

150 în curinte



Nr. 5

Iunie-2023

Revista elevilor Școlii Gimnaziale Nr.150

Cod de identificare ISSN și ISSN-L/înregistrarea Bibliotecii Naționale a României:
150 încuvinte (Online) = ISSN 2972 – 0435
ISSN-L 2972 – 0435

Editor: Școala Gimnazială Nr.150 , București
Str. Eroii Sanitari Nr. 29-31
București , sector 5, România
Tel : +40 214108408
E-mail: director_scoala_150@yahoo.com
Website: www.scoala150.ro

Redactori-șefi:

Theodorescu Carmen
Plața Patricia , clasa a VII-C
Marinescu Darius, clasa a VI-a E

Petre Cambrea Maria, clasa a VI-a D
Mihailescu Ana, clasa a VI-a D
Sima Andrei, clasa a VI a D
Hertzog Clara, clasa a VII a B
Mălureanu Ingrid, clasa a VII a C

Profesorii coordonatori:

Agica Delia
Șerban Andreea
Doicilă Justin
Benea Alina

Am mai crescut un an!

Plata Patricia VII C



Primul gând care ne răsare în minte, după ce cu toții am tresărit la ultimul sunet, din acest an, al clopoțelului școlar, este, bineînțeles, vacanța!

Da, a venit vacanța cea mare și mult-așteptată, prilej de relaxare sub razele arzătoare ale soarelui, de a petrece clipe de neuitat împreună cu cei apropiați și de a crea amintiri minunate.

Dar, ca de fiecare dată, vacanța de vară se sfârșește prea repede și ne vom afla, subit, în fața noilor provocări ale următorului an școlar, pentru care trebuie să ne pregătim, în continuare.

Albert Einstein spunea că "În clipa în care ne oprim din învățat, începem să murim." De aceea, pentru a nu abandona această cursă, soluția este studiul constant și susținut, într-un ritm adaptat fiecăruia dintre noi. Vacanța nu trebuie, așadar, să fie o deconectare completă de la îndatoririle noastre de elevi, ci doar o revenire la modalitatea naturală, a fiecăruia dintre noi, de a îmbina utilul cu plăcutul. Pe parcursul anului școlar poate nu am reușit, întotdeauna, să urmăm stilul propriu de studiu, iar vacanța este tocmai șansa de a-l redescoperi.

Pentru noi, cei care am absolvit clasa a VII-a, anul care urmează este ultimul petrecut în compania colegilor și profesorilor școlii în care am copilărit. El vine cu marea provocare a Evaluării Naționale, examenul care va marca intrarea noastră în ciclul liceal și, odată cu care, vom lăsa în urmă această frumoasă etapă a dezvoltării noastre.

M-am simțit onorată să fiu numită, împreună cu colega mea, Ingrid Mălureanu, reprezentantă a elevilor de clasa a VII-a la ceremonia de primire a Cheii Școlii ca simbol al intrării generației noastre în acest ultim an de gimnaziu și al responsabilității pe care fiecare dintre noi o are în legătură cu deschiderea porților propriului său succes în viața de licean și mai departe.



Ne-am luat rămas-bun, cu căldură, de la absolvenții claselor a VIII-a, cu care, în decursul acestor ani, am construit o frumoasă colegialitate. Văzându-i trecând pe sub podul de flori, în sunetul solemn al celebrului Gaudeamus ne-am dus cu gândul la drumurile vieții ce se deschid înaintea noastră și la marea responsabilitate de a-l alege pe cel potrivit fiecăruia dintre noi.



Gaudeamus igitur.....

Clasa a 8 a, cu bune și cu ...rele

Cu toții știm ce ne așteaptă în clasa a 8a. Cu toții observăm cu groază cum timpul zboară pe lângă noi fără nici măcar să ne anunțe cineva. Cu toții ne dorim pur și simplu să sărim peste acel an.

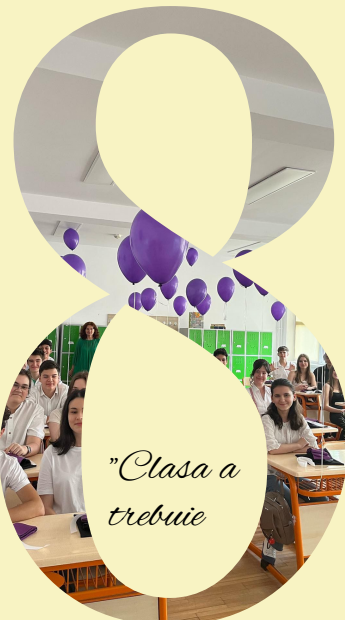
Am întrebat câțiva colegi de ai noștri care au trecut prin acest chin, răspunsurile lor au fost surprinzătoare!



"E anul de care trebuie sa te bucuri până la final. Este anul în care trebuie să și înveți dar să te și distrezi și trebuie să găsești o balanță între acestea două și o dată ce le balansezi nu mai are ce să meargă greșit."



"Dacă ar fi să descriu cum a fost clasa a 8 a într-un cuvânt pot spune că a fost destul de stresant dar nu foarte stresant acesta fiind anul pe care trebuie să îl savurezi"



"Clasa a trebuie

a este ultimul an pe care îl mai ai cu colegii tăi așa că să petreci cât mai mult timp cu ei" a mai spus el.



Pentru cei de a opta un an plin de efort și străduință, își ia sfârșit. Nu vor uita de profesorii ce le-au fost alături, colegii cu care s-au distrat toți acești anii, băncile în care și-au petrecut orele și tablele la care au mai privit din când în când. Au fost zile mai grele și altele mai ușoare, unele mai obositoare și altele distractive dar totul era acum un capitol din viața lor cu doar o pagină rămasă. Momentul în care trebuiau să își ia rămas bun.

După destule săptămâni stresante aceștia au ajuns cu bine la sfârșit. S-au bucurat împreună de reușitele fiecăruia de-a lungul anilor petrecuți în această școală, unii din clasele mici, alții veniți mai târziu sau chiar de curând, au construit amintiri care vor rămâne pentru totdeauna în memoria fiecăruia. Au fost premiați pentru o ultimă oară în Școala 150 și au dăruit flori profesorilor, au marcat astfel finalul unui drum, dar și începutul unei noi călătorii.

Cei ce urmează să le ia locurile în anul următor, privesc cu ușoară spaimă la ce urmează, însă realizează că momentele rămase sunt ceea ce contează cu adevărat și doresc să își petreacă ultimul an la maxim.

Acum nevoiți să își aleagă o nouă cale, fiecare își urmează dorințele fiind separați de prieteni. Slabe șanse sunt ca aceștia să se mai întâlnească, însă prietenii vor rămâne neuitate o viață întreagă. O dată cu venirea acestui sfârșit, noi visuri sunt începute, noi povești se vor scrie în cartea adolescenței.

Barna Simona,

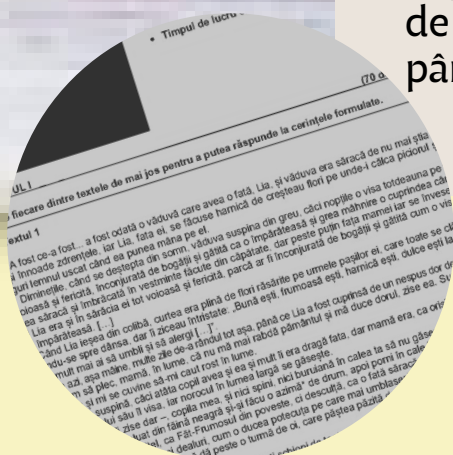
Teodorescu Miruna VII E

Evaluarea... primul pas spre liceu

Vintilă Adelina VIII E

Luni, pe 5 septembrie 2022, a început cel mai greu an din viața noastră, cel puțin de până acum. Inițial, examenul pe care îl aveam de dat la finalul ciclului gimnazial ne speria și doar gândindu-ne la el ne panicam, dar după mult învățat și multe modele făcute, am ajuns în momentul prezent.

Pe 19 și 21 iunie 2023 toți elevii de clasa a 8-a am susținut primul examen important din viața noastră. Proba 1 a fost la Limba și Literatura Română, iar textele suport au fost basmul "Limir-împărat" de Ioan Slavici și "Deșertul pentru totdeauna" de Octavian Paler. Primul subiect a constat în exerciții legate de înțelegerea textelor, literatură și gramatică. Până aici, 2 exerciții i-au pus pe elevi în dificultate, itemul 6 de la literatură pentru că nu eram obișnuiți să extragem figuri de stil dintr-un text epic și itemul 8 de la gramatică, deoarece mulți copiii nu au știut dacă este corect "dragile" sau "dragele". La subiectul al 2-lea ni s-a cerut să o caracterizăm pe Lia, personajul principal din textul lui Slavici. Mulți elevi consideră acest tip de scriere dificil, trebuind să identifice trăsături ale personajului și să se asemene cu el printr-o valoare, dar odată ce am terminat de scris, toți știam că mai avem doar o zi până la proba de matematică.



Primele 2 subiecte de la proba a 2-a au avut un grad scăzut de dificultate, dar atenția a reprezentat un ingredient important în rezolvarea celor 12 grile de algebră și geometrie. La subiectul al 3-lea prima problemă a fost de asemenea destul de ușoară, fiind preferată de majoritatea elevilor. La a 2-a, atenția noastră a fost solicitată din nou, mulți uitând să efectueze suma valorilor după aflarea acestora. Următorul obstacol în rezolvarea perfectă a fost reprezentat de al 2-lea subpunct de la al 5-lea item, demonstrarea fiind lungă și complexă, importantă fiind materia clasei a 7-a, trebuind să aplicăm teorema fundamentală a asemănării de mai multe ori și reciproca teoremei lui Thales. Problema a 6-a, cea de geometrie în spațiu, a fost considerată destul de dificilă, deși corpul geometric era un cub, dar mulți copiii nu au știut să rezolve al 2-lea subpunct.

Abia după ce am terminat cele două probe ale Evaluării Naționale am scăpat de prima parte a stresului și vara a început în sfârșit și pentru noi, dar emoția este repetată pentru că așteptarea rezultatelor ne pune într-o situație incomodă neputând să ne bucurăm în totalitate de începutul vacanței mult așteptate pentru că încă nu știm unde ne vom petrece următorii 4 ani din viața. Pe 19 iulie vom afla liceul unde am fost repartizați și nu ne vom mai stresa, având o jumătate de vară să ne distrăm înainte de a începe următorul capitol din viața noastră în care ne vom lăsa trecutul în urmă și vom privi către viitor, urmându-ne propria cale.





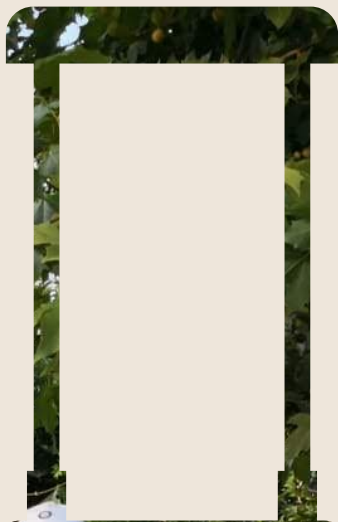
Drumul spre maturitate...

Ioana Diaconu absolventă cl a XII a

Ar fi greșit din partea mea să spun, referitor la cei 4 ani petrecuți în liceu, că au fost singurii aniformatori din viața mea. Oricât de des am auzi acest clișeu, un lucru este cert, experiența pe care o vei avea la liceu se află în strânsă legătură cu cea avută până atunci în școala generală, așa cum și cea din școala generală a fost influențată de timpul petrecut în școala primară. Asta nu înseamnă că nu există excepții de la regulă, dar fiecare individ se dezvoltă mai mult sau mai puțin atunci când trece într-o nouă etapă a vieții. Liceul este portretizat drept etapa cu cea mai mare influență asupra formării ca indivizi, deoarece atunci apar primele întrebări existențiale și se observa, cu adevărat, evoluția abordării noastre asupra vieții. Oricum ar fi, nu vom putea niciodată să ne raportăm în totalitate la experiența avută de o altă persoană, deoarece fiecare dintre noi este diferit și are un bagaj de experiențe distinct în spatele său.

Drumul meu către liceu a început cu scăderea mediei de la Evaluarea Națională, în urma unei contestații nefavorabile. Deși pe moment am plâns și m-am lăsat afectată de acest lucru, acum, uitându-mă înapoi, nu regret nimic și cred că acest eveniment doar a contribuit la dezvoltarea mea personală și mi-a lărgit percepția asupra lumii.

Așadar, primul sfat pe ziua de azi este să nu intrați într-o bulă din care să nu mai vreți să ieșiți. Luați lucrurile pe rând pentru că există o scăpare și o rezolvare pentru orice. Ceea ce nu vă doboară, doar vă face mai puternici.



Mereu îmi voi aminti cu drag de perioada în care eram elevă la Școala Numărul 150. Nostalgia mă cuprinde de fiecare dată când mă gândesc la holul școlii pe care alergam, deși nu aveam voie, sau la sala de clasă în care m-am dezlănțuit și mi-am lăsat la iveală sentimentele de fericire, tristețe și furie.

Dar cel mai mult, mă cuprinde nostalgia atunci când mă gândesc la prietenii formate acolo, deși nu pot spune că am fost o clasă unită, unde toți eram prieteni la cataramă, mereu ne-am fi ajutat între noi dacă ar fi apărut ceva și e mare lucru să ai parte de astfel de susținere în viața ta. Din propria experiență, nu am întâlnit așa ceva la liceu. Însă nu cred că a fost de vina colectivul, cât am fost eu de vină că nu le-am oferit acestora nicio șansă, comparându-i constant cu ceea ce am avut în generală. Aceasta a fost cea mai mare greșală a mea din timpul liceului, pe care, dacă aș putea să mă întorc în timp, aș repara-o.

Așteptările mele nerealiste m-au costat viața socială cu care fusesem obișnuită în generală, ajungând să mă autoizolez. Nu pot spune că această autoizolare nu a avut beneficiile ei deoarece am avut ocazia de a mă cunoaște mult mai bine pe mine și mi-am dat seama ce așteptări am, atât de la viață, cât și de la mine. Dacă vă veți regăsi în aceeași situație, vă sfătuiesc să nu vă pierdeți speranța și să nu încercați să deveniți ceea ce nu sunteți. Acceptați că sunteți idealști, precum Ștefan Gheorghidiu, și găsiți oameni care se ghidează după aceleași principii.

Sper să înțelegeți că fiecare experiență este una autentică și să nu regretați deciziile ce v-au adus în acest punct, deoarece totul se întâmplă cu un scop în viață și dacă nici noi nu vedem partea plină a paharului atunci nu o va face nimeni pentru noi și nimeni nu ne va putea ajuta așa cum o facem singuri.

Nu contează dacă vei face parte dintr-un grup mare de prieteni sau unul mai restrâns, atâta timp cât valorile tale vor fi apreciate și nu va trebui să joci un dublu rol.



Lasă-te pierdut în tainele

MATEMATICII



Răspunsuri:

1. rachetă+minge=110

mingea=100=>racheta=110-100=10euro

2. 8 zile, deoarece în a opta zi ajunge în vârf și abia noaptea coboară 2 m

3. Șoferul merge pe jos, nu conduce

4. 60 de minute

5. Anul, anotimpurile, lunile, săptămânile, zilele și nopțile



MATEMATICĂ DE VACANȚĂ

*"Gânditul este pentru creier ceea ce este joggingul pentru trup. Cu cât îl facem mai mult, cu atât devenim mai buni."
Nob Yoshigahara (celebru inventator de puzzle-uri)*



Matematica recreativă sau recreațională nu necesită cunoștințe de matematică avansată, dar cu toate acestea oferă un antrenament foarte bun pentru dezvoltarea gândirii, a logicii, a creativității, a raționamentului și chiar a intuiției. Asociația (MAA) afirmă că matematica recreativă este inspirată de idei profunde care sunt ascunse în puzzle-uri, jocuri și alte forme de joc .

Unele dintre cele mai cunoscute subiecte din matematica recreațională sunt:

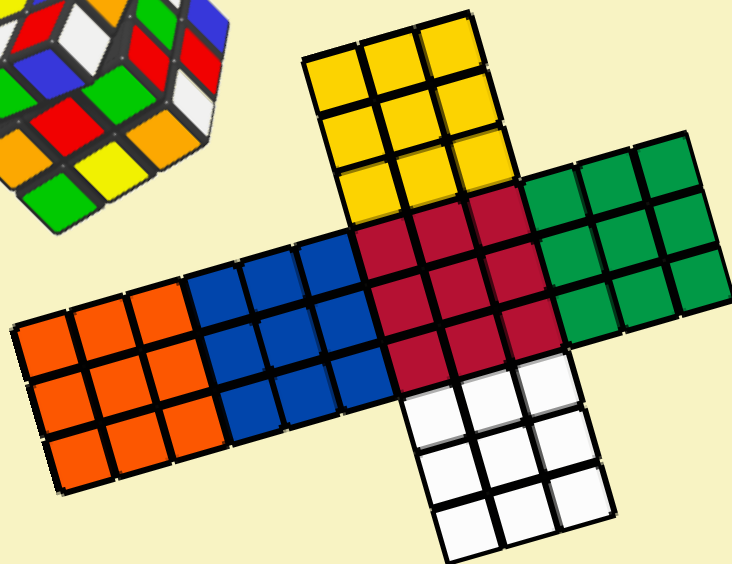
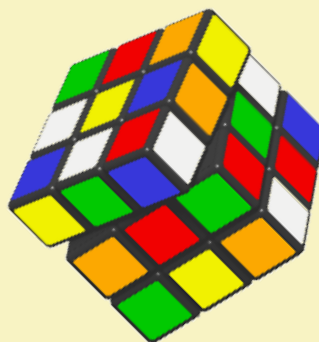
• Cuburile Rubik

Un cub Rubik are 6 fețe, opt colțuri și douăsprezece muchii.

Cubul Rubik a fost inventat de sculptorul de origine ungară Erno Rubik, în 1974. Acesta a avut nevoie de o luna ca să poată rezolva cubul ce acum îi poartă numele.

S-a calculat că ar exista 43.252.003.274.489.856.000 permutări posibile pentru a rezolva cubul Rubik.

Recordul mondial pentru cea mai rapidă rezolvare a cubului Rubik îi aparține lui Mats Valk. Acesta poate rezolva cubul în doar 5.55 de secunde.



• Pătratele magice

Sunt pătrate compuse din cifre care nu se repetă între ele și a căror sumă, indiferent de direcție (pe orizontală, verticală sau diagonală) este aceeași.

Există un singur pătrat magic de ordinul 3 (cu toate că prin rotații și simetrii pot fi obținute 8 astfel de pătrate):

4	3	8
9	5	1
2	7	6

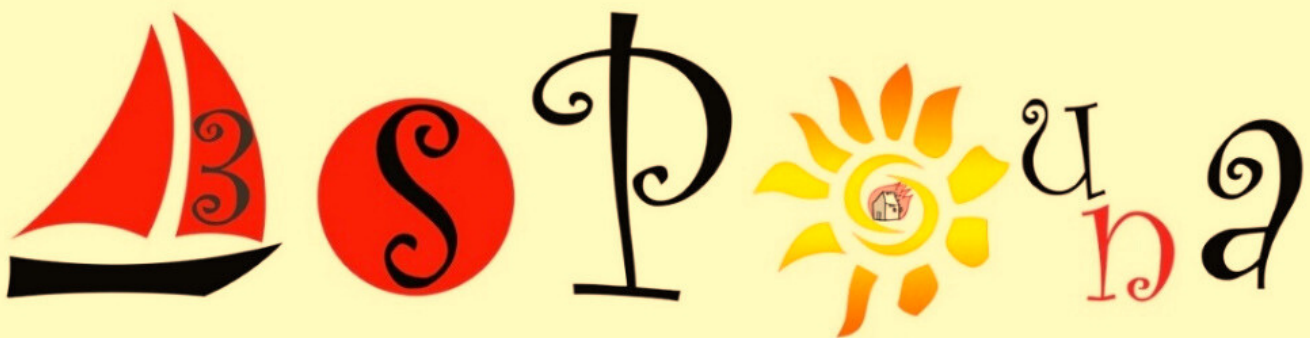
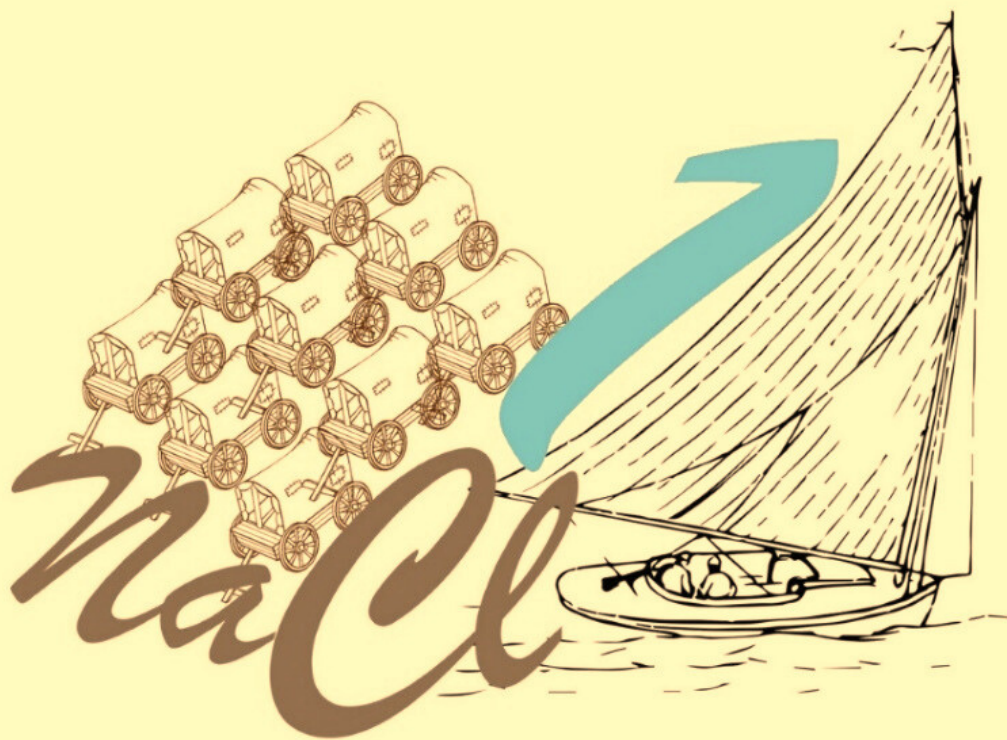
PROVOCARE:

1. Aranjează toate cifrele și numerele de la 1 la 16, luate fiecare câte o singură dată, în cadrul unui pătrat cu latura compusă din 4 pătrățele, astfel încât să obțineți pe oricare rând vertical, orizontal și pe cele două diagonale suma egală cu 34.

2. Procedați în mod asemănător cu cifrele și numerele de la 1 la 25, așezate într-un pătrat cu latura alcătuită din 5 pătrățele, astfel încât să obțineți mereu o sumă egală cu 65.

• Probleme cu schepsis

Transformă imaginile de mai jos în propoziții adevărate.



1. Doi amici se încearcă (se în cerc) pe mare ca să însoare un amici - Imaginea 1
 2. Care sare primul în barca - Imaginea 2
 3. Trei într-o barcă se încearcă (se în cerc) pe mare ca să însoare un amici - Imaginea 3

Soluția:

prof. Gabriela Topa

Rubinel



Bijuteriile, au fost purtate dintotdeauna de către doamne, domnișoare sau domni. fiind simboluri ale dragostei, aprecierii și chiar ale recunoștinței.

Bijuteriile au reprezentat dintotdeauna un simbol pentru sensul vieții. Aceste simboluri pot schimba modul în care o persoană se simte în timp ce poartă bijuteriile. Un simbol al protecției de exemplu îl poate face pe cel care îl poartă să se simtă puternic și în siguranță.

Indiferent că sunt din aur sau din argint, bijuteriile pot fi încrustate cu diverse pietre prețioase menite să le scoată în evidență unicitatea și frumusețea, iar rubinul este unul dintre cele mai de seamă minerale care pot împodobi atât inelele, cât și brățările sau cerceii. Și pentru că în numărul trecut am vorbit despre diamante, acum vom vorbi despre rubine.

Provenit din latinescul „rubeus” care înseamnă roșu, rubinul este una dintre cele mai spectaculoase pietre, cu multe semnificații și proprietăți. În antichitate, era purtat de regi, deoarece era considerat un simbol al norocului. Valoarea lui constă în culoare: cu cât este mai intensă, cu atât este mai valoros.

Rubinul este unul dintre cele mai dure minerale făcând parte din familia Corindon, fiind al doilea ca duritate după diamant. Compoziția chimică a rubinului, este oxidul de aluminiu cu prezența cromului, de unde și nuanțele deosebite pe care le poate căpăta, cu cât roșul este mai intens, cu atât va fi mai valoros, pietrele în nuanțe deschise fiind safire.



Culoarea intensă a acestui mineral este dată de crom, astfel că în cazul safirelor acesta este prezent într-o proporție mai mică. De asemenea, există mai multe tipuri de rubine, cele transparente fiind mai rare și decât diamantele.

Rubinel este considerat o piatră a dragostei și a norocului, care aduce și prosperitate, legendele spunând că împăratul chinez Kublai Khan ar fi dat un oraș pe un rubin foarte mare.

Indienii considerau, încă din Evul Mediu, rubinele cele mai frumoase pietre din lume, alături de diamante și perlele naturale. Vrăjitorii credeau că ele proveneau din sângele dragonilor, datorită culorii de un roșu intens, iar cei ce le purtau aveau puteri nebănuite.

În ziua de azi, rubinul este considerat benefic pentru cei care îl poartă, fiind recomandat în special persoanelor născute în lunile iulie și decembrie.

Roșul rubinului te poate duce cu gândul la dragoste, iar printre proprietățile benefice asupra celor care îl poartă, ar fi:

- un nivel crescut de optimism;
- energie și inspirație la cote foarte înalte;
- sensibilitate și înclinație către frumos.

În același timp se consideră că rubinul are beneficii și pentru diverse organe ale corpului uman, printre care inima, ficatul, splina și coloana vertebrală, ajutând la detoxifierea organismului și la îmbunătățirea circulației sanguine, stimulând vitalitatea și buna dispoziție.

Pentru persoanele superstițioase, se spune că rubinul este recomandat pentru cei născuți în zodiile Berbec, Taur, Rac, Leu, Scorpion, Săgetător și Capricorn, în timp ce planeta pe care o guvernează este Marte, iar steaua sa dominatoare este Soarele.



Principala culoare a rubinului este roșu închis, cel deschis putînd fi considerat safir, dar el poate avea și alte nuanțe, printre care:

- grena;
- roșu spre roz;
- roșu spre violet, care poartă și numele de rubin oriental;
- roșu cu irizații de galben, denumit și spinel;
- roșu cald, denumit și Balais.

În Orientul îndepărtat, oamenii tind să creadă că o bijuterie cu rubin, eliberează cea mai mare energie atunci când este dăruită cu ocazia celei de a patra sau a cincisprezecea aniversare a căsătoriei.



Bijuterii celebre cu rubin



Unul dintre cele mai valoroase cadouri oferite Reginei Angliei este Tiara birmaneză . Ruby Tiara a fost oferită Elisabetei a II-a, în dar, de Garrard and Co. în 1973. Tiara include 96 de rubine, Majestatea Sa primindu-le, de la oamenii din Birmania. Numărul 96 nu este întâmplător. Rubinele, ca multe alte nestemate, se consideră că au puteri de protecție, iar birmanii credeau că 96 de boli pot lovi corpul și că protejează împotriva bolilor și a dorințelor rele. Acest dar, a fost atunci, un semn important al dragostei și protecției din Birmania, către regina lor. Sursă foto: highjewellerydream.com

Colierul cu rubine și diamante al lui Elizabeth Taylor, realizat de Cartier, această piesă uimitoare arată o măiestrie incredibilă și o formă inovatoare. Mike Todd a dăruit acest colier de rubin și diamante superbeii sale soții și actrițe, Elizabeth Taylor. În decembrie 2011, colierul ei a fost licitat la Christie's pentru 115.932.000 de dolari. A devenit cea mai valoroasă licitație de bijuterii din istorie, încasările îndreptându-se către operele de caritate. Sursă foto: gemmecouture



Bibliografie - <https://iomico.ro>
- <https://sabion.ro>

ÎN LUMEA CUVINTELOR...

Zi de vară

de **George Topârceanu**

Liniște. Căldură. Soare.
Sălciile plângătoare
Stau în aer, dormitând.
Un vițel în râu s-adapă
Și-o femeie, lângă apă,
Spală rufele, cântând.

Și din vale abia vine
Murmur slab, ca de albine,
Somnoros și uniform:
Râul, strălucind în soare,
Ceartă sălciile, care
Toată ziulica dorm.

Sub o salcie bătrână
Și cu-o carte groasă-n mână
Care-mi ține de urât,
M-am culcat în fân pe spate, -
Somnul lin, pe nechemate,
A venit numaidecât.

Cântec, murmur, adiere
De zefir în frunze piere
Și rămâne doar un glas
Care umple valea-ngustă.

.....

la te uită, o lăcustă
Mi-a sărit tocmai pe nas



ARMONIE ÎN PEDAGOGIE

prof. inv. primar Cezarina Psatta



Un subiect drag nouă, profesorilor din întreaga lume, este lecția, ora de predare, dar mai ales observarea reacțiilor copiilor și implicit feedback-ul primit de la elevi, părinți, colegi.

Cred cu sinceritate că aici, acum, ar trebui să vorbim despre arta de a preda în România anului 2023.

Pentru a surprinde imaginea pozitivă, optimistă a subiectului dezbătut, voi înlătura din atenția și prezentarea mea ceea ce mă împiedică uneori să fiu un profesor mai bun în fiecare zi: absenteism încurajat de părinți, ignorarea modelului sau a nivelului științific oferit de școală, reacții întârziate, pasivitate, lipsa interesului, a respectului față de dascăli, etc.

În fiecare oră predată, profesorul care stăpânește arta de a preda realizează un mixt secret din ingredientele identității personalității sale unice: intelect, emoție, voință. Ca să li se lumineze privirea, copiii au nevoie de cineva care să obțină tot spațiul pentru ei, care este un antrenor vigilent care îi observă, îi încurajează, îi provoacă. Dacă reușim să aducem lecția ca pe un dar, o surpriză specială, doar pentru ei, copiii vor vibra, vor reacționa, vor înțelege, vor învăța.

Suntem profesori buni în fiecare zi? Cred cu onestitate că răspunsul e negativ, dar cine dorește să fie un profesor bun, se va strădui pentru asta.

De aproape 42 de ani sunt profesor. Am fost, sunt, voi fi un profesor bun până în ultima zi a carierei didactice? Nu știu. Ce pot afirma cu certitudine e că fiecare zi petrecută alături de elevii mei, a fost o provocare în a face școala un loc mai interesant, mai captivant decât în ziua precedentă.



În opinia mea, un profesor dedicat nu îi învață foarte multe lucruri pe copii, ci doar creează situații de învățare, exploatează în favoarea științei sau a moralei, a dezvoltării personale, orice reacție, un cuvânt al elevilor săi.

Arta de a preda se concretizează în opinia mea, în utilizarea frecventă a câtorva componente, concepte ale gândirii critice. Cu cât situațiile de învățare vor fi create, folosind componentele gândirii critice și creative, cu atât mai aproape vom fi de **arta de a preda**:

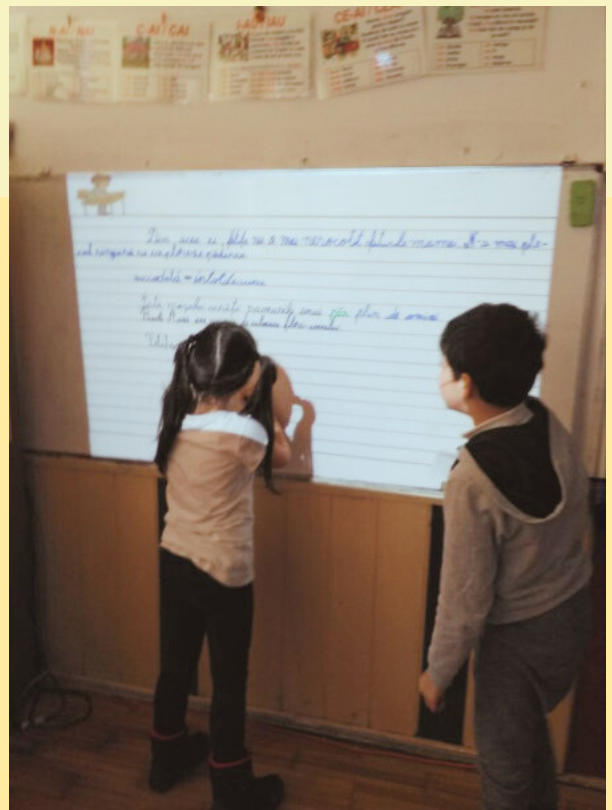
- Situații de colaborare personale și interpersonale;
- Creativitate și curiozitate intelectuală;
- Identificarea, formularea și soluționarea problemelor;
- Utilizarea instrumentelor IT în dezvoltarea proiectelor;
- Abordarea anumitor informații în viziune inter și/sau transdisciplinară, a unor probleme cu aplicabilitate practică, din viața cotidiană.;
- Autoformare;
- Responsabilitate socială.

Exemple de bune practici:

1. Proiecte săptămânale: *Întrebări răzlețe pentru minți istețe: Ce este zâmbetul? De ce se nasc copiii?*, proiecte bilunare - *Îmi place să citesc! Îmi place să inventez!*

În clasă se pregătesc panouri speciale, pentru valorizarea fiecărui elev, sau a echipelor de lucru. Pe parcursul orelor de comunicare în limba română se creează situații de stimulare a creativității, individual sau în echipe, cu afișarea rezultatelor muncii copiilor.

În timpul orelor de predare-învățare se utilizează în mod frecvent videoproiectorul, calculatorul clasei, tabla magnetică.



1. La începutul disciplinelor *Matematică și științe, Comunicare în limba română*, elevii sunt încurajați să găsească pentru temele colegilor de bancă, un motiv de a lăuda și un altul de a recomanda (ce se poate îmbunătăți), pentru a înlătura monotonia momentului de verificare a temei școlare.
2. Problema săptămânii (individual sau în echipă) – se stimulează astfel performanța și stima de sine.
3. Periodic se pot anunța și derula *Ziua complimentelor, Ziua zâmbetului sincer, Ziua ideilor trăznite, Cuvântul magic, etc.*
4. La finalul anului școlar se poate crea Cartea clasei. În paginile acesteia se inserează câte o amintire personală din anul școlar parcurs: o pagină de caiet, o fotografie dintr-un proiect, o planșă realizată la disciplinele artistice, fotografiile din activitățile sportive, de dezvoltare personală.
5. O altă modalitatea de a crea situații de învățare a scrierii unui text la clasa a doua, experimentat curând:



Elevii sunt împărțiți în 3 echipe și răspund simultan la aceeași întrebare ajutătoare. Câte doi reprezentanți ai fiecărei echipe se sfătuiesc și decid răspunsul.

Coechipierii au dreptul să intervină în corectură. Pe caiet și pe tablă se copiază răspunsul cel mai clar, concis, original.

Motto-ul clasei: Am dreptul să greșesc, dar am obligația să corectez.

Mascota clasei sau prietenul necuvântător al clasei. Din experiența personală, am experimentat cu: iepuraș, hamster, pești, broască țestoasă. Peștele beta mi s-a părut cel mai indicat, nu are nevoie de oxigen sau acvariu special.

La predarea tablei înmulțirii / împărțirii puteți folosi cu succes grisine, sticks-uri, iar la predarea fracțiilor - mere, chiar pizza. Nu vor uita niciodată aceste ore, cu siguranță.

Nu uitați să folosiți culoarea și desenul în predare, invitați-i să vă scrie bilete, să vorbească deschis cu ei despre pasiunile și problemele lor, să-i surprindeți prin varietatea cerințelor.

Experimentele sunt surse imbatabile de educație pentru mediu. Implicarea familiei în astfel de activități aduce creșterea stimei de sine a copilului, valorizarea sa, dar și percepția familiei în ceea ce privește caracteristicile învățării la nivelul claselor primare.

Copiii iubesc natura, observă cu ușurință perfecțiunea ei și armonia, echilibrul pe care adulții îl strică neconștient. Implicarea în activităților organizațiilor de protecție a naturii devine o prioritate în activitatea școlii moderne. În această primăvară, copiii au fost membri activi ai proiectului internațional *Springalive*. Au fotografiat primele păsări călătoare ce au sosit în București și au aflat de existența celor trei specii protejate din arealul apropiat.

În activitatea didactică putem spune că păstrăm armonia în îmbinarea echilibrată a metodelor clasice cu cele moderne, utilizarea instrumentelor moderne de tehnologie didactică cu manualul, caietul.



Dacă profesorul ca om nu are o structură umană construită pe aceste abilități sociale, poate fi un profesor bun, dar cu siguranță nefericit. Copiii simt asta și nu vor să învețe nimic de la astfel de oameni. Magia de a lăsa la poarta școlii neîmplinirile personale, poate chiar profesionale, poate fi testată cu succes de noi toți, profesorii artiști.

Conținutul și teoria școlii – în absența magiei, a predării și învățării, nu înseamnă nimic.

În opinia renumitului psiho -pedagog Ken Robinson, nu putem îmbunătăți învățământul dacă nu există o politică de stat care să își propună să aleagă oameni capabili. Este obligatoriu să fie sprijiniți constant în dezvoltarea profesională. Investiția în dezvoltarea profesională nu e un cost. E o investiție, și toate celelalte țări care obțin succese în activitatea școlii știu asta, fie că e vorba de Australia, Canada, Coreea de Sud, Singapore, Hong Kong sau Shanghai.

Bibliografie: Robinson Ken și Aronica Lou "Școli creative - Revoluția de la baza învățământului", Ed. Publica, 2015; Moraru Oana, psiholog școlar – articole – blogul personal

Unde ne petrecem vacanța de vară

-un melanj de aventură, istorie și bucurie-

Mălureanu Ingrid VII C

Atunci când vine vara, de abia așteptăm să plecăm în vacanțe, poate la mare, la munte sau chiar peste tot prin lume. Oamenii sunt dornici să descopere lumi noi și să trăiască cât mai multe experiențe inedite. Iată câteva dintre cele mai frumoase orașe pe care le poți vizita în propria vacanță:



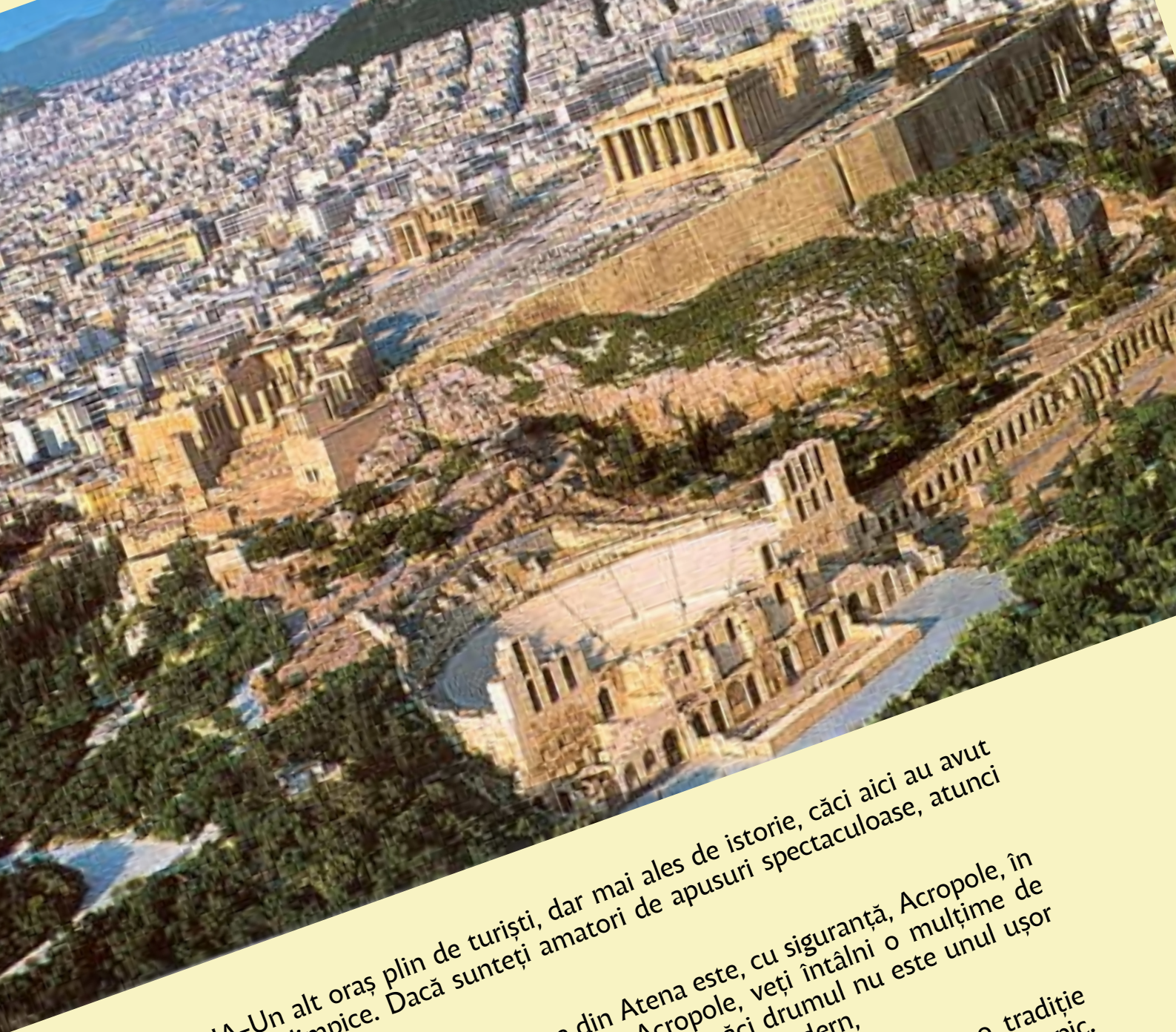
FLORENȚA, ITALIA–Unul dintre cele mai pitorești orașe, cu o arhitectură ce te transpune direct în istoria locală. Este un oraș ce se bucură de o mulțime de vizitatori anual, fiind cunoscut pentru delicioasa înghețată și pentru arhitectura deosebită.

Obiective turistice– Piazza della Signoria din Florența a fost formată prin demolarea caselor din acea zonă. Această piață a asistat la cele mai importante evenimente istorice și politice ale Florenței, fiind centrul economic al Florenței încă din Evul Mediu. În această piață se găsește o statuie foarte importantă: Fântâna lui Neptun, sculptată Baccio Bandinelli.

Domul din Florența, supranumit Basilica di Santa Maria del Fiore este principala biserică din Florența. Apoi, pentru iubitorii de fresce, Capella dei Magi conține pereți pictați de către maestrul renescentist Benozzo Gozzoli.

Dacă vă doriți să vizitați muzee și să aflați mai multe despre arta Italiei, Galerile Academiei din Florența sunt perfecte pentru a vedea operele lui Michelangelo, precum ciclul neterminat de statui Prizonierii, San Matteo și, în special, Statuia lui David.

Totodată, cea mai cunoscută atracție turistică din Florența este Ponte Vecchio, un pod ce a supraviețuit Celui De Al Doilea Război Mondial, fiind folosit drept bazar, cu unele din cele mai scumpe bijuterii.



ATENA, GRECIA-Un alt oraș plin de turiști, dar mai ales de istorie, căci aici au avut loc primele Jocuri Olimpice. Dacă sunteți amatori de apusuri spectaculoase, atunci Grecia este locul potrivit.

Primul loc de pe lista de atracții turistice din Atena este, cu siguranță, Acropole, în limba greacă „orașul de sus”. Pe drumul spre Acropole, veți întâlni o mulțime de vânzători la tarabele locale, dornici să ofere indicații, căci drumul nu este unul ușor de parcurs. Teatrul Grecesc, locul de naștere al teatrului modern,

este un amfiteatru în aer liber. Se consideră că teatrul a apărut dintr-o tradiție corală, în care se cântau imnuri de slavă zeilor, imnuri care conțineau un fir epic. Corul a rămas o parte esențială a pieselor grecești timpurii. Acesta era alcătuit dintr-un grup de observatori care interpretau și comentau acțiunea pe măsură ce se desfășura, ca și cum audiența nu ar fi putut înțelege singură despre ce este vorba.

Dacă doriți să vă relaxați într-o după-amiază de vară, alături de apusul auriu, Kolonaki este locul ideal pentru a admira bogățiile bazarurilor, boutique-urile și magazinele cu antichități.

GRONINGEN, OLANDA-Un oraș studentesc, perfect pentru tinerii care caută dimineți liniștite și, totodată, seri distractive.

Universitatea din Groningen este o instituție cu care Olanda se mândrește, fiind în topul celor 100 cele mai bune facultăți din lume.

Sinagoga din Groningen în stil maur, din centrul orașului, a servit evreilor în perioada Celui De Al Doilea Război Mondial, acum fiind incinta în care se organizează concerte, expoziții, conferințe și cursuri.

Primăria din Groningen este o clădire veche de 200 de ani, aflată în piața Grote Markt, construită în stil clasic și neoclasic olandez. Ședințele consiliului orașului se țin la parter, iar la etaj se găsește, păstrată la loc de onoare, Cartea de Aur a german Hrndrik al III-lea.

Pentru iubitorii de înălțime, Martinitoren este monumental ideal. Acesta este localizat în Grote Markt, are o scară formată din 260 de trepte și conține 62 de clopote. În zile de sărbătoare răsună muzică tradițională, iar în viața de zi-cu-zi, Martinitoren cântă muzică pentru buna stare de spirit a oamenilor.

Astfel, dacă sunteți pasionați de călătorii prin întreaga lume, încercați aceste trei orașe, ce au surprize ascunse la fiecare pas.



Un stil de viață sănătos!

Mult așteptata vacanță de vară a sosit!

Ca să fim în formă pentru anul care urmează trebuie să avem grijă de sănătatea noastră.

Ca să fim în formă pentru anul care urmează trebuie să avem grijă de sănătatea noastră. Menținerea unei sănătăți bune presupune o examinare emoțională, intelectuală, fizică și spirituală a fiecărei persoane.



Pentru dezvoltarea imunității, se recomandă un stil de viață echilibrat. Dieta trebuie să fie variată și adaptată consumului de energie, conținând alimente proaspete, cât mai puțin procesate, fără aditivi și conservanți. Meniul zilnic ar trebui să conțină peste 60% alimente de proveniență vegetală (legume, fructe, cereale). Evitarea fast food-ului și a cât mai multor produse procesate îți pot oferi o dietă sănătoasă.

Mersul pe jos, ca și orice activitate fizică, este recomandat. Poți renunța la lift, folosind zilnic scările. O plimbare în parc de dimineață sau după prânz poate să-ți încarce bateriile.



Sănătatea emoțională este un aspect important al sănătății generale. Este important să prioritizăm echilibrul emoțional și să căutăm ajutor specializat atunci când este necesar.

Pentru a ne bucura de o viață cât mai lungă și fericită trebuie să avem grijă de sănătatea noastră!

Prima mea tabără

A fost odată... așa încep poveștile, deci și povestea mea trebuie să înceapă tot așa.

Eram o fetiță micuță, în clasa a treia a unei școli dintr-un cartier al frumosului oraș de pe malurile Crișului Repede.

Venisem în oraș la începutul clasei a treia și mă obișnuisem foarte repede cu noii mei colegi de clasă. După vacanța de iarnă, într-o zi, doamna învățătoare ne-a anunțat că se organizează o tabără, la Năvodari, în vacanța de vară, iar dacă este cineva care dorește să meargă, să confirme a doua zi.

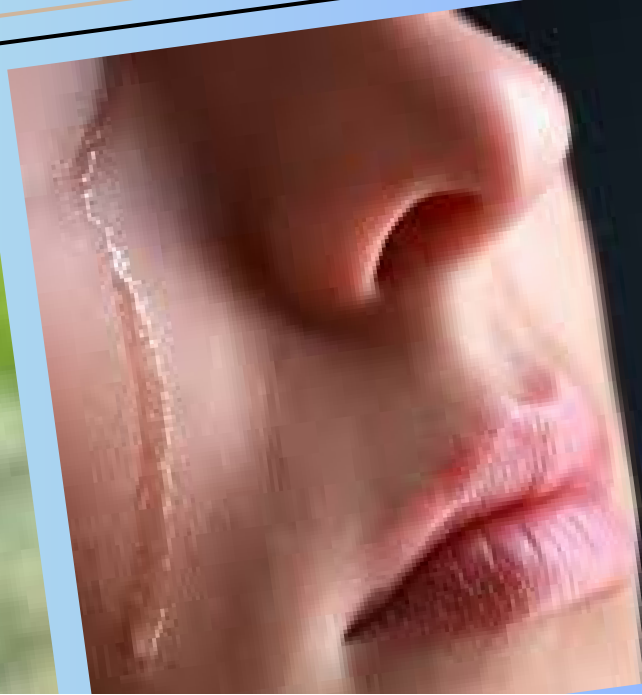
La sfârșitul orelor, am plecat acasă într-un suflet, așteptând cu nerăbdare să vină mama, să îi povestesc și să o rog să mă lase să plec la mare.

Nu mai fusesem niciodată într-o tabără, nu mă interesa dacă cineva din clasă va veni cu mine, simțeam doar o dorință imensă de a ajunge acolo.

Mama a venit, i-am spus despre ce era vorba, cât costa (destul de mult), a venit și tata, iar după o discuție între ei, au fost de acord să mă lase.

De atunci și până aproape de sfârșitul școlii, mă visam doar la mare. A sosit și momentul când trebuia să plătim tabăra care era organizată la nivel județean. Când a auzit, mama mi-a spus că îi pare rău dar nu aveau bani și deci nu voi mai pleca în tabără...

Am simțit că s-a prăbușit lumea în capul meu, lacrimile au început să îmi curgă șiroaie... o rugam pe mama printre hohote să mă lase să plec așa cum mi-a promis.



Mama a încercat să mă consoleze spunându-mi că vor mai fi și alte tabere, că o să punem bani deoparte...Niciun argument nu m-a putut liniști, așa că m-am cocotat în vârful patului și am continuat să plâng.

Seara, părinții mei au avut o discuție însoțită de bocetele venite din camera mea.

Dimineața, cu lacrimile uscate pe obraji, când m-am trezit, mama mă mângâia și zâmbind, mi-a spus că au hotărât să facă rost de bani ca să pot pleca.

A sosit și seara plecării în lungul drum de la Oradea la Năvodari. Toată familia m-a condus la gară, eu nerăbdătoare să plec, ei, temători și îngrijorați că vreme de 10 zile nu aveau să mai știe ceva despre mine. Sfaturi, pupături, promisiuni...trenul a plecat alergând cu mine spre mare.

Țiimpul a zburat în întunericul nopții, razele soarelui au pătruns prin geamul prăfuit și la un moment dat, am simțit mirosul algelor amestecat cu briza în strigătele vesele ale pescărușilor...iar privirea mi s-a întâlnit pentru prima dată cu Ea... O imensitate de apă care se prăvălea în valuri înspumate spre țărm, îmbrățișându-l în mii de stropi...

Am știut atunci că marea va fi locul unde voi dori să ajung în orice anotimp... a fost dragoste la prima vedere.

Acea tabără mi-a rămas în suflet, m-am simțit minunat, poate și pentru faptul că m-am împrietenit cu marea.

Când am plecat spre casă, deși îmi era dor de familia mea, am privit cu ochii în lacrimi marea care se depărta de mine... La revedere, tabără dragă...



Jurnal de călătorie

Călătorie pe Mediterana

Marinescu Darius VI E



Nu știu câți dintre voi ați reușit să vedeți pe viu minunatele ape turcoaz ale Mării Mediterane. Eu pot spune că sunt unul dintre norocoși, deoarece am avut șansa de a admira albastrul Mediteranei precum și priveliștea țărmului văzut din larg, și mai mult decât atât, să mă scald în apele albastre ale mării într-o croazieră care a avut loc pe coasta Turciei, în apropierea orașului Alanya, aflat în provincia Antalya.

Antalya este o regiune aflată în sud-estul Turciei, cu o popularitate extraordinară printre turiști, în mod special datorită Coastei de Turcoaz, denumită astfel pentru apele sale de un albastru intens ale Mării Mediterane.

Alanya este un oraș litoral din sudul Turciei cu ieșire la Marea Mediterană, în regiunea Antalya, la aproximativ 140 km de orașul cu același nume ca și peninsula. Orașul a devenit cunoscut ca și centru turistic în anii '80, când turiștii din Europa Centrală și de nord au început să frecventeze locația. Astăzi, Alanya este o destinație populară printre turiști, asigură 9% din sectorul turistic și 30% din achizițiile străine de imobiliare din Turcia.



În trecut, Alanya a fost o fortăreață a mai multor imperii mediteraneene, dar adevărata sa perioadă de glorie a fost în timpul Evului Mediu, odată cu sultanatul Seljuk care se afla sub conducerea Sultanului Alaeddin Kayqubad I, al cărui nume constituie baza numelui original al orașului, Alaiye, care s-ar traduce prin "Orașul lui Aladin". Numele modern (Alanya) a fost finalizat în forma actuală de către întemeietorul Turciei moderne - Mustafa Kemal Atatürk - în timpul vizitei sale din anul 1935, schimbare ce a coincis cu modernizarea alfabetului turc, totul pornind de la o telegramă scrisă greșit în anul 1933.

După venirea sa, sultanul Alaeddin a început o campanie de reconstrucție a așezării, moment în care au apărut majoritatea monumentelor și reperelor turistice din oraș, precum Turnul Roșu (Kızıl Kule, în turcă) și Castelul Alanya.

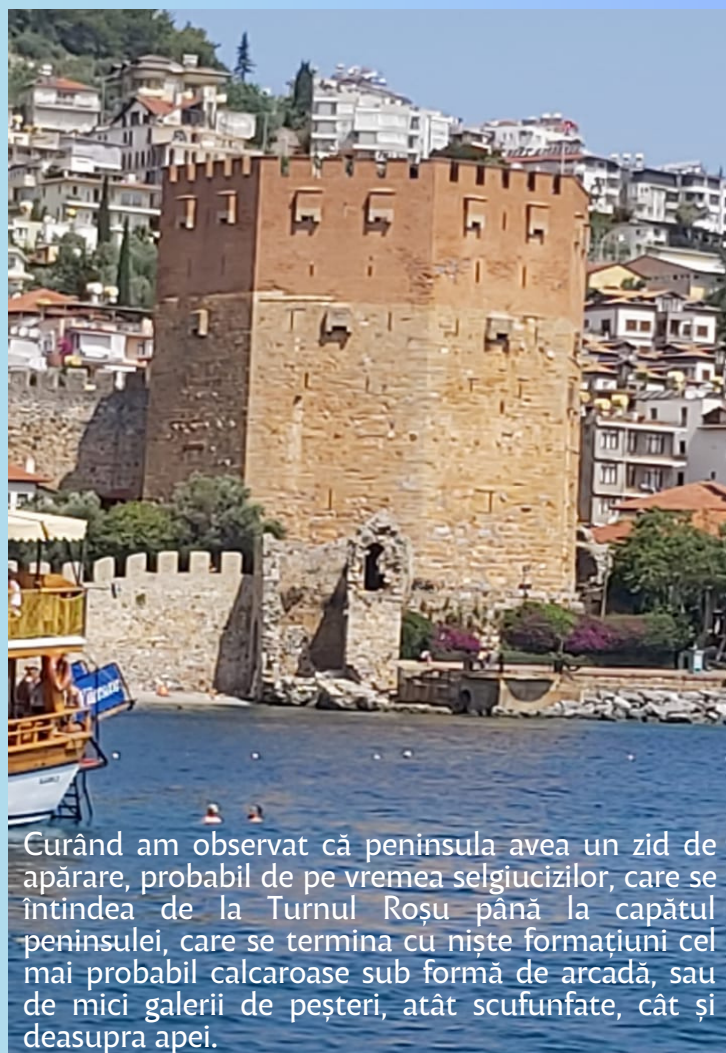
De asemenea, orașul are două porturi, unul vechi construit în perioada Evului Mediu, într-un mic golf al peninsulei și unul nou apărut în epoca modernă.

Vasul pe care urma să ne imbarcăm pentru croazieră urma să plece din portul nou, fiind o corabie de pirați cu 3 punți, asemănătoare unei corăbii de corsari. Tematica era foarte convigătoare, mai ales datorită formei vasului tipic unei caravelle și lemnului folosit în construirea corăbiei. Într-adevăr, forma corăbiei era alungită la prora cu un catarg bombat pe care se întindeau cele trei pânze triunghiulare numite focuri ce se alungeau deasupra mării, iar pupa era plată, cu o sculptură sub forma unei nimfe a mării, simbol ce ilustrează numele vasului „Sea Angel”. Cât despre orientarea lemnului folosit la construcție, șipicile erau suprapuse, astfel încât presiunea apei să se deplaseze spre partea de jos a navei, micșorând posibilitatea de rupere a lemnului din cauza presiunii apei, tehnică folosită de marinarii din vechime timp de sute de ani, chiar de pe vremea vikingilor.

Desigur, fiind o corabie de pirați, velele nu lipseau. Cu ajutorul internetului, am reușit să aflu în câteva minute numele tuturor velelor și utilizările lor. Fiecare în parte era importantă, având locul ei pe corabie, impresionându-mă acuratețea cu care au

fost așezate catargele, iar velele erau atât de fine, încât le puteai asemui ușor cu niște pături, în condițiile în care în cărțile pe care le-am citit, nicio corabie nu are velele așa de plăcute la atingere.

Călătoria a început repede de la imbarcare, dar nici nu am plecat bine că priveliștea de pe puntea principală îți tăia deja respirația: din portul nou al orașului, Turnul Roșu era o priveliște puțin spus divină. Cele 2 etaje de sus din cele 5, fiind construite din piatră roșie (de unde și numele turnului), roșul pietrei parcă strălucea a rubin în lumina caldă și umedă a soarelui mediteraneeen.



Curând am observat că peninsula avea un zid de apărare, probabil de pe vremea selgiucizilor, care se întindea de la Turnul Roșu până la capătul peninsulei, care se termina cu niște formațiuni cel mai probabil calcaroase sub formă de arcadă, sau de mici galerii de peșteri, atât scufunfate, cât și deasupra apei.



În apa din jurul nostru se vedeau zeci pe peștișori mici care înotau pe lângă vas, de parcă ar fi vrut să facă o întrecere cu corabia. În câteva minute de la trecerea bancului de pești, am văzut niște delfini care săreau din apă și plonjau în apoi, făcând mici stropi de apă să sară din mare cu o asemenea voieșie de parcă străluceau în apa clară a mării.

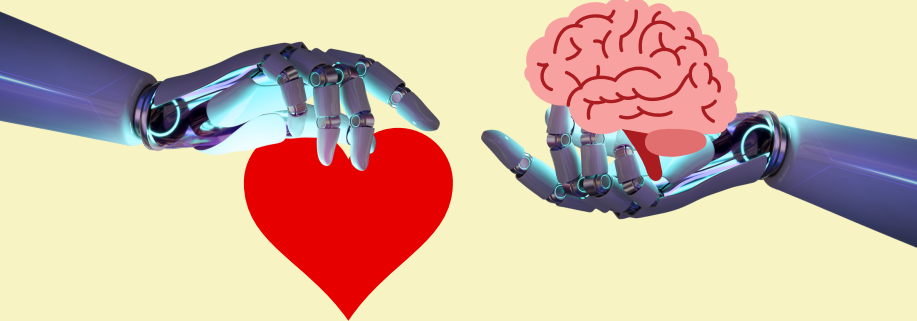
În scurt timp am ajuns la prima oprire, portul vechi. Acolo ni s-a permis să înotăm în apa încă rece a mării, însă la acel moment am preferat să stau la prora și să privesc uimitoarea panoramă ce mi se întindea în fața ochilor: pești înotând în jurul ancorei vasului, digurile vechi ale portului și soarele ce strălucea arcada pe care o lumina zi de zi, mișcându-se veșnic pe arcul său, iluminând un drum imaginar spre o nouă lume dincolo de orizontul îndepărtat.



Timpul parcă s-a grăbit și după-amiza a sosit foarte repede, iar soarele crea umbre lungi și mărețe ale vasului în apa de un albastru cristalin din care peștii argintii săreau ca să scape de delfinii care îi urmăreau, în timp ce pe puntea principală avea loc petrecerea cu spumă, muzica se auzea cu putere din boxe, iar spuma zbura din aparate și ne umplea pe toți, în timp ce dansam pe ritmul muzicii. Persoanele acre au dorit să danseze în apă și să admire peștișorii mai de aproape a intrat în apă în pași de dans. Vântul, care până atunci era insesizabil, de înteti brusc și aduse spumă și curajoșilor înotători ce se mișcau în apa sărată pe ritmul melodiilor împreună cu delfinii. Am intrat și eu în apă și am încercat să mă apropiu de delfini, dar aceștia s-au speriat și au luat-o la goană în larg. Mi-a părut rău că îi speriasem, dar am fost nevoit să urc înapoi pe vas, așa că am uitat repede de supărare și am așteptat cuminte să putem debarca.

M-a uimit cât de repede a trecut timpul, căci ziua era deja pe final, iar croaziera se terminase, dar am fost foarte fericit că am rămas cu o mulțime de amintiri frumoase și prețioase și informații interesante.

Modalități de dezvoltare a inteligenței emoționale



Este nevoie ca procesul de dezvoltare al inteligenței emoționale să înceapă foarte devreme în viață. Modul de manifestare a emoțiilor și de acceptare a lor depinde inițial de părinți, care ghidează copilul în ceea ce privește evaluarea afectivă a situației și manifestarea în acest context. Așadar, părinții sunt primii care pot avea un impact asupra abilităților copiilor din acest punct de vedere.

Recomandări pentru dezvoltarea inteligenței emoționale

- În mod natural copilăria este marcată de o necesitate pregnantă de exprimare emoțională, atât a secvențelor pozitive, cât și a celor negative, de aceea este necesar ca părinții să îi ajute pe copii să își identifice propriile emoții.
- Încurajați copiii să își manifeste emoțiile (nu să le blocheze) și promovați o manieră sanogenă de exprimare a acestora prin propriul exemplu.
- Implementați reguli și trasați limite.
- Cultivați empatia față de ceilalți prin evidențierea trăirilor pe care aceștia le experimentează.
- Facilitați comunicarea cu copiii de aceeași vârstă și negocierea între ei.
- Încurajați căutarea unor soluții personale, inovative
- Analizați modul de raportare la cei din jur și încercați să le înțelegeți perspectiva.
- Evaluați obiectiv munca pe care o depuneți și urmăriți să vă atingeți mai întâi propriile standarde.
- Fiți sinceri cu voi înșivă și priviți feedback-ul pozitiv sau negativ ca pe o șansă de a deveni mai buni.
- Observați-vă reacțiile în situații stresante și încercați să vă țineți emoțiile sub control.
- Asumați-vă responsabilitatea pentru propriile greșeli și încercați să le remediați.
- Alegeți din exemplele de mai jos metode de a vă gestiona emoțiile care sunt potrivite propriilor nevoi:



Furia

Cea mai indicată acțiune este prevenirea escaladării mâniei, ceea ce presupune utilizarea conștientizării de sine pentru identificarea gândurilor ostile în timp ce ele se formează și supunerea lor la o nouă analiză. În cazul în care furia atinge un nivel moderat, este utilă înlocuirea gândurilor care declanșează și susțin această stare, cu unele de autoliniștire.

Astfel se poate ajunge la o reevaluare mai obiectivă a emoției. În situațiile în care mânia deja a escaladat, printre cele mai utile strategii este cea de izolare temporară (până când individul se calmează) de stimulul (persoana sau situația) care a cauzat reacția emoțională.

Exercițiile de relaxare musculară, respirația profundă și sportul pot fi de asemenea foarte utile în astfel de situații. Studiile au arătat că descărcările nu fac decât să prelungească starea de furie și că metoda cea mai eficientă pentru o persoană de a gestiona o situație conflictuală este de a se calma și abia apoi de a căuta o rezolvare.



Anxietatea

Grijile repetitive pot avea un impact negativ asupra nivelului de funcționare a individului în viața de zi cu zi. Din acest motiv este necesară în primul rând monitorizarea situațiilor care declanșează episoadele de îngrijorare, dar și a senzațiilor corporale care le însoțesc. Identificarea acestor simptome încă din stadiile incipiente și practicarea unor metode de relaxare (autoliniștire, controlul respirației etc.) pot diminua anxietatea.

Ceea ce este însă important este conștientizarea faptului că acele imagini și gânduri sunt iraționale. Se pot utiliza întrebări de genul: Este posibil, obiectiv vorbind, ca acest lucru să se întâmple?/Nu există și alte alternative pentru rezolvarea situației?

În cazul în care îngrijorarea se transformă în anxietate, atacuri de panică, fobii, comportamente obsesiv compulsive, este indicată intervenția de specialitate (consiliere/psihoterapie).





Tristețea

Cea mai accesibilă metodă de ridicare a moralului și de îndepărtare a depresiilor ușoare este sportul.

Realizarea unor activități agreate de individ sau care au potențialul de a îmbunătăți imaginea de sine, pot de asemenea să ajute. Implicarea în proiecte de voluntariat care presupun activități de sprijin a persoanelor aflate în dificultate s-au dovedit eficiente pentru a diminua sentimentele de tristete.

Cultivarea inteligenței emoționale de la o vârstă fragedă se impune, având în vedere faptul că abilitățile care îi sunt specifice, susțin nu numai succesul profesional și social, dar și bunăstarea personală și familială.

Inteligența emoțională este acel „ceva” în fiecare dintre noi care este un pic intangibil.

Aceasta afectează modul în care ne comportăm, cum navigăm prin complexitățile sociale și cum luăm deciziile personale pentru a obține rezultate pozitive.

*prof. Banu Irina
consilier școlar*

CE SPUN ASTRELE MESAJUL CERULUI

Sanda Ionescu astrolog



În primul rând e necesar să specific că trecerea Soarelui dintr-un semn în celălalt impactează microuniversul nostru. Avem 12 semne zodiacale, avem 12 arhetipuri Divine. De aici și natura Omului Cosmic. Aceste hiatusuri importante Solstițiile și Echinocțiile, ce au loc de 4 ori pe an, ne ajută să intrăm într-o nouă spirală evolutivă.

Solstițiul de vară - ziua este cea mai lungă, noaptea este cea mai scurtă, de aici și SOL INVICTUS. Vorbim de o dominantă de lumină, de o dominantă de energie yang-masculină.

Această sărbătoare era în antichitate cea mai importantă sărbătoare a anului - Egiptenii îl contemplau pe Zeul Ra, iar Dacii care aveau un cult al soarelui foarte dezvoltat, puneau mare accent pe această zi. Sumerienii îl sărbătoreau pe Anu - zeul cerului, samd. Soarele fiind susținător al vieții în toate regnurile și dătător de energie. Acest hiatus al Solstițiului de vară are impact atât în macrocosmosul planetar, cât și în microcosmosul ființei noastre, impactând fiecare celulă a corpului nostru.

Cu ce cadouri vine acest aspect:

-favorizează momentul de depășire a egoismului, ajutându-ne să fim conștienți că toți suntem parte din Creație

-ne debarasăm mai ușor de prejudecăți, de dualitate (bun-rău; frumos-urât, etc), de egoism, ne duce către suflet, către Sine

-sub acest aspect putem percepe faptul că inteligența inimii este mult mai puternică decât cea a minții

-moment ce favorizează puterea supramentală

-e important să fim stăpâni pe transformarea noastră

ATENȚIE: dacă suntem din fire ființe :

- Care vor să demonstreze mereu ceva
- Care muncesc exagerat

- Sunt agitate
- Au infatuare intelectuală

Acest aspect al Solstițiului de Vară va amplifica agresivitatea, agitația, energia consumată degeaba

Dacă suntem din fire mai sensibili:

- se vor amplifica emoțiile, stările, trăirile
- putem să completăm această stare emoțională cu mâncatul emoțional și excesiv

Spiritual

Posibil un salt calitativ pe spira evolutivă . Se poate activa și mai puternic intuiția, inspirația și de ce nu , pentru că vorbim de 2023 an al conștientizării- Activarea energiei Kundalini.

Este foarte interesant cum noi sărbătorim puterea Soarelui , aspect masculin , dar susținut de Lună , energia feminină, de unde și vorba “ În spatele unui bărbat puternic e o femeie puternică.”

Este o vibrație puternică lunară , acest aspect formându-se sub semnul Racului, guvernat de Lună , planeta Cardinală.

Sub acest impact energetic puternic, feminitatea este la rang înalt . Celebrăm atât pe Tatăl Ceresc , cât și pe Mama Divină.

Această zi mai reprezintă și fecioara tânără ,pură, rafinată,solară –e adusă adorarea către Creație, către Înțelepciunea inimii ce precede Sărbătorea Sânzienelor.

Aspectele Soarelui în ziua Solstițiului de Vară 2023

Soare conjunct Mercur:

- este clar un aspect de supramental, de coborare a minții cu inima
- aduce intuiții puternice, dacă reușim să depășim egoul
- ne ajută să ne deschidem către universul launtric, către cunoașterea naturii sufletești
- ne îndeamnă să fim responsabili față de informațiile pe care le oferim și pe care le primim-să avem discernământ
- informațiile corecte ies la lumină , cu argumente pertinente
- fiind un aspect de regenerare mentală , această conjuncție ne ajută la inspirație literară.

Soare sextil Marte:

- aici avem întâlnirea celor doi mari masculi ai astrologiei-fiind arhetipul Eroului fiind si un aspect al liberului arbitru ce ne îndeamnă la acțiuni eroice, curate, loiale
- aduce cu sine acțiuni nobile, strălucitoare , lauri, premii binemeritate ,loialitate
- acționăm cu conștientizare și discernământ



Soare cuadratura Neptun:

- acest aspect ne fortează să dăm jos vălul de pe ochi , să ne activăm supramentalul pentru a activa lumina din noi
- putem găsi echilibrul intergrării energiei feminine rafinate , superioară
- este un aspect transpersonal , provocator și în același timp valoros pentru cei care sunt pe un drum spiritual , e un moment bun de conștientizare a Sinelui și a naturii Omniprezenței Divine
- pentru energia planetară , multe minciuni pot ieși la suprafață , putem avea șocuri informaționale
- acest aspect ne obligă să ieșim din ceață, să dăm jos vălul de pe ochi

Cum va fi vara pentru fiecare în funcție de ascendent (ASC):

ASC Berbec:

- o vară petrecută cu familia, dedicare totală și accent pus pe casă, pe părinți , poate faceți ceva renovări chiar și prin curte
- vacanțe mai mult în țară

ASC Taur:

- și voi veți face vacanțe scurte și dese
- aveți preocupări intelectuale , interacționați foarte mult cu cei din jur
- perioadă bună pentru achiziționarea unei mașini sau puteți să începeți școala de șoferi

ASC Gemeni

- aveți focus pe bani, pe proiecte proprii
- învățați să fiți recunoscători pentru tot ceea ce aveți

ASC Rac

- vă interesează mai mult ca niciodată persoana voastră, învățați să vă iubiți , să vă apreciați, să vă armonizați cu voi
- această vară este a voastră , de voi depinde cum o faceți magică

ASC Leu

- o vară în care multe secrete ies la iveală
- E nevoie să aveți încredere în voi indiferent de ceea ce veți auzi
- Protejați-vă energetic

ASC Fecioara

- o vară plină de prieteni noi
- intrați în grupuri în care vă simțiți susținuți și liberi
- e timpul să vă puneți visele în practică

ASC Balanta

- e timpul să faceți curățenie dpdv profesional
- dacă nu sunteți mulțumit de jobul actual, e o perioadă bună să vă depuneți CV ul
- sunteți vizibili în societate

ASC Scorpion

- călătorii frumoase în afara țării, călătorii inițiatice , ce vă ajută să evoluati rapid
- moment favorabil pentru studii superioare , chiar în afara țării

ASC Săgetător

- scăpați de fricile din subconștient, probabil veți avea parte de eveniment ce vă vor ajuta
- puteți să aveți parte de un ajutor financiar , doar să îndrăzniți să îl cereți

ASC Capricorn

- relaționari ce vă ajută să evoluati în calea pe care o doriți ,pentru un bussines sau alte asocieri
- relații echilibrate în cuplu , e indicat să găsiți aici timp de calitate

ASC Vărsător

- aveți grijă la sănătate , e bine să stați cât mai mult în natură
- o vară în care veți fi solicitați să munciți mai mult decât vă doriți

ASC Pești

- o vară plină de creație, de iubiri , chiar pasagere , dar pline de pasiuni
- voi veți avea o vară distractivă , sperăm să și dormiți vara aceasta
- pentru cei care au copii veți avea o vară memorabilă și plină de bucurii alături de ei

AstroAnima

EDIȚIA AII-A

SALA LUCEAFĂRUL, 8 OCTOMBRIE, ORA 12.00

Prezent & Viitor Eveniment Astro-Spiritual



SANDA IONESCU
Stelele de ieri,
copiii de azi,
oamenii Noului Pământ



ORESTE TEODORESCU
Eternul arhetip,
Adam și Eva



CAMELIA PĂTRAȘCANU
Energia feminină,
susținătoarea vieții



ION HRISTESCU
"Noi în anul două mii...?"



SUADA AGACHI
Legile oculte
ale feminității



EDUARD AGACHI
Generația Viitorului

CLAUDIA GABRIELA BĂCUȚĂ - Sound healing
IRINA și ROBERT INDREI - Trupa "Two to Tango"

Parteneri media:



LUXURY

În data de 8 Octombrie 2023 va avea loc la Sala Luceafărul, începând cu ora 12:00, a II-a ediție AstroAnima Fest.

Mama este prima ființă cu care intrăm toți în contact. Ea este protectoarea, este primul Maestru în această nouă călătorie. EA și EL sunt cei care ne ghidează primii pași spre acest loc de joacă - Pământul. Noi fiind fructul iubirii lor. Toți suntem copiii Stelelor, dar vin generații din stele mai evaluate. Pentru că Universul este în evoluție continuă, iar trecutul și prezentul se unesc pentru a crea viitorul.

Copiii zilelor noastre sunt greu de înțeles de adulți pentru că sunt foarte empatici, simt și percep energiile subtile, ba mai mult decât atât sunt copii care nu acceptă nedreptățile, sunt foarte curajoși și greu de manipulat. Ei sunt aici acum, în această perioadă planetară pentru Noua Evoluție a Pământului. Noi avem datoria să le creăm o lume mai bună. În acest festival Astro-Spiritual, dedicat tuturor căutătorilor de comori ascunse în subconștient, Conferențiarilor vă vor ajuta să înțelegeți importanța energiei feminine în aceste vremuri și modul în care noi ca părinți ne putem înțelege și ajuta copiii sau de ce nu, cum ne pot ajuta ei pe noi.

Biletele se pot achiziționa de pe entertix.ro; myticket.ro; bilete.ro



CUPRINS

1. Am mai crescut un anpag.3
2. Clasa a 8 a cu bune și...rele.....pag.5
3. Evaluarea ...primul pas spre liceu.....pag.7
4. Dumul spre maturitate.....pag.9
5. Lasă-te pierdut în tainele matematicii.....pag.11
6. Rubinul.....pag.14
7. În lumea cuvintelor..... pag.17
8. Armonie în pedagogie..... pag.18
9. Unde ne petrecem vacanța de vară?.....pag.22
10. Un stil de viață sănătos.....pag.25
11. Prima mea tabără.....pag.26
12. Jurnal de călătorie.....pag.28
13. Inteligența emoțională.....pag.32
14. Ce spun astrele.....pag.35



150 în cuvinte(online)
ISSN 2972 – 0435 ISSN–L 2972 – 0435

Editor: Școala Gimnazială Nr.150 , București
Str. Eroii Sanitari Nr. 29–31
București , sector 5, România
Tel : +40 214108408
E–mail: director_scoala_150@yahoo.com
Website: www.scoala150.ro

