

Clasa a VI-a

Denumirea opționalului: *Design vestimentar*

Tipul opționalului: La nivelul ariei curriculare

Număr de ore/săptămână: 1

Clasa: a VI-a

Durata: 1 an școlar

Autor: **prof. ONACĂ AURELIA**

Unități de conținut (aproximative):

- ▶ **Noțiuni introductive referitoare la designul vestimentar:**
 - Etapele dezvoltării designului vestimentar (anii 1900-2017)
 - Stiluri de modă
- ▶ **Instrumentelor de măsură și desen pentru proiectarea produselor de îmbrăcăminte**
- ▶ **Studiul corpului uman**
 - Realizarea cronchiului de modă
- ▶ **Materii prime și materiale utilizate în alcatuirea colecțiilor:**
 - Frunze și flori presate;
 - Material textile: fibre, fire, țesături, tricoturi;
 - Hârtie, carton;
 - Înlocuitori de piele.
- ▶ **Documentare pe o temă dată**
 - Realizarea colecției stilizate (flora, fauna, arhitectura)
 - Proiect de imprimeu textil
 - Colaj textil. Proiectarea
 - Transpunerea în material a unui cronchiu din colecție
- ▶ **Evaluarea și valorificarea produselor realizate:**
 - Expoziție cu produsele realizate

Scop/argument: Acest opțional se adresează elevilor de clasa a VI-a și se dorește a fi un sprijin real pentru cei care își pun întrebări despre unele aspecte privind modul cum ne îmbrăcăm, modul în care combinăm culorile și materialele cât și modul în care se proiectează îmbrăcămintea și care vor să investigheze, să aprofundeze și să aplice practic cunoștințele dobândite.

Denumirea opționalului: *Educație pentru sănătate*

Tipul opționalului: **Curriculum integrat - Ofertă națională de curriculum la decizia școlii**

Număr de ore/săptămână: 1

Clasa: a VI-a

Durata: 1 an școlar

Susținător: **prof. RADU VERONICA**

Unități de conținut (aproximative):

- 1. NOȚIUNI ELEMENTARE DE ANATOMIE ȘI FIZIOLOGIE**
 - 1.1. Creșterea și dezvoltarea organismului la pubertate
 - 1.2. Noțiuni de bază despre sistemul reproducător
- 2. IGIENĂ PERSONALĂ**
 - 2.1. Modalități de prevenire a bolilor (inclusiv HIV/SIDA, TBC)
 - 2.2. Atitudinea față de bolnavi
 - 2.3. Igiena și anotimpurile
- 3. ACTIVITATE ȘI ODIHNĂ**
 - 3.1. Regimul de muncă și odihnă al elevului de gimnaziu

- 3.2. Parametrii efortului: volum, intensitate și complexitate
- 3.3. Curba capacității de efort: zi, săptămână, an
- 3.4. Atitudini pozitive ale fetelor și băieților față de exercițiul fizic

4. SĂNĂTATEA MEDIULUI

- 4.1. Principalele tipuri de poluare, măsuri de prevenire și de combatere a acestora
- 4.2. Efectele poluării asupra sănătății
- 4.3. O comunitate mai curată: colectarea diferențiată a deșeurilor

5. SĂNĂTATE MINTALĂ

- 5.1. Eu în familie
- 5.2. Locul meu în grup. Nu sunt singur, sunt cu prietenii mei (solidaritatea cu copiii bolnavi de HIV/SIDA, TBC și cu disabilități)
- 5.3. Timiditatea/încrederea în sine
- 5.4. Disconfortul psihic: cauze, efecte

6. SĂNĂTATEA ALIMENTAȚIEI

- 6.1. Piramida alimentelor
- 6.2. Eticheta – cartea de vizită a alimentelor
- 6.3. Drepturile consumatorilor
- 6.4. Ghidul alimentației sănătoase

Scop/argument:

Prezenta programă face parte integrantă din Programul Național "**Educația pentru sănătate în școala românească**" și este adresată în special cadrelor didactice care doresc să își asume roluri de formatori și facilitatori ai dezvoltării armonioase a copilului și adolescentului, a stării lui de bine și a unei calități superioare a vieții. Ea constituie un instrument util în realizarea la clasă a activităților de educație pentru sănătate. În același timp programul se adresează elevilor, părinților acestora și întregii comunități.

Prin elaborarea unei oferte de curriculum școlar de "Educație pentru sănătate" ca disciplină opțională s-a urmărit promovarea cunoștințelor corecte privind diverse aspecte ale sănătății și formarea de atitudini și deprinderi indispensabile unui comportament responsabil și sănătos. Școala, prin autoritatea morală pe care o are, poate aduce o contribuție substanțială în transmiterea acestor cunoștințe de educație pentru sănătatea elevilor, și are abilitatea și capacitatea de a cuprinde și de a se adresa, în timp, unui procent ridicat de populație.

Denumirea opționalului: ***Sănătate prin mișcare - Handbal***

Tipul opționalului: La nivelul ariei curriculare

Număr de ore/săptămână: 1

Clasa: a VI-a

Durata: 1 an școlar

Autor: **prof. ȘIDER DENIS**

Unități de conținut (aproximative):

1. Viteza -de reacție și execuție:

- la stimuli vizuali;
 - la stimuli auditivi;
 - în acțiuni motrice singulare;
 - în relație cu partener și adversar;
- de deplasare:**
- pe direcție rectilinie
 - cu schimbări de direcție și manevrarea mingii.

2. Îndemanare:

- Efectuarea acțiunilor tehnice cu mingea în regim de coordonare și ambidextrie;
- Îndemânare specifică în acțiuni de atac în cooperare cu partenerii;

3. Forța:

- Forța segmentară ;
- Forța în regim de rezistență.

4. Rezistența:

- Rezistența cardio-respiratorie la eforturi în regim aerob;
- Rezistența în regim de viteză.

5. Pregătire tehnico-tactică

- Procedee tehnice și acțiuni tactice folosite în atac
- Procedee tehnice și acțiuni tactice folosite în apărare:
- Joc bilateral

Scop/argument:

Opționalul *Sănătate prin mișcare - Handbal* contribuie la dezvoltarea complexă a elevilor, valorificându-le în acest mod înclinațiile, aptitudinile și interesele personale.

Prin obiectivele specifice acestei forme de activitate se urmărește cu precădere: îmbunătățirea stării de sănătate și robusteții, îmbunătățirea capacității motrice generale și specifice jocului de handbal, valorificarea la un nivel superior a achizițiilor acumulate la orele din trunchiul comun și crearea cadrului optim necesar pentru manifestarea înclinațiilor, talentului și intereselor elevilor cărora cu acest prilej li se deschid porțile pentru inițierea și promovarea ulterioară în sportul de performanță.

Denumirea opționalului: *Successful Communication*

Tipul opționalului: integrat

Număr de ore/săptămână: 1

Clasa: a VI-a

Durata: 1 an școlar

Autor: prof. **INCZE DANIELA**

Unități de conținut (aproximative):

1. It's great to be here
2. I'm Romanian
3. Can't live without it?
4. I've got 2 sisters.
5. Do you like music?
6. Can I come too?
7. Welcome to London
8. I never go straight home
9. Can you scuba-dive?
10. What are you going to wear?
11. Were you out last night?

Scop/Argument:

Una din cele mai frecvente opțiuni ale elevilor este de a comunica în limba engleză, de a-și dezvolta competențe de comunicare atât în formă orală cât și scrisă. De aceea acest curs opțional, adaptat cerințelor și nevoilor elevilor de gimnaziu, își propune să dezvolte abilitățile de ascultare și vorbire în limba engleză, de citire, precum și a competențelor specifice în vederea utilizării structurilor de limbă, al lexis-ului, al funcțiilor limbii și aspectelor fonologice în diferite situații și contexte de comunicare. De-

a lungul acestui curs vor fi abordate diferite tematici: viața personală, universul familiei, hobby-uri și activități zilnice, descrierea casei și a camerei personale, stiluri de viață ale adolescenților. Fiecare capitol cuprinde o varietate de activități în care accentul va cădea pe elev și autonomia sa în procesul de învățare. Astfel vor fi favorizate metode și tehnici active de predare-învățare: role-plays, jocuri didactice, metoda interviului, proiecte. Un aspect caracteristic acestui opțional este atenția acordată activităților pe grupe și perechi, care își propun punerea elevilor în contexte reale de comunicare. Se va pune accent pe dezvoltarea abilităților de citire, de ascultare dar mai ales pe cele de exprimare orală în limba engleză.

Activitățile sunt variate și oferă posibilitatea îmbogățirii cunoștințelor prin exerciții atractive, comunicative, care stimulează independența și creativitatea elevilor.

Denumirea opționalului: ***MATEMATICĂ ȘI ȘTIINȚE ÎN SOCIETATEA CUNOAȘTERII***

Tipul opționalului: Curriculum interdisciplinar integrat pentru matematică, fizică, chimie, biologie, T.I.C inclus în oferta națională de curriculum la decizia școlii

Număr de ore/săptămână: 1

Clasa: a VI-a

Durata: 1 an școlar

Suținători: profesori de matematică, fizică, chimie, biologie, T.I.C

Unități de conținut (aproximative):

1. *Investigare. Înțelegere. Soluționare. Comunicare (Cum cunoaștem ceea ce cunoaștem: metode, mijloace și instrumente de cunoaștere, dicționar de termeni)*
2. *De la Stele la Pământ (noțiuni introductive de astronomie)*
3. *Picătura și Oceanul Planetar*
4. *Energia și povestea asigurării ei (fizică, chimie, biologie)*
5. *Răspunsuri științifice și practici în cotidian*
6. *Factori care influențează calitatea vieții. Șocul viitorului (dezvoltare durabilă)?*

Scop/Argument:

Disciplina opțională „Matematică și științe în societatea cunoașterii” este concepută în vederea achiziției de cunoștințe și dezvoltării de competențe, capacități, atitudini de către elevii din învățământul secundar, cu un buget de timp de o oră pe săptămână, pe parcursul unui an de studiu.

Fiecare temă va fi abordată interdisciplinar, fiind implicate și relaționate secvențe specifice matematicii, fizicii, chimiei și biologiei, precum și secvențe de modelare a realității, cu impact practic și cotidian, cu relevanță pentru prezent, dar mai ales pentru societatea în care vor trăi elevii care se află acum în școală. Discipline precum matematica, fizica, chimia sau biologia surprind problemele fundamentale ale vieții. Fiecare dintre aceste discipline prelucrează cunoștințele din natură. Aceleași conținuturi pot fi abordate prin metode și instrumente specifice fiecărei discipline, dar pot fi studiate și prin același tip de metode investigative de tipul experimentului sau proiectului.