

GHID PRACTIC PENTRU ELEV

ELEV DE AZI, OM DE MÂINE!

Dragi elevi,

Acest ghid vă însoțește în fiecare zi,
pas cu pas, spre învățare, încredere,
respect și reușită!

1. EU ȘI ȘCOALA MEA

Mă gândesc și răspund:

- Ce îmi place cel mai mult la școală?
- Ce materie prefer?
- Ce activități mă fac să mă simt bine?
- Cum pot fi un coleg mai bun?
- Cum pot avea grijă de școala mea?



Provocarea mea:

În această săptămână, voi face
un lucru bun pentru școala mea!



2. ÎNVĂȚ ȘA ÎNVĂȚ



Descopăr secretele învățării:

- ✓ Îmi organizez timpul.
- ✓ Îmi pregătesc locul de învățat.
- ✓ Sunt atent și particip activ.
- ✓ Îmi notez ideile importante.
- ✓ Îmi verific ce am înțeles.
- ✓ Cer ajutor când am nevoie.



Planul meu de învățare:

La ce oră învăț? _____
Unde învăț? _____
Ce materii am azi? _____
Ce voi repeta? _____

3. EMOȚIILE MELE, PRIETENELE MELE



Îmi cunosc emoțiile:

bucurie, tristețe, teamă, furie, surpriză, rușine.

Ce fac când simt emoții puternice?

- ♥ Respir adânc.
- ♥ Vorbesc cu cineva de încredere.
- ♥ Gândesc pozitiv.
- ♥ Îmi exprim emoțiile prin cuvinte.
- ♥ Am grijă de mine și de ceilalți!



Provocarea mea:

Această săptămână, voi alege să fiu
calm, bun și înțelegător!



4. RELAȚII POZITIVE



Învăț să fiu un prieten bun!

- ✓ Sunt respectuos.
- ✓ Ascult când ceilalți vorbesc.
- ✓ Ajut fără să aștept ceva în schimb.
- ✓ Spun "Te rog!", "Mulțumesc!", "Îmi pare rău!".
- ✓ Accept diferențele.
- ✓ Lucrăm împreună!



5. RESPECT ȘI RESPONSABILITATE



Sunt responsabil când:

- ✓ Îmi fac temele.
- ✓ Îmi respect promisiunile.
- ✓ Am grijă de lucrurile mele și ale altora.
- ✓ Respect regulile clasei și ale școlii.
- ✓ Îmi asum greșelile și învăț din ele.

Îmi notez angajamentele:

1. _____
2. _____
3. _____



6. SĂNĂTATE, MIȘCARE, ALIMENTAȚIE



Am grijă de corpul meu!

- ✓ Mănânc sănătos.
- ✓ Fac mișcare zilnic.
- ✓ Dorm suficient.
- ✓ Beau apă.
- ✓ Evit obiceiurile dăunătoare.



7. VIITORUL MEU



Îmi imaginez viitorul!

- ★ Ce meserie mi-ar plăcea să am?

- ★ Ce visuri și obiective am?

- ★ Ce pot face, începând de azi,
pentru a-mi îndeplini visurile?

- ★ Ce abilități vreau să dezvolt?



Planul meu pentru viitor:

1. _____
2. _____
3. _____



8. EU POT SĂ REUȘESC!



Cred în mine!

- ✓ Fiecare zi este o nouă șansă.
- ✓ Învăț din greșeli.
- ✓ Muncesc pentru visurile mele.
- ✓ Nu renunț când e greu.
- ✓ Sunt mândru de orice progres!



Planul meu de progres:

- 🎯 Un lucru la care voi lucra: _____
- 🏆 Primul pas: _____
- 📅 Când voi începe: _____
- ✅ Cum voi ști că am reușit: _____

MESAJ PENTRU MINE:

♥ Sunt capabil, sunt valoros și pot reuși!



ELEV DE AZI, OM DE MÂINE!

Descoperă-te!



Dezvoltă-te!



Crede în tine!



Nu renunța!

