

Kacsó Erika, logoped

CJRAE MUREȘ, CLI Școala Gimnazială Serafim Duicu Tg. Mureș

**„Eu și familia mea” - activități creative zilnice pentru creșterea coeziunii și a rezilienței familiale**

Dragi copii și părinți!

**Luni:** Astăzi vom discuta despre numele vostru. Vă place prenumele? Aveți un nume preferat, la care vă gândiți des, eventual cu care ați fi schimbat numele vostru? Acum aveți posibilitatea să vă jucați cu propriul nume, precum și cu numele celorlați din familie. Scrieți pe o foaie (dacă nu știți să scrieți, atunci memorați) ce nume ați fi dat voi membrilor familiei. Ce credeți, ce nume ar fi corespunzător lui mami și tati? Frații și surorile voastre ce nume ar fi trebuit să poarte?

Dacă ați terminat, împărtășiți membrilor familiei.

Oare numele pe care îl purtați are o poveste? Întrebați-i pe părinții voștri cum ați primit numele. Părinții voștri știu povestea numelui lor? Dacă nu, rugați-i pe bunici să povestească despre numele părinților.

**Marti:** Astăzi veți avea parte de o aventură. Familia voastră a fost foarte norocoasă și a câștigat o croazieră în jurul lumii. Din păcate, nava voastră a naufragiat, ați avut o oră la dispoziție să alegeți zece lucruri pe care le puteți lua cu voi, în barca de salvare. Care ar fi fost aceste zece lucruri? Notați-le și împărtășiți-le familiei. Din păcate, lucrurile adunate au fost prea multe și în final fiecare dintre voi a trebuit să renunțe la câte ceva și să aleagă doar trei lucruri. Împărtășiți membrilor familiei cele trei obiecte alese.

Cu o barcă de salvare ați ajuns pe o insulă pustie, gândiți-vă cum petreceți prima zi și prima noapte pe acest pământ sălbatic.

**Miercuri:** Astăzi vom picta. Vom avea nevoie de o foaie mare de desen, de culori (acuarelă, tempera sau acril) și pensule. Vom realiza o mandală în formă de copac. În prima fază, puneți foaia pe o masă, sau pe jos, și așezați-vă în jurul foii, în locul unde vă simțiți cel mai bine. După aceea, începeți să desenați un copac, copacul vostru. La marginea foii va fi așezată rădăcina copacului, iar arborele va fi orientat către centrul hârtiei. Puteți să desenați orice fel de copac, nu aveți nici o restricție de acest gen, totuși este o mică regulă, să încercați să nu vorbiți în timp ce

desenați. Puteți comunica nonverbal, sau prin desen. După ce ați terminat, împărtășiți celorlalți cum a decurs procesul de creație pentru voi, cum v-ați simțit, cum ați comunicat cu ceilalți din jurul vostru, cum vă place desenul. La final mai puteți adăuga, completa mandala în formă de copac, dacă toți cei care au participat la realizarea operei de artă sunt de acord cu noile ajustări.

**Joi:** Astăzi vom desena mai neconvențional. Fiecare participant va realiza un desen simplu, alcătuit din câteva elemente. Desenul se realizează în secret, nu va vedea nimeni din familie. După terminarea desenului, alegeți-vă un partener cu care veți desena în continuare. Veți sta spate în spate, unul dintre voi „dictează” partenerului desenul realizat de el. După aceea se inversează rolurile, cel care a desenat va „dicta” propriul desen. La final veți prezenta toate lucrările, veți discuta despre procesul de realizare, cum „ați dictat” desenul, cum ați desenat după „dictare”, cum v-ați simțit în timp ce ați desenat, ce gânduri ați avut. Care parte a fost mai ușoară pentru voi, „dictatul desenului”, sau desenarea după „dictare”?

**Vineri:** Astăzi vom realiza cutia cu comori a familiei. Căutați o cutie frumoasă, pe care să o îmbodobiți, să o înfrumusețați cum reușiți mai bine, care va deveni cutia cu comori a familiei voastre. Pe bucăți de hârtii veți scrie care sunt acele lucruri, valori care reprezintă pentru voi comorile familiei. După ce ați scris, veți împărtăși familiei toate comorile identificate de voi și le veți pune în cutia cu comori a familiei voastre. Cutia va fi pusă într-un loc secret și veți avea mare grijă de ea.

**Sâmbătă:** Astăzi vom realiza stema sau blazonul familiei. Desenați o formă de blazon, pe care o veți împărți în patru părți. În prima parte veți realiza desene legate de ce faceți voi bine, la ce sunteți voi foarte buni, ca familie. În partea următoare a blazonului, desenele se vor referi la ce spun alții despre voi că faceți foarte bine, care sunt feedback-urile celorlalți despre familia voastră, cum sunteți voi văzuți ca familie de alții. În partea a treia a blazonului, veți realiza desene despre ceea ce dorește familia voastră să învețe sau să schimbe. Iar în ultima parte, veți desena despre ceea ce doriți să scăpați voi, ca familie.

**Duminică:** Astăzi vom realiza arborele genealogic al familiei. Aveți posibilitatea să alegeți orice metodă de realizare a arborelui. Totuși, va fi un arbore genealogic mai special, deoarece la rudele, strămoșii voștri care apar pe arbore, veți trece și trăsăturile moștenite de la ei (de exemplu: de la bunica paternă am moștenit creativitate, de la bunicul matern am moștenit optimism, etc.). După realizarea arborelui, puteți să realizați și drapelul și imnul familiei.