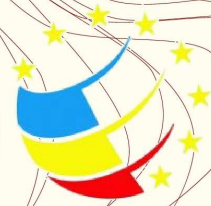




UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020



Povești terapeutice pentru mari și mici



C&T
Strategic Business Partners

INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN
BISTRITA-NĂȘAUD



Echipa de proiect:

- » **Ioan Ioja** - Director Casa Corpului Didactic, Bistrița-Năsăud;
- » **Alina Gîmbuță** - profesor metodist Casa Corpului Didactic, Bistrița-Năsăud;
- » **Doris Imola Vass** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița;
- » **Livia Oprea** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița;
- » **Luciana Jancsika** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița;
- » **Crina Rusu** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița.

Lista partenerilor din cadrul mini proiectul „Emoțiile mele și ceilalți”:

1. Simon Institut

2. Grădinița Socială cu Program

3. Liceul Creștin LOGOS

4. Colegiul Național „Liviu Rebreanu”



Normal „Benita” - Bistrița



Grădinița „LOGOS” - Bistrița



Bistrița-Năsăud



Text: Livia Oprea, Luciana Jancsika, Crina Rusu

Ilustrații: Ioana Călini

Grafică: Claudia Murza

Toate drepturile sunt rezervate autorilor.

Nici o parte a acestui volum nu poate fi reprodusă fără permisiunea autorului.

Proces educațional optimizat prin activități de mentorat în școlile bistrițene.

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020.

Beneficiar: Inspectoratul Școlar Județean Bistrița-Năsăud.

Partener: C&T Strategic Business Partners.

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod obligatoriu poziția oficială a Uniunii Europene sau a Guvernului României.

- *Bibliografie* -

- Burns W. G. - „101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți” - Editura Trei, București, 2011;
- Filipoiu S. - „*Basmul terapeutic*” - Fundația Culturală Forum, Cluj-Napoca, 1998;
- Pașca M. D. - „*Povestea terapeutică*”- Editura Ardealul, Târgu Mureș, 2004;
- Waters V. - „*Povești raționale pentru copii*”- Editura ASCR, Cluj-Napoca, 2003.

- *Webografie* -

- www.dex.ro
- www.freepik.com (fundal copertă carte)

Notă: Pasajele italice, de culoare gri, sunt resurse ajutătoare pentru povestitor în buna desfășurare a activității.

O întâmplare din viața lui Șosetuță

La marginea unei păduri cu tei înfloriți era o vizuină în care locuia o familie de iepurași. Toți iepurașii din acea familie aveau blănița moale, de culoare albă și ochișorii roșii. Unul dintre iepurași însă, era diferit. Pe lăbuțele lui, blănița avea culoarea neagră. Era atât de drăgălaș, încât Mama Iepuroaică, care îl iubea foarte mult, i-a pus numele, Șosetuță. Trebuie să vă mai spun că, această familie de iepurași, era tare fericită.

- Copii, ați vrea să ne imaginăm că îl avem în palmă pe Șosetuță?

Copiii țin mâna ca și cum ar avea în palmă un iepuraș pe care îl mângâie.

În fiecare dimineață, împreună cu ceilalți iepurași, Șosetuță se ducea la Grădinița Iepurașilor Harnici. Mama Iepuroaică îi spunea lui Șosetuță să aibă grijă pe unde merge, prin pădure, deoarece pot exista pericole. Totodată, îi spunea că e important să fie atent la învățătură și să se joace frumos cu ceilalți iepurași. La grădiniță, puiții din pădure, învățau o mulțime de lucruri interesante. Cel mai mult le plăceau lecțiile de orientare printre copacii și tufele înalte.

Într-o zi, Șosetuță se întorcea grăbit de la grădiniță și era tare nerăbdător să îi spună mamei ce a învățat. Nu era el prea atent pe unde mergea și s-a cam abătut puțin de la cărare. Se gândea câte și mai câte a aflat la grădiniță, și, deodată, BUUUF, a căzut într-o groapă adâncă.

- Vai de mine, ce am pățit! plângea Șosetuță. Cum o să ies de aici? E așa de întuneric...

Bietul iepuraș era tare speriat și tremura tot. (*DEX- speriat: cuprins de frică*). Abia dacă vedea puțină lumină din groapa adâncă în care se afla.

(Copiii pot fi antrenați să exprime spaima iepurașului.

Se cere copiilor să găsească soluții pentru a-l scoate pe iepuraș din groapă.)

A început să îl ia și frigul de atâta spaimă, însă nu s-a dat bătut. Cum se gândea el și încerca să găsească o soluție salvatoare, și-a adus aminte, că la grădiniță, domnul educator, bursucul, i-a învățat să strige după ajutor, atunci când se află în primejdie:

- Ajutor, ajutor! Mă aude cineva? a încercat iepurașul cu vocea plină de curaj.

Dar nu i-a răspuns nimeni.

(Copiii pot fi antrenați să îl ajute pe iepuraș și să strige după ajutor.)

În apropiere de groapa în care se afla Șosetuță, erau doi tei bătrâni care știau foarte multe din secretele pădurii. Pe crengile lor, un stol de vrăbiuțe ciripeau și se certau. Făceau atât de multă gălăgie, că strigătele iepurașului abia se auzeau!



Una dintre micile zburătoare, căreia nu-i plăcea cearta, a zburat pe crengile unei tufe mai pitice și, de acolo, a auzit strigătele de ajutor.

- Cine e acolo? a întrebat vrăbiuța.

- Sunt eu, Șosetuță, am căzut în groapă și nu pot să ies. Te rog, ajută-mă!

- Bineînțeles! Dau chiar acum alarma în pădure și te vom salva, ciripi vrăbiuța și a zburat repede la stolul de vrăbii care se certau.

- Opriți-vă, nu vă mai certați! Șosetuță a căzut în groapă. Haideți, să-l ajutăm!

Speriate de vestea primită, vrăbiile au încetat imediat cearta și au zburat la marginea gropii, să vadă cu ochii lor iepurașul. Se gândeau și se întrebau cum îl pot ajuta pe bietul puiuț de iepure, să iasă din groapă. Fiind multe, s-au împărțit în toate zărilor și au dat alarma în întreaga pădure.

- Veniți, veniți repede! Șosetuță a căzut în groapă și are nevoie de ajutor!

Vestea pericolului în care se afla Șosetuță a ajuns în toate cuiburile și vizuinele. Toate animalele pădurii au sărit să o ajute pe Mama Iepuroaică.

Teiul cel Bătrân, care a urmărit de la înălțime întreaga tevatură (*DEX: tevatură - zarvă, gălăgie, scandal*), le-a venit în ajutor și le-a spus să îi cheme pe Veverița Săltăreață și pe Cerbul cu coarnele lungi, că ei ar putea oferi ajutorul cel mai prețios.

Vrăbiuțele au zburat imediat în pădure, în căutarea lor. Au găsit-o pe Veverița Săltăreață pieptănându-și codița, iar Cerbul cu coarnele lungi păștea iarbă, într-un luminiș din apropiere.

După ce au ajuns la groapa în care Șosetuță prindea tot mai mult curaj, Teiul cel Bătrân le-a spus întreaga idee:

- Vrăbiuțelor și tu, veveriță, împlețiți o funie din crengile mele mai subțiri.

Veverița Săltăreață a coborât cu funia în groapă și i-a spus lui Șosetuță să se prindă bine cu lăbuțele și să se țină până când vor ajunge sus.

Cu mult curaj (*DEX- curaj: forța morală de a înfrunța cu îndrăzneală primejdiile*), Șosetuță s-a ținut de funie. Cerbul cu coarnele lungi a tras de funie și l-a scos din groapă.

Toate vietățile erau bucuroase că micul iepuraș a fost salvat. Șosetuță le-a mulțumit (*DEX- a mulțumi: a exprima cuiva recunoștința*) tuturor:

- Fără ajutorul vostru nu aș fi putut să ies din groapa cea adâncă.

Povestea spune că, din acea zi, Șosetuță a fost mult mai atent atunci când umbla prin pădure.

- Ce credeți copii că a mai învățat Șosetuță din această întâmplare?

Bem o cană de ceai de tei și povestim despre Șosetuță!



- Povesti terapeutice pentru mari și mici -

„DOUĂ PRIETENE BUNE” - poveste interactivă / 4

Problema abordată:

- relația cu ceilalți;

Resurse dezvoltate:

- a oferi ajutor;

- a exprima în gesturi și cuvinte, diferite stări emoționale;

Obiective propuse:

- a descoperi valoarea prieteniei;

- a descoperi încrederea în forțele proprii;

„AVENTURI PRIN LIVADĂ” - poveste interactivă / 6

Problema abordată:

- durerea în absența persoanelor care să ofere ajutor;

- lipsa abilităților de gestionare a durerii;

Resurse dezvoltate:

- învățarea schimbării atenției;

Obiective propuse:

- învățarea solicitării ajutorului;

„BOBOCUL FRICOS DE LALEA” - poveste interactivă / 8

Problema abordată:

- frica de situații necunoscute;

Resurse dezvoltate:

- dezvoltarea unui mod de gândire pozitivă;

Obiective propuse:

- dorința de a experimenta;

„O ÎNTÂMPANIRE DIN VIAȚA LUI ȘOSETUȚĂ” - poveste interactivă / 10

Problema abordată:

- importanța colaborării;

Resurse dezvoltate:

- a învăța să lucrezi în echipă;

Obiective propuse:

- a descoperi ce putem face împreună;

- a găsi soluții într-o situație dificilă;