

## CUPRINS:

|                                                                            |           |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Pași siguri prin școală .....</b>                                       | <b>2</b>  |
| <b>Părinții, parteneri educaționali</b>                                    |           |
| <i>Implicarea părinților în viața școlii .....</i>                         | <i>3</i>  |
| <i>Părinții, parteneri de joacă ai copiilor .....</i>                      | <i>4</i>  |
| <b>Din tainele științelor</b>                                              |           |
| <i>Secretele „mici” ale matematicii... ..</i>                              | <i>5</i>  |
| <i>Să facem lumină! .....</i>                                              | <i>7</i>  |
| <b>Proiecte... Parteneriate...</b>                                         |           |
| <i>Educația dincolo de frontiere .....</i>                                 | <i>9</i>  |
| <i>Un pământean printre stele .....</i>                                    | <i>11</i> |
| <b>Povești adevărate despre activități interesante</b>                     |           |
| <i>Revista „Familia” la 150 de ani .....</i>                               | <i>12</i> |
| <i>Proiectul educațional-modalitate de stimulare a creativității .....</i> | <i>13</i> |
| <i>De dragul copiilor, am sărbătorit Halloweenul! .....</i>                | <i>14</i> |
| <i>Ziua verde, ziua plantării arborilor .....</i>                          | <i>15</i> |
| <i>Haideți să colindăm împreună .....</i>                                  | <i>16</i> |
| <i>Poveste din cufărul cu amintiri al clasei pregătitoare A .....</i>      | <i>17</i> |
| <b>Minte sănătoasă în corp sănătos</b>                                     |           |
| <i>Învățarea eficientă .....</i>                                           | <i>19</i> |
| <i>Cum eviți răceala? .....</i>                                            | <i>21</i> |
| <i>Examinare complexă și profilaxie stato-kinetică la copii .....</i>      | <i>23</i> |
| <b>Gânduri ... vise ... de copil ...</b>                                   |           |
| <i>Toamna .....</i>                                                        | <i>25</i> |
| <i>Pădurea .....</i>                                                       | <i>25</i> |
| <i>Colțul de onoare al clasei I B .....</i>                                | <i>26</i> |
| <i>Dansul fulgilor de nea ..... Iarna .....</i>                            | <i>27</i> |
| <b>Crăciunul, prilej de bucurie și sărbătoare</b>                          |           |
| <i>Crăciunul, miracol și bucurie .....</i>                                 | <i>28</i> |
| <i>Noaptea sfântă de Crăciun .....</i>                                     | <i>29</i> |
| <i>Căldură în suflet .....</i>                                             | <i>30</i> |
| <i>În prag de sărbătoare .....</i>                                         | <i>30</i> |
| <i>Crăciunul .....</i>                                                     | <i>30</i> |
| <i>Vine Moș Crăciun! .....</i>                                             | <i>31</i> |
| <i>Omul de zăpadă .....</i>                                                | <i>32</i> |
| <i>Ajun de Crăciun la bunici .....</i>                                     | <i>33</i> |
| <b>The English Corner</b>                                                  |           |
| <i>Who is a better driver? .....</i>                                       | <i>35</i> |
| <i>Crosswords ... Riddles .....</i>                                        | <i>36</i> |
| <b>Vecinii României .....</b>                                              | <b>37</b> |
| <b>Ready for winter holiday! .....</b>                                     | <b>38</b> |

# PAȘI SIGURI PRIN ȘCOALĂ



Siguranța elevilor noștri și a personalului didactic și nedidactic în incinta școlii și în zona adiacentă acesteia este una din condițiile fundamentale pentru organizarea unui proces educativ de calitate.

De aceea, asigurarea securității și siguranței a fost și este una din preocupările noastre constante, preocupare concretizată în mai multe măsuri pe care le-am luat: asigurarea funcționalității comisiilor constituite la nivelul școlii și care au atribuții în asigurarea securității și siguranței; monitorizarea accesului persoanelor străine în școală prin profesori și elevi de serviciu, în condițiile lipsei pazei specializate autorizate; închiderea accesului în școală, în afara perioadei de desfășurare a cursurilor; afișarea, la loc vizibil, a numerelor de telefon ale organelor competente în caz de nevoie.

La toate acestea se adaugă punerea în funcțiune, începând din semestrul I al acestui an școlar, a unui sistem modern de supraveghere video. Acesta monitorizează continuu și stochează imaginile din toate spațiile comune: holuri, scări, căi de acces în școală, curte. Mai puțin sălile de clasă, unde conform legislației în vigoare, camerele se pot instala numai cu acordul cadrelor didactice. Se consideră că activitatea didactică este operă de creație intelectuală și numai cadrul didactic autor poate dispune de imaginile înregistrate în timpul orelor pe care le desfășoară.

Consider că această investiție este foarte utilă, având două scopuri principale. În primul rând, va duce la creșterea siguranței și securității în școală, dar, în același timp, prin detectarea rapidă a tot ceea ce se întâmplă, sistemul de supraveghere video va contribui la descurajarea unui comportament neadecvat, la combaterea violenței și prevenirea degradării stării disciplinare a elevilor noștri. Mizăm foarte mult pe efectul psihologic al camerelor, vizibile în spațiile populate cu elevi. .

Cu toate meritele pe care le poate avea acest nou sistem de supraveghere, consider, în continuare, că este important să punem accent tot mai mult pe educație, pe prevenire, pe eliminarea cauzelor care duc la comportamente neadecvate.

Profesor Ioan MOCAN  
Directorul Școlii Gimnaziale „Octavian Goga” Oradea

# PĂRINȚII, PARTENERI EDUCAȚIONALI

## *Implicarea părinților în viața școlii*

*Implicarea părinților crește valoarea educației. Trebuie căutate și găsite noi modalități eficiente de implicare a părinților, pornind de la experiențele cadrelor didactice, preluând, amplificând și valorificând dorința părinților de a fi aproape de copiii lor și de a contribui la educația lor. Acestea au fost concluziile unei întâlniri care a avut loc la Biblioteca Universității Oradea, la mijlocul lunii decembrie 2015, întâlnire la care au participat cadre didactice, psihologi, reprezentanți ai ONG-urilor, manageri, observatori, studenți, participanți la proiecte educaționale, formatori, evaluatori, dar mai ales părinți, cu toții reprezentând agenți ai educației.*

Una dintre temele discuției a fost: *Ce așteaptă școala de la părinți?*, o temă de mare interes pentru participanți. Astfel, s-au pus în discuție subiecte legate de găsirea unor modalități concrete de implicare a părinților în școală, s-au oferit exemple de bună practică, s-a făcut schimb de experiență și s-au propus teme pentru viitoarele întâlniri. Este important să fie cunoscut faptul că se organizează astfel de întâlniri la care părinții pot participa, pot comunica cu alți părinți și cu specialiști în educație, pot pune întrebări și aștepta răspunsuri de la oameni care se confruntă cu aceleași probleme sau pot să primească sfaturi de la experți în domeniul educațional. Considerăm că este important să amintim câteva dintre cele mai dezbătute idei ale participanților: importanța perspectivei psihologului care poate aduce un plus de comunicare și înțelegere între cei care predau, elevi și părinți, lipsa de control a părinților asupra Internetului, dificultatea monitorizării site-urilor accesate de copii, existența unei tipologii diversificate a părinților (părinți recunoscători care mulțumesc profesorilor pentru implicarea în educația copiilor lor, părinți cu pretenții nejustificate de la profesori), existența contractului educațional care stipulează și rolurile părintelui, a lectoratelor cu părinții, care ar fi calea legală prin care părintele să poată atrage atenția forurilor superioare când în sistem sunt probleme, când sunt părinții „de ajutor”, „scuturarea programelor”etc.

În ceea ce privește soluțiile concrete de implicare a părinților în viața școlară, s-a ajuns la concluzia că, atât profesorii cât și părinții trebuie să aibă inițiativa colaborării, dar și părinții pot face eforturi să comunice între ei: prin intermediul asociațiilor de părinți, poate prin grupuri de comunicare inițiate pe Internet, pe Facebook, pe email. În cadrul acestora se pot iniția programe de activități comune cu cele ale școlii, dar și programe separate în care să fie implicați cât mai mulți copii. Astfel, s-au amintit activități concrete ale părinților prin care pot participa activ la viața școlii: *Balul părinților*, *Ziua părintelui*, acțiuni caritabile cu strângere de fonduri pentru diferite scopuri onorabile, competiții sportive între părinții din diferite clase, mese rotunde și dezbateri organizate pentru părinți cu sprijinul specialiștilor din diferite domenii, excursii, colaborări ale asociațiilor de părinți din diferite școli, acțiuni de voluntariat ale părinților în sprijinul școlii, înființarea de cluburi susținute de părinți (teatru, GO, lectură, șah, dans) etc. Scopul unei asemenea întâlniri este acela de a reuni cât mai mulți oameni cu inițiativă, de a fi un punct de comunicare, de informare, de a spori colaborarea între familie și școală, în avantajul copilului. Este un prilej de a învăța lucruri care pot fi aplicate la nivelul oricărei organizații de părinți.

Nadia BOCHIȘ, Asociația de părinți *Noi și copiii noștri*,  
Școala Gimnazială „Octavian Goga” Oradea

## ***PĂRINȚII, PARTENERI DE JOACĂ AI COPIILOR***

Dragi părinți, vă propun câteva jocuri pe care să le exersați cu copiii voștri atunci când timpul vă permite. Veți vedea că veți fi încântați de reacțiile copiilor, iar ei vor fi bucuroși că vă petreceți timpul în acest fel cu ei.

### ***Atenție la sunete!***

#### ***Dacă auzim un sunet să-l și denumim***

Cu obiecte care scot sunete (zornăitoare, cutie de chibrituri, chei etc.) observăm **sunetul** obiectului, denumim, și așezăm obiectele într-un săculeț. Scuturăm în sac unul dintre obiecte. Copilul trebuie să identifice care dintre obiectele ascunse a fost auzit (nu ascundem la început mai mult de 3 obiecte). Putem să schimbăm rolurile.

#### ***Unde sună?***

Ascundeți un obiect muzical (ceas deșteptător, jucărie muzicală etc.) în mediul copilului, iar copilul trebuie să-l găsească. Dacă **îi este** greu, în prima fază poate să vadă unde îl ascundem. Schimbăm rolurile. Dacă nu reușește să ascundă obiectul, să-i dăm idei: *Pune-l sub pernă!*, *Ascunde-l în poșeta mamei!*.

#### ***Imităm sunete***

Imităm cât mai multe sunete—vocea animalelor, șuieratul vântului, foșnetul frunzelor, claxonul mașinilor.

#### ***Realizați cartea proprie de povești***

Dintr-o foaie de desen sau carton putem tăia o bandă, pe care o îndoim. Pe fiecare pagină lipim câte o imagine/poză colorată (decupate de ex. din reviste). Le lipim împreună. Discutăm, povestim, spunem poezii, cântăm pe marginea fiecărei imagini. Putem să-i cerem copilului să identifice o anumită imagine.

Decupăm și lipim cât mai multe imagini pe o coală. Putem să le identificăm apoi conform unor criterii: care sunt roșii, care sunt animale, etc. Putem să decupăm și să lipim după categorii: animale, legume, mijloace de transport etc.

#### ***Părțile corpului***

Așezăm pe podea o foaie flip-chart / hârtie de împachetat. Copilul se culcă pe ea, și-l conturăm. După aceea completăm împreună detaliile: ochi, nas, păr, nasturii hainelor, etc. Le denumim permanent, iar copilul este rugat să le și arate pe propriul corp.

#### ***Album foto***

Să realizăm albumul foto al copilului, răsfoind albumul să vorbim despre propria persoană, despre membrii familiei, despre evenimentele din familie.

#### ***Hai să povestim !***

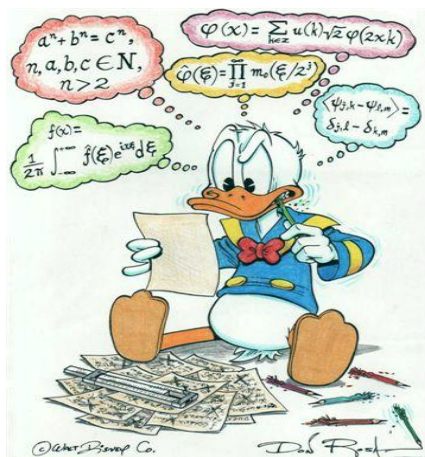
Cu jucării de pluș, păpuși ne jucăm niște scenarii mici din viața reală (băița de seara, vizita la doctor, la cumpărături etc.) Să folosim propoziții scurte, simple pentru a povesti toate întâmplările și să repetăm și vorbe/cuvintele tipice ale personajelor.

Logoped Katalin OLAH

# DIN TAINELE ȘTIINȚELOR

## SECRETELE „MICI” ALE MATEMATICII...

„Geometria este știința care restaurează situația dinaintea creației lumii și încearcă să umple „golul”, renunțând la oficiile materiei.” ( Lucian Blaga )



**Matematica**, după cum ați aflat deja, a fost creată datorită necesității omului de a avea control asupra obiectelor care îl înconjoară. **Matematica** nu are un început clar și bine definit, însă se știe cu certitudine că este împărțită în două ramuri importante și anume, studiul numerelor și studiul spațiului. Comerțul, gestiunea recoltelor, măsurarea suprafețelor, predicția evenimentelor astronomice și ritualurile religioase, sunt doar câteva din aplicațiile care au dezvoltat abilitățile matematice și care au dus la împărțirea matematicii în cele două ramuri. Studiul numerelor se bazează în mod general pe teoria numerelor și anume studiul numerelor naturale, numerelor pare, numerelor impare, numerelor întregi, numerelor raționale și nu în ultimul rând pe studiul numerelor reale. Studiul spațiului bineînțeles că pornește de la geometrie.

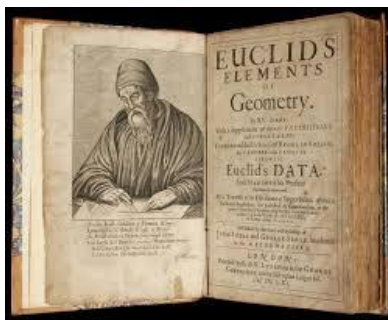
**Istoria geometriei** urmărește evoluția acestei științe care studiază relațiile spațiale din cele mai vechi timpuri, de când oamenii au început să măsoare distanțele, ariile și volumele, ca apoi să se ajungă la geometria clasică, în care accentul era pus pe construcțiile cu rigla și compasul. Există o mulțime de teorii legate de modalitatea de creare a unor construcții folosind rigla și compasul, acestea fiind demonstrate de teoria Galois.

**Geometria** (din greacă: γεωμετρία; *geo* = pământ, *metria* = măsură) s-a născut ca fiind ramura de studiu a matematicii care se ocupă cu relațiile spațiale. Cele mai vechi urme ale geometriei se găsesc în Egiptul Antic și Babilon, în jurul anului 3000 î.Hr. Începuturile geometriei au fost marcate de o colecție de principii empirice în legătură cu lungimea, unghiul, aria și volumul, care au fost dezvoltate pentru a putea fi puse în practică în construcții, astronomie și alte științe. O curiozitate importantă este faptul că egiptenii și babilonienii cunoșteau versiunile teoremei lui Pitagora cu 1500 de ani înainte de Pitagora, egiptenii având chiar și formula corectă pentru volumul piramidei cu baza pătrată, iar babilonienii având un tabel de trigonometrie. O altă curiozitate este și faptul că, cultura chinezească la acea perioadă era la fel de avansată, deci este foarte probabil ca și ei să fi avut o matematică la fel de avansată, dar niciun document nu a reușit să îndure mileniile, până în ziua de azi. Aceasta datorându-se, probabil, și faptului că foloseau hârtie, în loc de bucăți de lut sau de pietre, pentru a-și scrie descoperirile.

Cele mai vechi concepte din geometrie au fost dobândite în antichitate, existând o nevoie de a defini zona și a măsura suprafața de teren, volumele diferitelor nave și alte nevoi practice, care facilitau viața de zi cu zi a oamenilor din acea vreme.



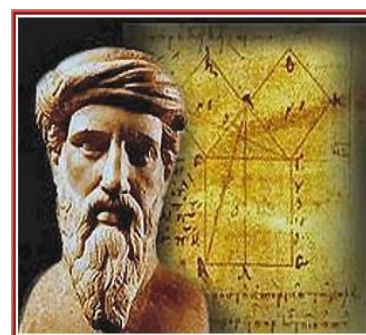
Oamenii de știință greci, pe baza unui set deschis de proprietăți geometrice, au fost capabili



de a crea un sistem coerent de cunoaștere a geometriei. Știința geometriei se bazează pe proprietățile geometrice simple preluate din experiența oamenilor, iar celelalte prevederi ale științei sunt derivate din cele mai simple proprietăți geometrice utilizând raționamentul. Întregul sistem a fost publicat în forma finală a lucrării „*Elementele*” a lui Euclid, aproximativ în anul 300 î.Hr., în care a prezentat nu numai geometrie teoretică, dar, de asemenea, și bazele teoretice ale aritmeticii. Prin această lucrare [Elementele](#), [Euclid](#) (c. 325-265 î.Hr.) realizează o revoluție în gândirea

geometrică și științifică în general: abordarea logică și riguroasă. Chiar dacă nu este primul manual de geometrie, prin introducerea gândirii [axiomatice](#), „*Elementele*” reprezintă o lucrare cu totul nouă față de ce se scrisese până atunci.

Cu toate acestea, în lucrarea lui, Euclid nu spune nimic despre volum, măsurare sau despre suprafața globului, și nici despre relația dintre lungimea unui cerc și diametrul său (deși există o teoremă în acest sens). Istoria geometriei va fi continuată în mijlocul secolului III î.Hr. de către marele **Arhimede**, care a fost capabil să calculeze numărul  $\pi$ , și a determinat metodele de calcul a suprafețelor din lume, folosind tehnici care ulterior au format baza metodelor matematicii superioare. Cu ajutorul lor, el a putut să rezolve probleme



practice dificile ale geometriei și mecanicii, care au fost importante pentru navigație și pentru construcții.



[Arhimede](#) (287-212 î.Hr.) a fost unul dintre marii matematicieni ai antichității, care a dat formula volumului [sferei](#), a determinat [centrul de greutate](#) al triunghiului, [trapezului](#) și segmentului [parabolic](#), considerându-l o curbă (care mai târziu îi va purta numele - [spirala lui Arhimede](#)) și a determinat diverse arii și volume mărginite de arce de parabolă sau de [cuadrice](#) de rotație.

De asemenea, a introdus un fel de sistem de [coordonate](#) (ceea ce mai târziu va fi utilizat în [geometria analitică](#)), a intuit conceptul de [limită](#) (care va fi folosit câteva secole mai târziu în calculul [diferențial](#) și [integral](#)). Însă lucrul ce l-a dezavantajat a fost lipsa unor notații [algebrice](#) eficiente prin care să-și expună conceptele.

Pentru greci, geometria era „regina” științelor, ajungând la un nivel la care nu au mai ajuns cu nicio altă știință. Au extins geometria către noi figuri, curbe, suprafețe și corpuri, au schimbat metodologia de la încercare-eroare la deducție logică, au recunoscut că geometria studiază „forme eterne”, sau abstracții, pentru care obiectele fizice sunt doar aproximări, au dezvoltat ideea unei teorii axiomatice, care pentru mai bine de 2000 de ani a fost privită ca fiind paradigma ideală pentru toate științele teoretice.

„Natura vorbește în limba matematicii; literele acestei limbi sunt cercuri, triunghiuri și alte figuri matematice.” (Galileo Galilei)

Profesor Claudia-Maria TOTH  
ro.wikipedia.org/wiki/Matematica

## **SĂ FACEM LUMINĂ!**

„Ce este mai familiar decât lumina? Ce este mai puțin familiar decât lumina? Ce este lumina însăși? Puteți vedea Soarele, puteți vedea o pasăre, puteți vedea ce este în jurul dumneavoastră – dar asta nu înseamnă că vedeți lumina însăși! Lumina este un fel de „materie” care trebuie să se miște ca să existe. Dacă s-ar opri vreodată, chiar pentru un singur moment, ea ar înceta să existe.

Într-adevăr, este uluitor că s-a studiat atât de mult această „materie – fantomă”.”

*Lewis Carrol Epstein – „Gândiți fizica”*

Știați că imaginea unui obiect poate fi proiectată pe un perete (ecran) cu ajutorul unei lupe? (asta dacă vom face suficientă lumină ☺).

În cele ce urmează, vă prezentăm experimentul realizat de elevii clasei a VIII-a din Școala Gimnazială „Octavian Goga” Oradea în vederea proiectării acestei imagini.

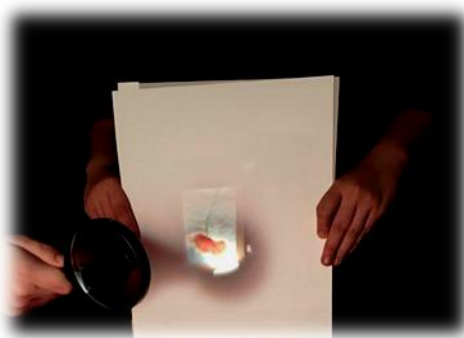
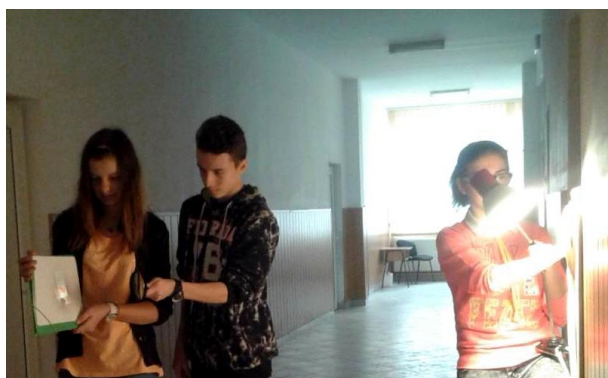
### **Materiale necesare:**

După cum observăm în poza alăturată, avem nevoie de:

- Tablou, a cărui imagine dorim să o proiectăm pe un ecran.
- Lupă, cu ajutorul căreia vom obține imaginea.
- Pentru a se distinge imaginea formată, e necesar ca tabloul să fie puternic luminat. Vom realiza acest lucru cu ajutorul unei veioze.
- O foaie albă ce va ține loc de ecran.



### **Mod de lucru:**



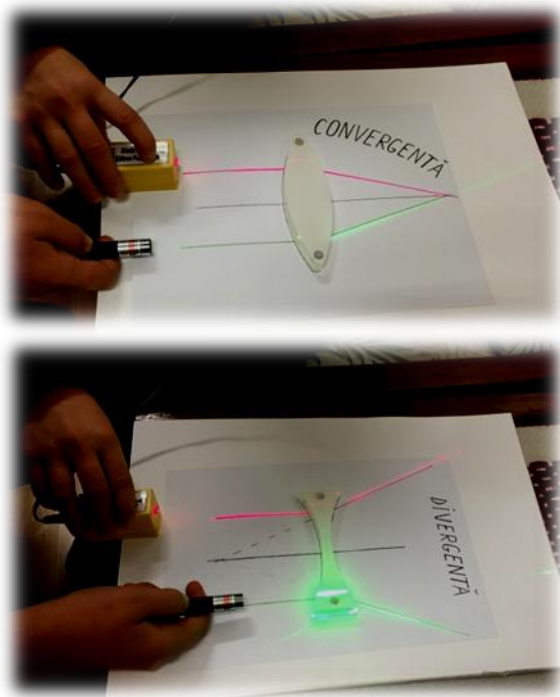
În pozele de mai sus, unul dintre elevi luminează tabloul cu ajutorul veiozei pentru a obține o vizibilitate cât mai bună a imaginii formate. Lupa se deplasează între ecran și tablou până se obține o imagine clară (observăm că imaginea este răsturnată).

**Explicații:**

Lupa este o lentilă convergentă (adună într-un punct razele de lumină ce o traversează) și spre deosebire de lentila divergentă, formează imagini reale care pot fi proiectate pe ecran. Lentila divergentă formează doar imagini virtuale, iar acestea din urmă **nu** le putem proiecta pe ecran.

**Definiție:** Lentila este un mediu transparent mărginit de două suprafețe sferice sau de o suprafață plană și una sferică.

În experimentele următoare vedem cum sunt deviate razele a două surse laser (un fascicul luminos verde și unul roșu) după ce traversează lentilele.



| Lentila divergentă                                                                                                                                                                                                                                                                 | Lentila convergentă                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Este mai groasă la mijloc și mai subțire la margini.</li> <li>- Împrăștie razele de lumină ce o traversează, iar imaginea se formează la intersecția prelungirilor acestor raze (motiv pentru care imaginea este una virtuală)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Este mai groasă la mijloc și mai subțire la margini.</li> <li>- Adună într-un punct razele de lumină ce o traversează, iar imaginea se formează la intersecția acestor raze (situație în care imaginea formată este una reală)</li> </ul> |

Imaginea formată poate fi mai mare sau mai mică, în funcție de distanța de la obiect la lentilă. Cu cât obiectul este mai departe de lentila convergentă, cu atât imaginea va fi mai mică.

Lentilele au foarte multe aplicații. Ele se găsesc în construcția aparatelor optice cum ar fi: aparatul de fotografiat, luneta, microscopul, binoclul etc.

Ochiul uman are în alcătuirea lui cristalinul, care are forma unei lentile convergente. Razele de lumină ce traversează cristalinul sunt proiectate pe un cumul de nervi (numit „pata galbenă”) ce transmit informația creierului. Acesta, la rândul lui, prelucrează informația și distinge imaginile.

Ne bucurăm dacă am reușit să facem lumină peste unele nelămuriri ale voastre și promitem să revenim cu noi experimente și explicații.

Andrei BOBȘE, Paula BIRTA, Alexia PAVEL, clasa a VIII-a A  
Coordonator, profesor Sanda GÂRBA



# PROIECTE ... PARTENERIATE...



## EDUCAȚIA DINCOLO DE FRONTIERE



Școala noastră a derulat de-a lungul anilor și continuă să realizeze proiecte școlare care au dus la realizarea unui mediu educațional propice, la standarde europene. Aceste proiecte, locale, județene, naționale sau internaționale sunt realizate cu un volum imens de muncă, dar și cu pasiune și cu responsabilitate din partea celor implicați, în primul rând elevii, beneficiarii direcți ai actului educativ și în al doilea rând cadrele didactice coordonatoare. Intenția celor din urmă, a profesorilor noștri este să aducă un suflu nou, să țină pasul cu schimbările și necesitățile secolului XXI și să faciliteze elevilor noștri oportunități de dezvoltare intelectuală și spirituală punând accent pe descoperirea unor abilități noi și pe dezvoltarea creativității.

Școala are misiunea de a permite fiecărui copil să crească, să-și dezvolte spiritul, corpul și inima, deci inteligența, sensibilitatea, creativitatea; să permită copiilor să învețe să trăiască împreună, unii cu alții, cu persoane diferite, să-și poată ocupa progresiv locul în societate, să poată deveni cetățeni activi.

Proiectul internațional *'Touch my life'*, realizat prin intermediul platformei eTwinning, vine în ajutorul elevilor și profesorilor prin implicarea activă a beneficiarilor în procesul de predare-învățare. eTwinning facilitează accesul cadrelor didactice la un mediu virtual de colaborare și de schimb de experiență, la realizarea de parteneriate cu alte școli cu scopul îmbunătățirii și perfecționării prin contactul direct cu profesori din țările europene. Idealul eTwinning reprezintă promovarea activităților de colaborare între cadrele didactice și elevii Europei într-o manieră ușoară, prietenoasă și stimulativă. Cele peste 40.000 de școli europene participante stau mărturie a succesului. În cadrul eTwinning limba engleză este o limbă terță folosită ca mijloc de comunicare. În momentul în care se întâlnesc, tinerii europeni vor să comunice, să afle detalii despre viața din școlile și țările fiecăruia și să învețe cuvinte în limba partenerilor și să își perfecționeze competențele de comunicare în limba străină. Acesta este punctul forte al acțiunilor eTwinning, stimulează comunicarea.



Nucleul eTwinning îl constituie procesul de predare și experimentare de noi practici de predare, tehnologii și mijloace de realizare a unor sarcini tradiționale. Blogurile, paginile wiki, fișierele video, conferințele, publicarea on-line, toate acestea se regăsesc în galeria de proiecte prezentate pe portalul eTwining.

Un aspect important al acestor proiecte este schimbul de valori culturale și tradiții; cu cât schimbul cultural este mai intens, cu atât îl vom cunoaște mai bine pe partenerul nostru și cu atât vom deveni mai „europeni”.

Proiectul nostru activ din noiembrie 2015 se va desfășura până la sfârșitul anului școlar și va consta în scrierea de scrisori prietenilor noștri din țările implicate, scrisori prin care elevii vor face schimburi de impresii despre viața lor, școală, familie, orașul și țara unde locuiesc, cultura și civilizația lor folosind ca singura limbă de comunicare, limba engleză. Astfel, elevii vor învăța limba într-un mod direct. Dorim să creștem încrederea elevilor noștri în folosirea limbii străine engleze atât în scris, cât și în vorbit și să le dezvoltăm toate cele patru abilități. Învățarea limbii engleze nu presupune doar învățarea regulilor gramaticale și obținerea de note mari, ci și folosirea ei în vorbit și scris.

De asemenea, în acest proiect dorim să folosim scrisorile, conferințe audio, prezentări în power point, etc. pentru a-i face pe elevi, „pen-friends”, să simtă și să cunoască cât mai mult din viețile elevilor străini.

Avem cinci parteneri din Turcia, Cehia, Spania, Islanda și Polonia. Fiecare lună are o temă care poate varia în funcție de opțiunile și necesitățile partenerilor. Primul pas a fost așteptarea scrisorilor de la elevii din Turcia, care ne-au trimis scrisori introductive în care s-au prezentat. A urmat ca elevii noștri să le răspundă, adăugând și fapte referitoare la sărbătoarea națională din 1 Decembrie. S-au încărcat pe portalul eTwinning Live poze de la careul realizat cu această ocazie de școala noastră. Urmează ca în luna ianuarie să primim răspunsurile la scrisorile trimise și să le răspundem tot în scris, bifând astfel tema propusă, și anume prezentarea orașului nostru. Dorim ca elevii să-și dezvolte creativitatea și inovația pe lângă exersarea limbii engleze în comunicarea scrisă prin scrisori cu prietenii lor. Următoarele teme din agendă vor fi: *Țara mea-climă, locurile istorice și frumusețile naturii, Tradiții și obiceiuri, Activități extracurriculare la școală, Ziua națională a tineretului-2 mai și Ziua internațională a copilului.*

Prin acest proiect, ne dorim să creăm atitudini pozitive în folosirea limbii engleze ca mijloc de comunicare dincolo de granițele țării. La final, elevii noștri să poată spune "Da, pot vorbi limba engleză cu încredere ". Când vor vedea și își vor atinge produsele realizate în fiecare lună, se vor simți mai bine și mai siguri pe ei în folosirea limbii engleze în viața de zi cu zi. De aceea proiectul nostru se cheamă "Touch my life" "Atinge-mi viața".

Elevii implicați în acest proiect internațional sunt: *Cociș Adina, Dragnea Roxana, Isai Denisa, Jakab Claudia, Lațcău Iulia, Marc Beatrice, Pantiș Samuel, Szabo Brighita, Voinea Dumitra, Tirpe Andrei, Oros Octavian din clasa a 6 –a A și Ciobanu Andreea, David Sânziana, Lucaciu Renata, Mermete Paula, Ștefan Cyntia și Varga Natalia din clasa a 5-a A.*



Proiectele eTwinning pot fi considerate o contribuție majoră la învățământul european, în special în domeniul lingvistic și cultural. Este un bun exemplu într-un domeniu care, până nu demult, era considerat dificil de abordat, iar proiectele eTwinning au demonstrat faptul că educația europeană este o realitate a prezentului și a viitorului. Astfel, elevii și partenerii de proiect achiziționează un nou tip de cunoștințe, care le permit să devină cetățeni ai lumii în adevăratul sens al cuvântului.

Profesor Ioana AVRAM

## UN PĂMÂNTEAN PRINTRE STELE



În intervalul 4–10 octombrie în întreaga lume s-a sărbătorit Săptămâna Mondială a Spațiului Cosmic, eveniment care a fost marcat așa cum se cuvine și la Oradea, în spațiul comercial Shopping City, în data de 9 octombrie, ora 17<sup>00</sup>. Cei care s-au ocupat de activitățile dedicate acestei sărbători sunt profesorii de la Școala Gimnazială “Avram Iancu” Oradea, sub coordonarea

doamnelor profesoare Violeta Jăhăleanu și Claudia Șpan, în parteneriat cu Liceul Teoretic “Onisifor Ghibu” Oradea, Școala Gimnazială Nr.1 Sântandrei și Școala Gimnazială „Octavian Goga”.

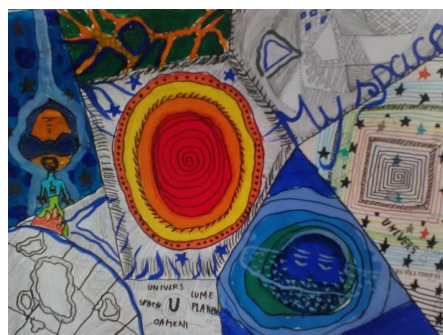
În această perioadă, în învățământ s-au derulat prezentare și popularizare a internațional, în care s-a arătat și ce semnificație și importanță spațiale pentru dezvoltarea



toate aceste instituții de diverse activități de acestui eveniment ce anume s-a sărbătorit au avut descoperirile societății umane.

Am considerat că este momentul să-i învățăm pe elevii orădeni despre tainele planetelor utilizând o paletă diversificată de activități, prin care elevii au fost provocați să răspundă întrebărilor, să prezinte elemente de curiozitate, să facă analiză pe imagine prezentând propria lor creație plastică, să realizeze avioane de hârtie, pe care ulterior să le lanseze, și nu în ultimul rând să danseze printre stele și planete.

În realizarea acestui proiect local și-au adus contribuția profesorii: Violeta Jăhăleanu, Claudia Șpan, Claudia Covaci, Crina Joldoș, Olivia David de la Școala Gimnazială „Avram Iancu”; Dorina Pop, Lucian Scurtu, Florina Floriș de la Școala Gimnazială “Octavian Goga”; Camelia Găvruta, Simona Dercichei, Nicolae Ardelean de la Liceul Teoretic “Onisifor Ghibu”; și Marieta Bot, Andrada Lazăr de la Școala Gimnazială Nr. 1 Sântandrei.



Profesor Violeta JĂHĂLEANU



# POVEȘTI ADEVĂRATE DESPRE ACTIVITĂȚI INTERESANTE

## REVISTA „FAMILIA” LA 150 DE ANI



**REVISTA** orădeană *Familia* a devenit după atâția dulci/amari ani de când apare (iată, *respirând* aerul a trei secole: XIX, XX, XXI), ceea ce este: o *Revistă*, o *Carte*, o *Bibliotecă*, adică o veritabilă *Instituție culturală*. Este *Revista* mea de literatură, *Cartea* mea de inimă și *Biblioteca* mea de minte. De *Literatură*, deoarece în paginile ei s-a produs adevăratul meu debut literar, în toamna anului 1988; de *Inimă*, deoarece este singura *carte* pe care o citesc cu interes și nerăbdare lună de lună, an de an, și aceasta de câteva decenii; de *Minte*, deoarece *Familia* formează două rafturi ale Bibliotecii personale, constituind acea *fundatie* fundamentală necesară oricărei *Biblioteci* care se respectă și care (i)luminează mintea/spiritul de a desluși „*a lumii taină*”, nu numai mie, dar și familiei mele, prietenilor mei, sau elevilor mei de la Școala Gimnazială „*Octavian Goga*”. Se adaugă Editura *Biblioteca Revistei Familia*, care a publicat de-a lungul anilor nume prestigioase ale literaturii române contemporane, onorat fiind să fac parte din rândurile acelor care și-au editat cărțile aici.

La toată această pleiadă de realizări și semnificații, se cuvine a-i aminti pe membrii redacției din trecut și de astăzi, în special pe aceia care au fost *spiritus rector* ai revistei, Vulcan, Samarineanu, Andrițoiu, la care, din 1990, se alătură cu o aceeași prestanță persuasivă, Ioan Moldovan, adică aceia care de 150 de ani au *construit, construiesc* și vor *construi* cu acribie livrescă, trudă cărturărească și răbdare asiduă această *Instituție* nășită și numită de întemeietor atât de plastic și de inedit, *Familia*. A fost, este și va fi o mare *familie* a oamenilor de cultură care au pus umărul la înălțarea acestui edificiu de rezonanță națională care astăzi, la aniversară, merită un cuvânt de *laudatio*, un gând de benevolență, o vorbă ineluctabilă sau o mărturisire paseistă.

Pentru *Oradea*, orașul care găzduiește cu generozitate încă din anul 1880 revista în care a debutat Eminescu (cu scurte sincope datorate vitregiilor istoriei), *Familia* a devenit un simbol, o emblemă, un blazon, un brand, un background, o carte de vizită cu care, sunt convins, orice oraș mai mare sau mai mic din România s-ar mândri. Iată de ce sunt fascinat de faptul că ea apare în orașul meu și al elevilor mei, al familiei și al prietenilor mei, în acest oraș superb care este Oradea.

Ca orădean, Revista *Familia* reprezintă pentru mine și, cu siguranță, pentru toți intelectualii orașului, inclusiv pentru elevii și cadrele didactice ale Gimnaziului „*O. Goga*”, dar și pentru orice iubitor de literatură al urbei de pe Crișul Repede, acel topos paradigmatic al comuniunii poeziei cu proza, eseului cu comentariul critic, al emoției cu frumosul.

Aflată la ceas aniversar, urăm dragii noastre *Familia* un călduros LA MULTI ANI!, iar membrilor redacției și *Directorului* său să ducă mai departe, „*pe drumul crestăt de Iosif Vulcan, și pârtia trasă de M. Eminescu și Octavian Goga*” (M. G. Samarineanu), această dulce povară/responsabilitate care înobilează umerii nu întregului colectiv redacționar, ci ai fiecăruia în parte. Prin urmare, și vouă dragi prieteni, un sincer LA MULȚI ANI!, din partea Gimnaziului „*O. Goga*”.

Profesor Lucian SCURTU



## PROIECTUL EDUCAȚIONAL – MODALITATE DE STIMULARE A CREATIVITĂȚII

„Educația tradițională îți oferă un trai; auto-educația îți oferă o avere.”( Jim Rohn)

Școala Gimnazială „Octavian Goga” în parteneriat cu Editura Esențial Media și Ziarul „Esențial în Educație” în perioada 14-18 decembrie 2015 a derulat PROIECTUL EDUCAȚIONAL NAȚIONAL: „TRADIȚII ȘI OBICEIURI DE IARNĂ”. Unul dintre obiectivele propuse a fost flexibilizarea ofertei de învățare prin propunerea unei alternative educaționale – proiectele educaționale.

*Elevii de gimnaziu au fost implicați prin învățarea și intonarea unor colinde tradiționale românești. Elevii din clasa a VII-a, la orele de educație muzicală, au studiat despre folclorul obiceiurilor de iarnă și au aflat multe lucruri importante despre obiceiuri și tradiții românești. Ei au putut învăța despre obicei ca fiind „ansamblul manifestărilor legate, fie de o anumită dată calendaristică, fie de un anumit eveniment din viața omului”. Colindele și obiceiurile colindatului, ca și multe din datinile românilor sunt cu mult anterioare religiei creștine, ceea ce reiese din conținutul unor ritualuri și colinde străvechi. O parte din cântecele religioase de origine cultă au pătruns prin intermediul școlii și al bisericii în repertoriul folcloric. Despre colinde Brăiloiu Constantin zicea că sunt „acele cântece rituale vădit țărănești, ce se cântă în noaptea de Crăciun, pe alocuri și la Sf. Vasile”, iar despre cântecele de stea că sunt „acele cântece rituale vădit cărturărești, ce se cântă la stea, între Crăciun și Bobotează”. Pe lângă colindă și cântecul de stea, obiceiurile de iarnă mai cuprind o serie de alte manifestări precum urări cântate, strigături, dansuri, piese vocale, instrumentale, pantomime, jocuri cu travestire, măști, teatrul popular (Vicleimul sau Irozii).*

În cadrul activităților practice s-a urmărit stimularea creativității, a lucrului în echipă, dar și individual (dezvoltarea capacității de observare, descoperire), trezirea interesului pentru a audia cu atenție colindele, pentru a reda corect mesajul textelor cântecelor folosind mijloace plastice. Arta îl pregătește pe copil să trăiască în armonie, să respecte frumosul și să vibreze în fața lui. Cuvintele, sunetele, gesturile, culorile, formele plastice sunt mijloacele artei care devin pentru elevi unelte autentice de rezolvare curajoasă și cu știință a problemelor de echilibrare, de modelare a spațiului în care trăiesc. Cu această ocazie, elevii au învățat totodată să manifeste dragoste față de semenii și să adopte un comportament bazat pe generozitate.

Cadrele didactice au coordonat realizarea creațiilor artistice ale elevilor și au organizat serbarea de colinde cu cântece, poezii și urări. Elevilor participanți la acest proiect li s-au acordat diplome. Despre tradiții și obiceiuri de iarnă un cadru didactic redactează un articol care va fi publicat într-o carte de către editura cu care avem parteneriat.

Profesor Zita BONDAR

## De dragul copiilor, am sărbătorit Halloweenul!

„Ne dați ori nu ne dați?”



E adevărat că Halloweenul este o sărbătoare împrumutată; există însă nenumărate păreri pro și contra sărbătoririi acestui eveniment, dar pentru bucuria copiilor de a se masca și a trăi ceva special, am ales să înclinăm balanța în favoarea celor care, într-un fel sau altul, marchează sfârșitul de octombrie prin ceea ce oferă Halloweenul specific: conversație în limba engleză, dovleci sculptați, povești cu vrăjitoare, „vânătoarea” de dulciuri, lansarea de lampioane, costume originale și multe alte surprize.

Toate aceste lucruri au adus bucuria în sufletele elevilor și le-au luminat fețele cu zâmbete...Așa după cum ne-am așteptat, inițiativa a trezit curiozitatea elevilor din clasa a II-a B .

Pregătirile pentru activitatea care s-a desfășurat în 29 octombrie 2015 au durat câteva zile. Părinții au participat la sculptarea dovlecilor, care au împodobit sala, precum și în alegerea costumelor și în învățarea poeziilor. Am vizat astfel realizarea mai multor obiective: o mai bună colaborare cu familia și desfășurarea unor activități extracurriculare care să nuanțeze procesul instructiv-educativ și să dezvolte personalitatea copiilor. Am gândit să marcăm această zi printr-o activitate interactivă. Împreună cu părinții, elevii au sculptat dovleci, care de care mai grozavi, personalități cu tot felul de detalii, iar rezultatul a fost neașteptat.

Sceneta „Familia vrăjitoarelor” a fost un prilej pentru fiecare copil de a juca un rol în care să-și pună în valoare personalitatea și expresivitatea. Personajele: Maya, mama vrăjitoare, mătușa arțăgoasă, colegii jucăuși și copiii porniți la vânătoarea de dulciuri au adus specificul Halloweenului aproape de sufletele copiilor.

Pentru că toți avem dorințe ascunse în suflet și pentru că Moș Crăciun mai avea două luni până să le îndeplinească, le-am propus celor mici să lansăm lampioane cu dorințe, care devin realitate în noaptea tuturor sfinților.

Glasurile cristaline ale celor mici au răsunat armonice, încântător. Domnul director ne-a primit cu bucurie și ne-a răspuns la întrebarea „NE DAȚI ORI NU NE DAȚI?” oferindu-le copiilor bomboane, potrivit obiceiului. Activitatea am încheiat-o în pași de dans, moment în care fiecare copil și-a prezentat costumul sub sloganul: „Nu vă speriați, vor fi doar fantome prietenoase și vrăjitoare drăguțe!”

În spiritul sărbătorii de Halloween, vă dorim un dovleac minunat!

**Profesor Alexandra GAJA**



## Ziua Verde, ziua plantării arborilor

Este bine de știut faptul că omul ca și copilul este influențat zi de zi de familie, grupul social în care își desfășoară activitatea, mediul său de viață: camera, curtea, grădina, sala de clasă. La toate acestea se adaugă natura cu frumusețile ei și cu o bogată varietate cromatică care oferă omului o satisfacție estetică fără asemănare. Grădinița prin posibilitățile oferite de procesul instructiv-educativ asigură copilului contactul cu mediul înconjurător în mod sistematic și organizat, apropiindu-l de realitatea din jurul lui.

Această apropiere îmbogățește bagajul de cunoștințe al copilului cât și raportarea lui la natura din jur. Instruirea și educarea copilului în vederea participării sale active la realizarea acțiunii de protejare și conservare a mediului înconjurător, este una din sarcinile importante, oferind posibilitatea de a analiza și cunoaște raporturile dintre societate și mediul ambiant, mai ales în momentul de față când intervenția omului asupra naturii este deosebit de intensă mergând până la distrugerea echilibrului firesc și la înrăutățirea condițiilor existente. Mi se pare important faptul că accentul trebuie pus pe latura aplicativ-practică a fiecăreia din activitățile desfășurate pe linia protejării și conservării mediului.

De aceea am organizat plantarea de arbuști în curtea grădiniței, pe 20 noiembrie, de Ziua Verde în calendarul ecologic. Arbuștii au fost aduși de mine din grădina mea și plantați în curtea grădiniței pe alea de lângă gardul unității noastre. Am purtat o discuție cu copiii preșcolari din grupa mea despre ziua în care vom planta doi pomișori fructiferi, aceasta fiind o zi importantă care se numește Ziua Verde. Aceasta a fost urmată de o activitate outdoor pe care am desfășurat-o cu copiii preșcolari în curtea grădiniței, observând natura, copacii, florile, iarba. Am subliniat importanța ocrotirii mediului înconjurător prin plantarea unor pomi fructiferi pe care să-i îngrijim în permanență pentru asigurarea unei oaze de verdeață și oxigen pentru noi, oamenii. Părinții ne-au încurajat în acțiunea noastră, ne-au asigurat uneltele pentru plantarea pomilor, iar d-na îngrijitoare ne-a însoțit și ne-a sprijinit în săparea gropilor pentru pomi, aducerea de găleți cu apă pentru a uda pomii plantați. Copiii au fost plăcut impresionați de această inițiativă, dornici să participe la înfrumusețarea grădinii noastre și la plantarea de noi pomi pe care s-au angajat să-i îngrijească în permanență.



Bianca mi-a spus: *Am să vin mereu cu mama și surioara mea să văd cum cresc pomișorii și dacă au multe frunze care să mă apere de soare*, iar Mara mi-a șoptit: *Știi, parcă grădinița noastră este mai frumoasă și are mai mulți pomi! O să avem și fructe!*

Consider că școala ar trebui să promoveze mai des aceste acțiuni și să urmeze exemplul celor mai mici copii pentru înfrumusețarea curții școlii și grădiniței, să planteze pomi ornamentali sau fructiferi împreună cu elevii, sprijiniți de comunitatea locală și de părinți.

Profesor Maria TĂNASE





## Haideți să colindăm împreună...



Crăciunul se sărbătorește în luna decembrie. Cu această ocazie ne amintim de nașterea Domnului Iisus Hristos. Acest obicei străvechi de a colinda în ajunul Crăciunului reprezintă bucuria poporului românesc cu privire la Nașterea Domnului Iisus Hristos. Mai toate colindele, amintesc gazdelor scena Nașterii Mântuitorului.



### Ce reprezenta în vremurile vechi această tradiție?



Bisericile ortodoxe au fost cele care au răspândit mesajul creștin sub formă muzicală. Credincioși de pretutindeni ascultau și cântau, se bucurau, de Sărbătoarea Crăciunului.

### Ce reprezintă acum această tradiție mult iubită de copii?



În zilele noastre, copiii se adună într-un grup. Ei învață colinde și pornesc apoi, din casă în casă, să cânte tuturor vestea mult așteptată. Gazdele îi răsplătesc pe colindători cu bucate de prin casă (colaci, covrigi, portocale, prăjituri și dulciuri) sau cu bani.



### Ce reprezintă această tradiție pentru elevii școlii noastre?



Clasa pregătitoare B, împreună cu clasa I B au pregătit colinde și cântece de iarnă.



Veseli colindători cu inimile pline de bucurie au pornit a colinda spre Primăria Orașului Oradea. Îmbarcați în autobuz, înfocliți cu căciulițe roșii de moși și crăciunițe, au colindat festiv, așa cum se cade, în sala festivă a primăriei. Cei mici au fost însoțiți de doamnele învățătoare și părinții lor dragi, iar colinda acestui an a rămas în inimile tuturor!

Profesor Anamaria DEMIAN  
Profesor Ramona ȚĂRĂU



### ***Poveste din cufărul cu amintiri al clasei pregătitoare A***



Se zice că în această zi, ultima de școală din decembrie, s-au petrecut întâmplări „neobișnuite” (elevii din clasă au desfășurat activități mai diferite decât de obicei) cărora au reușit să le facă față prin efort de grup. Dar să vă spunem pe îndelete despre ce e vorba. Neobișnuit a fost în primul rând faptul că elevii au avut 6 „doamne și domnișoare studente” care au condus activitățile din acea zi. Cât de ușor a fost? Ei bine, nu credem că este cazul să zăbovim în această poveste cu răspunsul la această întrebare, însă vrem să vă asigurăm că, cu toții au avut de câștigat: studenții, întrucât au acumulat experiență practică în a conduce activități cu elevii, necesară cu atât mai mult cu cât se pregătesc să devină cadre didactice, studiind la Universitatea din Oradea, Facultatea de Științe Socio-Umane, specializarea Psihopedagogie specială, fiind în anul II, iar elevii, întrucât activitățile, atent coordonate de doamna învățătoare și instructorul de practică, s-au dorit să fie atractive și potrivite din punctul de vedere al vârstei elevilor. Ce credeți că au făcut? Ei bine, multe sunt de povestit aici. Activitățile au început de la ora 8 cu salutul de dimineață, precizarea unor reguli denumite pentru acea zi „Dorințe” legate de modul în care este important să se desfășoare activitățile zilei (Ridicăm mâna când vrem să vorbim! Suntem atenți în timpul activităților! Suntem prieteni cu toții!) și ceva mai puțin „obișnuit”, prezentarea prenumelui fiecărei studente și elevilor cu ajutorul instrumentelor muzicale oferite fiecăruia.

Dar cea mai mare parte a timpului alocat primei ore s-a desfășurat ascultând și povestind despre Rudolph, cel cu nasul roșu și luminos. Cu siguranță știi și tu cine a fost Rudolph – da, unul din renii moșului -, dar știai că e singurul, dintre toți renii Moșului care are nasul roșu? A fost acesta un avantaj pentru el? Asta vei afla doar dacă, îi vei întreba pe copiii clasei pregătitoare A de la tine din școală. Dar, până să-i întâlnești, ce-ar fi să discuți cu colegii tăi despre tine, spunând care sunt asemănările și diferențele dintre voi. Poate așa vei înțelege de ce suntem unici fiecare. Asta au făcut deja și elevii clasei pregătitoare, în ultima zi de școală a anului care a trecut.

Iar asta nu e tot, în a doua oră au ascultat și cântat cântecul *Renul lui Moș Crăciun*, utilizând și instrumente muzicale. Impresionant a fost când, studenta care a condus activitatea le-a destăinut din secretele unui dirijor, provocându-i pe elevi să devină o orchestră. Iar exercițiul acesta le-a fost atât de util, în special pentru că, la finalul activităților din zi au cântat, cuiva mult așteptat, a cărui „identitate” nu o putem dezvălui încă...



Și încă un exercițiu captivant și „neobișnuit” în această oră: „Sunetul paharelor”. Tu cum ți-l imaginezi? Cred că ți-a venit cel puțin o idee, dar iată ce au făcut elevii clasei pregătitoare: La semnalul dat (începerea melodiei) elevii, dispuși în grupe în bănci, câte șase, au avut de ridicat de pe masă și de dat apoi colegului din dreapta un pahar (de unică folosință, mai rezistent) până când melodia înceta să se mai audă. Jocul s-a complicat treptat, fiind introduse, pe rând, 2, 3 până la 6 pahare, iar elevii trebuiau să mențină cu toții același ritm: toți să ridice deodată paharele și toți să dea mai departe colegului paharul. Multă bucurie am văzut în ochii copiilor la acest exercițiu însă te avertizăm că, dacă vei încerca și tu împreună cu colegii tăi acest exercițiu, trebuie să te concentrezi, să îți coordonezi mișcarea ta cu a tuturor celorlați, să respecți și ritmul cântecului, ceea ce nu e tocmai simplu! Dar te asigurăm că merită!



În ultima oră elevii au avut de realizat o felicitare cu reni, utilizând o tehnică mai puțin „obișnuită” de obținere a unor pete de culoare cu ajutorul unor ștampile din jumătăți de cartof și acuarele. Cum au învățat și câteva din literele de tipar, elevii au completat felicitarea cu un mesaj de sărbători. Iar când ora părea încheiată, materialele adunate, pe ușa clasei a intrat, spre bucuria tuturor, Moșul cel bun și părinți care au colindat cu toții împreună.

Iar din cufărul cu amintiri, v-am spus doar o poveste, dar ca în orice poveste înainte mult mai este.

Profesor Florica ȘANDRA  
Laura BOCHIȘ, părinte al unui copil din clasa pregătitoare A

# MINTE SĂNĂTOASĂ ÎN CORP SĂNĂTOS

## Învățarea eficientă



### Pasul 1: Pregătește-te să înveți !

Prima etapă se referă la organizarea spațiului, timpului și materialelor pe care trebuie să le înveți. Iată cum poți face acest lucru:

#### Planificarea timpului:

- Calculează-ți realist timpul pe care îl ai la dispoziție ca să înveți. Ia în calcul faptul că momentele cele mai potrivite din zi pentru a învăța sunt dimineața între orele 8 și 13 și după-masa de la 17 la 21. Chiar dacă unii dintre voi spuneți că învățați mai bine noaptea decât ziua, nu uitați că somnul de noapte este mult mai odihnitor decât cel de peste zi.
- Împarte timpul alocat învățării în ședințe de câte 50 de minute, între care să existe pauze de 15 minute. Dacă nu îți iei aceste pauze, vei observa că nu te mai poți concentra după aproximativ 90 de minute de învățare și că randamentul scade foarte mult.
- Alternează ciclurile de învățare intensă cu cele de recreere. Dacă nu ești foarte presat de timp, nu studia mai mult de 5 cicluri de câte 50 de minute pe zi.
- Încearcă să nu îți programezi unele după altele subiecte foarte asemănătoare, căci informațiile pot să se amestece între ele. Cu cât materialul este mai diversificat, cu atât sunt șanse mai mici să confunzi informațiile.

#### Planificarea spațiului:

- Aranjează-ți spațiul de lucru astfel încât să nu existe prin preajma ta distractori (stinge calculatorul și televizorul, dă-ți telefonul pe silent, etc.). Acești distractori sunt mult mai atractivi în momentul în care ai de făcut o sarcină monotonă, așa că încearcă să stai deoparte de influența lor.
- Asigură-te că spațiul este bine iluminat, bine aerisit, că nu sunt zgomote deranjante (este opțiunea ta dacă ascuți sau nu muzică pe fundal, dar ai grijă să nu fie prea tare, ca să nu îți distragă atenția), și că poziția ta este corespunzătoare (o poziție prea comodă te invită la visare, pe când una prea incomodă te obosește).

### Organizarea materialului de lucru:

- Răsfoiește materialul pe care îl ai de parcurs și fă-ți o imagine de ansamblu asupra lui. Cât este de mare? Cât este de dificil? Dacă este un material complex, împarte-l în bucăți mai mici, în funcție de temele principale. Planifică-ți cât din el să înveți în fiecare zi, și asigură-te că vei respecta planificarea.
- Motivează-te să înveți! Adevărata cheie a învățării este motivația. Dacă crezi că materialul este plictisitor sau că nu îți este folositor, nu te vei mobiliza suficient să înveți și îți vei pune la treabă doar memoria. De aceea este important să găsești ceva interesant sau util la materialul de învățat, ca să nu ai impresia că îți pierzi timpul degeaba. Cu cât îți place mai mult ce înveți, cu atât te vei implica mai mult în sarcina de lucru și vei avea un randament mai mare.

### Pasul 2: Asimilarea informației (Învățarea propriu-zisă)

Dacă ți-ai împărțit materialul de învățat, ești pregătit să treci la treabă. Cheia acestei etape este să îți structurezi informația și să o prelucrezi logic. Dacă memorezi mecanic îți consumi timpul inefficient, căci o mare parte din informație se va șterge imediat!

- Cele mai eficiente metode sunt cele active. Acestea presupun implicarea ta în profunzime în prelucrarea materialului. Citește aici despre metodele active.

### Pasul 3: Repetițiile

- Având în vedere faptul că cel mai bine se memorează informația de la începutul și de la sfârșitul unui text, repetă de mai multe ori informația din mijlocul textului.
- Lasă-i timp informației să se restructureze. Nu învăța chiar în ziua examenului! Este foarte indicat să revezi materialul pe care l-ai învățat seara înainte de culcare și vei vedea că dimineața ți-l vei aminti mai ușor.
- Dacă ai împărțit materialul în bucăți mai mici, fă repetițiile în următoarea ordine: mai întâi bucata 1, apoi bucata 2, apoi bucățile 1 și 2 împreună. După o pauză repetă bucata 3, apoi 1+2+3. Repeta bucata 4, apoi 2+3+4, și tot așa.
- Observă care sunt bucățile cele mai dificil de reținut și repetă-le mai mult pe acestea.

Alexandra Florentina MATICA, clasa a VII-a A  
Coordonator, profesor Olga GACSADI  
[www.google.ro/invatarea.eficienta](http://www.google.ro/invatarea.eficienta)



### *Cum eviți răceala?*



Ușor, foarte simplu pentru cei informați și care au puțină voință. Greu, aproape imposibil pentru cei neinformați și care nu prea au un pic de voință. Sunt anumite reguli și, din păcate, foarte puțini s-ar lăuda că tare le plac regulile. Dar fără reguli ...!?

Îmbrăcăminte adecvată - nici prea groasă, nici prea subțire, astfel încât corpul să aibă parte de temperatură optimă. Nu trebuie să-ți fie frig, dar nici să transpiri. Și ca să eviți aceste neplăceri, mai bine mai multe straturi de îmbrăcăminte ușoară în loc de folosirea a 1-2 haine mai groase. Sistemul de îmbrăcăminte stratificat este mai adaptabil (în orice moment se poate renunța sau adăuga un strat în funcție de confortul termic). Stratificarea se aplică atât în partea superioară (bluze, veste, geci) cât și în cea inferioară a corpului (pantaloni, suprapantaloni, șosete). De multe ori oamenii poartă aceeași blugi vara și iarna afară la  $-5^{\circ}\text{C}$  grade, cât și în încăperi, la  $22^{\circ}\text{C}$ . Legătura dintre frigul de la picioare și răceală nu este o poveste. Mănușile și căciula sunt și ele foarte importante, pentru că extremitățile sunt vulnerabile și de acolo poate pleca disconfortul. În frig să nu stai pe loc niciodată, mișcă-te, plimbă-te, chiar în stația de autobuze, să nu-ți fie frig la picioare.

Mișcarea zilnică în aer liber, mai ales la soare, de cel puțin 30 de minute, chiar dacă e frig afară, îți scade șansele să răcești. Exercițiile fizice zilnice, sportul cresc rezistența organismului la îmbolnăviri. Dar cum e mai eficient? Mișcarea energică, accelerată, în ritm susținut, timp de cel puțin jumătate de oră, așa încât pulsul să treacă de 100/minut, chiar dacă poate unii zic că nu e plăcută, e foarte benefică cu gâfâială și transpirație. Și ca să fie foarte binefăcător sportul acesta, de dorit zilnic, e foarte bine să fie încheiat cu un duș rece sau, pentru cei mai fricoși, întâi cald și terminat, dacă nu e obișnuință, progresiv din ce în ce mai rece. Chiar dacă poate pentru unii dușul rece e ceva înfricoșător, cu puțină prudență și pregătire în timp, el se va dovedi un ajutor de neînlocuit pentru vigoare și sănătate. Dar până la duș, toți ar trebui ca dimineața să

spele fața, mâinile, brațele, pieptul până la brâu, dacă se vrea o zi bună, cu apă neapărat rece. Cu cât se va folosi mai multă apă caldă, cu atât se va procura mai multă răceală, tusă, viroză, gripă și alte distracții de felul acesta.

Nu uita să bei 1.5-2 litri de apă zilnic (40 ml/kgcorp) pentru hidratarea corectă a organismului. Spală mâinile frecvent cu apă rece. Termină baia sau dușul cu apă caldă întotdeauna cu duș rece, foarte scurt, câteva secunde (sub un minut). Așa se-nchid porii pielii și nu pierzi căldură, devii mai rezistent la frig. Crește consumul de fructe (3-4 porții pe zi) și legume (5-6 porții pe zi), care sunt alimente bogate în vitamine și minerale, mai ales dacă le mănânci crude. Mănâncă zilnic mere. Mărul este regele fructelor, mai ales iarna. Legumele de sezon sunt cele mai sănătoase, cum e morcovul, țelina, ridichea, gulia, varza, sfecla roșie, folosind ca și salate, cu o lingură de ulei de măsline și sucul de la puțină lămâie sau portocale. Folosește condimentele: hrean, ghimbir, cimbru, scorțișoară, turmeric. Să nu lipsească salatele crude de pe masă nicio zi. Mănâncă 60% alimente crude. Mănâncă zilnic usturoi și/sau ceapă crudă, care sunt considerate antibiotice naturale. Evită zahărul și produsele zaharoase, cât și băuturile răcoritoare, coca cola, deoarece acestea conțin aditivi alimentari (aromatizanți, conservanți, îndulcitori, coloranți), care scad mult imunitatea față de infecții și cresc riscul de îmbolnăvire. Când cineva tot se răcește, în primul rând trebuie renunțat la dulciuri, produse zaharoase. Evită contactul cu persoane răcite sau fumătorii, care tușesc și strănută, împrăștiind microbii în jurul lor.

Aerisirea frecventă a camerei/sălii de clasă este un lucru deloc de neglijat. Dacă nu poți evita aglomerațiile sau transportul în comun, folosește un fular sau eșarfă pentru a-ți acoperi nasul și gura. Asigură 8-10 ore de somn pe noapte, în funcție de vârstă. Culcarea cu 2-3 ore înainte de ora 12 este mult mai benefică și odihnitoare. Dacă nu ești odihnit, ți-e mai frig și te răcești mai ușor. Buna dispoziție, controlul stresului, gândirea pozitivă te scapă și de multe boli.

O veche zicală adevărată spune că răceala tratată durează șapte zile, iar răceala netratată, o săptămână. Deci să nu te temi de răceală, ci încearcă să o eviți prin mijloace cât mai naturale.

Dr. Enikő ROTARU- KISS, medic școlar



## **EXAMINAREA COMPLEXĂ ȘI PROFILAXIA STATO-KINETICĂ LA COPII**

Studiul realizat în cooperare de ERGO CENTER ORADEA și ȘCOALA GIMNAZIALĂ „OCTAVIAN GOGA” ORADEA este dedicat examinării complexe a măsurătorilor periodice și precoc în ORADEA, profilaxia stato kinetică la elevii claselor primare și gimnaziale.

**Cuvinte cheie:** *coordonare, echilibru, kinetoterapie, propriocepție, modul Bernstein, complex gleznă-picior plat, jocuri de mișcare.*

### **Material și metodă**

Piciorul plat (platfuss) este cea mai frecventă deformare a piciorului, caracterizată prin prăbușirea bolții plantare interne. Poate fi însoțită de dureri, contracturi, tulburări circulatorii.

Am organizat un studiu perspectiv-operational asupra claselor primare și gimnaziale de la Școala Gimnazială „Octavian Goga” din Oradea în perioada septembrie – decembrie 2015.

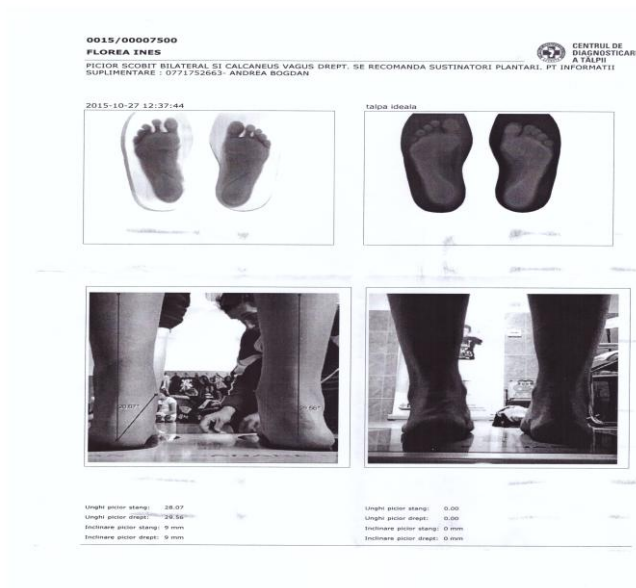
Poziția de evaluat: în picioare, cu greutatea distribuită pe ambele picioare (lățime a șoldurilor), brațele relaxat de-a lungul corpului și privirea înainte.

☐ Timp de evaluare:

Elevii trebuie să păstreze poziția, se împiedică orice schimbare de poziție (în special întorsături) timp de cel puțin două minute (durata aproximativă a evaluării).

|             | Preg | I-II | III-IV | V-VI  | VII-VIII |
|-------------|------|------|--------|-------|----------|
| Nr de elevi | 50   | 60   | 40     | 80    | 40       |
| Băieți      | 20   | 30   | 25     | 45    | 20       |
| Fete        | 25   | 30   | 15     | 35    | 20       |
| Vârsta      | 6    | 7-8  | 9-10   | 11-12 | 13-14    |
| Def         | 30   | 40   | 50     | 60    | 20       |

Concluzii: depistarea piciorului plat se poate realiza încă de la vârsta de 4 ani.



#### **Obiectivele cercetării:**

##### ***Obiectivele generale ale cercetării:***

- Studierea comparativa a bibliografiei de specialitate;
- Selectarea subiectilor cu posibilitatea includerii în programul de recuperare;

##### ***Obiectivele kinetice :***

- mobilizarea activă simplă în flexie și extensie a piciorului;
- mobilizarea activă contra rezistență opusă antagonștilor;

Motivarea alegerii temei: deoarece obiectivul meu a fost să depistez cât mai mulți elevi cu picior plat, m-am gândit că activitatea fizică după 6 ani ar trebui să urmărească: creșterea capacității fizice, creșterea fitness-ului, creșterea încrederii în sine, creșterea plăcerii pentru activitatea fizică.

Profesor Răzvan HERCUȚ



# GÂNDURI... VISE... DE COPIL



## Toamna

În sfârșit, după atâta așteptare a venit ea, toamna, frumoasa fiică a împăratului An. Cea de-a treia comoară a anului a venit cu un alai împărătesc format din soldați roșii, maronii și galbeni, dar și nobili mai înalți în rang sau prințese îmbrăcate în rochii sclipitoare și în bijuterii.

Străjerii cei mai de seamă ai palatului își dau jos acoperământul verde și se pleacă în fața stăpânei lor. Multe dintre animale nu au putut veni să își întâmpine regina, deoarece aveau de făcut pregătiri pentru venirea surorii mai mari a Toamnei. Însă câteva animale au rămas prin tufișuri fermecate de frumusețea femeii ce tocmai trecea prin fața lor. Parcă era un vis, ce toată lumea spera să nu se mai termine. Era un vis mai frumos decât oricare altul. Nobilii s-au dus seara, după încheierea zilei, la casele lor, ce erau atârinate în copaci, iar soldații au rămas jos, îmbătați parcă de frumusețea Reginei, întinzând un frumos covor multicolor peste întreaga natură.

Toamna este anotimpul neîntârziat, așteptat cu drag de toată lumea, ce vine mereu după suratele sale mai tinere, primăvara și vara.

Florin FLORIȘ, clasa a VI-a B

## Pădurea

Pădurea este ca o mamă, dar este și locul în care zânele se ascund de îmbâcsitul oraș, plin de gaze. Tot ea este și locul unde copacii, florile, animalele și insectele își destăinuie adevărata față, frumusețea ei interioară.

De la începutul cărării spre ea simți un miros de aer curat, dar și de libertate și puțină spaimă. Pădurile sunt pline de mistere și trebuie cercetate îndeajuns de bine pentru a le putea afla secretul. În ele copacii se simt în largul lor și cresc frumos în familie, iar florile ca și mătasea sunt care mai de care mai frumoase și au parfumuri plăcut – interesante. Fiecare dintre ele în mijloc au polenul ca și aurul, iar petalele multicolore.

După părerea mea, pădurea este raiul pe Pământ. Este popasul de liniște, relaxare și meditație. Toate animalele parcă vorbesc duios, cu noi oamenii; iar vara soarele ne zâmbește cu tandrețe. Dar când vine toamna, copacilor le cade mantia împletită din frunze verzi, care apoi devin arâmii-roșiatice. Iarna, copacii par asemenea unor fantome, care-și îndreaptă crengile spre cer, iar întreaga natură intră în amorțire și în hibernare.

Chiar dacă aceste lucruri se întâmplă, pădurea tot rămâne un loc de reculegere și mie îmi place.

Sânziana Maria DAVID, clasa a V-a A  
Coordonator, profesor Florina FLORIȘ



# Colțul de onoare al clasei I B



**Andrei cel poznaș**  
Sărăcuț Andrei Sorin  
Clasa I B

Sunt Andrei și sunt poznaș  
Niciodată nu mă las!  
Cu mama învăț carte,  
Cu tata fac de toate.

Iar la buni când mă duc  
Niciodată nu mă culc.  
Toată ziua stau în curte  
Și bat mingea de se rupe.

Pe al meu frățior  
Îl iubesc și îl ador.  
Sunt Andrei și sunt stelist,  
Toată viața fotbalist.



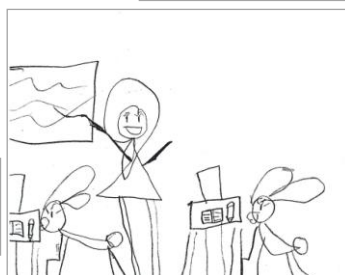
**Gliția Daria Alexandra**  
Distracție cu popcorn



**Gliția Daria Alexandra**  
Dansul este amuzant



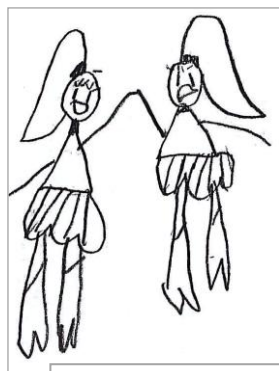
**Gliția Daria Alexandra**  
Și zânele pescuiesc



**Gliția Daria Alexandra**  
Școala iepurașilor



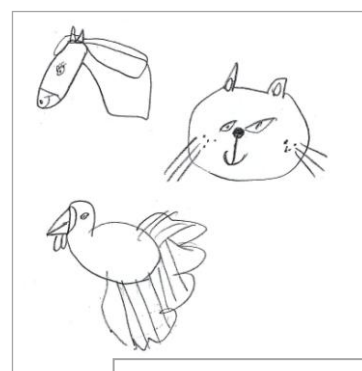
**Gliția Daria Alexandra**  
Învățătoarea mea



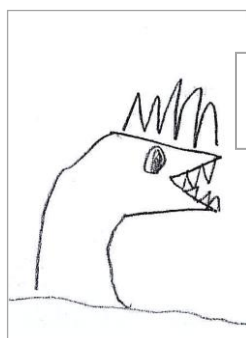
**Corbuțiu Ionela Ariana**  
Prietenie



**Corbuțiu Ionela Ariana**  
Prietenul meu, câinele



**Cantor Sara Alessandra**  
Prietenie



**Corbuțiu Ariana**  
Monstrul zâmbitor



**Gliția Daria Alexandra**  
Hai cu toți la înghețată

## Dansul fulgilor de nea



Este iarnă. Zăpada s-a așternut ca o mantie albă, strălucitoare. Fulgii mari și pufoși de nea se desprind din norii cenușii și zburdă nepăsători prin liniștea văzduhului. Ei împodobesc copacii, ca un roi de fluturi albi și se joacă de-a prinselea prin văzduh, asemenea petalelor albe de trandafiri în adierea vântului.

Zăpada stă pe crengile pomilor ca niște podoabe de argint. S-a așternut tăcută, alene pe pământ, formând o plapumă de nea strălucitoare. Undeva, în depărtare, se aud râsetele copiilor. Sub tălpile lor, zăpada scârțâie precum ușile din poveștile cu fantome.

Ferestrele caselor, sunt inundate de lumina scânteietoare a bradului. Liniștea s-a așternut pretutindeni. Privind pe fereastră, parcă totul e rupt dintr-o lume de basm.

Mihaela CHIȘ, clasa a VI-a B  
Coordonator, profesor Florina FLORIȘ

## Iarna

Iarna a sosit. Soarele nu mai este darnic și nu mai are putere. Norii au început să cearnă steluțe argintii, iar zăpada s-a așternut ca o plapumă albă și strălucitoare. Pe geamuri se țin flori sclipitoare de argint. Întreaga natură s-a îmbrăcat cu cojoace grele de zăpadă.

Iarna, copiii sunt fericiți, iar jocurile de iarnă sunt printre preferatele lor: săniușul, aruncatul cu bulgări. Oamenii de zăpadă parcă prind viață. O altă bucurie a copiilor este venirea lui Moș Crăciun, care împarte cadouri tuturor copiilor cuminți.

În Ajunul Crăciunului, colindele răsună peste tot, prevestind nașterea Domnului Iisus Hristos. Colindătorii sunt primiți cu bucurie în casele oamenilor.

Iarna este un anotimp plin de surprize.



Giulia FILAC, clasa a III-a A  
Coordonator, profesor Liana PETRUȚA



# CRĂCIUNUL, PRILEJ DE BUCURIE ȘI SĂRBĂTOARE

## Crăciunul, miracol și bucurie

Luna decembrie aduce odată cu ea și bucuria sărbătorilor de iarnă. Orașul strălucește în lumina miilor de beculețe care însuflețesc atmosfera mohorâtă și dau culoare străzilor tot mai aglomerate. Magazinele, cu vitrinele colorate, fură privirea trecătorilor invitându-i parcă să aleagă cadoul cel mai potrivit pentru cei dragi.

În această goană neîncetată după cadouri și alte lucruri necesare de sărbători, ar fi bine dacă nu am uita, că de fapt Crăciunul este cea mai frumoasă sărbătoare, când Dumnezeu și-a trimis Fiul pe acest pământ pentru mântuirea noastră. Și care ar putea fi cel mai frumos cadou și cel mai frumos mod de a o sărbători decât de a fi împreună cu familia lângă bradul împodobit așteptând colindătorii, care cu glasurile lor cristaline ne vestesc nașterea Mântuitorului. Nu valoarea materială a cadoului este cea mai importantă, ci dragostea cu care îți este dăruit, bucuria de a dăruir din suflet și de a te afla în mijlocul familiei tale, aceste lucruri nu îți pot fi luate și nu pot fi înlocuite cu nimic în lumea asta.

De la cel mai mic până la cel mai mare să așteptăm cu inima curată Crăciunul, să ne bucurăm de aceste momente minunate când suntem împreună, să nu pierdem aceste clipe magice când „cerul și pământul în cântări răsună”, să uităm de grijile de zi cu zi, să uităm tot ce a fost rău, să fim mai buni, mai generoși și poate astfel măcar o clipă vom trăi cu adevărat miracolul Crăciunului...

Profesor Florina FLORIȘ





### Noaptea sfântă de Crăciun

Cu 2000 de ani în urmă, Sfânta Fecioară și dreptul Iosif așteptau momentul nașterii Pruncului Iisus. Cu multă grijă și dragoste de mamă, Sfânta Fecioară pregătea în casa din Nazareth scutecele și hăinuțele pentru Pruncul cel mult așteptat. Dar dintr-un ordin al regelui, fiecare trebuia să se înscrie la locul de unde era neamul lui. Și pentru că bătrânul Iosif se trăgea din neamul lui David, Mântuitorul avea să se nască în Bethleem.

După multe zile de călătorie grea și obositoare, au ajuns în Bethleem, iar sfânta familie nu a găsit adăpost într-o casă cu căldură și lumină. Ci departe de oraș, într-un grajd pentru vite unde aburii animalelor i-au ținut drept căldură și stelele cerului le-au dat lumina necesară.

În noaptea sfântă de Crăciun, Fecioara Maria L-a născut pe cel ce urma să aducă mântuire lumii întregi „l-a înfășurat cu scutece și l-a culcat în iesle”, protejându-l cu dragoste de mamă. Anunțați de îngeri, păstorii din preajmă au venit și i s-au închinat Pruncului Iisus, iar Craii de la Răsărit, călăuziți de stea, i-au adus daruri: aur, smirnă și tămâie.

Luând chip de Om din Fecioara Maria, Dumnezeu adevărat și Om adevărat, Domnul Iisus a venit pe pământ din iubire nesfârșită pentru oameni, ca să-i învețe cum să trăiască pentru a dobândi viața veșnică.

Să încercăm ca fiecare dintre noi să fim mai buni, mai iertători, mai darnici și să vestim și noi asemeni îngerilor nașterea Domnului Iisus prin colinde: „Slavă întru cei de sus lui Dumnezeu și pe pământ pace, între oameni bunăvoire.”

Profesor Luminița HODIȘAN



## Căldură în suflet



Fulgii plutesc în văzduh la fel ca visurile trecătoare ale oamenilor: unii sunt mai mari și dispar greu și unii sunt mai mici și dispar mai repede, la fel ca și viața, prietenii, fericirea și mai ales iarna.

Iarna este un singur cuvânt pentru unii sau doar un anotimp pentru alții, dar puțini oameni își dau seama de importanța acestuia în viața lor. Adică ce motive am avea să nu iubim iarna? În primul rând, perioada sărbătorilor, care aduce prilejul de a ne schimba în bine, de a-i avea alături pe cei dragi și să ne bucurăm de clipele prețioase petrecute cu ei, de prilejul de a avea parte de obiceiurile românești care ne aduc căldură în suflet și multele bucurii ale iernii.

Crăciunul este cea mai importantă sărbătoare a anotimpului iarna, care ne ajută să credem în tot ceea ce ne înconjoară și ne motivează în bine. Mă bucur că trăiesc într-o țară și mai ales într-un oraș care menține încă spiritul sărbătorilor magnifice de iarnă care ne încălzesc sufletele când sosesc.

Timeea BAN, clasa a VI-a B

## În prag de sărbătoare

Fulgi mari cad din cer, semn ca zâna iernii și-a făcut locaș printre casele gătite de sărbătoare ale sătenilor. În pădurea de lângă sat, animalele dorm. Luna strălucitoare se reflectă în iazul înghețat, iar copacii sunt împodobiți cu fulgii pufoși care se așază încetișor pe crengile părăsite de frunze.

Oamenii cu fețele vesele și copiii îmbujorați colindă în jurul bradului.

Toți îl așteaptă pe Moș Crăciun, care vine cu desaga plină. El pune cadourile sub bradul plin cu globuri colorate. De dimineață gospodinele au făcut mâncăruri gustoase și cozonaci delicioși. Copiii și-au făcut listele lungi și nesfârșite pentru Moșul cel darnic.

Cu toții așteaptă ziua în care Mântuitorul lumii s-a născut în iesle, pe paie moi de fân. O zi în care îngerii au vestit marea minune prin cântări alese. O zi în care, steaua i-a îndemnat pe cei trei crai de la răsărit să vină să I se închine Pruncului Iisus, dăruindu-I aur, smirnă și tămâie.

Atmosfera de sărbătoare s-a așezat în inimile oamenilor!



Teodora TOMA, clasa a VI-a B

## Crăciunul

Crăciunul este o sărbătoare foarte importantă pentru creștini, deoarece reprezintă Nașterea Domnului, timp al bucuriilor, al liniștii și al păcii.

Odată cu venirea acestei sărbători, noi oamenii, dăruim și primim cât mai multă iubire de la cei dragi nouă. Cu ocazia acestei sărbători cei de la sat practică tradițiile cunoscute din trecut, ca tăierea porcului, pentru a îmbogăți masa cu bucate pentru întreaga familie. În seara de Ajun, toată familia se adună la masă, împărțind cât mai multe bucurii și oferind cadouri între ei, iar copii vestesc din casă în casă Nașterea Domnului, prin minunatele colinde. De Crăciun, în casele oamenilor este prezent un brad mare sau mic decorat și împodobit cu tot felul de luminițe care luminează casa într-un mod cât mai deosebit.

În concluzie, Crăciunul este o sărbătoare plină de minuni, care împrășteie cât mai multe bucurii peste noi și în același timp reunește întreaga familie.

Denisa MOCANU, clasa a VI-a B  
Coordonator, profesor Florina FLORIȘ





## VINE MOȘ CRĂCIUN !

Profesor Delia COSTE

Moș Crăciune, eu aș vrea  
Să îți spun acum ceva:  
Te așteptăm cu nerăbdare  
De la mic pâna la mare.

Chiar de drumul este greu,  
Sacul ți-l încarci mereu  
Ajutat de renii tăi,  
Vii să ne încânți pe noi.

Noi cu drag îți multumim,  
Sănătate îți dorim  
Iar la anul când mai vii,  
Bucuroși te vom primi.



## OMUL DE ZĂPADĂ

Profesor Delia COSTE

Astăzi în grădina mea,  
Am făcut un om de nea.  
E hazliu, e minunat  
Parcă ar fi adevărat.

Ochii negri-i strălucesc  
Când eu cu drag îl privesc,  
Iar gurița parcă-mi spune  
Vino să te joci cu mine!

Repede jocul pornim  
Și de soare ne ferim  
Căci căldura lui ca focul  
Alungă frigul și jocul.

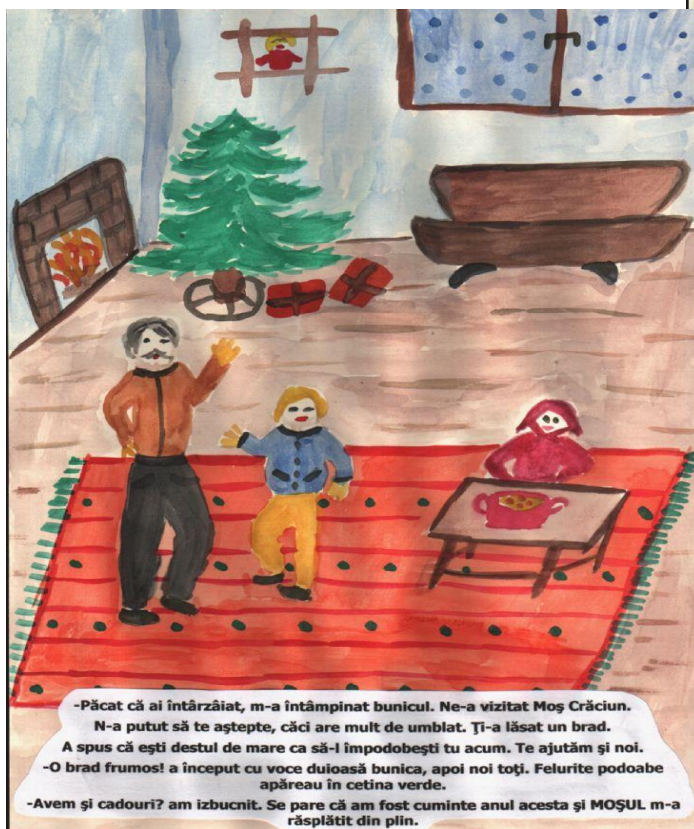




## AJUN DE CRĂCIUN LA BUNICI



Dimineața de AJUN.  
Focul bubuie în soba încălzită. E cald și bine. Peste noapte CRĂIASA ZĂPEZII a acoperit satul cu o mantie albă și pufoasă de nea.  
-Christiano, vii la săniuș? Erau noii mei prieteni. Am pornit spre derdelușul de la marginea satului. Chiotetele de bucurie răzbăteau până la noi. Ne-am dat cu săniușele, am făcut un om de zăpadă, ne-am bătut cu bulgări. Într-un târziu, flămânzi, obosiți dar fericiți, ne-am îndreptat spre casă.



-Păcat că ai întârziat, m-a întâmpinat bunicul. Ne-a vizitat Moș Crăciun.  
N-a putut să te aștepte, căci are mult de umblat. Ți-a lăsat un brad.  
A spus că ești destul de mare ca să-l împodobești tu acum. Te ajutam și noi.  
-O brad frumos! a început cu voce duioasă bunica, apoi noi toți. Felurite podoabe apăreau în cetina verde.  
-Avem și cadouri? am izbucnit. Se pare că am fost cuminte anul acesta și MOȘUL m-a răsplătit din plin.



-Poftiți la masă! se aude vocea blândă a bunicii. Miroșuri amestecate de supă aburindă de cârnați și caltaboși, de nuci și scorțișoară din cozonaci rumeni, ne îmbiau spre camera alăturată.  
-Ce masă de Crăciun!





Elevii clasei a III-a B,  
Coordonator, Florica VAȘ

## THE ENGLISH CORNER

### Who is a better driver?

by Dora Durgheu, 8<sup>th</sup> grade



Many people say that men are more likely to have accidents, because they drink alcohol and break the speed limit more frequently, but according to some statistics women are worse drivers than men.

Well, in my opinion, everyone has the same chances to be a good driver. Men are more prepared to drive long distances without a break, whereas women drive more carefully... For example, I think my dad is a very good driver. He learnt how to drive when he was 16. He's a very careful driver: he never breaks the speed limit, just drives as fast as the limit is, can go without break miles away, he's calm and concentrated when he's behind the steering wheel and that makes you feel safe. I've always enjoyed car riding with him... I mean, I think I fall asleep almost every time we go on a long ride.

But, nobody says that women aren't good... In my life I have some women, some of my aunts that drive like my father: they're calm, concentrated and very careful and more responsible when they're behind the steering wheel. Of course, I saw a lot of stupid car accidents, with men and women, that didn't know how to park, or entered: into a wall, into a house, into a pole, etc.

So, if you're careful and respect the traffic it doesn't matter if you're a man or a woman. Both sides could win this 'battle'.

### Who is a better driver?

by Birta Paula, 8<sup>th</sup> grade

In my opinion, I think that women are better drivers than men. I think this because women are more careful than men. They are very practical in driving and don't risk when they don't feel very safe. They don't put their life or the lives of other passengers in danger and don't drive with very high speed. Men break the traffic rules more often than women.

Moreover, it was also found that men drove several times very close to the vehicle in front. On the other hand, women don't drink so much alcohol, so the risk of accidents is lower. In most countries women are somewhat overlooked in the field of driving. But women can become excellent drivers, as long as they have the courage to challenge traditional gender roles and believe in themselves to achieve success. Therefore, I argue that women are better drivers.

Coordonator, profesor Dorina POP

# CROSSWORDS... RIDDLES

1. What belongs to you but others use it more than you do?
1. Your name
2. Give me food, and I will live. Give me water, and I will die. What am I?
2. Fire
3. During what month do people sleep the least?
3. February, it's the shortest month after all.
4. What's orange and sounds like a parrot?
5. What has a face and two hands but no arms or legs?
6. What has to be broken before you can use it?
7. What has a neck but no head?
8. What is black when it is clean and white when it is dirty?
9. A father's child, a mother's child, yet no one's son. Who am I?
10. I'm the son of water but when I return to water, I die Who am I?

## Answers

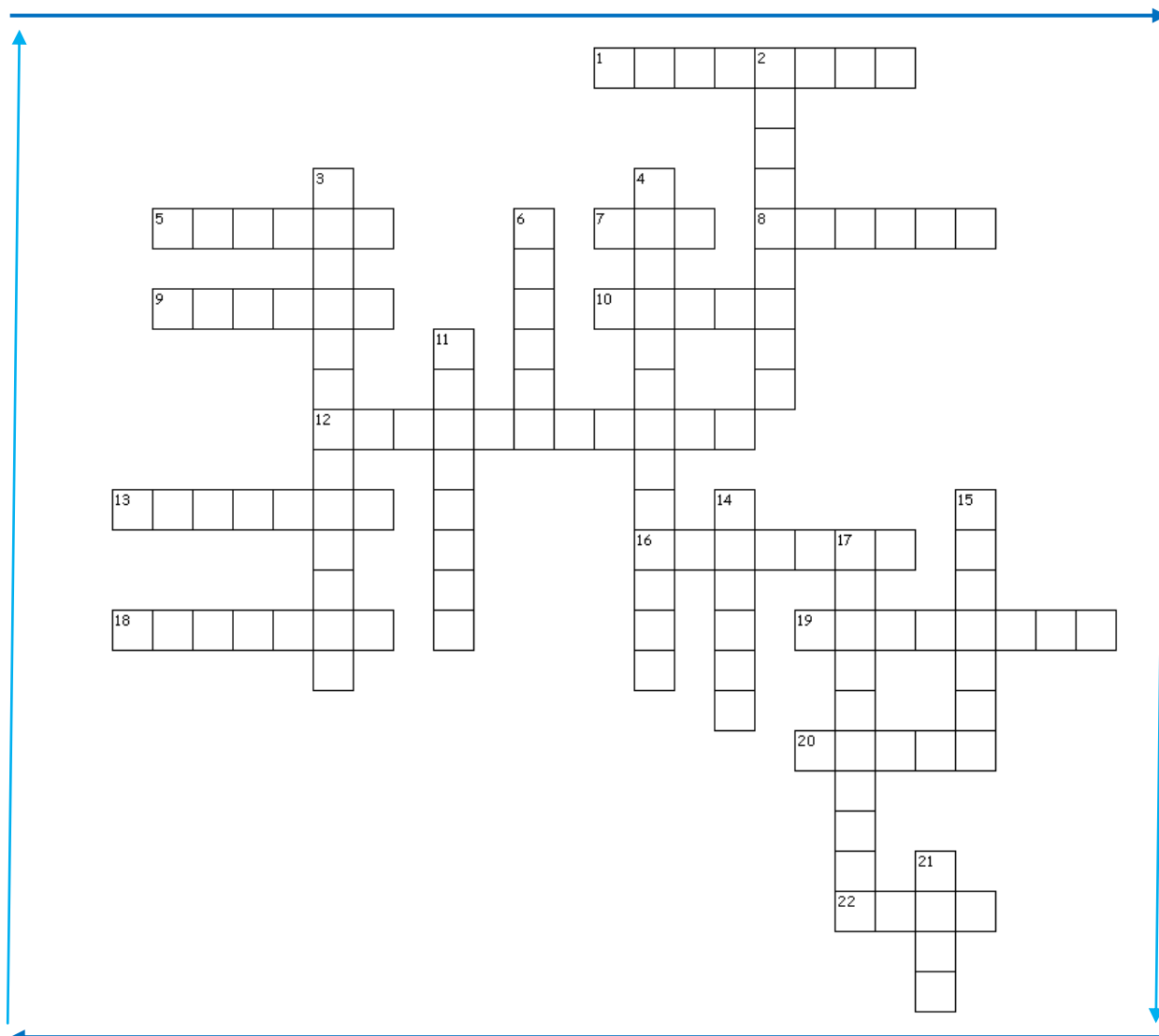
1. Your name
2. Fire
3. February, it's the shortest month after all.
4. A carrot!
5. A clock!
6. An egg.
7. A bottle.
8. A blackboard.
9. The daughter.
10. Ice.

Profesor Ioana AVRAM



|                                                                           |                                                   |                                                  |                                                                                                                |                                            |                                                                 |                   |                                                      |                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| Cetățean al țării noastre<br>vecinul de la Pălăniș la Reni în estul țării | ⇕                                                 | Imnuri<br>în CORT !<br>Plaja Mării Negre         | ⇓                                                                                                              | ⇓                                          | ROMÂNIA !<br>Încăperea mare<br>SUD-VEST<br>MOLDOVA în dreapta ! | ⇓                 |                                                      | Vecinul din sud-estul țării de la brațul Sf. Gheorghe la Vama-Veche |
| ⇒                                                                         |                                                   | ⇓                                                |                                                                                                                |                                            | ⇓                                                               |                   | MAI !<br>Vecinul din sud de la Păstol la Vama- Veche | ⇐ ⇓                                                                 |
| Zece sute<br>Localitate rurală                                            | ⇒                                                 |                                                  |                                                                                                                | Județ din Apuseni la sud-est de jud. Bihor | ⇒                                                               |                   | ⇓                                                    |                                                                     |
| ⇒                                                                         |                                                   |                                                  | <b>VECINII ROMÂNIEI</b><br> |                                            |                                                                 |                   |                                                      |                                                                     |
| Înscrie la ÎNOT !<br>La intrare în BULGARIA !                             | ⇒                                                 |                                                  |                                                                                                                |                                            |                                                                 |                   | Metal prețios în Apuseni<br>LESIE!<br>La BULGARI!    | ⇒                                                                   |
| ⇓                                                                         | Bietul de el, nu are nimic                        |                                                  |                                                                                                                |                                            |                                                                 |                   | ⇒                                                    |                                                                     |
|                                                                           | ⇓                                                 |                                                  |                                                                                                                |                                            |                                                                 |                   | Perioadă de timp în ROMÂNIA !<br>În TOBĂ !           | ⇒                                                                   |
| ⇒                                                                         |                                                   |                                                  | SERBIA pe partea stângă !<br>Prietenul lui Bran pe ecran                                                       | ⇓                                          | 24 într-o zi<br>Plagă, leziune                                  | ⇒                 | ⇓                                                    |                                                                     |
| ⇒                                                                         |                                                   | Vecinul țării din est de la Păstol la Beba-Veche | ⇒ ⇓                                                                                                            |                                            | ⇓                                                               |                   |                                                      |                                                                     |
| Afară din teren<br>Vecinul din nordul țării<br>UCRAINA N.                 | ⇒                                                 | ⇓                                                |                                                                                                                | SINGURA!<br>Două înscrise în LIGĂ !        | ⇒                                                               | ARGEȘ !<br>ARAD ! | ⇒                                                    |                                                                     |
| ⇒ ⇓                                                                       |                                                   |                                                  |                                                                                                                | ⇓                                          |                                                                 | ⇓                 | SCRIERE !<br>SINGURI!                                | ⇒                                                                   |
|                                                                           | Vecinul țării din vest de la Beba-Veche la Halmeu | ⇒                                                |                                                                                                                |                                            |                                                                 |                   | ⇓                                                    |                                                                     |

## Ready for winter holiday!



### Across

- 1. camping
- 5. schiat
- 7. gheață
- 8. frumusețe
- 9. cămin studențesc
- 10. hotel
- 12. aventurier
- 13. patinaj
- 16. turism

- 18. rezervare

- 19. munte

- 20. pârtie

- 22. zăpadă

### Down

- 2. bulgări de nea

- 3. distracție

- 4. cazare

- 6. stațiune

- 11. îngheț

- 14. buget

- 15. cabană

- 17. fulgi de nea

- 21. rece

Profesor Ioana AVRAM

# ECHIPA DE REDACȚIE

## COORDONATOR

*PROF. ADELINA MOGA*

**ISSN 2344 – 391 X**

**ISSN – L 2344 – 391 X**

## REDACTORI

*PROF. DORINA POP*

*PROF. DELIA COSTE*

*PROF. RAMONA ȚĂRĂU*

*PROF. CLAUDIA TOTH*

## COLABORATORI

PROF. IOANA AVRAM

PROF. LAURA BOCHIȘ

PROF. NADIA BOCHIȘ

PROF. ZITA BODNAR

PROF. ANAMARIA DEMIAN

PROF. FLORINA FLORIȘ

PROF. OLGA GACSADI

PROF. ALEXANDRA GAJA

PROF. SANDA GÂRBA

PROF. RĂZVAN HERCUȚ

PROF. LUMINIȚA HODIȘAN

PROF. VIOLETA JĂHĂLEANU

PROF. KATALIN OLAH

PROF. LIANA PETRUȚA

PROF. IOAN POP

DR. ENIKO ROTARU KISS

PROF. LUCIAN SCURTU

PROF. FLORICA ȘANDRA

PROF. MARIA TĂNASE

PROF. FLORICA VAȘ

