

Rodica Dinescu

Daniela Stoica

Carmen Minulescu

DEZVOLTARE PERSONALĂ



clasa a **2**-a



 Editura CARMINIS

CUPRINS

Test inițial	3
I. Toamna se numără bobocii. Autocunoașterea și atitudinea pozitivă	4
1. Cine sunt eu? Ce știu despre mine?.....	4
2. Eu și cei de lângă mine	7
3. Lumea celor mici	10
4. Universul familiei	13
5. Respectă și vei fi respectat	16
6. Omul nu trăiește să mănânce, ci mănâncă să trăiască	19
7. Curățenia este mama sănătății	22
Recapitulare și evaluare	25
II. Iarna – anotimp... pe-o sanie. Exprimarea emoțiilor	27
1. Emoție cu „E“ mare	27
2. Despre timiditate și încredere	29
3. Comunic cu ceilalți	32
4. Comunicăm fără cuvinte.....	35
5. Cum ne comportăm	36
6. Clasa, a doua familie	39
7. Caruselul prieteniei	42
Recapitulare și evaluare	45
III. Cu o floare nu se face... primăvară. Învățarea în context școlar	47
1. Cum învăț	47
2. De ce învăț	50
3. Programul zilnic	53
4. Colecții și colecționari	56
5. A voi este pe jumătate a face	59
6. Împreună totul e mai ușor	62
7. Alfabetul meseriilor	65
Recapitulare și evaluare	68
Recapitulare finală	70

6. Omul nu trăiește să mănânce, ci mănâncă să trăiască

1. a) Citește cu atenție textul de mai jos.

Mic dejun în familie

E ora șapte. Mihnea, Aniela și părinții lor sunt la masă.

Băiatul mănâncă cereale cu lapte, tata ou cu brânză și pâine prăjită, iar mama unt cu gem. Toți au mâncat înainte struguri și mere. Numai Aniela pierde timpul și doar privește, spunând că e prea devreme și nu poate mânca nimic.

– Masa de dimineață este foarte importantă! îi spune mama. Dacă mănânci bine acum, vei avea energie toată ziua!

Fără prea mult entuziasm, fetița începe să guste câte ceva.



b) Răspunde la următoarele întrebări.

- ▶ Care sunt celelalte mese ale zilei și la ce ore trebuie să aibă loc?
- ▶ Ce consumă la micul dejun fiecare dintre personajele de mai sus?
- ▶ Ce alte alimente se mai pot mânca dimineața?
- ▶ De ce este indicat să mănânci bine dimineața?
- ▶ Tu ce ai mâncat azi la micul dejun?

c) Ce părere ai despre comportamentul Aniei?

Ce crezi că i s-ar fi putut întâmpla fetiței în cursul acelei zile dacă:

- ▶ nu ar fi mâncat nimic;
- ▶ ar fi mâncat bine.

2. Completează după model:

Model: sandvici - sandviciuri

▣ sendviș - sendvișuri

▣ supă -

▣ desert -

▣ friptură -

▣ salată -

▣ prânz -

▣ cină -

3. Citește proverbele de mai jos și explică-le cu ajutorul colegilor și al doamnei învățătoare.

Foamea e cel mai bun bucătar.

Omul harnic, muncitor, de pâine nu duce dor.

Nu tot ce zboară se mănâncă.

La plăcinte, înainte, la război, înapoi.

4. Găsește personaje capabile să facă lucruri ieșite din comun pentru a-și procura mâncarea.

Exemplu:

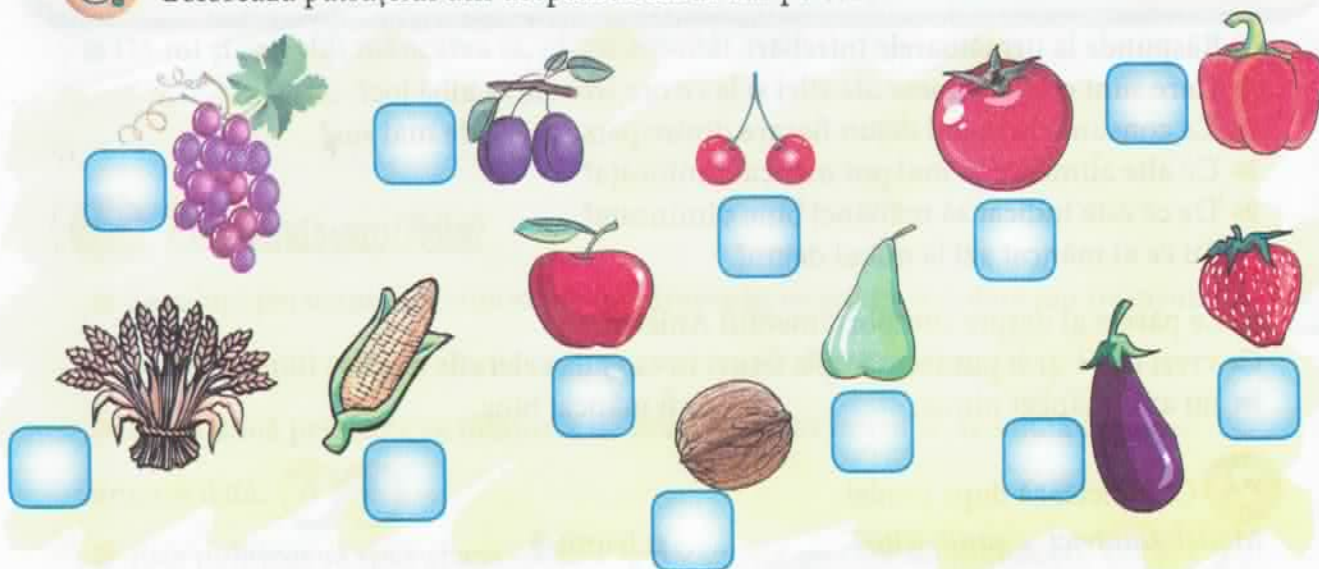
Vulpea (din „Ursul păcălit de vulpe“ de Ion Creangă) se prefacă că este moartă pentru a-l păcăli pe țăran și a-i fura peștele.

▶

▶

▶

5. Colorează pătrățelul din dreptul fiecărui dar pe care ni-l oferă toamna.



6. Fructele și legumele ne ajută să ne păstrăm sănătatea și frumusețea.
Cum pot fi consumate?

a) fructele

b) legumele

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

7. Găsește greșelile și apoi discută despre poziția corectă la masă și despre modul în care trebuie să se mănânce.



8. Adevărat (A) sau fals (F)?

- Este bine ca în fiecare zi să se consume fructe și legume proaspete.
- Orele meselor trebuie să fie aceleași în fiecare zi.
- La masă nu contează ordinea în care se consumă alimentele.
- Este bine ca ouăle să fie consumate la cină.
- În fiecare zi trebuie să existe trei mese principale și, între ele, două gustări.
- Masa de seară trebuie să fie mai ușoară.
- Alimentele prăjite sunt foarte sănătoase.
- Este bine să se consume dulciuri la fiecare masă.
- După fiecare masă este indicat să se facă puțină mișcare.

Să știm mai mult!

Un om poate rezista fără mâncare chiar și o lună, în timp ce fără apă, doar 3-4 zile. În medie, un om ar trebui să consume 2 l de apă pe zi.

Puterea este abilitatea de a rupe o ciocolată în patru bucăți și apoi de a mânca doar o singură bucată.

5. A voi este pe jumătate a face

1. a) Citește textul următor:

O temă grea?

E după-amiază. Andra mai are de scris doar un text, dar i se pare că este atât de mult de scris, încât se simte obosită înainte de a începe.

Într-un târziu, transcrie cu greu titlul, apoi pierde timpul, foindu-se pe scaun. Afară se aud glasurile vesele ale copiilor care deja au ieșit la joacă.

- Toate colegile mele sunt afară! își spune fetița, uitându-se pe geam. Cum de au reușit să termine atât de repede? Sigur le-a ajutat cineva!

Ușa se deschide și mama intră în cameră.

- Nu ți-ai terminat lecțiile? E ceva ce nu știi?

- Nu, dar e atât de mult de scris!...

- Păcat! Într-o oră plec până la bunica. Te-aș fi luat și pe tine, dar dacă ai atât de mult de scris...

Mama o sărută pe frunte și pleacă. Mâhnită, fetița oftează din nou. Dar deodată își îndreaptă umerii căzuți și spune cu glas tare:

- Trebuie să termin! Nu poate fi chiar atât de greu!

Se gândește puțin și apoi începe. Cuvintele parcă se scriu singure, așternându-se cuminti pe liniile caietului. Pare că într-o singură clipă textul e gata. Andra aleargă încântată la mama și îi arată tema.

- Ce frumos ai scris! Bravo, fetița mea! Știam eu că, dacă vrei, poți!



b) Explică:

- enunțul subliniat;
- de ce s-a folosit semnul întrebării la sfârșitul titlului.

2. Scrie cuvinte care au același sens cu:

- sânguință →
- speriat →
- delăsare →

3. Elimină intrusul:

a) îngâmfat, calm, leneș, neserios

b) muncitor, hotărât, delăsător, punctual

4. Completează spațiile libere:

..... este mama

Norocul pe cei

(ți ajută, norocului, sârguința, pregătiți)

5. Așază în ordine propozițiile și citește textul obținut.

- În acest fel, lucrarea a fost terminată la timp.
- Toată lumea i-a felicitat.
- Mai întâi s-au informat.
- Elena și Marius lucrează împreună la un proiect.
- Apoi au adunat materialele necesare și au început să lucreze conform graficului.
- Proiectul lor a obținut premiul întâi.
- Pentru a-l termina la timp, și-au planificat atent fiecare etapă de lucru.



6. Descoperă proverbul cu ajutorul următorului cod:

C → 6	U → 14	T → 17	O → 10
I → 20	R → 7	M → 18	Â → 2
D → 9	A → 12	Z → 1	L → 5
N → 41	E → 32	V → 15	Ă → 3

10 10 7 3 12 1 20 15 12 5 10 7 32 12 1 3 6 2 17 9 10 14 3 18 2 20 41 32.

7. Bifează! Ca să duci la bun sfârșit orice lucru început, trebuie să fii:

- perseverent
- indiferent
- sârguincios
- punctual
- delăsător
- hotărât
- încrezător
- leneș

8.

Citește povestea „Iepurele și broasca țestoasă”. Consideri că broasca țestoasă poate fi un exemplu bun de urmat? Argumentează răspunsul tău.



.....
.....
.....

9. **Chestionar.** Răspunde cu „Da” sau „Nu”.

- | | | | |
|--------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Crezi că ești o persoană de încredere? | <input type="checkbox"/> | Accepți criticile și ții seama de ele pentru a te îndrepta? |
| <input type="checkbox"/> | Consideri că ai mai multe calități decât defecte? | <input type="checkbox"/> | Dacă nu-ți reușește ceva, o iei de la început până ajungi la rezultat? |
| <input type="checkbox"/> | Ai motive să fii mândru de tine? | <input type="checkbox"/> | Reușești să faci față situațiilor dificile? |
| <input type="checkbox"/> | Faci întotdeauna ceea ce ți-ai propus? | <input type="checkbox"/> | Colegii te consideră un model? |
| <input type="checkbox"/> | Găsești soluții pentru a depăși orice obstacol? | | |
| <input type="checkbox"/> | Te ții de cuvânt când promiți ceva? | | |

- ▶ Pentru fiecare „Da”, Zâna Primăvară îți oferă câte o floare.
- ▶ Dacă ai strâns în buchetul tău minim opt flori, înseamnă că ești o persoană serioasă și demnă de încredere, un adevărat model pentru cei din jur.
- ▶ Dacă buchetul tău numără mai puțin de opt flori, ar trebui să fii mai atent/atență și să-ți modifizi comportamentul acolo unde este necesar.

10. **Rebus.** Descoperă ce scrie pe verticala AB.

- „..... multă, sărăcia omului.”
- „Cu o nu se face primăvară.”
- „Nu lăsa pe mâine ce poți face”
- „Cine se scoală de, departe ajunge.”
- „..... mică răstoarnă carul mare.”

			A					
		1	V		R			
		2	L				E	
		3	Z					
	4	I	M				Ț	
		5	B			U		G A
						A		
						B		

Ce facem de bunăvoie e ușor de făcut.