

LICEUL TEHNOLOGIC
„SIMION MEHEDINȚI”
GALAȚI



SPERANȚA



AN ȘCOLAR 2025-2026

NUMĂR 18

MARTIE 2026

MOTTO:

„Școala te pregătește pentru o lume care nu mai există, educația te pregătește pentru o lume care nu a apărut încă.”

Alvin Toffler

Săptămâna Educației Globale la Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți”- un angajament pentru viitorul planetei



În perioada **17–24 noiembrie 2025**, Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți” a desfășurat o serie amplă de activități educaționale și extracurriculare în cadrul Săptămânii Educației Globale, având ca temă centrală **„Modelarea unui viitor just, pașnic și sustenabil”**. Evenimentul a reprezentat un demers educațional complex, orientat spre formarea unei perspective globale asupra lumii contemporane și spre dezvoltarea unor competențe esențiale pentru viața personală, profesională și civică a elevilor. **Săptămâna Educației Globale** a oferit un cadru propice pentru conectarea educației formale cu realitățile sociale actuale, punând accent pe responsabilitatea individuală și colectivă, pe respectarea drepturilor omului și pe necesitatea unui

echilibru între dezvoltarea economică, socială și protecția mediului. Elevii și cadrele didactice au fost implicați activ într-un proces de învățare participativ, în care dialogul, cooperarea și reflecția critică au ocupat un loc central. Obiectivele principale ale activităților desfășurate au vizat promovarea valorilor educației globale, încurajarea gândirii critice și a spiritului civic, dezvoltarea abilităților de comunicare și colaborare, precum și formarea unor atitudini responsabile față de mediu și comunitate. Totodată, s-a urmărit conștientizarea impactului alegerilor cotidiene asupra calității vieții și asupra viitorului generațiilor



următoare, precum și stimularea implicării active a elevilor în viața comunității. Pe parcursul întregii săptămâni, activitățile au fost organizate sub forma unor workshopuri tematice, ateliere de creație, dezbateri, activități educative și aplicații practice, adresate elevilor din ciclul liceal, postliceal și seral. Aceste act

ivități au fost adaptate nivelului de înțelegere și nevoilor educaționale ale participanților, încurajând participarea activă și exprimarea liberă a ideilor. Printre activitățile reprezentative desfășurate se numără: **„Harta unui viitor mai bun”**, activitate în cadrul căreia elevii au identificat probleme globale și locale și au propus soluții pentru construirea unei societăți mai echitabile; **„Pace, echitate, dezvoltare durabilă”**, care a facilitat dezbateri și discuții despre importanța dialogului și a cooperării între

oameni;

„Să construim și să conservăm tot ceea ce ne înconjoară”, activitate axată pe protejarea mediului și utilizarea responsabilă a resurselor; **„Un mesaj pentru viitor”** și **„Lumea mea,**

lumea noastră”, prin care elevii și-au exprimat viziunea asupra unei lumi mai bune prin texte, desene și mesaje simbolice. Un accent deosebit a fost pus pe pregătirea elevilor pentru meseriile viitorului, pe dezvoltarea competențelor necesare integrării socio-profesionale și pe reinsertia so-



cială a tinerilor, în special a celor proveniți din medii vulnerabile. Activitățile au încurajat asumarea responsabilității, respectul față de muncă și înțelegerea importanței educației continue într-o societate aflată în permanentă schimbare. De asemenea, tematici precum combaterea risipei alimentare, consumul responsabil și promovarea faptelor bune au fost abordate într-o manieră practică și accesibilă. Activitățile „**Supă pentru un viitor mai bun**” și „**Langoșele ne unesc**” au avut un puternic impact educativ și social, demonstrând că gesturile simple pot contribui la consolidarea relațiilor interumane, la sprijinirea celor aflați în dificultate și la dezvoltarea spiritului de solidaritate și apartenență la comunitate.

Participarea activă a elevilor a evidențiat interesul acestora pentru temele abordate și dorința de implicare în activități cu impact real asupra comunității. Cadrele didactice, pedagogii școlari și specialiștii invitați au avut un rol esențial în coordonarea, susținerea și valorificarea educativă a activităților, contribuind la crearea unui climat deschis, bazat pe respect reciproc și cooperare. Săptămâna Educației Globale a constituit nu doar un context de învățare nonformală, ci și un spațiu de reflecție personală și colectivă, în care elevii au înțeles că schimbarea începe la nivel individual și se consolidează prin acțiuni comune. Activitățile desfășurate au încurajat empatia, toleranța, responsabilitatea și implicarea activă în viața socială. Prin organizarea și desfășurarea acestor activități, Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți” își reafirmă misiunea de a forma cetățeni activi, conștienți și responsabili, capabili să se adapteze provocărilor lumii moderne și să con-



tribue la construirea unui viitor just, pașnic și sustenabil, atât la nivel local, cât și global

Lecția care se mută din fața tablei în mintea elevului - despre educația brain-friendly într-o lume a ecranelor în învățământul profesional și tehnic pentru elevii cu CES

Într-o sală de clasă a prezentului, liniștea nu mai este sinonimă cu atenția. Privirile elevilor sunt adesea îndreptate spre ecrane, iar telefoanele, laptopurile și calculatoarele au devenit prelungiri firești ale vieții lor cotidiene. Această realitate nu reflectă lipsa dorinței de a învăța, ci o transformare profundă a modului în care creierul generațiilor actuale procesează informația. În fața acestei



schimbări, lecția clasică, centrată pe expunere verbală și memorare, își pierde eficiența. Generațiile crescute în era digitală sunt obișnuite cu informația rapidă, fragmentată și vizuală. Atenția lor este permanent stimulată, iar răbdarea pentru explicații abstracte este tot mai redusă. În acest context, educația nu mai poate ignora modul natural de funcționare al creierului. Abordarea brain-friendly devine astfel un răspuns firesc la nevoile reale ale elevilor de astăzi. O lecție brain-friendly nu începe cu definiții, ci cu întrebări care provoacă gândirea și stârnesc curiozitatea. Nu continuă cu dictare, ci cu explorare, aplicare și dialog. Creierul reține mai ușor ceea ce face, ceea ce simte și ceea ce înțelege

ca fiind util. .Dependența elevilor de tehnologie nu trebuie privită exclusiv ca un obstacol, ci ca un indiciu al nevoii lor de interactivitate, feedback rapid și sens. Abordarea brain-friendly nu exclude tehnologia, ci o integrează inteligent, transformând-o din sursă de distragere într-un instrument de învățare. Calculatorul devine unealtă de creație, telefonul – instrument de documentare, iar aplicațiile – contexte pentru rezolvarea de probleme reale. În învățământul profesional și tehnic, această perspectivă este cu atât mai importantă. Lecția brain-friendly pune accent pe învățarea prin acțiune, pe experimentare și pe legătura directă dintre teorie și practică. Astfel, învățarea devine relevantă și funcțională. Un alt aspect fundamental este dimensiunea emoțională a procesului educațional. Generațiile actuale, deși hiperconectate, sunt adesea vulnerabile emoțional. Presiunea performanței, evaluarea rigidă și comparația constantă pot genera anxietate și demotivare. Lecția brain-friendly creează un climat de siguranță, în care greșeala este acceptată ca parte a învățării, iar progresul individual este valorizat. Importanța aplicării abordării brain-friendly depășește granițele școlii. Ea contribuie la formarea unor tineri capabili să gândească autonom, să selecteze informația relevantă și să învețe continuu într-o lume aflată în permanentă schimbare. În final, lecția brain-friendly nu este despre a renunța la rigoare, ci despre a face educația relevantă pentru creierul prezentului. Nu este o luptă împotriva tehnologiei, ci o adaptare inteligentă la realitatea ei. Profesorul devine ghid, elevul – participant activ, iar învățarea – o experiență cu sens, chiar și într-o lume dominată de ecrane.

Integrarea rezultatelor proiectelor Erasmus+ în activitățile curente ale școlii: de la mobilitate la cultură instituțională



Erasmus+

Liceul Tehnologic ”Simion Mehedinți” beneficiază din anul 2021 de dublă acreditare Erasmus+, atât pe Educație școlară, cât și pe VET. Astfel, astăzi putem vorbi de



patru ani de mobilități Erasmus pentru elevii și profesorii liceului cu scopul de a învăța mai multe despre digitalizare, protecția mediului și dobândirea de noi competențe profesionale la standarde europene.

Proiectele Erasmus+ au depășit de mult statutul de „experiențe punctuale” și pot deveni, atunci când sunt valorificate consecvent, un motor de modernizare instituțională. Dincolo de mobilități și certificate, miza reală este transferul de practici: cum se transformă competențele dobândite în ore mai interactive, în elevi mai motivați și într-o școală mai conecta

tă la comunitate și la Europa. Un prim câștig vizibil îl reprezintă consolidarea competențelor de comunicare în limba engleză, atât la elevi, cât și la profesori. Participarea la cursuri și schimburi internaționale oferă un context autentic de utilizare



a limbii, iar efectul se menține doar dacă școala creează spații recurente de practică. Exemple eficiente sunt cluburile de conversație, dezbaterile și cluburile de lectură, proiectele eTwinning, dar și competițiile în limba engleză. În școala analizată, un exemplu de sustenabilitate este clubul „English is Fun”, implementat după un proiect Erasmus derulat în perioada 2017–2019,

care a transformat exersarea limbii într-o activitate atractivă și constantă. A doua direcție majoră este integrarea instrumentelor digitale în predare și evaluare. Formările au familiarizat profesorii cu platforme pentru testare și interacțiune (Socrative, Kahoot, Quizizz, Quizlet), cu soluții pentru prezentări și feedback în timp real (AhaSlides), cu resurse pentru exerciții și jocuri didactice (Wordwall), cu management educațional și motivare (ClassDojo),



dar și cu scenarii de tip „escape room” În plus, utilizarea aplicațiilor de inteligență artificială (Gemini AI) susține activități de sprijin: generarea de variante de exerciții, exemple, explicații diferențiate sau ghidaj pentru proiecte,

Cheia integrării nu este „lista de aplicații”, ci schimbarea designului didactic. Profesorii care au participat la cursuri precum „Gamification in the classroom” (Spania) au diseminat apoi competențele în comunitatea școlară prin sesiuni de formare, suporturi de curs și planuri de lecții. Un rezultat cu impact este dezvoltarea lecțiilor digitali-



zate, accesibile elevilor prin platforme online (de exemplu, scoala365.ro), astfel încât învățarea să poată continua și dincolo de sala de clasă, în ritm propriu. În strânsă legătură cu digitalizarea, învățarea prin joc s-a conturat ca metodă pedagogică robustă, cu efect pe motivație și competențe socio-emoționale. Gamification-ul, inclusiv jocul în aer liber (de tip Goosechase) și activitățile interactive integrate în discipline diverse, creează contexte în care elevii exersează gândirea critică, rezolvarea de probleme și colaborarea. În plus, jocul reduce anxietatea asociată evaluării, transformând greșeala într-o oportunitate de învățare, nu într-o etichetă. O a treia zonă de impact, tot mai relevantă în agenda europeană, este educația pentru mediu. Mobilitățile în țări precum Turcia, Spania, Cipru și Polonia au oferit modele concrete: reciclarea plasticului și a uleiului, acțiuni de curățare a plajelor și apelor, proiecte de responsabilizare civică.

Transferul către școală s-a materializat în activități locale, în special în „Săptămâna verde”: creare de spații verzi, curățarea Falezii Dunării și a Luncii Prutului, precum și parteneriate cu organizații și ONG-uri (de exemplu, „Tinerii și Viitorul”). Un rezultat aplicat este și proiectul „Eficiența energetică”, realizat în parteneriat cu Republica Moldova, cu activități

de colectare/reciclare pentru baterii și becuri uzate. În fine, proiectele europene consolidează o cultură a parteneriatelor. Colaborarea cu alte școli, instituții publice și actori locali creează rețele de sprijin, evenimente comune și oportunități de dezvoltare profesională, extinzând impactul dincolo de clasă. Integrarea rezultatelor Erasmus+ în activitatea curentă presupune planificare, diseminare, mentorat între profesori și continuitate, astfel încât inovația să devină rutină. Privite în ansamblu, rezultatele Erasmus+ capătă valoare reală atunci când sunt „așezate” în viața școlii: în cluburi, în lecții digitalizate, în proiecte ecologice și în parteneriate.

Astfel, mobilitatea nu rămâne o amintire, ci se transformă în competențe, practici și o școală mai deschisă, mai modernă și mai responsabilă, ancorată în nevoile elevilor.

Rolul orelor de dirigenție în orientarea profesională a elevilor cu CES – calificarea „Tinichigiu vopsitor auto” și oportunități de formare prin proiecte Erasmus+

Ca urmare a experienței acumulate cu o serie anterioară de elevi și momentan cu o altă serie de elevi clasa aIX-a învățământ profesional



specializarea tinichigiu vopsitor auto m-am hotărât să scriu acest articol în revista școlii. Orele de dirigenție din învățământul profesional special reprezintă un cadru esențial pentru orientarea profesională și dezvoltarea personală a elevilor cu cerințe educaționale speciale (CES). Activitățile de dirigiență pot sprijini elevii din învățământul profesional special calificarea tinichigiu vopsitor auto în conturarea traseului profesional, precum și pregătirea elevilor pentru a participa la diverse proiecte europene Erasmus +. Astfel Dirigenția este un exemplu de spațiu educațional pentru orientare și consiliere profesională. În învățământul profesional special, ora de dirigiență are un rol

complex, depășind funcția administrativă. Aceasta devine un loc de consiliere, autocunoaștere și pregătire pentru viața activă, adap-

tat particularităților elevilor cu CES.

Conform programelor de consiliere și orientare din curriculumul național, dirigenția vizează:

dezvoltarea abilităților de viață independentă; formarea comportamentelor adecvate la locul de muncă; orientarea școlară și profesională; creșterea stimei de sine și a motivației pentru învățare. Pentru elevii din calificarea tinichigiu vopsitor auto, aceste obiective sunt strâns legate de activități concrete, vizuale și aplicative. În cadrul orelor de dirigiență, orientarea profesională a fost realizată prin activități structurate pe pași simpli, corelate cu instruirea practică: prezentarea meseriei de tinichigiu vopsitor auto prin imagini, machete și filmulețe explicative; discuții ghidate despre responsabilitățile din atelierul auto; fișe de autocunoaștere adaptate

(Ce pot face? Ce îmi place? Ce trebuie să învăț?); jocuri de rol: „prima zi într-un atelier auto”, „respectarea regulilor de securitate”. Aceste activități au contribuit la clarificarea rolului profesional și la dezvoltarea unei atitudini pozitive față de muncă.

Un element deosebit de valoros introdus în activitățile de dirigiență a fost informarea elevilor cu



privire la participarea la proiecte europene Erasmus+, în special mobilități de scurtă durată (două săptămâni). Aceste oportunități s-au datorat calităților manageriale ale Doamnei Director a Liceului Tehnologic "Simion Mehedinți" Vieru Diana Manuela în calitate de coordonator a echipei de Educație școlară,



precum și Echipei de proiecte europene a școlii condusă cu multă implicare de prof. Ionașcu Liliana care este și coordonator Programei VET. Pentru elevii din învățământul profesional special, aceste proiecte reprezintă: o experiență practică într-un context real de muncă; oportunitatea de a lucra într-un atelier auto dintr-o altă țară europeană; dezvoltarea autonomiei personale și a adaptabilității; creșterea încrederii în sine și a motivației școlare. Informațiile despre proiect au fost prezentate anul trecut într-un limbaj accesibil de profesorii Ionașcu Liliana și Călugăru Mirela anul trecut

școlar 2024-2025, folosind imagini, hărți și exemple concrete de activități desfășurate pe durata mobilității. Aceleași demersuri adaptate la personalitatea elevilor de clasa a IX-a pe care o am momentan la dirigiență se vor face și în anii școlari următori. Orele de dirigiență au inclus și activități de pregătire pentru o posibilă participare la mobilitate: discutarea regulilor de comportament într-un mediu nou; exerciții de autonomie (igienă personală, respectarea codului de conduită (transport, cazare, lucrul în echipă); dezvoltarea vocabularului de bază specific domeniului auto.

simularea situațiilor. Prin aceste activități, elevii au dobândit o reprezentare clară și realistă asupra experienței Erasmus+, iar rolul proiectelor europene Erasmus+ de scurtă durată (două săptămâni) au dus la creșterea motivației, a autonomiei și a competențelor practice. Integrarea orientării profesionale și a oportunităților Erasmus+ în ora de dirigiență a avut un impact pozitiv asupra elevilor: creșterea interesului pentru calificarea aleasă; îmbunătățirea comportamentului și a responsabilității; consolidarea competențelor sociale și profesionale; dezvoltarea sentimentului de apartenență la comunitatea europeană. Dirigiența devine astfel un instrument esențial pentru pregătirea elevilor cu CES în vederea integrării socio-profesionale și pentru deschiderea acestora către experiențe educaționale europene relevante.

Profesor Tudor Justina

Matematica Incluzivă – Un Cadou Educațional pentru Fiecare Elev

Motto „Educația devine magie atunci când fiecare elev găsește un loc unde poate străluci.”

În apropierea sărbătorilor de Crăciun, când în școli domnește atmosfera de lumină, generozitate și apropiere, este important să ne amintim că educația trebuie să fie un dar pentru toți. În acest spirit, noile propuneri ale Ministerului Educației privind programele de matematică pentru elevii cu Cerințe Educaționale Speciale (CES) la nivel liceal duc mai departe ideea incluziunii și oferă fiecărui elev șansa de a reuși.

Matematica – un limbaj al luminii și înțelegerii

Pentru elevii cu CES, matematica devine, prin noile orientări, mai puțin o înfruntare și mai mult o punte. O punte spre înțelegere, spre autonomie, spre bucuria micilor reușite. Conținuturile sunt simplificate, clare și ancorate în realitatea vieții de zi cu zi:

- rezolvarea unor situații legate de bani și cumpărături, atât de actuale în agitația pregătirilor de sărbători;
 - măsurarea lungimilor și a timpului pentru activități practice, de la împodobitul bradului până la pregătirea decorațiunilor;
 - utilizarea formelor geometrice pentru a crea ornamente și aranjamente festive;
- citirea unor grafice sau tabele simple, ca exerciții de orientare și autonomie.

Matematica nu mai este un obstacol, ci un instrument care luminează. Scopul principal este ca elevii cu CES să capete încredere în propriile forțe și să dobândească abilități care îi ajută în viața reală.

Învățare cu răbdare și sprijin personalizat

Programele noi încurajează ca fiecare elev să învețe în ritmul lui, folosind materiale vizuale, jocuri, obiecte concrete și aplicații interactive. Profesorii sunt îndrumați să adapteze conținuturile astfel încât matematica să nu fie o sursă de stres, ci un domeniu în care elevul se simte valorizat și încurajat.

Spiritul Crăciunului și bucuria reușitei

Așa cum sărbătorile de iarnă aduc lumină în case, tot așa un curriculum adaptat poate aduce lumină în învățarea matematicii. Un elev care reușește să calculeze corect restul la cumpărături, să măsoare o lungime sau să construiască o formă geometrică pentru un ornament trăiește bucuria reușitei la fel de intens ca bucuria unui dar primit sub brad.

Educația incluzivă este, poate, cel mai frumos cadou pe care îl putem oferi elevilor noștri: șansa de a se simți capabili, respectați și parte a comunității școlare.

Profesor Croitoru Corina

Proiect "Fără violență în mediul școlar!"

În anul școlar 2025-2026 se derulează proiectul " Fără violență în anul școlar!", fiind un proiect la nivelul școlii ajuns la cea de-a treia ediție.

Acest proiect își propune să formeze/dezvolte personalitatea elevilor prin însușirea unor valori civice, morale, etice, culturale, în contextul unor activități specifice prevenirii și combaterii violenței școlare. Pe parcursul proiectului elevii și profesorii vor exersa comportamente etice, socio-afective care să ofere încredere, stimă de sine ridicată cu efecte asupra siguranței școlare. Valorificarea potențialului propriu al elevilor activează latura afectiv-emoțională, socială a personalității. La nivelul societății violența în rândul tinerilor este un fenomen care a luat amploare în ultimul timp și se manifestă în diferite medii: școală, familie, mijloace de transport, stradă, spații recreative de timp liber. Violența reprezintă un comportament inadecvat al unor copii, tineri, ce are la bază factori de ordin familial, școlar și extern (cerc de prieteni, gașcă din cartier, mass-media, etc)



imitarea unor modele dăunătoare care contribuie la dezvoltarea socio-emoțională a unora dintre elevi; elevii care absentează mult, abandonează școala din diferite motive; aceștia vor fi în viitor dependenți de ajutoare sociale, fiind o frână în dezvoltarea societății;

Spre exemplificare voi prezenta activitatea cu tema: "Prevenirea și combaterea bullyingului", desfășurată la clasa a IX-a mecanică învățământ profesional în cadrul proiectului "Fără violență în mediul școlar!". Activitatea a debutat cu o discuție introductivă despre ce înseamnă bullyingul și cum poate fi recunoscut. Dirigintele Tudor Justina și profesorul Rusu Ion au prezentat exemple de situații din viața școlară, eviden-

Aceasta poate îmbrăca diferite forme:

-bullying și intimidare: critica nejustificată, atribuire de porecle, umilirea unei persoane în fața celorlalți, etichetarea și jignirea prin cuvinte care denaturează realitatea;

-abuz fizic: lovirea, mușcarea, îmbrâncirea unei persoane, însoțite de urme fizice;

-bullyingul cibernetic: utilizarea telefonului, a mesajelor pe rețele de socializare pentru a denigra,

amenința, batjocori o persoană, distribuirea de fotografii, filmulețe indecente;

-hărțuirea sexuală constă în exprimarea de cuvinte, glume, vestimentație cu conotație sexuală; Putem identifica următoarele argumente necesare implementării unui astfel de proiect:

-educație precară la unii dintre elevi;

-comportamente nesănătoase prin



-familii dezavantajate din punct de vedere cultural, socio-economic;

-familii destrămate sau cu părinți plecați în străinătate;

-presiunea anturajelor proaste pentru unii dintre elevi; În cadrul proiectului se vor desfășura un număr de 7 activități pe parcursul unui an școlar la care sunt invitați să participe profesori și elevii ai școlii noastre.

țiind rolurile de agresor, victimă și martor. Elevii au fost împărțiți pe grupuri, fiecare grup a analizat o situație concretă de conflict, a identificat comportamente negative, reacții potrivite și soluții posibile. În final s-a realizat o dezbatere comună în care s-a pus accent pe comunicarea calmă și respectuoasă, sprijinirea victimei, apelarea unui adult de încredere și refuzul de a încuraja comportamente agresive.

Rezultate așteptate:

-elevii identifică mai ușor comportamente de tip bullying;

-se dezvoltă empatia și respectul între colegi;

-elevii cunosc pașii corecți de urmat în situații de conflict;

-climatul clasei devine mai sigur și mai cooperant;

-scade numărul incidentelor bazate pe tachinare și excludere;

În concluzie, vom continua să derulăm și celelalte activități din proiect, ne dorim să atragem un număr mai mare de elevi și cadre didactice din școală care doresc să-și aducă contribuția la realizarea scopului proiectului. Avem intenția ca proiectul să devină sustenabil prin următoarele modalități:

-o parte din activitățile proiectului vor fi prezentate la orele de dirigenție ca modele de bună practică pentru a crește interesul elevilor în dezvoltarea proiectului;

-o sinteză a activităților poate fi prezentată în cadrul conferințelor/simpozioanelor pentru a crește interesul comunității cadrelor didactice pentru importanța prevenirii și combaterii violenței și bullyingului în mediul școlar;

-valorificarea experienței dobândite de elevi și profesori în scopul îmbunătățirii activității la ediția următoare a proiectului; Acest proiect își propune să formeze/dezvolte personalitatea elevilor prin însușirea unor valori civice, morale, etice, culturale, în contextul unor activități specifice prevenirii și combaterii violenței școlare.

Profesor Enache Cătălina

CELE 10 SFATURI PENTRU O ASCULTARE EFICIENTĂ

I. Încetează să vorbești – nu poți asculta în timp ce vorbești.

II. Ușurează situația vorbitorului – ajută-l să se simtă liber să vorbească.

III. Arată vorbitorului că vrei să-l asculți – privirea și comportamentul să denote interesul; nu citi notițele, corespondența sau ziarul în timp ce vorbește cineva; ascultă pentru a înțelege, nu pentru a te opune.

IV. Renunță la gesturi care distrag atenția – nu mâzgăli, nu bate „darabana” cu degetele, nu umbla cu hârtii.

V. Pune-te în pielea vorbitorului – încearcă să vezi din punctul lui de vedere.

VI. Fii răbdător – acordă destul timp, încearcă să nu întrerupi, evită să pleci în timp ce altul vorbește.

VII. Nu te înfură – furia poate duce la interpretări greșite.

VIII. Nu fi dur în dispute și critici și nu te impune ca atotcunoscător – această poziție îi face pe oameni mai defensivi, tăcuți sau furioși.

IX. Pune întrebări – îl încurajează pe vorbitor, îi demonstrează că îl asculți, că poți și vrei să-l ajuți să-și dezvolte și să-și încheie demonstrația.

Ziua Internațională de Comemorare a Holocaustului



Data de 27 ianuarie este dedicată comemorării victimelor Holocaustului. Germania marchează momentul începând din 1996. În Israel, comemorarea a început mult mai devreme - și are loc într-o altă zi.

În noiembrie 2005, Adunarea Generală a ONU a adoptat Rezoluția 60/7 prin care declara data de 27 ianuarie Zi Internațională de Comemorare a Victimelor Holocaustului. Decizia ONU sublinia că "Holocaustul, în timpul căruia au fost uciși o treime din poporul evreu și nenumărați membri ai altor minorități, va servi pentru totdeauna tuturor oamenilor ca un avertisment asupra pericolelor urii, intoleranței, rasismului și prejudecăților". Germania și alte țări introduseseră deja ziua de comemorare. Cea dintâi Zi Internațională de Comemorare a Holocaustului a fost 27 ianuarie 2006 iar Kofi Annan, pe atunci

secretar general al ONU, declara că "tragedia unică a Holocaustului nu poate fi anulată. Amintirea trebuie păstrată vie, cu rușine și groază, cât timp memoria umană va exista".

De ce 27 ianuarie?

Alegerea datei de 27 ianuarie are legătură cu anul 1945: în acea zi, din urmă cu 79 de ani, soldații sovietici din Armata Roșie au eliberat lagărul nazist de concentrare și exterminare Auschwitz-Birkenau. Soldații au găsit acolo câțiva supraviețuitori, rămăsurile camerelor de gazare, morții și cenușa celor uciși. Aproximativ 1,1 milioane de oameni au fost uciși numai la Auschwitz. Marea majoritate, aproximativ 90 la sută, erau evrei. Iar Auschwitz a fost doar unul dintre numeroasele locuri de concentrare și ucidere în masă amenajate de Germania nazistă în Europa. Pe parcursul celui de-al

Doilea Război Mondial au murit în asemenea centre ale terorii peste șase milioane de evrei, sute de mii de sinti și romi, persoane cu dizabilități, oponenți politici ai nazismului (în special de stânga), homosexuali, criminali sau "asociali" (persoane considerate de regimul hitlerist că duc o existență "parazitară" și sunt "balast pentru societate"), prizonieri de război, Martori ai lui Iehova și nenumărați alții.

Cum spunea Kofi Annan, "amintirea este, de asemenea, o garanție pentru viitor. Abisul atins în lagărele naziste a început cu ură, prejudecăți și antisemitism. Aducerea aminte a acestor începuturi ne poate menține conștienți, în atență căutare a semnelor de avertizare".

Prevenirea viitoarelor genocide

Comemorarea din 27 ianuarie este un mandat pentru toate statele ONU de a-și aminti de bărbații, femeile și copiii persecutați și uciși

Rezoluția 60/7 respinge orice formă de negare a Holocaustului, sprijină dezvoltarea de programe educaționale pentru amintirea Holocaustului și dorește să ajute la prevenirea viitoarelor genocide.

Citând Declarația Universală a Drepturilor



Omului, rezoluția condamnă toate formele de "intoleranță religioasă, incitare, hărțuire sau violență împotriva persoanelor sau comunităților, pe baza originii lor etnice sau a convingerilor religioase", oriunde în lume.

Comemorare în Israel: Yom HaShoah

În Israel, ziua comemorării victimelor Holocaustului nu este 27 ianuarie, ci Yom HaShoah, care de obicei cade în aprilie. Sirenele sună atunci în toată țara timp de două minute iar autobuzele, mașinile și toată lumea se opresc. Oamenii tac, amintindu-și victimele.

Termenul Holocaust, folosit la nivel internațional, este derivat din greacă și înseamnă "complet ars". În Israel se vorbește despre Shoah, "catastrofa", iar "Ziua Comemorării Shoahului și a eroismului evreiesc" a fost stabilită pentru prima dată în 1951 și a fost reglementată prin lege în 1959.

Comemorarea are loc în luna Nisan din calendarul evreiesc și este legată de răscoala din Ghetoul din Varșovia, care a avut loc în aprilie 1943.

Comemorarea Holocaustului în Germania

După încheierea celui de-al Doilea Război Mondial și victoria Alianților asupra Germaniei lui Hitler, a mai durat o jumătate de secol până când, în 1996, președintele federal de atunci, Roman Herzog, a declarat ziua de 27 ianuarie ca zi de comemorare a victimelor național-socialismului. De atunci, în această zi, steagurile sunt coborâte în bernă pe clădirile publice din Germania, iar multe școli își dedică programul zilei acestei teme.

Din 1996 există și o oră de comemorare a victimelor nazismului în Bundestag (Parlamentul federal), chiar în Ziua Comemorării sau în preajma acesteia. În primii ani, discursul solemn a fost rostit în mare parte de politicieni germani, însă, pe parcurs, au fost invitați să vorbească numeroși supraviețui-



tori ai Holocaustului, dar și politicieni din alte țări - din Israel, Statele Unite, Polonia, Franța sau Spania, din Țările de Jos, Cehia, Ungaria, Rusia sau Marea Britanie Au împărtășit experiențe emoționante și au avertizat: "Niciodată! Niciodată!", cum a exclamat în fața deputaților germani președintele Parlamentului israelian Mickey Levi, în 2022.

PLATFORME EDUCATIONALE UTILIZATE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL SPECIAL

Activitățile extrașcolare – o modalitate de stimulare a creativității elevilor

În acest an școlar (2025-2026), la Liceul Tehnologic "Simion Mehedinți" se desfășoară săptămânal Cercul de aeromodele. Această activitate a fost inițiată de domnul profesor Starcu Dan de la Palatul Copiilor din Galați. Elevii din diferite clase din școală: clasa a XIII-a Mecanică liceu seral, clasa a XII-a Con-



strucției liceu seral, clasa a XII-a Industrie Textilă și pielărie, Anul II Școala Postliceală Turism și alimentație, au fost foarte receptivi atunci când li s-a propus participarea la activitățile din cadrul cercului. La început, domnul profesor i-a introdus pe elevi în fascinanta lume a aeronauticii ajutându-i să descopere cum funcționează aparatele de zbor, rachetele spațiale, planoarele, baloanele cu aer cald. Elevii au demonstrat că au cunoștințe despre pionierii aviației și despre unele aparate de zbor care s-au remarcat de-a lungul timpului. În cadrul următoarelor întâlniri, domnul profesor Starcu D. i-a învățat pe elevi să construiască din materiale simple

bumeranguri și machete de planoare pe care apoi le-au testat în curtea școlii. Elevii au lucrat atât individual, cât și în echipă, fiecare încercând să-și pună propria amprentă asupra machetelor realizate, alegând pentru acestea culoarea preferată, un nume deosebit și chiar propunând idei care să le îmbunătățească. De la o întâlnire la alta, elevii participanți la cerc și-au dezvoltat abilitățile de construcție și creație a machetelor de aeromodele, au colaborat pentru realizarea lor și au devenit din ce în ce mai moti-



vați pentru a construi machete mai complexe și a dobândi mai multe cunoștințe despre aparatele de zbor. La activitățile din cadrul cercului au participat și doamnele profesoare Chirica Daniela, Sandu Mihaela și Gheorghică Mariana care, alături de domnul profesor Starcu Dan, i-au îndrumat pe elevi în realizarea machetelor.

Aspecte din cadrul Cercului de aeromodele

Profesor Chirica Daniela

CALENDARUL MANAGERIAL – TEMĂ DE REFLECȚIE ÎN CADRUL CERCULUI METODIC DE MANAGEMENT



Buna organizare a unei unități de învățământ nu este rezultatul întâmplării, ci al unei planificări riguroase și al unei colaborări eficiente între toți actorii educaționali. Un rol esențial în acest proces îl are calendarul managerial, document strategic care structurează activitatea școlii pe parcursul unui an școlar. Calendarul managerial reprezintă o viziune coerentă asupra obiectivelor pe termen lung, mediu și scurt, asupra timpului și resurselor, integrând activități administrative, didactice și educative. Calendarul managerial cuprinde, de regulă: activități administrative (ședințe, rapoarte, evaluări), activități didactice (inspecții, consilii profesionale, activități metodice), activități educative și extracurriculare (proiecte, concursuri, evenimente specifice școlii), acțiuni de formare profesională, activități de monitorizare și evaluare. Prin stabilirea clară a obiectivelor în concordanță cu țintele strategice din Planul de Acțiune al Școlii și din planurile manageriale, a responsabilităților și termenelor, acesta contribuie la crearea unui climat organizat, predictibil, necesar desfășurării unui act educațional de calitate care are în centrul său elevul și dezvoltarea optimă a personalității acestuia. Chiar dacă elevii nu interacționează direct cu acest document, ei sunt **principalii beneficiari**. O școală bine organizată înseamnă: activități educative desfășurate la timp, proiecte interesante și bine planificate, un mediu sigur și coerent de învățare. Importanța calendarului managerial a constituit și tema cercului metodic de management **”Calendarul managerial – instrument strategic de organizare instituțională”**, desfășurat în data de

21.01.2026 la Liceul Tehnologic ”Simion Mehedinți” Galați, cu scopul de a analiza și îmbunătăți practicile de conducere.

În cadrul acestui cerc metodic, cadrele didactice cu atribuții de management și middle management au discutat despre rolul planificării eficiente, despre adaptarea calendarului la specificul unităților de învățământ special și despre modul în care acesta poate deveni un instrument flexibil prin intermediul activităților extrașcolare, a proiectelor educaționale și a celor de tip Erasmus+, facilitând totodată colaborarea la nivelul comisiilor permanente și de lucru. De asemenea, a fost subliniată importanța monitorizării periodice și a ajustării calendarului în funcție de nevoile reale ale comunității școlare și locale.

La cercul metodic a fost prezentă doamna Georgiana Mocanu reprezentanta Grupului Grande Gloria, care a subliniat faptul că, în mediul economic, calendarul managerial este un instrument de lucru indispensabil, utilizat pentru planificarea producției, gestionarea resurselor umane, respectarea termenelor contractuale și monitorizarea performanței. Activitățile sunt structurate pe perioade clare, cu responsabilități



bine definite, aspecte care se regăsesc și în organizarea activității unei unități de învățământ.

Această paralelă a permis participanților să observe că principiile managementului sunt universale, indiferent de domeniu: planificare, organizare, coordonare și evaluare. Astfel, calendarul managerial utilizat în școală poate fi privit ca un echivalent al



planificării strategice din mediul economic, contribuind la eficientizarea activităților și la optimizarea rezultatelor. Prezența agentului economic a oferit un exemplu relevant de conectare a educației cu realitatea pieței muncii, demonstrând că de regulă, competențele manageriale formate în școală sunt

transferabile și aplicabile în contexte profesionale reale. Totodată, aceasta a întărit ideea că o bună planificare reprezintă baza succesului în orice organizație, fie ea educațională sau economică

Cercul metodic a oferit astfel, un cadru favorabil **schimbului de bune practici**, în care exemplele concrete au demonstrat că un calendar managerial bine conceput poate preveni disfuncționalitățile și asigura coerența activităților educaționale. În concluzie, calendarul managerial nu este doar un instrument de organizare internă, ci și o **temă relevantă de reflecție profesională**. Prin analiză, dialog și colaborare, acest document capătă valoare practică și contribuie la dezvoltarea unei culturi organizaționale bazate pe responsabilitate și eficiență.

Profesor Vieru Diana Manuela

Matematica și evaluarea – sprijin pentru învățare și progres

Motto: „Fiecare copil poate învăța matematică atunci când este sprijinit corect.”

Matematica este o disciplină esențială în dezvoltarea gândirii logice și a autonomiei elevilor. Pentru elevii cu cerințe educaționale speciale, procesul de învățare trebuie să fie adaptat nevoilor individuale, iar evaluarea joacă un rol important în susținerea progresului fiecărui elev.

Evaluarea la matematică nu are ca scop principal compararea elevilor între ei, ci monitorizarea progresului individual. În cazul elevilor cu CES, evaluarea trebuie să fie flexibilă, clară și orientată spre ceea ce elevul poate face, nu doar spre dificultăți. Aceasta poate include fișe de lucru adaptate, evaluări orale, exerciții practice sau activități interactive. Pentru elevii cu CES, evaluarea are un rol formativ. Ea ajută profesorul să înțeleagă ritmul de învățare al elevului și să ajusteze metodele de predare. De asemenea, elevul primește feedback clar și încurajator, care îi crește încrederea în sine și motivația pentru învățare.

Pentru a avea rezultate bune, elevii trebuie să învețe constant, să exerseze și să pună întrebări atunci când nu înțeleg. Evaluarea nu este un obstacol, ci un pas înainte în procesul de învățare. Greșelile nu sunt eșecuri, ci lecții care ne ajută să devenim mai buni.

Un mediu calm și sigur este esențial în evaluarea la matematică. Elevii cu CES pot avea emoții sau dificultăți de concentrare, de aceea este important ca evaluarea să fie realizată fără presiune excesivă. Greșelile trebuie privite ca pași firești în procesul de învățare, nu ca eșecuri.

Matematica devine accesibilă tuturor atunci când evaluarea este adaptată nevoilor fiecărui elev. Pentru elevii cu cerințe educaționale speciale, o evaluare corectă, empatică și bine structurată contribuie la dezvoltarea competențelor matematice și la formarea unei atitudini pozitive față de învățare. Astfel, fiecare elev are șansa de a progresa și de a-și atinge potențialul.

Profesor Chirică Mirela

NUTRIȚIA INTEGRATĂ: ÎNTRE GASTRONOMIA ROMÂNEASCĂ, FITONUTRIȚIE ȘI SOLUȚII MODERNE

În ultimii ani, alimentația a devenit un subiect intens dezbătut, aflat la granița dintre tradiție, știință și marketing. Conceptul de **nutriție integrată** propune o abordare echilibrată, în care **gastronomia tradițională, fitonutriția și produsele nutriționale moderne** nu se exclud, ci se completează (Nestle, 2010).

GASTRONOMIA ROMÂNEASCĂ – FUNDAMENTUL ALIMENTAȚIEI SĂNĂTOASE

Bucătăria tradițională românească s-a format prin adaptare la climă, resurse locale și ritmul biologic al omului. Preparatele precum **ciorbele, tocănițe-**



le de legume, mâncărurile gătite lent și murăturile contribuie la o digestie eficientă și la menținerea echilibrului metabolic (Popescu & Crăciun, 2015).

Fig. 1- Gastronomia românească(sursa: OpenAI, 21 ian 2026)

Consumul alimentelor solide, mestecate, activează mecanismele fiziologice ale sațietății și secrețiile digestive, având un rol important în prevenirea tulburărilor metabolice (Guyton & Hall, 2021).

2. FITONUTRIȚIA – ȘTIINȚA DIN SPATELE PLANTELOR

Fitonutriția studiază compușii bioactivi din plante – polifenoli, flavonoide, carotenoizi – care au efect antioxidant, antiinflamator și protector metabolic (Liu, 2013).



În alimentația românească, fitonutrienții sunt prezenți natural prin:

- ceapă, usturoi, hrean
- verdețuri (pătrunjel, mărar, leuștean)
- fructe de pădure
- plante medicinale tradiționale

Fig.2 – Fitonutrienți(sursa: OpenAI, 21 ian 2026)

Utilizarea plantelor atât ca aliment, cât și ca remediu, reprezintă o punte între tradiție și nutriția modernă (Craig, 2009).

3. SOLUȚII MODERNE DE TERAPIE PRIN DIETĂ

În ultimele decenii, ritmul de viață accelerat și diversificarea nevoilor nutriționale au condus la dezvoltarea unor soluții moderne de control al greutateii

și optimizare a alimentației (Johnston et al., 2014; Monteiro et al., 2018). Pe lângă modelul clasic al unei diete echilibrate, au apărut programe nutriționale structurate, suplimente funcționale și sisteme „meal replacement”, concepute pentru a simplifica accesul la nutrienți esențiali (Slavin & Lloyd, 2012). Aceste programe – precum Herbalife, Forever Living, Nutrilite, Ideal Protein, Optavia sau variante inovative precum Huel și Soylent – propun combinații de shake-uri proteice, suplimente cu fitonutrienți, produse funcționale și planuri personalizate de alimentație (Johnston et al., 2014; Hays & Roberts, Datorită formulărilor standardizate, aportului controlat de nutrienți și accesibilității crescute, aceste soluții devin opțiuni populare pentru persoanele care urmăresc scăderea în greutate, menținerea tonusului sau completarea unei alimentații insuficiente (Slavin & Lloyd, 2012; Monteiro et al., 2018). În paralel, programele medicale moderne – precum dieta ketogenică terapeutică, DASH, dieta mediteraneană standardizată sau protocoalele FODMAP – oferă abordări bazate pe dovezi pentru gestionarea unor situații clinice specifice (Gibson & Shepherd, 2010; Estruch et al., 2018). În acest context, „nutriția integrată” se conturează ca modelul optim: un echilibru între alimentația tradițională adaptată, aportul constant de fitonutrienți și utilizarea controlată a produselor funcționale, toate orientate spre un stil de viață sănătos, durabil și personalizat (Slavin & Lloyd, 2012; Estruch et al., 2018).

Din punct de vedere nutrițional:

- shake-urile pot furniza proteine, vitamine și minerale
 - pot fi utile ca **instrument temporar**
- nu pot înlocui alimentația solidă pe termen lung
- Studiile arată că dietele bazate exclusiv pe mese

lichide pot afecta sațietatea, masa musculară și adaptarea metabolică dacă sunt utilizate prelungit (Phillips & Fulgoni, 2016).

De ce nu pot înlocui alimentația tradițională

Consumul preponderent de mese lichide:

- nu stimulează suficient digestia
 - nu educă relația cu mâncarea
 - poate suprasolicita rinichii în anumite contexte
- nu susține optim microbiota intestinală (Slavin, 2013)

✦ **Suplimentele completează alimentația, nu o înlocuiesc.**

Nutriția integrată – soluția echilibrată

O abordare integrată presupune:

- **bază alimentară tradițională adaptată modern**
- **aport constant de fitonutrienți**
- **utilizarea controlată a produselor funcționale**

Exemplu de integrare:

- mic dejun: shake + semințe + verdețuri
- prânz: ciorbă tradițională + fel principal echilibrat
- cină: preparat gătit ușor, cu legume și proteină



Această abordare susține sănătatea metabolică, digestivă și emoțională (WHO, 2020).

Importanța Îmbrățișării și Afectiunii

Îmbrățișarea și afectiunea fizică sunt esențiale pentru dezvoltarea emoțională și fericirea copiilor cu sindrom Down, oferindu-le un climat de siguranță necesar depășirii provocărilor. Dragostea necondiționată, împreună cu un mediu incluziv și terapii adecvate, contribuie semnificativ la o viață activă și fericită. Aceste gesturi blânde reduc anxietatea și sprijină dezvoltarea.

Importanța Îmbrățișării și Afectiunii



- **Siguranță Emoțională:** Copiii cu sindrom Down se dezvoltă armonios într-un mediu plin de dragoste, iar îmbrățișările constante le oferă certitudinea că sunt înțeleși și iubiți.
- **Reducerea Stresului:** Îmbrățișările ajută la calmarea copilului, mai ales atunci când acesta se confruntă cu frustrări cauzate de dificultăți cognitive sau probleme de sănătate.

Conectare și Incluziune: Interacțiunea fizică caldă este o formă de comunicare non-verbală profundă, esențială pentru incluziune și fericire.

Fericirea în Sindromul Down

Deși sindromul Down implică provocări medicale și cognitive, acești copii pot duce o viață fericită și plină de realizări. Cheia fericirii lor constă în:

- **Terapiile Specifice:** Accesul la kinetoterapie, logopedie și terapie ABA este crucial pentru dezvoltarea abilităților.
- **Mediu Incluziv:** Integrarea în comunitate și activitățile care încurajează socializarea (cum ar fi grădinițele incluzive) le cresc încrederea.

Dragoste și Sprijin: Îmbrățișările, răbdarea și acceptarea sunt cele mai puternice instrumente pentru a construi fericirea unui copil.

Rolul experimentelor în procesul educațional

Experimentele științifice școlare reprezintă o metodă importantă de învățare prin care elevii descoperă legile naturii într-un mod practic și interactiv. Prin realizarea experimentelor, teoria învățată la clasă devine mai ușor de înțeles, iar curiozitatea și dorința de cunoaștere sunt stimulate.

Un experiment științific este o activitate practică prin care se testează o ipoteză sau se observă un fenomen natural.

În școală, experimentele sunt realizate în condiții sigure, sub supravegherea profesorului, folosind materiale simple și accesibile.

Acestea pot fi întâlnite la mai multe discipline:

Fizică – experimente despre electricitate, magnetism, forțe sau mișcare.

Chimie – reacții chimice, schimbări de stare, combinații de substanțe.

Biologie – observarea plantelor, a celulelor la microscop, studiul organismelor.

Geografie – formarea reliefului sau simularea fenomenelor naturale.

Experimentele au un rol esențial în procesul de învățare deoarece:

- dezvoltă gândirea critică și logică;
- stimulează creativitatea;
- ajută la înțelegerea mai bună a noțiunilor teoretice;
- formează abilități practice și spirit de observație;

încurajează munca în echipă.

Elevii învață să formuleze ipoteze, să observe, să noteze rezultatele și să tragă concluzii, exact ca niște mici cercetători.

Un experiment simplu este reacția dintre oțet și bicarbonat de sodiu, care produce dioxid de carbon. Acesta demonstrează o reacție chimică și formarea unui gaz.

Un alt exemplu este experimentul cu magnetul, prin care elevii pot observa ce materiale sunt atrase de magnet și pot înțelege noțiunea de câmp magnetic.

La biologie, germinarea unei semințe de fasole ajută la înțelegerea procesului de creștere a plantelor.

În realizarea experimentelor trebuie respectate anumite reguli:

purtarea echipamentului de protecție (halat, mănuși, ochelari);

respectarea indicațiilor profesorului;

manipularea atentă a substanțelor și aparaturii;

evitarea gustării sau mirosirii substanțelor necunoscute.

Siguranța este esențială pentru desfășurarea corectă a activităților practice.

Experimentele științifice școlare sunt o parte importantă a educației moderne. Ele transformă lecțiile în experiențe interesante și ajută elevii să înțeleagă lumea din jurul lor prin observație și descoperire.

Prin experimente, știința devine mai atractivă și mai ușor de învățat.



Teatrul, un exercițiu de libertate și cunoaștere

Pentru elevii cu cerințe educaționale speciale, scena nu este doar un spațiu de divertisment, ci un veritabil **laborator de incluziune** și dezvoltare personală.



Teatrul reușește acolo unde metodele clasice pot părea rigide, oferind o voce celor care adesea se simt neînțeleși.

Participarea la piese de teatru stimulează **inteligența emoțională** și ajută la depășirea inhibițiilor. Elevii cu CES învață să empatizeze prin asumarea unor roluri, elevii explorează emoții variate într-un mediu sigur. **Prin comunica-**

rea nonverbală, gestică și expresia facială devin instrumente esențiale de auto-exprimare.

De asemenea crește încrederea în sine datorită Aplauzelor publicului care oferă o confirmare imediată a valorii personale, esențială pentru dezvoltarea stimei de sine.

Un exemplu de succes în acest sens este **Clubul de teatru de la Liceul Tehnologic „Simion Mehedinți”**. Aici, elevii sunt încurajați să-și descopere talentele prin activități artistice care integrează armonios educația cu terapia.



Printre cele mai memorabile momente de pe scena liceului se numără: „Soacra cu trei nurori” de Ion Creangă pusă în scenă cu ocazia Zilelor Școlii. Piesa a oferit elevilor ocazia de a explora umorul popular și interacțiunea socială complexă. Adaptarea acestui text clasic facilitează înțelegerea contextelor sociale și dezvoltarea memoriei prin memorarea replicilor.

Piesa „Graba de Crăciun” prezentată în cadrul Serbării de Crăciun, a subliniat importanța colaborării și a spiritului de echipă. Într-un cadru festiv, elevii au demonstrat că barierele de învățare dispar atunci când sunt înlocuite de entuziasm și suport colectiv.

Teatrul rămâne o **punte de legătură** între acești copii și restul lumii, transformând dificultățile în oportunități creative. Prin inițiative precum cele de la Liceul „Simion Mehedinți”, educația incluzivă devine o realitate vie, nu doar un termen teoretic.

Lecția de pilire – când mâna învață înaintea teoriei

Lecția de lăcătușerie mecanică nu începe cu definiții scrise pe tablă, ci cu sunetul metalului atins de pilă. Elevii clasei a IX-a profesională, calificarea tinichigiu–vopsitor auto, intră în atelier cu telefoanele încă în buzunar și cu atenția fragmentată, așa cum sunt obișnuiți într-o lume dominată de ecrane. Profesorul nu le cere imediat să le lase deoparte. Știe că adevărata provocare nu este controlul, ci **captarea atenției creierului lor**.

Pe bancul de lucru apare o piesă metalică neregulată. Profesorul o ridică și întreabă simplu: „*Ați vopsi o aripă auto cu suprafața asta?*” Răspunsurile vin imediat, unele zâmbind, altele râzând. Lecția a început. Creierul elevilor a fost activat printr-o problemă reală, direct legată de meseria lor.

În locul unei explicații teoretice lungi despre pilire, profesorul demonstrează. Ia pila, o poziționează corect și execută mișcările lent, clar, verbalizând fiecare pas: poziția corpului, priza pe pilă, direcția mișcării, presiunea aplicată. Elevii privesc atent. Creierul lor reține imaginea, gestul, ritmul. **Învățarea începe prin observare și imitare**, nu prin memorare. Teoria apare natural, fragmentată și ancorată în practică. Ce este pilirea? O operație de prelucrare manuală a metalului pentru netezire și ajustare. Nu ca definiție dictată, ci ca explicație scurtă, rostită în timp ce mâna lucrează. Elevii nu mai sunt pasivi; pun întrebări, anticipază greșeli, compară rezultatele. Urmează practica ghidată. Fiecare elev primește o piesă metalică și o pilă. Sarcina este clară și realizabilă: îndreptarea unei muchii. Profesorul nu cere perfecțiune, ci corectitudine a mișcării. Greșeala nu este sancționată, ci corectată pe loc. Un elev apasă prea



tare, altul ține pila incorect. Corecția este imediată, calmă, însoțită de demonstrație. Creierul elevului învață prin ajustare, nu prin frică. Telefoanele rămân nefolosite. Nu pentru că sunt interzise, ci pentru că **mâinile și mintea sunt ocupate**. Elevii descoperă că pot produce un rezultat vizibil, concret. La final, profesorul îi invită să compare piesele inițiale cu cele finisate. Întrebările sunt simple: „*Ce a ieșit bine?*”, „*Ce a fost greu?*”, „*Ce ați face diferit data viitoare?*” Reflecția nu este teoretică, ci practică. Elevii își conștientizează progresul. Aceasta este lecția de pilire într-o abordare brain-friendly: o lecție în care creierul este respectat, mâna este implicată, iar tehnologia nu este un adversar, ci rămâne în plan secund atunci când învățarea devine semnificativă. Pentru elevii de astăzi, obișnuiți cu lumea digitală, **învățarea reală apare atunci când pot face, vedea și înțelege sensul a ceea ce fac**. În formarea unui viitor tinichigiu–vopsitor auto, operația de pilire nu este doar o tehnică, ci o lecție despre răbdare, control și calitatea muncii. Iar atunci când lecția este adaptată modului în care creierul învață,

PREDAREA LIMBII ENGLEZE ÎN CLASĂ INCLUZIVĂ: STRATEGII EFICIENTE PENTRU ELEVII CU DISLEXIE

În ultimii ani, educația incluzivă a devenit o prioritate reală a sistemului de învățământ, iar profesorii se confruntă tot mai des cu necesitatea adaptării demersului didactic la nevoile elevilor cu dificultăți specifice de învățare. Dislexia, una dintre cele mai frecvente astfel de dificultăți, ridică provocări semnificative mai ales în cadrul orelor de limba engleză, unde relația dintre sunet și scriere este adesea imprevizibilă. Cu toate acestea, prin metode adecvate și o abordare empatică, ora de limba engleză poate deveni un spațiu accesibil și motivant pentru elevii dislexici. Dislexia este o tulburare specifică de învățare de origine neurobiologică, caracterizată prin dificultăți în recunoașterea cuvintelor, decodarea textului și scrierea corectă. Aceasta nu este cauzată de lipsa inteligenței sau a motivației, ci de modul diferit în care creierul procesează informația lingvistică. În cazul limbii engleze, dificultățile pot fi amplificate de consecvența regulilor de pronunție, numeroasele excepții ortografice și diferențele majore față de limba

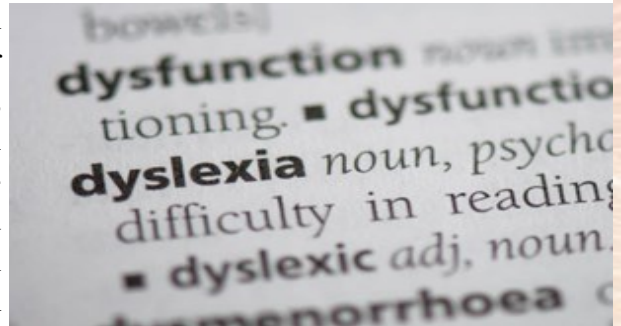


maternă. Astfel, elevii dislexici pot întâmpina probleme nu doar în citire și scriere, ci și în memorarea vocabularului, în învățarea timpurilor verbale sau în exprimarea scrisă coerentă. Pe lângă provocările academice, dislexia poate avea un impact emoțional semnificativ asupra elevilor. Eșecurile repetate, comparațiile cu colegii și feedback-ul negativ pot conduce la anxietate, demotivare și scăderea stimei de sine. De aceea, rolul profesorului include și sprijinul emoțional. Predarea eficientă se bazează pe învățarea multisenzorială care combină elemente vizuale, auditive și tactile. Totodată, aceasta ajută la consolidarea informației, la structurarea clară a lecțiilor cu obiective explicite și pași previzibili, reduce confuzia și anxietatea, repetarea constantă realizată

sub forme variate, facilitează fixarea cunoștințelor și individualizarea sarcinilor de lucru prin adaptarea lor și a ritmului de lucru. Profesorul poate utiliza suport vizual, activități orale, jocuri educaționale, tehnologie digitală și materiale adaptate pentru a facilita învățarea limbii engleze și poate valorifica o gamă largă de strategii pentru a sprijini elevii dislexici. În sens larg, **suportul vizual constant**, prin folosirea imaginilor, simbolurilor, culorilor și diagramelor pentru explicarea vocabularului sau a regulilor gramaticale, poate fi una dintre strategiile utilizate. **Accentul trebuie pus pe limbajul oral**, ascultarea și vorbirea trebuind să precedă citirea și scrierea. Activitățile de tip „listen and repeat”, jocurile de rol și dialogurile scurte sunt extrem de eficiente, **învățarea trebuind să se realizeze prioritar prin joc și mișcare**, jocurile lingvistice, cântecele, activitățile interactive și dramatizările având rolul de a reduce stresul și de a crește implicarea. Celor enumerate anterior li se adaugă și **materialele adaptate** de tipul textelor scurte, a fonturilor prietenoase pentru dislexie, spațierea adecvată și cerințele formulate clar



profesorul de sprijin contribuie la crearea unui parcurs educațional coerent și eficient. Predarea limbii engleze elevilor cu dislexie este o provocare, dar și o oportunitate de a construi un act educațional mai flexibil, mai empatic și mai eficient. Prin metode adaptate, evaluare echitabilă și un climat educațional pozitiv, ora de limba engleză poate deveni un spațiu în care fiecare elev are șansa de a reuși.



Profesor Matei Lăcrămioara Aura

Ziua Îmbrățișărilor



Cu ocazia unor fișe tematice, realizarea de desene sugestive și celebrării Zilei crearea de mesaje simple de apreciere și prietenie. Îmbrățișărilor, elevii și-au exprimat Prin desen și culoare, elevii și-au exprimat emoțiile într-o manieră accesibilă și relaxantă, fiecare cerințe fiind încurajat să lucreze în ritm propriu. Activitatea a fost organizată diferențiat, cu sprijin individualizat, au participat la o astfel încât toți elevii să se simtă valorizați și încurajați să participe. La final, lucrările realizate au fost prezentate și discutate într-un cadru nonformal, iar elevii au fost încurajați să ofere și să primească îmbrățișări simțitoare, respectând limitele personale și regulile de siguranță emoțională.

socio-emoționale, stimularea expresivității și consolidarea relațiilor interpersonale într-un climat securizant și prietenos. Activitatea a debutat cu o scurtă discuție ghidată despre importanța îmbrățișărilor, a empatiei și a exprimării emoțiilor pozitive, adaptată nivelului de înțelegere al elevilor. Ulterior, aceștia au fost implicați în activități practice precum colorarea

Activitatea a contribuit la creșterea stimei de sine, la îmbunătățirea comunicării și la întărirea sentimentului de apartenență la grup, având un impact pozitiv asupra climatului clasei.

Profesor Gheorghiță Mariana

AVANTAJELE MOBILITĂȚILOR ERASMUS+ PENTRU PROFESORI ȘI ELEVI ÎN CONTEXTUL ACREDITĂRII SCH – DIGITALIZARE ȘI PROTECȚIA MEDIULUI



Este cunoscut faptul că programul Erasmus+ reprezintă un instrument fundamental al Uniunii Europene pentru dezvoltarea educației, promovând mobilitatea, cooperarea internațională și schimbul de bune practici între instituțiile de învățământ.

În contextul acreditării Erasmus+ SCH pentru perioada 2021-2025, axată pe digitalizare și protecția mediului, cele 13 mobilități derulate la nivelul Liceului Tehnologic „Simion Mehedinți” Galați au oferit beneficii semnificative atât pentru profesori, cât și pentru elevi, permițând implementarea unei strategii educaționale pe termen mediu și lung, care a determinat modernizarea actului educațional și, implicit, a instituției școlare. Pentru cadrele didactice care predau discipline din ariile curriculare ale culturii generale, mobilitățile Erasmus+ axate pe digitalizare au contribuit la dezvoltarea competențelor digitale prin utilizarea unor platforme educaționale moderne (ClassDojo, Genially, Quizlet, AhaSlides, Breakout Edu, Quizizz, Kahoot, Slido, ChatGPT etc.) și prin integrarea eficientă a tehnologiei în procesul didactic.

Aceste experiențe au facilitat diversificarea strategiilor de predare, creșterea caracterului interactiv al lecțiilor și adaptarea conținuturilor la nevoile actuale ale elevilor. Totodată, mobilitățile desfășurate în unități școlare din Ungaria, Polonia, Spania și Turcia au oferit oportunitatea de a observa direct sistemele educaționale europene, metodele de predare și strategiile inovative aplicate la clasă, precum și posibilitatea adaptării și implementării acestora la nivelul unității noastre școlare, contribuind la creșterea calității procesului instructiv-educativ. Pentru elevi, utilizarea instrumentelor moderne de învățare și a aplicațiilor digitale a determinat creșterea accesibilității conținuturilor educaționale, dezvoltarea autonomiei în învățare, îmbunătățirea capacității de comunicare, stimularea motivației pentru învățare și consolidarea încrederii în sine. De ase-



menea, în contextul acreditării pe domeniul protecției mediului, atât elevii, cât și cadrele didactice și-au dezvoltat comportamentele ecologice, responsabilitatea față de mediul înconjurător și au conștientizat importanța dezvoltării durabile,

În concluzie, implementarea acreditării Erasmus+ a avut un impact major asupra dezvoltării instituționale, contribuind la modernizarea procesului educațional, la creșterea calității actului didactic și la formarea unor elevi și profesori adaptați cerințelor societății actuale. Rezultatele obținute vor fi valorificate în continuare prin activități de diseminare, aplicarea metodelor inovative la clasă și dezvoltarea de noi parteneriate europene, asigurând sustenabilitatea procesului de modernizare și consolidarea profilului european al Liceului Tehnologic „Simion Mehedinți” Galați.



formarea spiritului de cetățenie activă în rândul beneficiarilor. În concluzie, implementarea acreditării Erasmus+ a avut un impact major asupra dezvoltării instituționale, contribuind la modernizarea procesului educațional, la creșterea calității actului didactic și la formarea unor elevi și profesori adaptați cerințelor societății actuale. Rezultatele obținute vor fi valorificate în continuare prin activități de diseminare, aplicarea metodelor inovative la clasă și dezvoltarea de noi parteneriate europene, asigurând sustenabilitatea procesului de modernizare și consolidarea profilului european al Liceului Tehnologic „Simion Mehedinți” Galați.



IMPORTANȚA CUNOAȘTERII PERSOANELOR PRIVATE DE LIBERTATE ÎN PROCESUL EDUCAȚIONAL DIN PENITENCIAR

Predarea disciplinelor tehnice în cadrul învățământului din penitenciar reprezintă, din punctul meu de vedere, o provocare profesională aparte. Activitatea didactică desfășurată într-un astfel de mediu presupune nu doar transmiterea de cunoștințe, ci și o bună înțelegere a persoanelor private de libertate, care devin elevi ai liceului seral. Consider că **o cunoaștere reală a acestora este esențială pentru gestionarea**



eficientă a colectivului și pentru desfășurarea actului educațional în condiții optime, mai ales în cazul disciplinelor tehnice. Predau la liceu seral într-un penitenciar, unde elevii sunt de vârste diferite și provin din medii sociale variate. Această diversitate influențează direct modul în care elevii relaționează cu școala, cu profesorul și între ei. Unii sunt motivați de dorința de a-și construi un viitor mai bun după liberare, în timp ce alții privesc educația cu neîncredere, din cauza experiențelor școlare anterioare

nereușite. În acest context, am constatat că nu pot avea rezultate fără a le înțelege personalitatea, temperamentul și obiceiurile. Fiecare elev reacționează diferit la cerințele școlare. Unii sunt impulsivi, alții retrași sau rezervați. Disciplinele tehnice necesită concentrare, logică și aplicarea riguroasă a unor reguli. Dacă profesorul nu adaptează metodele de predare la nivelul și particularitățile fiecărui elev, apar rapid blocaje sau tensiuni. De aceea, încerc să folosesc un limbaj clar, exemple concrete și să creez legături între teorie și experiența practică a elevilor. Cunoașterea temperamentului elevilor este esențială și pentru menținerea unui climat educațional sigur și echilibrat. În mediul penitenciar, conflictele pot apărea cu ușurință, iar profesorul trebuie să gestioneze situațiile cu calm, tact și fermitate. Am observat că respectul reciproc și consecvența în aplicarea regulilor contribuie la stabilitatea colectivului și la creșterea încrederii elevilor în actul educațional. Unii testează limitele, alții evită expunerea sau implicarea. Rolul profesorului este acela de a observa dinamica grupului și de a interveni echilibrat, fără a stigmatiza sau marginaliza. Atunci când elevii simt că sunt înțeleși și tratați corect, nivelul de implicare crește, chiar și în cazul disciplinelor tehnice considerate dificile. În concluzie, consider că **succesul educației în penitenciar depinde în mare măsură de capacitatea profesorului de a cunoaște și înțelege persoanele private de libertate.** Predarea disciplinelor tehnice devine eficientă doar atunci când este susținută de relații bazate pe respect, încredere și adaptare permanentă la nevoile elevilor. Pentru mine, educația în penitenciar nu înseamnă doar predare, ci și oferirea unei șanse reale de schimbare și reintegrare socială.

Profesor Zaharia Anca Mihaela

Ziua Internațională a Cititului Împreună – ZICI 2026

Ziua Internațională a Cititului Împreună este un eveniment global, la care se alătură milioane de oameni din întreaga lume și este organizată în fiecare an, în luna februarie. În toată lumea, anul acesta, pe 4 februarie, bibliotecari, profesori, învățători, educatori, părinți, bunici, citesc



povești copiilor. Această inițiativă aparține organizației LitWorld, care vor să transmită că cititul împreună este una din cele mai frumoase activități din lume. A citi împreună înseamnă a pași într-o altă lume, una magică și misterioasă. Tema din acest an este: „Sărbătorim învățarea, recunoaște puterea cititului cu voce tare ca mijloc de dobândire a cunoașterii.” „Sărbătorim învățarea” este o invitație de a ne opri pentru un moment și de a recunoaște forța extraordinară a cititului cu voce tare ca drum spre cunoaștere. Atunci când citim împreună, cuvintele prind viață, ideile se clarifică, iar învățarea devine o experiență împărtășită, nu un act solitar. Vocea care citește creează punți între oameni, stimulează curiozitatea și deschide uși către lumi noi. Învățarea nu mai este doar despre informații, ci despre relații, dialog și conexiune. Prin cititul împreună, sărbătorim nu doar cărțile, ci și puterea comunității, a ascultării și a timpului petrecut unii cu alții. Fiecare poveste citită cu voce tare devine o lecție de viață, o scânteie care aprinde dorința de a explora, de a înțelege și de a merge mai departe pe drumul învățării.

Astfel, cititul împreună nu este doar un gest educativ, ci un act de celebrare a cunoașterii și a umanității.

Ziua Internațională a Cititului Împreună marchează importanța acordată lecturii, plăcerii de a împărtăși cu ceilalți bucuria descoperirii unor universuri ficționale uimitoare. Este o foarte bună ocazie de a iniția un dialog în jurul cărților și a celebra valențele lecturii.

Liceul nostru a marcat anul acesta evenimentul prin activități realizate de profesori și elevi în biblioteca școlii.

Așadar, pe 4 februarie, ne alăturăm comunității **ZICI** și Sărbătorim Învățarea.



Două săptămâni sub semnul literaturii: între Eminescu și Caragiale

Într-o lume grăbită, în care cultura riscă uneori să fie împinsă pe plan secund, cele două săptămâni literare dedicate lui Mihai Eminescu și Ion Luca Caragiale au venit ca o gură de aer proaspăt. A fost mai mult decât o simplă succesiune de evenimente: a fost o adevărată sărbătoare a spiritului românesc, o reamintire a faptului că literatura nu aparține doar manualelor, ci și vieții noastre de zi cu zi.

Ziua Culturii Naționale (15 ianuarie), dedicată lui Mihai Eminescu, a deschis acest periplu literar într-o notă solemnă și emoționantă. Poezia eminesciană a fost în centrul atenției, iar versurile sale au răsunat din nou cu aceeași forță (printre glasurile elevilor de la “Simion Mehedinți”) care trece dincolo de timp. Posterele, lectura și jocurile interactive au creat o atmosferă aproape ritualică, în care fiecare cuvânt părea să reamintească de profunzimea și sensibilitatea poetului. Eminescu nu a fost doar comemorat, ci rețrăit: ca simbol al idealului, al dorului și al căutării neîncetate de absolut.

Dacă prima parte a literare a stat sub al delicateții, Ziua schimbare de registru ironia și spiritul critic lumea lui Caragiale s-dată, surprinzător de sale, cu micile lor par să ne privească și societății. Prin dramatizate, publicul doar hazul situațiilor, satirei caragialiene.

Privite împreună, ale literaturii române completă despre cine



acestor săptămâni semnul lirismului și Caragiale a adus o binevenită. Umorul, au ocupat scena, iar a dovedit, încă o actuală. Personajele slăbiciuni și ambiții, astăzi din oglinda scenete și lecturi a redescoperit nu ci și inteligența fină a

aceste două repere spun o poveste suntem. Eminescu ne

vorbește despre ideal, visare și profunzime, în timp ce Caragiale ne aduce cu picioarele pe pământ, arătându-ne cu luciditate și umor slăbiciunile reale din interiorul nostru. Între cei doi se întinde, de fapt, o punte: aceea a unei culturi vii, capabile să emoționeze și să provoace gândirea în același timp.

Cele două săptămâni literare nu au fost doar o celebrare a trecutului, ci și o invitație către prezent. O invitație de a citi mai mult, de a înțelege mai profund și de a păstra literatura aproape. Acestea spuse, fie că ne regăsim în melancolia lui Eminescu sau în zâmbetul amar al lui Caragiale, un lucru e sigur: cultura rămâne una dintre cele mai sigure forme de a ne înțelege pe noi înșine.

Misiunea școlii

**“Adaptarea școlii la mediul socio-economic și cultural
într-o societate a cunoașterii și transformarea acesteia
într-o organizație care învață”**



Viziunea școlii

**„ O ȘANSĂ PENTRU FIECARE,
O ȘCOALĂ 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. Vieru Diana Manuela

Director adj: prof. Enache Cătălina

Redactor șef: prof. Cișleanu Veronica

Redactori corespondenți: prof. Cișleanu Veronica
prof. Zaharia Anca Mihaela
prof. Ionașcu Liliana Maricica
prof. Tudor Justina
prof. Croitoru Corina
prof. Enache Cătălina
prof. Lazăr Violeta
prof. Vieru Diana Manuela
prof. Chirica Daniela
prof. Chirică Mirela
prof. Chirilă Mihaela-Gabriela
prof. Ichim Mariana
Laborant Ghioca Lucreția
prof. Călugăru Mirela
prof. Matei Lăcrămioara Aura
prof. Gheorghită Mariana
prof. Pașilea Alina

telefon. 0236/415201,

E-mail: sc_prof_integrat@yahoo.co.uk.

Tehnoredactare și culegere computerizată:

Informatician Hebelea Ionuț

Tipărit la Liceul Tehnologic “Simion Mehedinți” Galați

ISSN 2559-5504

ISSN-L 2559-5504