



GREEK MINISTRY OF EDUCATION
AND RELIGIOUS AFFAIRS
REGIONAL DIRECTORATE OF PRIMARY
AND SECONDARY EDUCATION
OF WESTERN MACEDONIA



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

RELAXARE CU MUZICĂ!



HOPE4schools

Health, openness, and prosperity education for schools

2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

EXPRIMA-TI SENTIMENTELE PRIN INTERMEDIUL INSTRUMENTELOR MUZICALE!!

Nume:

Loose it with music! / RELAXARE PRIN MUZICA



Descrierea activității:

Elevii pot forma un cerc sau se pot așeza confortabil într-o sală de clasă, sau în orice loc ales. Înainte de începerea sesiunii, elevii vor alege câteva instrumente, fiecare reprezentând câte o emoție sau un sentiment. Poate fi la latitudinea profesorului sau a elevilor, care instrument înseamnă o anumită emoție sau sentiment. Regulile pot fi flexibile, unii s-ar putea să nu se simtă bine exprimându-și sentimentele, așa că poate exista un instrument pentru sentimentul "nu vreau să împărtășesc" sau "nu știu".

Elevii sunt astfel motivați să împărtășească ceea ce simt prin utilizarea anumitor instrumente care reprezintă emoția aleasă și pot arăta cu ce intensitate simt emoția respectivă. Este important să se stabilească de către profesor sau consilier regulile privind ceea ce se întâmplă după ce sentimentul este împărtășit. Fiecare va avea ocazia să deschidă o discuție despre ceea ce se întâmplă și de ce a ales această emoție. Ceilalți colegi de clasă vor fi motivați să își întrebe prietenul sau colegii dacă vor să împărtășească sau să arate că sunt alături de ei.

Consilierul ia notițe despre fiecare participant și despre dinamica grupului într-un jurnal. În sesiunea următoare, acest jurnal poate fi discutat cu elevii pentru a lucra la îmbunătățiri.



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

durata: 40-60 min.

Scopul activității:

**Dezvoltarea emoțională
Creșterea încrederii în sine
Activitate de consolidare a echipei
Dezvoltarea empatiei
Autorefecție
Realizarea de sine**

Instrumente de utilizat:

Instrumente muzicale (toate disponibile)



**Co-funded by
the European Union**

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.