



An școlar 2025 -2026  
 Coordonate de contact:  
 Grădinița cu PP Nr. 3 „Step by Step” Tulcea  
 str. Mircea voda, nr. 47,  
 loc. Tulcea, jud. Tulcea, cod. 820134  
 tel/fax – 0340562017  
 e-mail: gradinita3stepbysteptulcea@yahoo.ro

**-Proiect educațional extracurricular-  
 „Împreună pentru sănătate – învăț,  
 cresc, de sănătate mă îngrijesc”  
 Ediția a VIII-a**

Aprobat în ședința CA din data 23.10.2025



**DIRECTOR,**  
 Prof. David Anca

Nr. 5100 / 23.10.2025

<p>GRĂDINIȚA CU PP NR. 3 TULCEA        Str. Mircea-Vodă nr. 47, 820134, Tulcea        Tel/Fax – 0340562017        e-mail: gradinita3stepbysteptulcea@yahoo.ro</p>	<p>MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII        LICEUL TEHNOLOGIC "ION MINCU"        Str. 1848, nr. 7, 820175, Tulcea        Telefon: 0742169078        e-mail: gsti_2007@yahoo.com</p>
---	--



Educația pentru sănătate în grădiniță este imperios necesar să se efectueze, ca în majoritatea țărilor, începând din prima zi din grupa mică, deoarece, la vârste mici copiii dobândesc deprinderi și obiceiuri care sunt relevante pentru activitățile ulterioare.

Educația pentru sănătate în grădiniță devine o componentă esențială a educației. un caracter sistemic, deschis, dinamic. Din acest punct de vedere, educația pentru sănătate în raporturi de interdependență și complementaritate, ce-i conferă educației în cadrul grădiniței estetice, educația civică, educația pentru sănătate, educația fizică, etc. Aceste dimensiuni se află corespunzătoare principalelor laturi ale personalității umane: educația intelectuală, educația

Educația constituie un sistem complex și unitar, care prezintă mai multe dimensiuni, devine o condiție esențială a educației unei națiuni civilizate.

Astăzi, la începutul mileniului trei, când viața individului a devenit mai complicată, când știința și întreaga societate au evoluat, educația pentru sănătate se impune ca o necesitate și educaționale a Ministerului Educației și Cercetării.

stări de sănătate a tinerilor și copiilor reprezintă una dintre direcțiile prioritare ale strategiei în contextul schimbărilor majore și accelerate ale lumii contemporane, asigurarea unei

Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la data de 29 noiembrie 1989.

Dreptul la sănătate, la dezvoltarea fizică și psihică armonioasă constituie unul dintre

#### Argument

- Comitetele de părinți de la fiecare grupă/Cabinete medicale
- Cadre didactice ale Grădiniței Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa” - structură a Liceului Tehnologic „Ion Mincu” Tulcea - prof. Necula Maria, prof. Carпов Teodora, prof. Paraiapan Adelina, Prof. Șoavă Galina.

#### Colaboratori:

**Parteneri:** Asociația de părinți „Pașim împreună”

- Asistență medicală Bircă Daniela
- Asistență medicală Cudalba Mihaela
- Prof. logoped Cherciu Cristina
- Prof. consilier școlar Pavel Viorica
- Prof. Dușa Angela Florentina / Boabă Elena Gabriela - gr. 8
- Prof. Erofei Claudia-Aurelia/ Voinic Florica-gr.7
- Prof. Sandu Anca -gr.6
- Prof. Ion Gabriela Sanda -gr.5
- Prof. Trușescu Gabriela/ Stoian Ioana -gr.4
- Prof. Costache Anuța Elena / Nichifor Roxana -gr.3
- Prof. Romanescu Maria Florentina - gr. 2
- Prof. Dascălu Despina/ Donciu Tina - gr. 1

#### Echipa de proiect:

dir. adj. prof. Sava Lucia

**Coordonator:** dir. Prof. David Anca

**Organizator:** Grădinița cu PP Nr.3 Step by Step



Proiectul educațional „**Împreună pentru sănătate – învăț, cresc, de sănătate mă îngrijesc**”, prin abordare și strategia de derulare, este astfel proiectat încât se încadrează în ceea ce numim „noile educații” și este ancorat în realitatea și nevoile societății românești, stabilind un set de valori ce vizează cu prioritate perspectiva evoluției educației.

Abordarea domeniilor din cadrul proiectului (noțiuni de anatomie și fiziologie, noțiuni de igienă, activitate și odihnă, sănătatea mediului, sănătatea alimentară, sănătatea mintală, accidentelor, abuzurilor, violenței, etc.) se realizează sistemic și respectă principiul și metodologia specifică, novatoare.

Tratarea din punct de vedere sistemic a proiectului care este centrat pe copil, facilitează posibilitatea cunoașterii riguroase și profunde a psihicului și personalității copiilor, identificându-se în același timp noi modalități de eficientizare a scopului propus prin acest proiect.

A învăța copilul de la cea mai fragedă vârstă, să fie îngrijit, să respecte regulile de igienă personală, să se obișnuiască cu un regim rațional de alimentație, înseamnă a pune bazele trainice formării comportamentului igienic. Modul de abordare a acestor activități pleacă de la ideea că este bine pentru copii să înțeleagă de mici că sănătatea nu înseamnă numai absența bolii, ci și un mod de viață echilibrat.

### **Descrierea proiectului**

#### **Scop:**

- Educarea în spiritul respectului față de propria sănătate și cunoașterea factorilor de mediu care pot influența starea de sănătate.
- Colaborarea în vederea informării preșcolariilor și a părinților acestora în scopul cunoașterii și respectării regulilor de igienă individuală și colectivă, precum și în prevenirea îmbolnăvirilor și menținerea sănătății.

#### **Obiective :**

- **privind preșcolarii:**
  - Să își însușească noțiuni legate de sănătate și boală în vederea dezvoltării fizice armonioase;
  - Să își formeze deprinderi și norme de comportament pentru asigurarea echilibrului dintre sănătatea individuală și cea colectivă;
  - Să conștientizeze unele consecințe ale nerespectării regulilor de igiena personală.
- **privind educatoarea:**
  - Să contribuie la formarea capacității de a construi un mediu educațional propice formării unor deprinderi sănătoase, igienice, sanitare, de alimentație sănătoasă, de protejare a vieții.

#### ➤ **privind părinții:**

- Să coopereze cu alți factori educaționali în activitatea grădiniței, tratându-i ca parteneri în educație

#### ➤ **privind colaboratorii:**

- Să prezinte informațiile accesibile vârstei preșcolare;
- Să utilizeze cât mai multe „materiale sanitare”, explicând modul de utilizare a lor în diferite împrejurări, în vederea îmbogățirii vocabularului activ al preșcolariilor.

## **Grup țintă:**

Copiii Grădiniței cu PP nr.3 Step by Step

Cadrele didactice – Grădinița cu PP nr.3 Step by Step

Copii și cadre didactice ale Grădiniței Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa”- structură a Liceului

Tehnologic Ion Mincu Tulcea

Părinții copiilor din grădiniță

Asistentele cabinetului medical

**Durata:** an școlar 2025-2026

**Resurse care pot fi puse la dispoziția proiectului:**

## **Umane:**

Cadre didactice

Părinți

Colaboratori

**Materiale:** camera foto video, cartoane, creioane, acuarele, fotografii, costume, cărți, reviste, planșe, jetoane, fișe individuale de muncă și reviste de sănătate, mlafe, trusa medicală,

stetoscop, seringă, garou, tensiometru, halat alb.

## **Financiare:**

Surse extrabugetare

## **Conținutul proiectului:**

Programul de desfășurare a activităților la nivelul fiecărei grupe;

Scrisoare de intenție, anunțuri

Întâlniri cu părinții online

## **Modalități de evaluare:**

- portofolii care să reflecte activitatea preșcolarilor;
- expunerea unor arișe, pliante, imagini, trusa sanitară la panoul sanitar;
- realizare de concursuri și ghicitori pe teme de educație sanitară;
- realizarea unui album cu fotografii care să ilustreze diferite secvențe de pe parcursul proiectului;
- realizarea unei expoziții cu lucrări ale preșcolarilor „presărate” cu imagini și pliante specifice.



## CALENDAR ACTIVITĂȚI ORIENTATIVE

Nr. crt.	DATA/LOCUL DE DESFAȘURARE	MODUL DE DESFAȘURARE	ACTIVITATEA PROPUȘĂ	PARTICIPANȚII
1.	Octombrie 2025 Grădinița cu PP Nr. 3/ Grădinița Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa”	- Jocuri în aer liber - Convoorbiri - Lecturi după imagini	- Prezentarea proiectului educațional, informarea părinților privind modul de desfășurare a activităților „Explorăm corpul uman”(noțiuni de igienă)	Director educatoare părinții preșcolariilor asistente medicale
2.	Noiembrie- decembrie 2025 Grădinița cu PP Nr. 3/ Grădinița Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa”	- Activități practice/culinare - Descrierea unor alimente sănătoase - Convoorbire/ lectură după imagini	„Fructe și legume” - izvor de vitamine „Alimentație sănătoasă pentru copii”	Preșcolari asistente medicale educatoare
3.	Ianuarie-februarie 2026 Grădinița cu PP Nr. 3/ Grădinița Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa”	-Convoorbiri -Jocuri de mișcare în aer liber/gimnastică	„Prietenii sănătoși - apa și hidratarea” „Și iarna avem nevoie de jocuri în aer liber”	Preșcolari asistente medicale educatoare
4.	Martie -aprilie 2026 Grădinița cu PP Nr. 3/ Grădinița Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa”/ cabinet stomatologic	- Convoorbiri -Vizite /Prezentări PPT- „Ziua sănătății orale” -Experimente -Povești/ filmele pentru copii -Întâlnire cu medicul dentist	-„Igiena orală la copii” - dentistul ne vorbește – -„Dințișorii de lapte” – poveste „Am grija de dințișorii mei”-activitate practică	Preșcolari asistente medicale stomatolog educatoare
5.	Mai- iunie 2026 Grădinița cu PP Nr. 3/ Grădinița Școlii Gimnaziale „Grigore Antipa”	-Activități practice - Jocuri de rol - Jocuri de mișcare în aer liber -Discuții /vizite	„Sănătatea emoțională” - „Aer, soare și mișcare” - „Am crescut frumos, sunt sănătos!”-evaluare	Preșcolari asistente medicale educatoare

Intocmit,  
Profesi! Claudia-Aurelia

**Mediatizare, promovare, diseminare:**  
Film documentar cu impresiile copiilor și părinților  
Diplome acordate copiilor, părinților,  
colaboratorilor  
Realizarea de CD-uri, care vor cuprinde imagini de  
la acest proiect  
Articole în presa locală  
Postare pe site/pagina de facebook a grădiniței  
Oferta grădiniței

