



ELENA MUȘEL

# Comunicare în limba română



# FONETICA



## CONȚINUTURI

- Identificarea sunetelor limbii române;
- Realizarea corespondenței sunet-literă;
- Recunoașterea vocalelor și a consoanelor.



## SUPER SFAT

- Scriem cu litere de mână în caiet și citim litere de tipar din carte.



## SUPER MEMOREAZĂ!

- Vocalele pot alcătui singure silabe și chiar cuvinte.
- Nu există silabe sau cuvinte formate numai din consoane.

# 1. SUNETELE LIMBII ROMÂNE. VOCALE ȘI CONSOANE



## Rețin esențialul

Sunetul este partea cea mai mică a unui cuvânt. El se aude și se rostește.

Litera este semnul scris al sunetului. Ea se citește și se scrie.

Literele sunt mici și mari. Folosim literă mare la începutul propoziției sau când scriem nume proprii: persoane, țări, orașe etc.

Una sau mai multe sunete se rostesc la o singură deschidere a gurii. Acestea sunt silabe.

Când un cuvânt nu încapă la sfârșitul rândului, îl despărțim în silabe.



## Știi cum să fac

Sunetele se împart în două grupuri:

- **VOCALELE (V)** sunt sunetele care se rostesc fără ajutorul altor sunete și pot alcătui singure silabe. Acestea sunt: **a, e, i, o, u, ă, â, î.**
- **CONSOANELE (C)** se rostesc cu ajutorul altor sunete și nu pot alcătui singure silabe. Acestea sunt: **b, c, d, f, g, h, j, k, l, m, n, p, q, r, s, ș, t, ț, v, x, y, z, w.**

Știi cum se citesc:

|   |   |             |
|---|---|-------------|
| f | → | fî, fe, ef  |
| g | → | gî, ghe, ge |
| h | → | hî, haș     |
| k | → | ca, capa    |
| x | → | ics         |
| z | → | ze, zet, zî |



## Mă antrenez



# 1



Precizează din ce sunete sunt alcătuite cuvintele:

Exemplu: zise → c + v + c + v

- cartea → \_\_\_\_\_;      • premiu → \_\_\_\_\_;
- iubind → \_\_\_\_\_;      • înveți → \_\_\_\_\_.

# 2



Înlocuiește prima consoană cu alta: ( ex. parcă – barcă)

- față \_\_\_\_\_;      • parte \_\_\_\_\_;
- pâine \_\_\_\_\_;      • nor \_\_\_\_\_;
- cară \_\_\_\_\_;      • vară \_\_\_\_\_.

# 3



Completează vocalele lipsă din cuvinte:



- p  rc;      • g  r  n;
- gl  nd ;
- c  t  dr ;
- P  t  șt ;
- bl  nd ;
- v  nd  c  r ;
- v  s ;
- fl   r ;
- c  rb;
- s  mn  l;
- d  sc  pl  n  t.

# 4



Scrie o propoziție în care cuvintele să înceapă cu aceeași silabă.



Folosind literele date, scrie câte un cuvânt după schemele următoare:  
N, Ă, O, T, E, U, R, A, C, I.

- |       |        |         |
|-------|--------|---------|
| • CVC | • CVV  | • VV    |
| _____ | _____  | _____   |
| • VVV | • CVCV | • VCVCV |
| _____ | _____  | _____   |

**SUPER EXERCİȚIU**

Ai reușit?



## 2. PROPOZIȚIA/ENUNȚUL



### CONȚINUTURI

- Formularea unor enunțuri proprii în situații concrete de comunicare.



### SUPER SFAT

- Propoziția sau enunțul reprezintă același lucru.



### SUPER MEMOREAZĂ!

- Propoziția se intonează ținând seama de semnele de punctuație.



### Rețin esențialul

Propoziția este o comunicare spusă sau scrisă.

Pentru a comunica avem nevoie de cuvinte. Acestea sunt legate între ele prin înțeles.

Primul cuvânt din propoziție se scrie cu literă mare.

La sfârșitul propoziției se pune unul dintre semnele de punctuație: punct, semnul exclamării, semnul întrebării.



### Știu cum să fac

Propozițiile se clasifică în:

a) după structură:

- simple: „Maria cântă.”
- dezvoltate: „Ana citește o carte.”

b) după formă:

- afirmative: „Dan învață bine.”
- negative: „Ionuț nu joacă tenis.”

c) după scopul comunicării:

- enunțiative: „A venit vara.”
- interogative: „Cine a bătut la ușă?”
- exclamative: „Ce frumos a fost în excursie!”



1



Care dintre enunțuri formează o propoziție? Scrie DA sau NU în căsuțe.

- Florin. ☐ ☐
- Înveți bine? ☐ ☐
- Noi învățăm bine. ☐ ☐
- Copacii sunt înfrunziți. ☐ ☐
- Copaci înfloriți. ☐ ☐
- Citește. ☐ ☐

2



Alcătuiește câte o propoziție în care cuvântul „soare” să fie la început, la mijloc și la sfârșit de propoziție.

---



---



---

3



Delimitează cuvintele și scrie corect propozițiile:

a) Capraaplecatînpădure.

---

b) Copilularehainăcurată.

---

4



Ordonează cuvintele pentru a forma propoziții.

a) serbare, pregătesc, o, copiii:

---

b) pitici, șapte, harnici, erau, cei, poveste, din:

---

SUPER EXERCITIU

Alcătuiește o propoziție în care ordinea celor cinci cuvinte să corespundă cu numărul de silabe al fiecăruia.

---

Ai reușit?

☐

☐

☐


# VOCABULARUL



## CONȚINUTURI

- Identificarea sunetelor și a silabelor în cuvinte și a cuvintelor în enunțuri rostite cu claritate.



## SUPER SFAT

- Când desparti un cuvânt la sfârșitul unei propoziții, ai grijă să păstrezi silaba întreagă.



## SUPER MEMOREAZĂ!

- Cuvintele ne ajută să comunicăm.
- Din cuvinte alcătuim propoziții care transmit mesajul pe care îl dorim.

# 1. CUVÂNTUL



## Rețin esențialul

Propozițiile sunt alcătuite din cuvinte. Cuvintele sunt grupuri de sunete și litere, legate între ele prin înțeles.

Totalitatea cuvintelor formează vocabularul unei limbi.

Pentru a putea fi găsite mai ușor în dicționar, cuvintele sunt așezate în ordine alfabetică.

Cuvintele care arată nume (de persoane, de țări, de ape, de orașe etc.) se scriu cu literă mare, indiferent de locul pe care îl ocupă în propoziție.

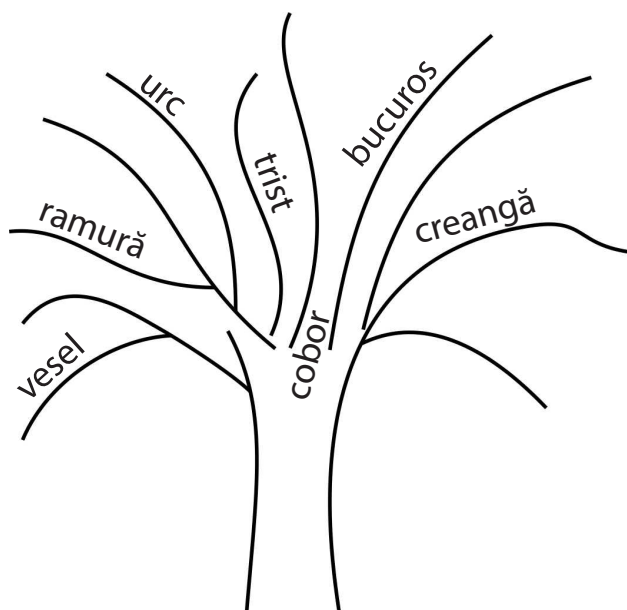


## Știu cum să fac

- Cuvintele sunt de mai multe feluri: cuvinte cu înțeles asemănător, cuvinte cu înțeles opus, cuvinte care au aceeași formă, dar înțeles diferit.

– cuvinte cu înțeles opus: vesel – trist  
urc – cobor

– cuvinte cu înțeles asemănător:  
ramură – creangă  
bucuros – vesel



Copacul cuvintelor



1  
★

Notează în tabelul de mai jos câte cinci cuvinte care să denumească:

| PLANTE | ANIMALE | OBIECTE DE ÎMBRĂCĂMINTE | FENOMENE ALE NATURII |
|--------|---------|-------------------------|----------------------|
|        |         |                         |                      |
|        |         |                         |                      |
|        |         |                         |                      |
|        |         |                         |                      |
|        |         |                         |                      |

2

★  
★

În propoziția „Excursia are loc undeva la munte.” sunt:

- a) cinci cuvinte;
- b) patru cuvinte;
- c) șase cuvinte;
- d) șapte cuvinte.

3

★  
★

Combină silabele date și alcătuiește cuvinte formate din una, două, trei sau patru silabe: ie, ne, bă, țel, ei, ma, te, car, iar, și, ca, la, vo, bu, om, au, ia.

---



---



---



---

4

★  
★  
★

Taie variantele greșite de despărțire în silabe:

- pe - lican;      peli-can;      pel – ican;
- le – bădă;      leb – ădă;      lebă – dă;
- li – belulă;      lib – elulă;      libelul – ă;      libe – lulă;      libelu – lă.

SUPER EXERCİIU

Găsește proverbele și transcrie-le:

- de, se, cunoaște, bună, dimineață, Ziua.

---

- mâine, pe, Nu, lăsa, face, azi, ce, poți.

---

Ai reușit?



## 2. CUVINTE CU SENS ASEMĂNĂTOR



### Rețin esențialul



### CONȚINUTURI

- Identificarea modalității de evitare a repetării unui cuvânt;
- Îmbogățirea vocabularului prin folosirea cuvintelor cu sens asemănător.

Cuvintele cu formă diferită, dar cu înțeles asemănător sunt cuvintele de forma:

s-a ascuns = s-a pitit;  
curte = ogradă, băătură;  
se așterne = se întinde;  
voioase = bucuroase, vesele;  
elev = școlar.



### Știu cum să fac

Observ repetiția deranjantă și folosesc cuvinte cu înțeles asemănător pentru a o îndepărta.

„Peste tot s-a așternut **zăpada**.”

Casele, pomii, drumurile s-au îmbrăcat cu haine **de zăpadă**. **Totul este alb și sclipitor. Ce tare scârțâie zăpada** sub bocancii trecătorilor!”

„Peste tot s-a așternut **zăpada**.”

Casele, pomii, drumurile s-au îmbrăcat cu haine de **omăt**. Totul este alb și sclipitor.

Ce tare scârțâie **neaua** sub bocancii trecătorilor!”



### SUPER SFAT

- Îmbogățește-ți vocabularul! Folosește dicționarul!



### SUPER MEMOREAZĂ!

- O expresie poate avea același înțeles cu un cuvânt.

*Exemplu:*

Elena a băgat de seamă că plouă.

Elena a observat că plouă.





1



Înlocuiește în propozițiile următoare cuvintele subliniate cu unele cu înțeles asemănător:

- ȘCOLARUL învață zi de zi. → \_\_\_\_\_ învață zi de zi.
- ZĂPADA s-a topit. → \_\_\_\_\_ s-a topit.
- PATRIA noastră se numește România. → \_\_\_\_\_ noastră se numește România.

2



Uniți cuvintele cu înțeles asemănător:



- |            |         |             |         |
|------------|---------|-------------|---------|
| ● pădure   | guraliv | ● voinic    | străbun |
| ● vorbăreț | simplu  | ● strămoș   | vânjos  |
| ● ager     | vrăjmaș | ● liniștit  | stabil  |
| ● modest   | codru   | ● darnic    | calm    |
| ● dușman   | isteț   | ● statornic | generos |

3



Tăiați cuvântul care nu se potrivește!



- carte, desen, manual, volum;
- zăpadă, deal, nea, omăt;
- uimit, mirat, uluit, supărat;
- drapel, bancă, steag, stindard;
- învățat, înțelept, citit, încrezut.

SUPER EXERCİIU

Găsește explicația cuvintelor: narațiune, dificil, savant, opinie. Alcătuiește câte o propoziție cu fiecare!

---



---



---



---

Ai reușit?



## 4. CUVINTE CARE AU ACEEAȘI FORMĂ, DAR SENS DIFERIT



### Rețin esențialul



### CONȚINUTURI

- Identificarea înțelesurilor diferite pe care le poate avea unul și același cuvânt.



### SUPER SFAT

- Citește cu atenție enunțul pentru a înțelege sensul cuvintelor.



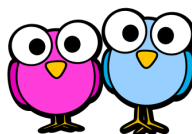
### SUPER MEMOREAZĂ!

- Unele cuvinte se scriu și se pronunță la fel, dar au înțelesuri diferite.

Există cuvinte în vocabularul limbii române care au aceeași formă, dar au mai multe înțelesuri.

De exemplu, cuvântul „TOC”:

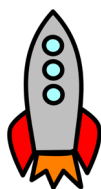
- Bunicul scrie cu un toc vechi.
- Mamei i s-a rupt un toc.
- Ușa de la casa mea are un toc rezistent.
- Bunica și-a cumpărat un toc de ochelari.
- Eu toc varza pe un tocător de lemn.
- Toc! Toc! se aude ciocănitura în pădure.



### Știi cum să fac

- Realizez corespondența dintre cuvinte și imagini prin numerotare:

toc – 1; liliac – 2; leu – 3; rachetă – 4; somn – 5; păr – 6.



4



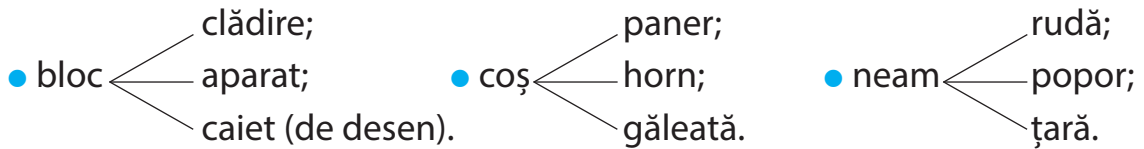
4





1  
★

Taie cu o linie explicația nepotrivită dintre cele trei variante:



2  
★★

Formulează enunțuri cu mai multe sensuri ale cuvintelor scrise mai jos:

Exemplu : Eu car lemne într-un car al vecinului.  
nouă; sare; cer; vie; mână; poartă; broască.

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

3  
★★

Subliniază cuvintele cu aceeași formă și înțelesuri diferite:

a) Din strugurii culeși din vii, tata a făcut un vin roșu gustos.

De ce nu vii cu mine la film? Măine vin bunicii pe la noi.

b) Noi, românii, avem un port popular frumos.

Vara eu port haine subțiri.

Mergem în port să vedem vapoare.

Alcătuiește un scurt text în care să folosești cuvintele „noi” și „nouă” cu înțelesuri diferite.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

SUPER EXERCİIU

Ai reușit?



# ORTOGRAFIA



## CONȚINUTURI

- Identificarea situațiilor în care se folosește „Î”/„Â”;
- Folosirea lui „M” înainte de „P” sau „B”.



## SUPER SFAT

- Ai grijă la cuvintele compuse! Acestea fac excepție de la regulă „~~ne~~**încetat**”.



## SUPER MEMOREAZĂ!

- Există cuvinte scrise cu „cs” în loc de „x” (Alecsandri, rucsac, îmbâcsit, ticsit etc.).

## 1. SCRIEREA CORECTĂ A CUVINTELOR CARE CONȚIN LITERELE Î/Â ȘI X, CARE CONȚIN CONSOANA M ÎNAINTE DE P/B



## Rețin esențialul

La începutul și la sfârșitul cuvintelor, scriem totdeauna „î” (înainte, încet, urî, hotărî etc.).

Când întâlnim cuvinte în interiorul cărora se aude sunetul „î”, le scriem cu „â”.

Înainte de literele „p” și „b” se scrie de obicei litera „m”.

Dintre cuvintele scrise cu „x”, unele se pronunță cu „cs”, iar altele cu „gz”.



## Știu cum să fac

- Aleg forma corectă a cuvintelor:

întâmplare/~~intâmplare~~

~~încetat~~/încetat

~~coborâ~~/cobori

~~cîntec~~/cântec

învățător/~~învătător~~

dobori/~~doborâ~~

ambiție/~~ambitie~~

~~cumpăr~~/cumpăr

îmbătrânit/~~înbătrânit~~

~~computer~~/computer

~~compunere~~/compunere

schimb/~~schimb~~

rucsac/~~ruxac~~

ticsit/~~tixit~~

examen/~~egzamen~~

~~egzercitiu~~/exercițiu

~~ecscursie~~/excursie

fix/~~fics~~



1



Completează cu „â” sau „î”.

- p \_ nză;    • \_ nceput;    • c \_ ntec;    • cobor \_;    • cuv \_ nt;  
• hotăr \_;    • \_ nc \_ ntat;    • \_ nt \_ mpleare;    • \_ ntrecere;    • posomor \_ t.

2



Scrie cel puțin patru cuvinte „rude” ale cuvântului „român”.

---



---

3



Formează cuvinte noi din cuvintele: podoabă, bujor, pachet, bogat, piatră, pușcă, bătrân, baie (ex. boboc – îmbobocit).




---



---



---



---

4



Transcrie cuvintele, respectând cerințele: exigent, exemplu, excelent, examinare, exclamă, exact, explică, exerciții, expediază, examen, fix, exersează.



Sunetele „cs”:

Sunetele „gz”:

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

SUPER EXERCİIU

Formulează câte două enunțuri în care să folosești cuvintele „text” și „test”.

---



---



---



---

Ai reușit?



## 2. SCRIEREA CORECTĂ A CUVINTELOR „ÎNTR-O/ÎNTR-UN”; „DINTR-O/DINTR-UN”; „SAU/S-AU”; „SA/S-A”



### CONȚINUTURI

- Scrierea corectă a cuvintelor „într-o/într-un”; „dintr-o/dintr-un”; „sau/s-au”; „sa/s-a”.



### SUPER SFAT

- „SAU” și „SA” se scriu legat atunci când se pot înlocui cu ceva.



### SUPER MEMOREAZĂ!

- „S-A”/„S-AU” sunt două cuvinte care se rostesc împreună și se scriu cu cratimă.



### Rețin esențialul

Cuvintele „într-o/într-un”, „dintr-o/dintr-un” se scriu întotdeauna cu liniuță.

Se scrie sa când poate fi înlocuit cu unul dintre cuvintele ei sau lui.

Se scrie s-a când nu se poate înlocui cu ei sau lui și este urmat de o acțiune.

Se scrie sau când poate fi înlocuit cu ori.

Se scrie s-au când nu poate fi înlocuit cu ori și arată o acțiune încheiată.



### Știu cum să fac

- „într-o” } – se despart în silabe așa:  
„dintr-o” }   în - tr-o ; din - tr-o .
- „într-un” } – se despart în silabe așa:  
„dintr-un” }   în - tr-un ; din - tr-un .

↳

S-A

Cratima:

- desparte două cuvinte diferite;
- unește într-o silabă două cuvinte diferite.

Am enunțul:

- Cartea sa/s-a era deschisă.

Verific înlocuind cu ei/lui.

Cartea ei/lui era deschisă. – este corect, înseamnă că scriu „sa”.

- Ioana sa/s-a dus la film.

Verific înlocuind cu ei/lui.

Ioana ei dus la film. – nu are sens, prin urmare se scrie „s-a”.





1



Alege și încercuiește varianta corectă:

- a) Alex locuiește într-o/într-un casă nouă.
- b) Într-o/într-un parc sunt multe bănci.
- c) Dintr-o/dintr-un scorbură a ieșit o veveriță.
- d) Dintr-un/dintr-o tufiș a apărut un arici.

2



Ordonează cuvintele pentru a obține propoziții:

a) Mihnea, librărie, Lucian, și, într-o, au intrat.

b) Mariei, locuiesc, bunicii, într-un, munte, sat, de.

c) bârlog, morocănos, urs, un, dintr-un, a ieșit.

d) viorelele, am, dintr-o, luminoasă, cules, poieniță.

3



Completează cu „sa/s-a”; „sau/s-au”.



- În camera \_\_\_\_\_ era totul în ordine.
- A \_\_\_\_\_ pisicuță nu \_\_\_\_\_ trezit la mâncare.
- \_\_\_\_\_ trezit de dimineață. Au plecat la munte \_\_\_\_\_ la mare.

4



Taie forma incorectă:



Andra sa/s-a dus la colega sa/s-a, Mihaela. După ce sau/s-au uitat la televizor, s-au/sau jucat la computer sau/s-au cu mingea. Mihaela s-a/sa jucat cu mingea, iar Andra s-a/sa jucat cu cățelușă. Amândouă s-au/sau distrat de minune.

SUPER EXERCITIU

Scrive patru enunțuri în care să folosești simultan cele două forme ale cuvintelor. (Exemplu: S-a simțit bine de ziua sa.)

---



---



---



---

Ai reușit?



# PUNCTUAȚIA



## CONȚINUTURI

- Clasificarea propozițiilor în funcție de semnele de punctuație de la sfârșit.
- Realizarea intonației în citirea propozițiilor.



## SUPER SFAT

- Respectă semnele de punctuație!
- Citește cu intonație!



## SUPER MEMOREAZĂ!

- A citi corect.
- A intona corect.
- A respecta pauzele.
- A citi în ritm potrivit.

## 1. PROPOZIȚIA



## Rețin esențialul

Propoziția este o comunicare la sfârșitul căreia se pune „.” (punct); „?” (semnul întrebării); „!” (semnul exclamării).

La sfârșitul propoziției care comunică o informație sau o constatare se pune **punct** (.)

Punctul ne arată că trebuie să facem o pauză în citire.

La sfârșitul propoziției prin care se întreabă ceva se pune **semnul întrebării** (?).

Semnul întrebării ne arată că trebuie să folosim un ton întrebător.

**Punctul** și **semnul întrebării** sunt semne de punctuație.



## Știi cum să fac

În funcție de semnul de punctuație pus la sfârșitul ei, aceeași propoziție se poate citi diferit.

Exemplu:

- Prietena ta era grăbită.
- Prietena ta era grăbită?

Nu se pune punct după titlu și nici după formulele de adresare.

Exemplu:

- La scăldat  de I. Creangă
- Maria, adu-mi o cana cu apă





1



Scrie întrebări potrivite pentru următoarele răspunsuri:

a) 1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Bunicul lucrează în grădina de flori.

b) 1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Ioana își caută unelte de lucru.

2



Alcătuiește trei propoziții care să exprime o constatare.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

3



Formulează propoziții în care cuvântul „greblează” să se afle:

a) la început      b) în interior      c) la final

a) \_\_\_\_\_

b) \_\_\_\_\_

c) \_\_\_\_\_

SUPER EXERCITIU

Completează cu semnele de punctuație potrivite:

Buratino se așază la masă ☐ Fetița începe lecția ☐

– Ascultă, să zicem că ai două mere în buzunar ☐ Cineva îți cere unul ☐ Câte mere îți mai rămân ☐

– Două ☐

– De ce două ☐

– Două, pentru că cel care mi-a cerut mărul n-o să-l capete ☐

(„Cheița de aur sau minunatele pățanii ale lui Buratino” – fragment, de Aleksei Tolstoi)

Ai reușit?



# NUMERE NATURALE 0-100



## CONȚINUTURI

- Scrierea și citirea numerelor naturale de la 0 la 100;
- Compararea și ordonarea numerelor naturale de la 0 la 100.



## SUPER SFAT

- Nu uita locul pe care îl ocupă unitățile și zecile!

**Z U**



## SUPER MEMOREAZĂ!

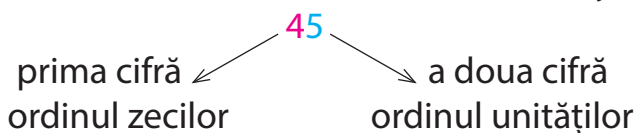
- Scrie corect:  
31 – treizeci și unu  
40 – patruzeci  
50 – cincizeci  
60 – șaizeci  
70 – șaptezeci  
80 – optzeci  
90 – nouăzeci  
99 – nouăzeci și nouă  
100 – o sută

## 1. SCRIERE. CITIRE. COMPARARE



## Rețin esențialul

Numărul = rezultatul elementelor unei mulțimi;



Cifra = semnul grafic folosit în scrierea numerelor 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.

Numerele pare (cu soț) au cifra unităților un număr par: 0, 2, 4, 6, 8.

Numerele impare (fără soț) au cifra unităților un număr impar: 1, 3, 5, 7, 9.

Numerele consecutive sunt numerele care urmează unul după altul în șirul numerelor naturale.



## Știu cum să fac

De câte ori apare numărul 8 în șirul: 8, 28, 48, 68, 88?

- o dată;
- de 5 ori;
- de 6 ori.

Numărul 8 apare o singură dată în șirul prezentat, adică 8, restul aparițiilor reprezintă cifra 8, care ajută la formarea numerelor.



## Mă antrenez



# 1



Scrie numerele:

a) de la 49 la 60 – crescător:

\_\_\_\_\_

b) de la 95 la 84 – descrescător:

\_\_\_\_\_

c) pare, de la 7 la 37 – crescător:

\_\_\_\_\_

# 2



Compară numerele și scrie semnul corespunzător (<, > sau =):



• 24  29;

• 60  60;

• 78  80;

• 21  12;

• 89  98;

• 50  50;

• 47  57;

• 37  36;

• 32  30.

# 3



Scrie cu litere:



• 25 = \_\_\_\_\_ ;

• 76 = \_\_\_\_\_ ;

• 33 = \_\_\_\_\_ ;

• 89 = \_\_\_\_\_ ;

• 14 = \_\_\_\_\_ ;

• 50 = \_\_\_\_\_ .

# 4



Scrie toate numerele naturale de 2 cifre care:



a) Sunt consecutive și au cifra zecilor 7:

\_\_\_\_\_



b) Au cifra zecilor egală cu cifra unităților:

\_\_\_\_\_

c) Au cifra zecilor mai mare cu 2 decât cifra unităților.

\_\_\_\_\_

**SUPER EXERCİȚIU**

Adevărat sau fals (A/F) înainte de ?

☐ Cel mai mic număr par nu este 8.

☐ Cel mai mic număr din două cifre consecutive este 10.

☐ Cel mai mare număr impar alcătuit din cifre distincte este 89.

☐ Cel mai mic număr par alcătuit din cifre identice este 22.

☐ Diferența între fiecare dintre numerele 56, 87, 98 și răsturnatul lor este 9.

## 2. ADUNĂRI, SCĂDERI CU ȘI FĂRĂ TRECERE PESTE ORDIN



### CONȚINUTURI

- Adunarea și scăderea numerelor  $0 \rightarrow 100$  fără trecere peste ordin;
- Adunarea și scăderea numerelor  $0 \rightarrow 100$  cu trecere peste ordin;
- Legătura dintre adunare și scădere.



### SUPER SFAT

- Pentru a fi sigur că ai calculat corect, întotdeauna să faci proba!



### SUPER MEMOREAZĂ!

- Pentru ca scăderea să se poată efectua, descăzutul trebuie să fie cel puțin egal cu scăzătorul.



### Rețin esențialul

- Dacă adunăm un număr cu 0, suma nu se schimbă:

$$a + 0 = 0 + a = a$$

- Dacă schimbăm locul termenilor, suma nu se schimbă:

$$a + b = b + a$$

- Putem grupa convenabil termenii:

$$10 + 17 + 20 + 3 + 5 + 15 = 70$$

$$(10 + 20) + (17 + 3) + (5 + 15) = 70$$

$$30 + 20 + 20 = 70$$

- La adunare află un număr necunoscut prin scădere:

$$27 + a = 30$$

$$a = 30 - 27$$

$$a = 3$$

$$b + 45 = 60$$

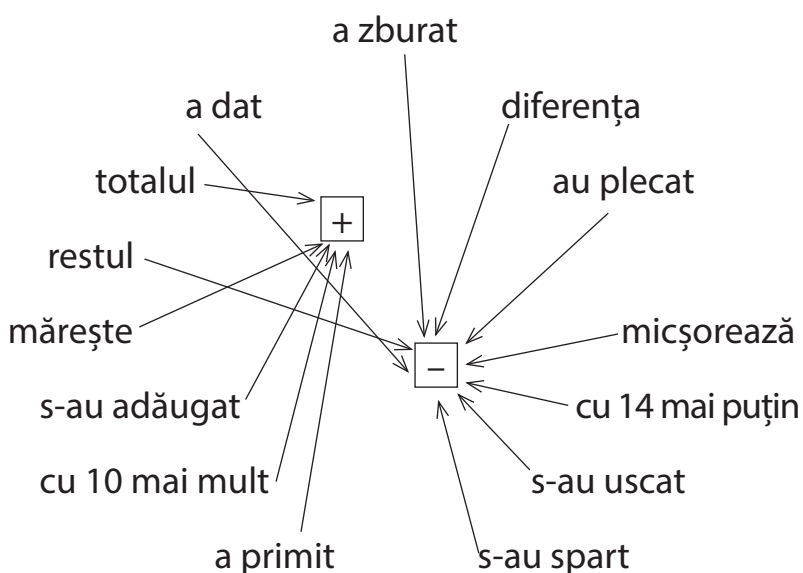
$$b = 60 - 45$$

$$b = 15$$



### Știi cum să fac

- Unesc ce se potrivește.





1



Aflați suma și apoi diferența vecinilor numărului 36.

Suma: \_\_\_\_\_ .

Diferența: \_\_\_\_\_ .

2



Micșorează diferența numerelor 485 și 217 cu cel mai mic număr par de trei cifre distincte.

\_\_\_\_\_

3



La suma numerelor 372 și 217 adaugă diferența numerelor 960 și 736.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4



Află  $a - b - c$ , știind că:

$a = 900$

$b = a - 480 \rightarrow b =$  \_\_\_\_\_

$c = b - 80 \rightarrow c =$  \_\_\_\_\_

$a - b - c =$  \_\_\_\_\_

SUPER EXERCITIU

Din cel mai mare număr impar de 3 cifre, scade cel mai mare număr de 3 cifre alcătuit din cifre impare.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ai reușit?



# NUMERE NATURALE 100–1000



## CONȚINUTURI

- Formarea, scrierea și citirea numerelor 100 → 1000;
- Compararea și ordonarea numerelor 100 → 1000.



## SUPER SFAT

- Într-o succesiune de trei cifre, ține minte ce ordin reprezintă fiecare cifră!



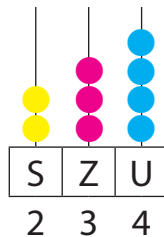
## SUPER MEMOREAZĂ!

- Zece unități formează un zece.  
Zece zeci formează o sută.  
Zece sute formează o mie.

# 1. FORMARE. SCRIERE. CITIRE. COMPARARE. ORDONARE



## Rețin esențialul



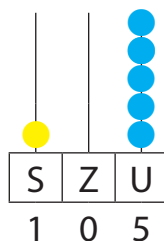
$$234 = 200 + 30 + 4$$

două sute treizeci și patru

2 → cifra pentru ordinul sutelor

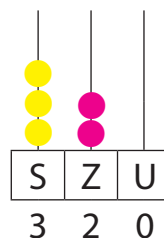
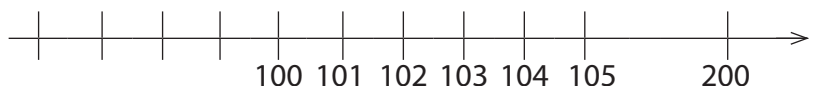
3 → cifra pentru ordinul zecilor

4 → cifra pentru ordinul unităților



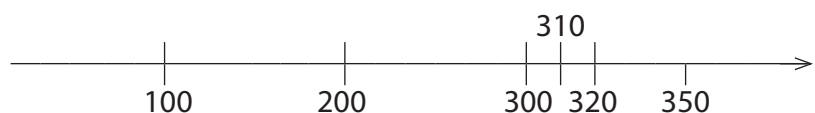
$$105 = 100 + 0 + 5$$

o sută cinci



$$320 = 300 + 20 + 0$$

trei sute douăzeci



## Știu cum să fac

Scriu numărul:

- cu cifra sutelor 7, cifra zecilor 8 și cifra unităților 3;
- cu cifra sutelor 4, cifra zecilor 1 și cifra unităților 0;
- de 3 cifre consecutive, cu cifra sutelor 6;
- de 3 cifre identice mai mare decât 900;
- de 3 cifre identice mai mic decât 200.

|   |   |   |
|---|---|---|
| 7 | 8 | 3 |
| 4 | 1 | 0 |
| 6 | 7 | 8 |
| 9 | 9 | 9 |
| 1 | 1 | 1 |

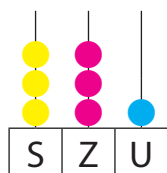
Scriu patru numere consecutive astfel:

- primul este 175 → 176, 177, 178, 179
- al doilea este 600 → 599, 600, 601, 602
- ultimul este 1000 → 997, 998, 999, 1000

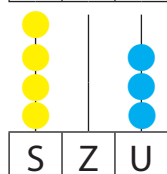


1

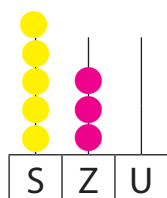
★ Scribe cu litere numerele reprezentate.



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

2

★ Scribe predecesorul și succesorul numerelor:

★

- \_\_\_\_\_ 400 \_\_\_\_\_;      • \_\_\_\_\_ 514 \_\_\_\_\_;      • \_\_\_\_\_ 900 \_\_\_\_\_;
- \_\_\_\_\_ 279 \_\_\_\_\_;      • \_\_\_\_\_ 399 \_\_\_\_\_;      • \_\_\_\_\_ 749 \_\_\_\_\_;
- \_\_\_\_\_ 696 \_\_\_\_\_;      • \_\_\_\_\_ 260 \_\_\_\_\_;      • \_\_\_\_\_ 898 \_\_\_\_\_.

3

★ Scribe numerele naturale:

★

a) de la 99 la 109: \_\_\_\_\_;

★

b) de la 543 la 533: \_\_\_\_\_;

c) de trei cifre, care se pot forma cu cifrele 0 și 5:

\_\_\_\_\_.

SUPER EXERCIȚIU

• Observă regula și continuă șirul cu încă 4 numere:

a) 575      580      585 \_\_\_\_\_;

b) 123      234      345 \_\_\_\_\_;

c) 333      444      555 \_\_\_\_\_.

Ai reușit?



## 2. ADUNĂRI 100 → 1000 FĂRĂ ȘI CU TRECERE PESTE ORDIN



### CONȚINUTURI

- Adunarea numerelor 100 → 1000 fără și cu trecere peste ordin;
- Rezolvarea unor probleme.



### SUPER SFAT

- Fii atent la așezarea corectă a numerelor pe care le aduni!

$$\begin{array}{r} 307 \\ + 261 \\ \hline 568 \end{array}$$



### SUPER MEMOREAZĂ!

- Se adună sutele cu sutele, zecile cu zecile și unitățile cu unitățile, începând de la unități.



### Rețin esențialul

$$\begin{array}{r} 307 \\ + 261 \\ \hline 568 \end{array}$$

307 = primul termen  
261 = al doilea termen  
568 = suma (rezultatul adunării)

- Dacă schimbăm locul termenilor, suma nu se schimbă.

$$307 + 261 = 261 + 307$$

- Într-o operație de adunare, putem grupa convenabil termenii, iar suma nu se schimbă.

$$150 + 370 + 250 = (150 + 250) + 370$$

- Dacă adunăm 0 oricărui număr natural, suma este egală cu acel număr.

$$728 + 0 = 728$$



### Știi cum să fac

- Scriu numărul 826 ca sumă de sute, zeci și unități:  
 $826 = 800 + 20 + 6$

- Scriu numărul 826 ca sumă de două numere naturale:

$$826 = 500 + 326$$

- Scriu numărul 826 ca sumă de două numere naturale identice:

$$826 = 413 + 413$$

- Rezolv problema prin operația de adunare:

După ce s-au vândut 227 caiete, în librărie au rămas 349. Câte caiete au fost la început în librărie?

$$227 + 349 = 576 \text{ (caiete)}$$





1

★ Află numărul cu 425 mai mare decât: 210, 405, 367, 525, 132, 290.

|        |        |
|--------|--------|
| _____; | _____; |
| _____; | _____; |
| _____; | _____. |

2

★ În piață se primesc de dimineață 514 kg de cartofi, iar după-amiază 428 kg. Câte kilograme de cartofi s-au primit în piață?

\_\_\_\_\_.

3

★ Se dau numerele: 102, 237, 456, 675.

- ★ a) Află suma numerelor impare: \_\_\_\_\_;
- b) Află suma numerelor pare: \_\_\_\_\_.

4

★ Află suma dintre cel mai mic număr par de trei cifre și cel mai mare număr de trei cifre, scris cu cifre pare distincte.

\_\_\_\_\_.

SUPER EXERCİȚIU

Reconstituie adunările:

$$\begin{array}{r} \square \square 9 + \\ 5 4 \square \\ \hline 9 1 2 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \square 4 + \\ \square 5 \square \\ \hline 4 8 0 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 7 9 5 + \\ \square \square \square \\ \hline 9 9 9 \end{array}$$

Ai reușit?



### 3. SCĂDEREA 100–1000 FĂRĂ ȘI CU TRECERE PESTE ORDIN



#### CONȚINUTURI

- Scăderea numerelor 100–1000 fără și cu trecere peste ordin;
- Rezolvarea unor probleme.



#### SUPER SFAT

- Fii atent la așezarea corectă a numerelor pe care le scazi!

$$\begin{array}{r} 596 - \\ 348 \\ \hline 248 \end{array}$$



#### SUPER MEMOREAZĂ!

- Se scad sutele din sute, zecile din zeci și unitățile din unități, începând de la unități.



#### Rețin esențialul

$$\begin{array}{r} 596 - \\ 348 \\ \hline 248 \end{array}$$

596 = descăzut (numărul din care scădem)  
348 = scăzător (numărul pe care îl scădem)  
248 = diferență (rezultatul scăderii)

- Descăzutul se află prin operația de adunare.  
 $596 = 348 + 248$
- Scăzătorul se află prin operația de scădere.  
 $348 = 596 - 248$



#### Știi cum să fac

- Aflu numărul cu 429 mai mic decât suma numerelor 517 și 342.  
 $517 + 342 = 859$  (suma)  
 $859 - 429 = 430$  (numărul căutat)
- Aflu scăzătorul, știind că descăzutul este 898, iar diferența 645.  
 $898 - 645 = 253$  (scăzătorul)
- La un maraton participă 950 alergători. După 5 km abandonează 127 sportivi, iar după două ore, din cauza căldurii, încă 65 sportivi renunță la întrecere. Câți sportivi își continuă alergarea?

$$950 - 127 - 65 = 758 \text{ (sportivi)}$$

$$\begin{array}{r} 950 - 127 \\ \hline 823 \end{array} - 65 = 758$$





1



Calculează diferența numerelor 815 și 372; 169 și 86; 358 și 212; 702 și 416; 606 și 495; 273 și 149.

|       |       |       |
|-------|-------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |

2



Calculează și fă proba prin operația inversă:

●  $370 + 492 =$  \_\_\_\_\_
 ●  $245 + 376 =$  \_\_\_\_\_
 ●  $496 + 502 =$  \_\_\_\_\_

|       |       |       |
|-------|-------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
|-------|-------|-------|

3



La diferența numerelor 976 și 803, adaugă diferența numerelor 795 și 487.

|       |       |       |
|-------|-------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
|-------|-------|-------|

SUPER EXERCİȚIU

- Mă gândesc la un număr, din el scad 210, apoi adun 370 și obțin 400.

La ce număr m-am gândit?

|       |
|-------|
| _____ |
| _____ |
| _____ |
| _____ |
| _____ |

Ai reușit?



# ÎNMULȚIREA



## CONȚINUTURI

- Înmulțirea ca adunare repetată de termeni egali;
- Utilizarea unor denumiri și simboluri matematice;
- Proprietăți ale înmulțirii;
- Înmulțirea, când unul dintre factori este 2, 3, 4 sau 5.



## SUPER SFAT

Citim corect  $5 \times 3$ :

- 5 înmulțit cu 3;
- de 5 ori 3;
- 3 repetat de 5 ori;
- încincitul lui 3.



## SUPER MEMOREAZĂ!

- $5 \times 3 = 15$   
5 – este numărul care arată de câte ori se repetă 3;  
3 – este numărul care se repetă;  
15 = rezultatul înmulțirii.

## 1. ÎNMULȚIREA CU 2, 3, 4 ȘI 5



## Rețin esențialul

- Înmulțirea este o **adunare repetată de termeni egali**;

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| L  | M  | M  | J  | V  | S  | D  |
| 2ℓ | 2ℓ | 2ℓ | 2ℓ | 2ℓ | 2ℓ | 2ℓ |

Dacă în fiecare zi din săptămână consumăm câte 2 ℓ de apă, câți litri de apă consumăm într-o săptămână?

$$7 \times 2 = 2 + 2 + 2 + 2 + 2 + 2 + 2 \\ = 14 (\ell)$$

$$7 \times 2 = 14 (\ell)$$

FACTORI

PRODUS

- Într-o operație de înmulțire, dacă schimbăm ordinea factorilor, produsul nu se schimbă.

$$7 \times 2 = 2 \times 7$$

- Într-o operație de înmulțire cu mai mulți factori, dacă grupăm factorii, produsul nu se schimbă.

$$4 \times 3 \times 5 = (4 \times 3) \times 5 = 4 \times (3 \times 5)$$

- Dacă înmulțim un număr cu 1, produsul este egal cu acel număr.

$$5 \times 1 = 5$$



## Știi cum să fac

- Scriu adunările repetate ca înmulțiri:

$$4 + 4 + 4 = 3 \times 4 \\ = 12$$

$$8 + 8 + 8 + 8 + 8 = 5 \times 8 \\ = 40$$

$$6 + 6 + 6 + 6 = 4 \times 6 \\ = 24$$

- Știu câte roți au cele 8 mașini din parcare:  
 $8 \times 4 = 32$  (roți)





1



Completează:

- Semnul „x” se citește \_\_\_\_\_ .
- 1 este element \_\_\_\_\_ la înmulțire.
- Rezultatul înmulțirii se numește \_\_\_\_\_ .
- Numerele care se înmulțesc se numesc \_\_\_\_\_ .
- Înmulțirea este o adunare \_\_\_\_\_ .

2



Află:



a) dublul fiecăruia dintre numerele: 3, 2, 5.

\_\_\_\_\_

b) numerele de 3 ori mai mari decât 8, 3, 6.

\_\_\_\_\_

c) produsul numerelor: 4 și 5, 3 și 6, 2 și 7.

\_\_\_\_\_

3



Calculează produsul dintre numărul 4 și toate numerele impare de o cifră.



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

SUPER EXERCITIU

- Transformă în adunări repetate produsele:

$$4 \times 3 = \underline{\hspace{2cm}}; \quad 5 \times 3 = \underline{\hspace{2cm}};$$

$$3 \times 4 = \underline{\hspace{2cm}}; \quad 3 \times 5 = \underline{\hspace{2cm}};$$

$$2 \times 7 = \underline{\hspace{2cm}}; \quad 8 \times 3 = \underline{\hspace{2cm}}.$$

Ai reușit?



## 2. PLANTELE



### CONȚINUTURI

- Cunoașterea nevoilor de bază ale plantelor;
- Prezentarea etapelor vieții plantelor.



### SUPER SFAT

- Cultivă plante și îngrijește-le!



### SUPER MEMOREAZĂ!

- Pentru a se naște, pentru a putea crește și a se dezvolta, plantele au nevoie de apă, căldură, aer, lumină, pământ hrănitor.
- Dacă, o perioadă mai îndelungată de timp, nu au una dintre condiții, plantele mor.



### Rețin esențialul

- Plantele au nevoie de:
  - apă – Fără apă, planta se usucă și moare.
  - aer – Fără aer, planta se îngălbenește.
  - lumină – Fără lumină, planta nu-și poate prepara hrana.
  - căldură – La temperaturi scăzute, plantele îngheață.
  - pământ hrănitor (sol) – Plantele vor crește și se vor dezvolta numai dacă au un pământ prielnic, cu substanțe hrănitoare.

#### Etapale vieții plantelor sunt:

- Nașterea: sămânța încolțește, apare rădăcina;
- Dezvoltarea: rădăcina și tulpina se alungesc, apar frunzele, corpul plantei crește;
- Reproducerea sau înmulțirea: planta continuă să crească și înflorește; floarea se transformă într-un fruct care adăpostește o sămânță pentru o nouă plantă;
- Încheierea unui ciclu de viață sau moartea.



### Știu cum să fac

- Completez enunțurile:
  - Plantele sunt alcătuite din: **rădăcină, tulpină, frunze, flori, fruct, semințe.**
  - Cele mai cunoscute plante cultivate la câmpie sunt **cerealele**.
  - Cele mai întâlnite plante care cresc la munte sunt: **feriga, floarea de colț, merișorul, arnica, brândușele, afinișul.**
- Încercuiesc litera corespunzătoare răspunsului corect:  
Pentru a-și prepara hrana, plantele verzi:
  - a) au nevoie de umbră;
  - b) absorb lumina de la lună;
  - c) nu au nevoie de lumină;
  - d) absorb lumina de la soare.**

## Mă antrenez



1



Adevărat sau fals (A/F)?

- |                                                                           |                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Toate plantele au frunze late.                   | <input type="checkbox"/> Nu toate florile fac fructe.      |
| <input type="checkbox"/> Rădăcina plantei crește în pământ.               | <input type="checkbox"/> Tulpina ierburilor este lemnoasă. |
| <input type="checkbox"/> În lipsa luminii, plantele se ofilesc.           | <input type="checkbox"/> O plantă îmbătrânește după un an. |
| <input type="checkbox"/> De la fiecare legumă se consumă o anumită parte. |                                                            |
| <input type="checkbox"/> Pepenele, căpșunile și strugurii sunt fructe.    |                                                            |
| <input type="checkbox"/> Pădurea este aurul verde al planetei.            |                                                            |

2



Care sunt părțile componente:

- a) ale fasolei \_\_\_\_\_ ;  
b) ale cireșului \_\_\_\_\_ ;  
c) ale grâului \_\_\_\_\_ .

3



De ce are nevoie planta pentru a crește?

4



Realizează corespondența între părțile componente ale plantelor și caracteristicile acestora:

FLORILE

- se dezvoltă în fructe;
- au rol în înmulțirea plantelor;

FRUCTELE

- pot fi cărnoase sau uscate;
- protejează semințele;

SEMINȚELE

- din ele iau naștere fructele și semințele;
- când găsesc condiții favorabile, ele încolțesc și dau naștere unor plante noi.

Alege cuvintele potrivite pentru a completa propozițiile:

• semințe • frunze • fructe • apă • rădăcini • ciclu de viață • oxigen • tulpină • polen

1. Noile plante răsar din \_\_\_\_\_ .
2. Plantele emană \_\_\_\_\_ pentru a ne ajuta respirația.
3. \_\_\_\_\_ plantei cresc sub pământ.
4. Insectele transportă \_\_\_\_\_ din floare în floare.
5. \_\_\_\_\_ al unei plante ne arată cum aceasta crește, trăiește și moare.
6. Toate plantele au nevoie de soare, mâncare și \_\_\_\_\_ .
7. \_\_\_\_\_ unei plante cresc pe tulpină.
8. Câteodată, într-o plantă pot crește \_\_\_\_\_ pe care le putem mânca.
9. Partea care ține planta dreaptă se numește \_\_\_\_\_ .

SUPER EXERCİȚIU

Ai reușit?



### 3. ANIMALELE



#### CONȚINUTURI

- Cunoașterea nevoilor de bază ale animalelor;
- Prezentarea etapelor vieții animalelor.



#### SUPER SFAT

- Respectați mediul natural al viețuitoarelor!



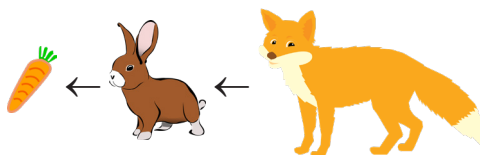
#### SUPER MEMOREAZĂ!

- Nevoile de bază ale animalelor sunt: aerul, apa, hrana, căldura și lumina. Atunci când una dintre acestea nu este îndeplinită, organismul reacționează, încercând să se apere.



#### Rețin esențialul

- Între plante și animale există nevoi (relații) de hrănire.



- Toate animalele au nevoie de apă deoarece ea face parte din structura corpului lor. Unele animale trăiesc în apă. Alte animale își procură hrana din apă.
- Fără aer, animalele, ca și omul, supraviețuiesc foarte puțin timp. Gazul cel mai important este oxigenul.
- Toate animalele sunt organisme vii. Ele se nasc, se hrănesc, cresc și se dezvoltă, se înmulțesc, mor. Această reluare periodică a etapelor vieții alcătuiește ciclul de viață.
- Durata ciclului de viață la animale este foarte diferită.



#### Știu cum să fac

- Grupez animalele după zona în care trăiesc: ursul polar, cămila, rândunica, foca, rinocerul, pinguinul, morsa, leul.

| Animale din zona caldă | Animale din zona rece |
|------------------------|-----------------------|
| cămila                 | ursul polar           |
| rândunica              | foca                  |
| leul                   | pinguinul             |
| rinocerul              | morsa                 |

- Răspund la întrebarea:  
Cum rezistă la frig animalele din zonele reci?  
Animalele din zonele reci rezistă la frig datorită adaptărilor: **straturi de grăsime, blană, păr, pene; de asemenea, unele specii de pești și insecte au în corp anumite substanțe care le ajută să nu înghețe.**





1



Identifică acțiunile care servesc la păstrarea condițiilor de hrană, apă și aer necesare vieții plantelor, animalelor și omului.

- ☐ Reîmpădurirea zonelor de unde s-au tăiat copacii bătrâni sau uscați.
- ☐ Defrișarea (tăierea) pădurilor.
- ☐ Aruncarea în apă a resturilor menajere/petroliere.
- ☐ Curățarea (epurarea) apelor uzate cu ajutorul stațiilor de epurare.
- ☐ Protejarea speciilor pe care de dispariție.

2



Cum crezi că rezistă cămila în deșert?

\_\_\_\_\_

3



Realizează corespondența între cele două coloane:

- |                                              |                                                      |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| • Animalele au nevoie de....                 | • în apă sau sub pământ.                             |
| • Unele animale trăiesc pe uscat, altele.... | • solzi și trăiesc numai în apă.                     |
| • Peștii au corpul acoperit cu....           | • solzoasă și trăiește atât în apă, cât și pe uscat. |
| • Crocodilul are o piele....                 | • apă și hrană.                                      |

4



Completează spațiile, folosind cuvintele din paranteză. (Pământ, prin ouă, animale, continuarea)

• Înmulțirea este foarte importantă în lumea vie. Ea asigură \_\_\_\_\_ existenței tuturor felurilor de \_\_\_\_\_ de pe \_\_\_\_\_.

Înmulțirea animalelor se poate face:

a) prin nașterea de pui vii; b) \_\_\_\_\_.

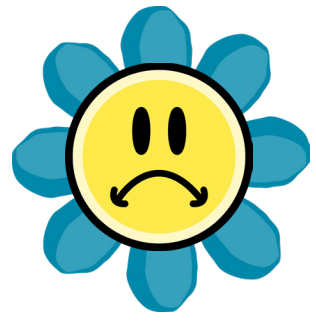
SUPER EXERCİIU

Imaginează-ți o relație de prietenie dintre două animale care trăiesc în același mediu de viață. Numește aceste animale și scrie mai jos un posibil dialog dintre cele două animale.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

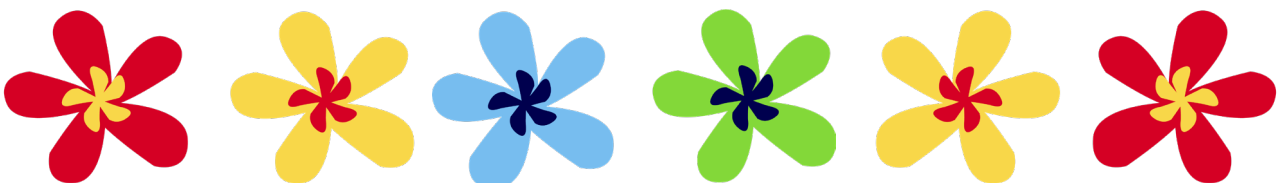
Ai reușit?





ELENA MUȘEL

# Dezvoltare personală



## Cuprins

### Autocunoaștere și stil de viață sănătos

- 1. Autocunoaștere și atitudine pozitivă față de sine și față de ceilalți ..... 103
- 2. Igiena personală ..... 105

### Dezvoltare emoțională și socială

- 1. Trăire și manifestare emoțională ..... 107
- 2. Comunicarea școlară eficientă ..... 109
- 3. Interacțiuni simple cu ființe și obiecte familiare ..... 111

### Aspecte specifice ale organizării învățării și pregătirii pentru viață

- 1. Rutine și sarcini de lucru ..... 113
- 2. Abilități și atitudini de învățare ..... 115
- 3. Explorarea meseriilor ..... 117

# AUTOCUNOAȘTERE ȘI STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS



## CONȚINUTURI

- Identificarea asemănărilor și a deosebirilor dintre sine și ceilalți, după diferite criterii.



## SUPER SFAT

- Încearcă să te manifesti, să te porți astfel încât să nu-i deranjezi pe ceilalți, înțelegându-le modul de a se comporta.



## SUPER MEMOREAZĂ!

- Diversitatea se referă la diferențele existente între oamenii din lume.

## 1. AUTOCUNOAȘTERE ȘI ATITUDINE POZITIVĂ FAȚĂ DE SINE ȘI FAȚĂ DE CEILALȚI



## Rețin esențialul

În viața de zi cu zi suntem înconjurați de diferite persoane cu care luăm contact și cu care stabilim diverse relații (de afecțiune, de respect, de colaborare, de încredere, de ajutor).

Oamenii se pot asemana sau deosebi după mai multe criterii: fizic, gen, vârstă, vestimentație, gânduri etc.

Toți au emoții și sentimente pe care le pot exprima.

Fiecare persoana este unică.



## Știu cum să fac

- Eu sunt unic.

Numele meu este \_\_\_\_\_

Culorile mele preferate sunt \_\_\_\_\_

Îmi place să mă îmbrac cu \_\_\_\_\_

Materiile mele preferate sunt \_\_\_\_\_

Mâncarea mea preferată este \_\_\_\_\_

Îmi place \_\_\_\_\_

Nu-mi place \_\_\_\_\_

Ce fac eu cel mai bine \_\_\_\_\_

Portretul meu este \_\_\_\_\_

Talentul meu este \_\_\_\_\_



1  
★

Scrie cel puțin cinci tipuri de relații care ar putea exista între două persoane.

---

---

---

---

2

★  
★

Bifează afirmațiile adevărate.

- ☐ Și tu și ceilalți sunteți la fel de valoroși.
- ☐ Doar tu ești valoros, ceilalți nu contează.
- ☐ Fiecare om este unic.
- ☐ Diversitatea înseamnă să respectăm și să acceptăm orice diferență.
- ☐ În lume există cineva care se aseamănă cu tine.

3

★  
★

Exemplifică o situație în care doi oameni se deosebesc și o situație în care doi oameni se aseamănă.

---

---

---

---

---

SUPER EXERCITIU

Explică în câteva rânduri de ce tu și ceilalți sunteți valoroși.

---

---

---

---

---

---

---

Ai reușit?

☐

☐

☐


## 2. IGIENA PERSONALĂ



### CONȚINUTURI

- Însușirea normelor de igienă;
- Cunoașterea importanței normelor de igienă.



### SUPER SFAT

- Amintește-ți mereu să te speli pe mâini înainte de a mânca.



### SUPER MEMOREAZĂ!

- Igiena este o modalitate simplă și eficientă de a rămâne sănătoși și de a fi o prezență plăcută pentru cei din jur.



### Rețin esențialul

Igiena reprezintă totalitatea activităților pe care le facem pentru a ne păstra sănătoși.

Normele de igienă personală trebuie respectate cu strictețe, indiferent de situație sau de locul unde te afli (la școală, acasă, în parc).

Cu cât ai mai multă grijă de igiena personală, cu atât vizitele la medic vor fi mai rare, iar tu vei fi mai apreciat de familie și cei din jur.



### Știu cum să fac

Reguli de igienă personală:

- mă spăl pe mâini înainte și după masă;
- pun rufele murdare la spălat;
- mă spăl pe mâini după ce am mângâiat animalele;
- mă spăl pe dinți după fiecare masă;
- spăl fructele și legumele înainte de a le consuma;
- păstrez curate și scurte unghiile de la mâini și de la picioare;
- merg regulat la dentist;
- mă spăl pe mâini după ce am folosit toaleta;
- fac duș în fiecare seară înainte de culcare.



1



Ghicește!

E tare când e uscat,  
Dar în apă de-a intrat,  
Face spumă și clăbuc,  
Mă gâdilă la năsuc.

( \_\_\_\_\_ )

E micuță și zglobie,  
Pe zi cam de două ori,  
Pentru dinți face-o magie  
Și devin strălucitori.

( \_\_\_\_\_ )

Că faci baie, că faci duș,  
Un dreptunghi mare, de pluș  
Te atinge delicat,  
Corpul tău este uscat.

( \_\_\_\_\_ )

Aromată, în culori,  
Îi ține pe dințișori  
Sănătoși și îngrijiți  
Hai, copii, acum zâmbiți.

( \_\_\_\_\_ )

2



Scrie cuvinte cu același înțeles pentru:

- igienă – \_\_\_\_\_;
- normă – \_\_\_\_\_;
- a avea o stare bună – \_\_\_\_\_.

3



Încercuiește variantele corecte.

Respectarea normelor de igienă personală este importantă:

- a) ne ajută să ne menținem sănătatea;
- b) ne ajută să învățăm mai bine;
- c) ne ajută să ne împrietenim cu animalele;
- d) ne ajută să ne menținem relațiile cu cei din jur;
- e) ne ajută să ocrotim natura;
- f) ne ajută să ne îmbolnăvim.

SUPER EXERCITIU

Scrie în 3-4 rânduri ce ți s-ar putea întâmpla dacă nu respecți normele de igienă personală.

---



---



---



---



---

Ai reușit?

