

PLAN DE ACTIVITĂȚI

de realizat cu preșcolarii și elevii din grupul țintă al Proiectului în funcție de nevoile psihosociale identificate

Planul de activități în funcție de nevoile psihosociale identificate prin analiză este conceput astfel încât să se axeze pe:

- **Pentru stimularea dezvoltării cognitive** ne vom ocupa de lărgirea bazei de cunoștințe, a fondului noțional, transfer al cunoștințelor de la un domeniu la altul, dezvoltarea operațiilor gândirii, a capacităților de analiză și sinteză, abstractizare și generalizare, judecării critice și înțelegerii lecturii unui text, pentru prevenirea analfabetismului funcțional.
Vor fi folosite fișe de lucru, activități de rezolvare de probleme (de la practic la abstract, desen și modelaj – pentru vârstele mici, silogisme, probleme practice și privind relațiile interpersonale, pentru elevii mai mari)
- **În ceea ce privește dezvoltarea limbajului**, privit nu doar ca resursă cognitivă și de învățare, ci ca o cheie pentru interacțiuni sociale mulțumitoare și astfel, prin crearea rețelei de suport social, pentru creșterea rezilienței
Evantaiul metodelor folosite va fi larg, de la jocuri logopedice, la lectura și comentarea celor lecturate (în funcție de grupa de vârstă, basme terapeutice, story telling, vizionare de filme educative și sintetizarea celor observate, dialog dirijat etc)
- **Urmărim dezvoltarea autonomiei personale** (la preșcolari și școlarii mici) – prin activități de sporire a motricității fine și grosiere, încurajarea activităților practice, explicarea rolului dobândirii autonomiei personale și a reducerii dependenței, învățarea unor noțiuni de igienă (inclusiv de igienă mintală, cu referire la modul în care ne simțim, cum ne stabilim un program de somn, activități variate, mese echilibrate, practicarea unui sport etc)

➤ **Pentru dezvoltare și optimizarea abilităților de socializare**

Predarea unor strategii de comunicare eficientă, învățarea unor tehnici de negociere și dezamorsare a situațiilor tensionate. Vom constitui diade în care fiecare membru va primi feedback în ceea ce privește trăsăturile sale de la celălalt membru, urmărindu-se astfel înțelegerea modului în care ceea ce facem conduce la o anumită percepție interpersonală. Se va face și schimbare de rol, dar și joc de rol, pentru a învăța cum se pot rivi lucrurile din perspectiva altei persoane și a dezvolta calități precum empatia și toleranța, dar și inteligența emoțională.

Vom folosi lucrul pe proiecte în echipe mici pentru deprinderea abilităților de colaborare, implicare— abilități necesare pentru prevenirea abandonului școlar, apoi pentru inserarea în grupul de muncă

➤ **Dezvoltarea deprinderilor și atitudinilor ce contribuie la formarea profilului vocational**

Vom folosi întrebări de autocunoaștere, tehnici de clarificare a intereselor și valorilor, vom oferi participanților informații cu privire la diversele trasee profesionale concordante cu aptitudinile lor, vom aplica teste de aptitudini și vom întocmi profiluri vocaționale.

➤ **Pentru dezvoltarea echilibrului emoțional, a rezilienței la adversitate**

Se vor folosi tehnici de recunoaștere și denumire a emoțiilor, strategii de manageriere a lor, deprinderea unor tehnici de relaxare și mindfulness, învățarea conduitei amănării, a punerii în perspectivă, a normalizării anumitor componente (a înțelege că anumite emoții fac parte din experiența oricărui persoane și că acestea nu trebuie reprimite)

➤ **Dezvoltarea unor mecanisme de coping eficiente**

Vom îndrepta copiii către acele activități din care pot culege satisfacții, pentru care au aptitudini și pentru care pot fi recompensați prin feedback pozitiv, îi vom învăța să se folosească de umor ca mecanism de coping, să propună mai multe căi de

soluționare a situațiilor problematice, să ia decizii și să își asume responsabilitatea pentru efectele lor, să își înțeleagă și integreze reacțiile emoționale.

- **Stimularea formării identității de sine**, a componentelor sale – importantă mai ales la vârsta adolescenței
Vom proceda la sesiuni de autocunoaștere și intercunoaștere, prin folosirea ferestrei Johary, perceperea statusului în grupul social cu ajutorul chestionarului sociometric, vom discuta atributele anumitor roluri sociale pe care le jucăm în cadrul grupului, vom realiza jocuri destinate a facilita dinamica de grup etc
- **Dezvoltarea imaginii de sine realiste**, ca mediator al unei vieți satisfăcătoare – ca tehnici predilecte vor fi oferite spre completare fișe de lucru cu atribute, înțelegerea propriilor competențe, abilități, punctele forte și slabe, modul în care putem interveni pentru a ne depăși limitele și a maximiza efectele înzestrării naturale.

IULIE 2022

