

micii ARTIȘTI

PE SCENĂ ȘI ÎN VIAȚĂ



Educație non-formală: dezvoltare abilități socio-emoționale, explorare vocațională și dezvoltare personală prin muzică și joc pentru copii din clasele I-VIII



Resurse practice inspirate din activitățile desfășurate în cadrul proiectului implementat de Asociația POT SĂ AJUT la Școala Gimnazială Nr. 13 din Timișoara, adaptate pentru scenariul în care accesul la resurse este limitat.

DESPRE

Micii ARTIȘTI

PE SCENĂ ȘI ÎN VIAȚĂ

„Micii Artiști. Pe scenă și în viață” este un proiect de educație non-formală dedicat copiilor din clasele I–VIII, construit în jurul ideii că arta, muzica, jocul și experiențele interactive pot deveni instrumente reale de dezvoltare socio-emoțională, exprimare și creșterea nivelului de încredere în sine.

În cadrul proiectului,

PESTE 140 DE ELEVİ ai Școlii Gimnaziale nr. 13 din Timișoara au participat la activități creative și educaționale care au combinat:

- educația emoțională prin pictură și muzică;
- jocurile de strategie și colaborare;
- explorarea vocațională;
- dezvoltarea personală și colaborarea prin muzică;
- experiențele culturale și intergeneraționale.



Proiectul a inclus **PATRU MODULE PRINCIPALE:**

- ateliere de educație socio-emoțională prin artă;
- experiențe culturale și participare la teatru;
- jocuri de strategie, muncă în echipă și aprofundarea timpurie a meseriilor - „Biblioteca Vie”;
- dezvoltare personală prin muzică și exprimare scenică.

Prin aceste activități, copiii au fost încurajați să se exprime liber, să colaboreze, să își descopere vocea și să capete mai mult curaj în relația cu ceilalți.



FACILITATORII SI COORDONATORII PROIECTULUI



MARIUS CONSTANTINESCU

Facilitator terapeut

A coordonat:

- activitățile de educație emoțională prin artă;
- exercițiile de reglare emoțională;
- activitățile de exprimare prin pictură și muzică;
- exercițiile de conectare și reflecție emoțională.



LARISA CRISTEA

Sociolog, consilier vocațional și lucrător de tineret

A coordonat:

- activitățile de explorare vocațională;
- „Biblioteca Vie” – aprofundarea timpurie a meseriilor;
- jocurile de strategie și colaborare;
- activitățile de comunicare interpersonală și muncă în echipă.



WALTER GHICOLESCU

Artist facilitator

A coordonat:

- exercițiile de ritm și coordonare;
- activitățile de exprimare prin muzică;
- exercițiile de dicție și respirație;
- activitățile de exprimare scenică și lucru în grup.



ANA-MARIA BOCSAN

Cadru didactic și coordonator local al proiectului în Timișoara

S-a implicat activ în organizarea și implementarea activităților educaționale și artistice dedicate copiilor.



EDUCAȚIE EMOȚIONALĂ PRIN ARTĂ



1 **Exercițiul** **CUM ARATĂ EMOȚIA MEA?**

Ce dezvoltă

Exprimarea emoțională, creativitatea și autocunoașterea.

Ai nevoie de

- canvas sau carton gros;
- culori acrilice;
- pensule;
- recipiente pentru apă;
- muzică liniștitoare.

Sugestie muzicală



Cum se desfășoară

1. Copiii ascultă melodia timp de câteva minute.
2. Sunt invitați să se gândească la o emoție pe care au simțit-o recent.
3. Prin pictură, forme și culori, încearcă să redea emoția respectivă.
4. La final, cine dorește poate povesti ce a creat.

Recomandare

Nu există răspunsuri corecte sau greșite. Accentul trebuie pus pe exprimare, nu pe rezultatul artistic.



2 **Exercițiul** **RESPIRAȚIE, RITM ȘI CULOARE**

Ce dezvoltă

Relaxarea, concentrarea și conectarea cu propriile emoții.

Sugestie muzicală



Cum se desfășoară

1. Copiii inspiră și expiră lent de câteva ori.
2. În timp ce ascultă muzica, realizează linii, forme sau pete de culoare pe foaie.
3. Activitatea poate continua cu pictură liberă sau discuții despre stările pe care le-au simțit.

Recomandare din partea facilitatorului



Copiii au nevoie, înainte de toate, să simtă că sunt într-un spațiu sigur. Nu performanța artistică este importantă, ci faptul că se simt ascultați, acceptați și încurajați să se exprime.

— Marius Constantinescu



JOCURI DE STRATEGIE, COLABORARE SI APROFUNDAREA TIMPURIE A MĂSERIILOR



1 Exercițiul POVESTEA IMAGINII

Ce dezvoltă

Imaginația, exprimarea verbală și ascultarea activă.

Cum se desfășoară

- Fiecare copil alege o imagine.
- Creează o propoziție sau o poveste pornind de la aceasta.
- Ceilalți copii pot continua povestea sau pot adăuga personaje și idei noi.



Joc recomandat
Dixit, Story Cubes.

2 Exercițiul EMOȚIA ȘI MIȘCAREA

Ce dezvoltă

Spontaneitatea, exprimarea emoțiilor și atenția la ceilalți.

Cum se desfășoară

1. Copiii aleg o emoție, un personaj sau un animal.
2. Încearcă să îl exprime prin:
 - mișcare;
 - postură;
 - expresie facială;
 - gesturi.
3. Restul grupului încearcă să ghicească emoția sau personajul ales.



Joc recomandat
Twister / jocuri de mișcare și coordonare

3 Exercițiul PROVOCAREA ECHIPEI

Ce dezvoltă

Colaborarea, comunicarea și rezolvarea de probleme.

Joc recomandat

Minecraft - Explorers / Jenga

Cum se desfășoară

1. Copiii sunt împărțiți în echipe.
2. Primesc o provocare simplă:
 - să creeze o poveste;
 - să construiască ceva;
 - să rezolve o situație imaginară;
 - să realizeze un desen colectiv.
3. La final, fiecare echipă își prezintă rezultatul.



ADAPTARE ACCESIBILĂ

Dacă nu există acces la jocuri educaționale precum Dixit sau Twister, activitățile pot fi adaptate foarte ușor folosind:

- imagini decupate din reviste;
- fotografii;
- desene realizate de copii;
- cartonașe scrise de mână;
- obiecte simple din clasă sau din casă.

De multe ori, creativitatea și modul în care este construită activitatea contează mai mult decât materialele folosite.

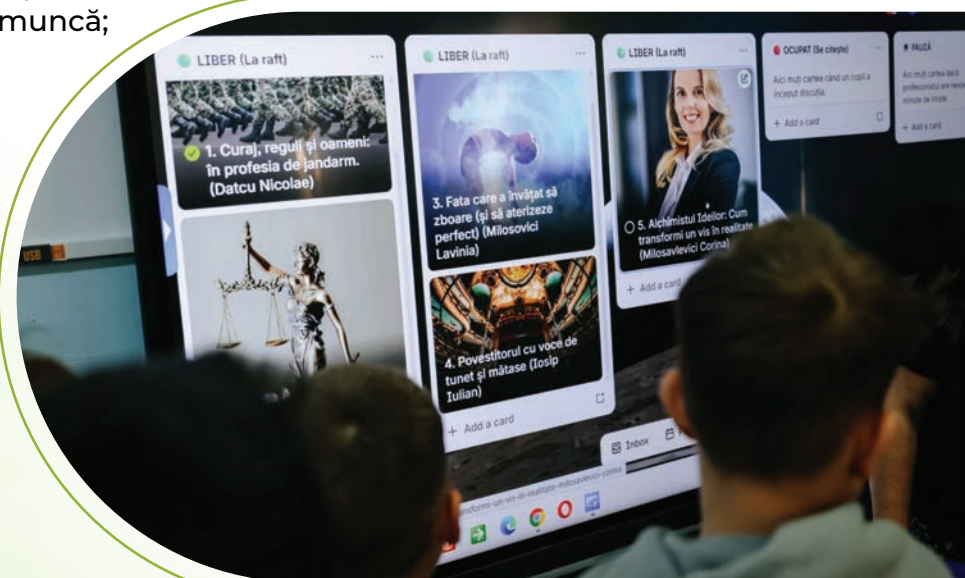


„BIBLIOTECA VIE” – APROFUNDAREA TIMPURIE A MESERIILOR

În cadrul proiectului, părinții copiilor au fost invitați să participe la activitatea „Biblioteca Vie”, unde le-au povestit celor mici despre profesiile lor, experiențele personale și lucrurile pe care le-au învățat de-a lungul timpului.

Pentru mulți dintre copii, a fost prima dată când au putut pune întrebări directe despre:

- cum arată diferite meserii;
- ce presupune un loc de muncă;
- ce provocări există;
- ce abilități sunt necesare pentru o anumită profesie, sau cum pot fi folosite diferite abilități pe parcursul vieții, în schimbarea profesiei avute;
- cum își poate descoperi cineva drumul profesional.



**Recomandare din
partea facilitatorului**



Copiii au nevoie să descopere cât mai devreme că există multe drumuri profesionale posibile și că fiecare om își construiește parcursul diferit, în ritmul lui.

— Larisa Cristea

DEZVOLTARE PERSONALĂ PRIN MUZICĂ ȘI EXPRIMARE SCENICĂ

1 Exercițiul RITMUL DE GRUP

Ce dezvoltă

Coordonarea, atenția și sincronizarea în echipă.

Cum se desfășoară

1. Un copil începe un ritm simplu din palme sau pași.
2. Grupul îl repetă.
3. Ritmul se schimbă treptat și poate fi completat cu mișcare, voce sau schimbări de intensitate.

2 Exercițiul VOCEA ȘI ÎNCREDEREA

Ce dezvoltă

Curajul, claritatea exprimării și prezența scenică.

Cum se desfășoară

1. Copiii stau în cerc.
2. Fiecare spune pe rând:
 - propriul nume;
 - un cuvânt;
 - sau o propoziție scurtă
3. Exercițiul se repetă folosind:
 - diferite volume ale vocii;
 - ritmuri diferite;
 - emoții diferite (bucurie, surpriză, curaj etc.).
4. Activitatea poate continua cu citirea expresivă a unor propoziții sau versuri scurte.



Recomandare

Încurajați copiii să participe fără presiune și evitați corectarea excesivă a modului în care vorbesc sau se exprimă.



MUZICA ȘI CONEXIUNEA DINTRE GENERAȚII

În cadrul proiectului, copiii au învățat cântece și exerciții de ritmicitate pe care le-au susținut ulterior la două cămine de vârstnici, în cadrul unor activități intergeneraționale.

Experiența i-a ajutat:

- să își depășească emoțiile;
- să colaboreze și să se sincronizeze;
- să capete încredere;
- să descopere că muzica poate crea conexiuni reale între oameni și generații diferite.



Recomandare din partea facilitatorului



Muzica îi ajută pe copii să se exprime într-un mod natural și autentic. Uneori, un exercițiu simplu de ritm sau curajul de a cânta împreună poate schimba felul în care un copil se vede pe sine.

— Walter Ghicolescu

RECOMANDĂRI PENTRU ADULȚI



CUM CONSTRUIM O EXPERIENȚĂ POZITIVĂ PENTRU COPII

- 1** Nu forțați copiii să vorbească dacă nu se simt pregătiți.
- 2** Lăudați implicarea și curajul, nu perfecțiunea.
- 3** Adaptați activitățile în funcție de spațiu și resurse.
- 4** Lăsați spațiu pentru joacă, spontaneitate și creativitate.
- 5** Multe dintre exerciții pot fi realizate și fără materiale speciale sau jocuri educaționale.
- 6** Evitați comparațiile între copii.
- 7** Uneori, o foaie, câteva culori și un context sigur sunt suficiente pentru a crea o experiență valoroasă.



Proiect sponsorizat de



Cu sprijinul



Fiecare copil are nevoie de contexte în care să poată crea, încerca, greși și învăța fără teamă.

Micii ARTIȘTI
PE SCENĂ ȘI ÎN VIAȚĂ

este o invitație la exprimare, curaj și descoperire prin artă și experiențe creative împreună.

Ghid realizat de Asociația POT SĂ AJUT în cadrul proiectului „Micii Artiști. Pe scenă și în viață”, derulat în parteneriat cu Școala Gimnazială Nr. 13 din Timișoara.

potsaajut.ro

office@potsaajut.ro

Asociația POT SĂ AJUT

@potsaajut

Timișoara, 2026