suflet, care parcă învie

prin ceea ce are el mai înalt și se deschide astfel față de iubirea și Grația lui Dumnezeu. Nașterea lui Iisus devine astfel, în mod simbolic, nașterea Conștiinței Cristice în fiecare dintre noi. Este un moment cu totul special, care nu trebuie ratat sub nicio formă.

Fiți cu adevărat plini de înțelepciune și nu lăsați să treacă peste



voi această șansă de a vă bucura de re-vigorarea sufletului și a spiritului! Lăsați de o parte grijile! Bucurați-vă bucurându-i pe ceilalți și fiți cu adevărat oameni! Este o șansă unică, în felul ei, de a simți căldura sufletului și focul tămăduitor al iubirii.



Bucurându-ne și petrecând cu cei dragi, să ne lăsăm pătrunși de veselie, de armonie și de iubire! Primăvara este ușor să fii bun și să te bucuri de bunătate, iar primăvara sufletului este acum și aici. Toate se transfigurează în jurul nostru în perioada sărbătorilor de iarnă. Împodobim totul pentru a face din lumea în care trăim un loc care să ne reflecte bogăția sufletului. Ploaia de lumină care cuprinde marile orașe nu este decât o reflectare a luminii interioare. Priviți și bucurați-vă de luminile care vor străluci la ferestre și pe străzi! Bucurați-vă, mai ales, de luminile din sufletele celor în care s-a trezit dragostea!



*As. social Parvana Gabriel*

## ȘTIAȚI POVESTEA GLOBULUI DE CRĂCIUN?

În 1711 apărea pe harta lumii un orașel în Lorena, la doi pași de Alsacia, în Vosgii de nord, numit Meisenthal, care în traducere ar fi "Valea pițigoilor". Cam tot atunci, apare aici un atelier de sticlărie, care, într-o bună zi, avea să aducă bucurie multor oameni din lumea întreagă.



Locuitorii din Meisenthal sunt numiți "Mondfanger", fiindcă, spune legenda, au încercat să prindă luna (Mond) din apele lacului lor.

Martin, suflătorul în sticlă din micul sat Goetzenbruck, de lângă Meisenthal, cunoștea legenda. I-o povestise bunicul și nu o dată stătea în coate la geamul micuței mansarde a căsuței parcă scăpată în vale de un uriaș care joacă zaruri, visând la luna din lac. Ba chiar, când avea vreo 7 ani, ieșise cu luntrea familiei pe ascuns pe lac, înarmat cu plasa de pește a bunicului, să-i aducă luna în dar...



În fond, era și el un Mondfanger, ca toată lumea, doar că el era hotărât să-și ducă visul la bun sfârșit.

Martin a urmat tradiția familiei. A devenit meșter sticlar, s-a căsătorit cu iubita visurilor lui și acum era un om așezat, la casa lui, cu copii și responsabilități.

În suflet păstrase însă dorul pândarului lunii, iar globul de argint îl fascina tot mai mult, răscolindu-i visele și păstrându-i copilăria întreagă. În 1858, o secetă prelungită a făcut ca micile mere roșii numite "Christkindle" și nucile pe care de ani de zile le poleiau ca să decoreze

bradul de Crăciun să fie atât de puține, încât n-au fost de ajuns pentru toți. Pentru Martin, Arborele Vieții era prețios. Bunicul îi povestise multe legende și basme, iar legenda Arborelui Vieții, cu merele roșii, învia mereu lângă șemineul de piatră de care copiii lui își atârnavă șosetuțele. Îl decorau mereu împreună, punând în vârf o steluță de vată, mere roșii și nuci poleite. Copiii cântau colinde, mama pregătea prăjiturelele spritz în formă de steluțe și inimioare și casa lor devenea în fiecare an un cuib cald și vesel. Anul acesta însă nu avea nici mere, nici nuci. Martin era trist. Pe drum spre atelier însă, el are o idee. Ajuns mai devreme, începe să sufle câteva globuri de sticlă roșie și alte câteva aurii și seara le duce acasă. Bradul lor era din nou plin de mere și nuci, doar că erau de sticlă.

Martin a salvat magia Crăciunului, fabricând mere de sticlă pentru toată lumea și creând o tradiție care avea să aducă un zâmbet luminos și copilăresc pe fața tuturor oamenilor. Globurile de Meisenthal sunt unice și câteva, astăzi de colecție, se păstrează în muzeul orașului.



Și poate nu e întâmplător că la această sticlărie s-a format unul dintre măștrii cristalului, la rândul său recunoscut în lumea întreagă, Emile Gallé. Meșterul sticlar din Meisenthal poate fi fericit acum. A rămas unul dintre oamenii cei mai iubiți chiar și de cei care nu cunosc povestea. Fiindcă, dincolo de marele prag, printre pulberi de stele, Martin a prins luna... Și ne-a dăruit-o nouă, de Crăciun.



*Prof. Gheorghiu Mariana*

## SCHIMBAREA STILULUI DE VIAȚĂ

Toate ființele umane se nasc înzestrate cu cele "Trei Comori" ale vieții. Acestea compun moștenirea noastră naturală intrinsecă, iar măsura în care le protejăm determină starea noastră de sănătate și longevitate.

În concepția taoistă, cele "trei comori" de care depinde viața sunt **esența(jing)**, **energia(qi)** și **spiritul(shen)**.

Alt concept important îl reprezintă "**cele cinci elemente**", adică apa, focul, lemnul, metalul și pământul.



Chiar și ordinea este semnificativă, începând cu apa. Astfel, **rinichii** corespund apei, reglând depozitarea elementelor nutritive și folosirea energiei; **inima** corespunde focului, reprezentând conștiința și spiritul; **ficatul** corespunde lemnului, fabricând sângele și guvernând reacția emoțională față de mediul exterior; **plămânii** corespund metalului, reglând respirația și menținând echilibrul cibernetic; **splina** corespunde pământului, distribuind elementele nutritive în corp și dându-i vigoare. Medicina chineză utilizează plantele, acupunctura, acupresura, masajul și dieta pentru a menține starea de sănătate.



Scopul utilizării oricărui instrument, inclusiv plantele, este să completeze ceea ce organismul consideră necesar pentru a regla fluxul lui **qi**, sau energia vitală, pentru a promova o stare de echilibru și armonie. Pentru obținerea echilibrului trebuie să folosim conceptele yin și yang, prezente în orice ființă umană și în tot ceea ce ne înconjoară.

Yang este caracterizat de căldură și lumină; yin este umbra și răcoarea. Uscăciunea și vara sunt yang; umezeala și iarna sunt yin.

O persoană cu un exces de yang poate fi supraponderală, hipertensivă, cu un temperament agitat. Unei persoane de acest fel iar fi utile alimente: sparanghel, bananele, castraveții, tofu, produse din soia.

O persoană cu exces de yin, are o personalitate liniștită, este retrasă, obosește repede. Alimentele recomandate: carne de vită, usturoi, ghimbir, carnea de miel, piperul.

Alimentele yin sunt reci și au un efect răcoritor, în timp ce alimentele yang au efect de încălzire. Alimentele neutre sunt: fasolea neagră, varza, morcovii, orezul. Pentru a echilibra balanța trebuie să se consume alimente din toate cele trei grupe.



Prof. **Mardare Mihaela Gabriela**

## Misiunea școlii

*„Interacțiunea școlii cu mediul social, cultural și economic,  
transformarea școlii într-un departament de formare  
profesională și de servicii oferite comunității”.*



## Viziunea școlii

*„O ȘANSĂ PENTRU TOȚI”*



**SIMION MEHEDIŢI**  
(1868-1962)

***SPERANȚA***  
**revista școlară bianuală**

**REDAȚIA**

**Publicație editată de**  
**Liceul Tehnologic “Simion Mehedinți”, Galați.**

**Redacția:** str. Nicolae Bălcescu nr. 19, Galați

**Director:** prof. Dumitrache Lucica

**Director adj:** prof. Vieru Diana Manuela

**Redactor șef:** prof. Cișleanu Veronica

**Redactori corespondenți:** prof. fondator Roșca Anca  
prof. Cișleanu Veronica  
prof. Croitoru Corina  
prof. Enache Cătălina  
prof. Florea Sanda  
prof. Gheorghică Mariana  
prof. Grigore Iuliana  
prof. Ionașcu Maricica Liliana  
prof. Mardare Mihaela Gabriela  
prof. Matei Lăcrămioara Aura  
prof. Vieru diana Manuela

tel. 0236/41520, fax 0236/310570,

E-mail: [sc\\_prof\\_integrat@yahoo.co.uk](mailto:sc_prof_integrat@yahoo.co.uk).

**Tehnoredactare și culegere computerizată:**

prof. Cișleanu Veronica, Drăguș Manuela

**Tipărit la Liceul Tehnologic “Simion Mehedinți” Galați**

**ISSN 2559-5504**

**ISSN-L 2559-5504**