

REVISTA LICEULUI TEHNOLOGIC „ION MINCU“ TULCEA

NR. 17 NOIEMBRIE 2022



PROFESIONISȚII





Colaboratori :

Prof. Ciocîrlea Tamara
 Prof. Coculescu Gabriela
 Prof. Jar Daniela
 Prof. Iofciu Mihai
 Prof. Sandu Mihaela

Colectivul de redacție

Sofian Simona Cristiana – clasa a IX-a C
 Sidorencu Simona – clasa a IX-a C
 Vasile Andreea – clasa a IX-a C
 Francz Alina – clasa a XII-a A
 Odor Eugen – clasa a XII-a A
 Spati Mihaela- clasa a XI-a A

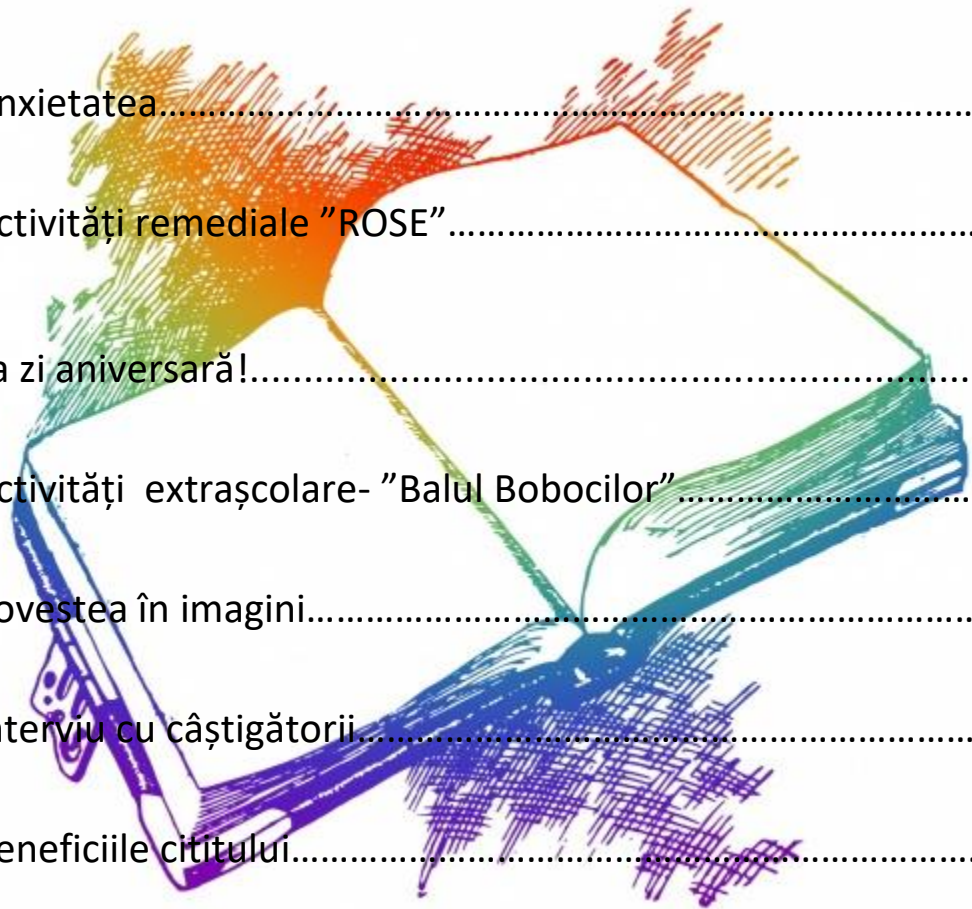


Profesor coordonator:

Prof. Luca Emilia

CUPRINS

1. Proiectul "ROSE" în anul 5.....	4
2. Evaluarea stilului de învățare.....	6
3. Anxietatea.....	12
4. Activități remediale "ROSE".....	13
5. La zi aniversară!.....	23
6. Activități extrașcolare- "Balul Bobocilor".....	25
7. Povestea în imagini.....	27
8. Interviu cu câștigătorii.....	30
9. Beneficiile cititului.....	32



ÎN LOC DE EDITORIAL VĂ PREZENTĂM.....

PROIECTUL "ROSE" ÎN ANUL 5 Titlul subproiectului: „Împreună vom reuși”

Obiectivul general: Creșterea ratei de absolvire a elevilor din clasele terminale, a ratei de participare și de promovare a examenului de bacalaureat a elevilor din clasele IX-XII/XIII de la Liceul Tehnologic „Ion Mincu,, ca urmare a implementării unui program educațional la nivelul unității școlare care să asigure progresul școlar al elevilor, prevenirea absenteismului și a abandonului școlar și formarea competențelor necesare continuării studiilor în învățământul superior și o mai bună adaptabilitate la cerințele pieței muncii.

OS1. Implementarea unui sistem eficient și durabil de formare a competențelor cheie (limba română, matematică, biologie) pentru aproximativ 100 elevi din învățământul liceal de zi și seral de la Liceul Tehnologic „Ion Mincu,, , pentru fiecare an de proiect, prin implicarea acestora în activități remediale, de consiliere și de sprijin, în vederea creșterii ratei de promovabilitate la examenul de Bacalaureat cu 5,78% în perioada 2018-2023 .

OS2. Creșterea gradului de implicare a unui număr de aproximativ 100 elevi în programe educaționale de sprijin pentru formarea de competențe cheie, de susținere a progresului școlar și de prevenire și reducere a absenteismului și abandonului școlar, ca urmare a organizării și desfășurării de activități extracurriculare, în perioada 2018-2023.

OS3. Dezvoltarea unor resurse de învățare noi, pentru elevii din grupul țintă, prin crearea unor condiții de învățare optime, prin mijloace moderne (științifice și materiale) adaptate nevoilor de formare și orientare școlară a elevilor.

I. ACTIVITĂȚI PEDAGOGICE ȘI DE SPRIJIN

I.1 ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ

- Pentru anul 5 de proiect unii elevi din clasele IX – XII învățământ seral și a IX –a învățământ zi, vor participa la activități de consiliere de grup desfășurând activități de comunicare, de orientare în carieră, de autocunoaștere, de management al timpului .
- Activitate „Școala părinților elevi ”

Activitatea vizează pregătirea emoțională a elevilor părinți din grupul țintă în vederea depășirii stresului din cadrul examenului de bacalaureat , dezvoltarea abilităților socio-emoționale precum și controlul emoțiilor în situații de criză .

Pentru anul 5 -la activitatea participă elevii ai grupului țintă, o grupă de **20 de elevi** din clasa a XIII-a.

I.2 ACTIVITĂȚI REMEDIALE/PREGĂTIRE SUPLIMENTARĂ

Pentru anul 5- activitățile remediale vor implica un număr de 4 cadre didactice – 2 profesori de română, 1 profesor de matematică și 1 profesor de biologie. Aceștia vor desfășura ore de pregătire, timp de 35 de săptămâni, cu elevi din clasa a XIII-a și cu elevi din clasa a XII-a.

II. ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE - activități complementare

II.1 EXCURSII TEMATICE

Pentru anul 5, este planificată a se realiza o excursie la **București**, cu durata 2 zile, având ca obiective: Universitatea Politehnică București, Muzeul Antipa, Grădina botanică, Muzeul de istorie, Muzeul satului, Muzeul de Artă Populară Nicolae Minovici, Muzeul Cotroceni, Casa Memorială Ion Minulescu, Ateneul Român, Parcul Natural Văcărești, Palatul și Parcul Mogoșoaia.

Pentru anul 5 – 27 de elevi din grupul țintă, alții decât cei care au participat în anul 1 de proiect, (cei care sunt acum clasa a XIII-a erau în clasa a IX-a în anul 1 de proiect) însoțiți de 3 cadre didactice vor participa la desfășurarea activității și vor analiza rezultatele împreună cu profesorii implicați.

II.2 REVISTA ȘCOLII

Pentru anul 5, se continuă această activitate cu publicarea pe site-ul școlii <https://liceuimincutl.ro/revista-scolii/> și pe pagina de facebook a liceului <https://www.facebook.com/Liceul.Tehnologic.ION.MINCU.Tulcea>, a 4 numere / an, adică un număr pe trimestru (în lunile noiembrie, februarie, mai și iulie) 3 profesori coordonatori și 12 elevi din grupul țintă al proiectului.

Coordonator de grant ROSE- prof. Gabriela Coculescu





ÎNVAȚĂ SĂ ÎNVEȚI

EVALUAREA STILULUI DE ÎNVĂȚARE

Această activitate te ajută să identifici modul în care înveți cel mai bine. Există nouă rânduri, fiecare cu câte patru descrieri despre cum ar putea oamenii să simtă sau să se comporte. În fiecare caz trebuie să evaluezi cele patru descrieri cu un punctaj de la 4 la 1, pornind de la descrierea care ți se potrivește cel mai bine. Nu există răspunsuri corecte sau greșite.

	CE	RO	AC	AE
1.	Mă implic	Aștept înainte de a face ceva	Fac în mod special ce-mi place	Îmi place ca obiectele să fie utile
2.	Deschis la noi experiențe	Atent la toate fațetele unei probleme	Îmi place să analizez lucrurile, să despici firul în patru	Îmi place să încerc lucrurile
3.	Îmi place să-mi controlez sentimentele	Îmi place să privesc	Îmi place să mă gândesc la idei	Îmi place să fac lucruri
4.	Accept oamenii și situațiile așa cum sunt	Sunt conștient de ceea ce se întâmplă în jurul meu	Evaluez lucrurile	Îmi asum riscuri
5.	Am sentimente pozitive și idei intuitive	Am multe întrebări de pus	Sunt logic	Muncesc din greu și-mi place să termin treaba
6.	Îmi plac lucrurile concrete, care se pot vedea și atinge	Îmi place să observ	Îmi plac ideile și teoriile	Îmi place să fiu activ
7.	Îmi place să învăț aici și acum	Îmi place să iau lucrurile în considerare și să reflectez asupra lor	Tind să mă gândesc la viitor	Îmi place să văd rezultatul muncii mele

8.	Mă bazez pe sentimentele mele	Mă bazez pe observațiile mele	Mă bazez pe ideile mele	Tind să încerc singur lucrurile
9.	Sunt energic și entuziast	Sunt tăcut și rezervat	Tind să judec lucrurile	Am responsabilitatea lucrurilor

Transferați punctele acordate în coloanele de mai jos și cumulați pe ultima linie punctajul de pe fiecare coloană, după care realizați operațiile precizate.

	CE experiență concretă	RO observații pe baza reflecției	AC conceptualizare abstractă	AE experimentare activă
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

AC – CE =

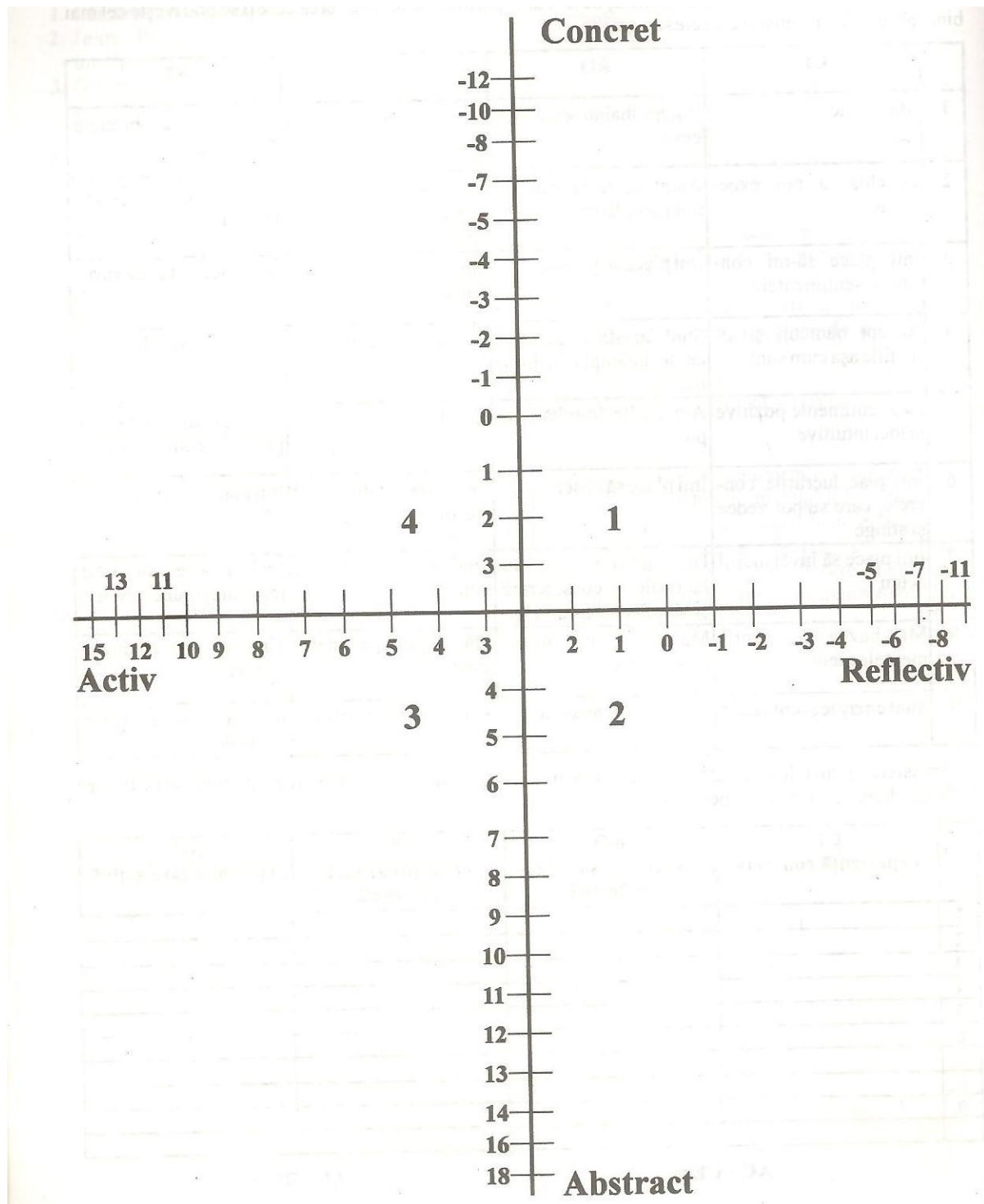
AE – RO =

Consemnați rezultatul obținut în urma celor două operații în graficul de mai jos după cum urmează:

- Pe verticală, scorul obținut prin AC – CE;
- Pe orizontală, scorul obținut prin AE – RO.



Cadrantul în care se unesc cele două puncte vă definește stilul vostru de învățare.



Stilul 1: inovativ/imaginativ

Persoanele din această categorie simt nevoia să fie implicate și să acumuleze experiență printr-un amestec de sentimente și intuiție. Învăță ascultând și împărtășindu-și ideile, sunt interesați de oameni și pot deveni lideri muncind pentru obținerea armoniei și cooperării. Conduc prin participare și încredere.

Stilul său de învățare (gândire) se leagă preponderent de **experiențe concrete și observații pe baza reflecției**, având abilitate imaginativă, privind mai degrabă întregul decât părțile componente, fiind o persoană populară, influențat de anturaj și în căutarea încrederii.

Avantaje:

- vede multe alternative;
- poate vedea problema în ansamblu;
- găsește soluții creative;
- poate aștepta un moment mai bun;
- vede lucrurile în perspectivă;
- îi ascultă pe alții și le împărtășește ideile;
- vede beneficiile posibile;
- recunoaște simptomele stresului.

Dezavantaje:

- așteaptă prea mult până să înceapă;
- uită detalii importante;
- nu este un bun critic al ideilor;
- nu organizează bine munca;
- lucrează în salturi;
- uită probleme cheie;
- este ușor distras;
- nu se impune suficient.



Stilul 2: analitic/ logic

Persoanele din această categorie caută fapte, formulează teorii și concepte, sunt interesați în mod special de descoperirile proprii și învață parcurgând ideile. Ei văd informația în mod abstract și o analizează mintal. Sunt scrupuloși, reexaminând faptele, dacă este necesar, le plac sistemele tradiționale de învățământ și sunt interesați mai curând de idei decât de oameni. Sunt lideri curajoși și protectori.

Stilul său de învățare (gândire) se leagă preponderent de **conceptualizare abstractă și observații pe baza reflecției**, iubind modelele teoretice, abstracte, precizându-și obiective, realizând planuri, totul de o manieră sistematică.

Avantaje:

- adună toate faptele;
- bun organizator;
- reanalizează metodele și diferitele alternative;
- vede legăturile dintre idei, calculează posibilități;
- lucrează bine de unul singur;
- folosește experiența anterioară în mod constructiv;
- este precis și minuțios; stabilește obiective clare;
- este un bun critic.

Dezavantaje:

- are nevoie de prea multe dovezi înainte de a risca o opinie;
- subestimează interesele sale și ale celorlalți;
- prea legat de teorie;
- își asumă greu riscuri;
- tinde să nu fie creativ;
- nu are încredere în sentimente;
- ține problemele pentru sine.

Stilul 3: practic/ bun simț

Persoanele din această categorie pun în practică și personalizează, preferând învățarea prin testarea lucrurilor pentru sine. Le place să rezolve probleme și este posibil să le displace să dea răspunsuri. Le plac lucrurile concrete, evită ideile confuze și simt nevoia de a ști cum îi pot ajuta lucrurile învățate.

Stilul său de învățare (gândire) se leagă preponderent de **conceptualizare abstractă și experimentare activă**, fiind orientat spre aplicarea practică a ideilor. Își corectează singur răspunsurile, lucrurile având întâietate în fața oamenilor. Planifică sistematic, stabilește obiective, dar interesele sunt înguste.

Avantaje:

- orice problemă i se pare normală și rezolvabilă;
- își utilizează aptitudinile;
- evaluează opțiunile;
- rezolvă lucrurile la timp;
- nu poate fi distras;
- stabilește obiective și planifică acțiuni;
- lucrează bine independent;
- organizează bine timpul.



Dezavantaje:

- nu este precaut în acțiuni;
- sarcina este mai importantă decât oamenii;
- subestimează sentimentele personale;
- este nerăbdător cu opiniile celorlalți;
- vrea să dețină controlul și să facă totul singur;
- nu are prea multă imaginație;
- îl preocupă prea mult detaliile;
- nu aduce întrebări noi.

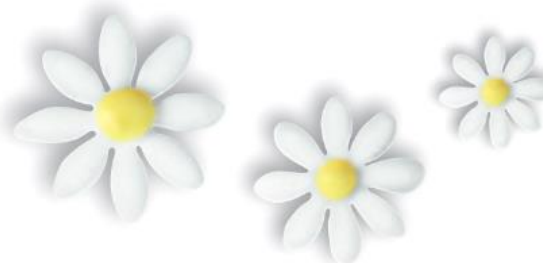
Stilul 4: dinamic/ entuziast

Persoanele din această categorie au nevoie să știe ce se poate face cu lucrurile, să învețe din propriile descoperiri, prin judecare și eroare, fiind capabili să facă față schimbării. Se descurcă bine în situațiile care pretind multă flexibilitate.

Stilul său de învățare (gândire) se leagă preponderent de **experiența concretă și experimentarea activă**, fiind persoane adaptative, intuitive, care se bazează pe ceilalți și se simt în largul lor alături de aceștia. Uneori par nerăbdători și îndrăzneți, în general fiind influențați de anturaj.

Avantaje:

- le place să-și asume riscuri;
- se implică total când sunt interesați;
- îi fac pe alții să se implice;
- împrumută ideile noi celorlalți;
- sunt foarte activi;
- reacționează bine.



Dezavantaje:

- nu sunt organizați și nu-și stabilesc țeluri,
- sunt impulsivi, neatenți;
- încearcă să facă prea multe lucruri în același timp;
- schimbători, pot fi greu de suportat;
- sunt pretențioși în ceea ce privește prietenii;
- nu verifică ceea ce au terminat;
- nu pot fi deranjați cu detaliile.

NU MAI AȘTEPTA! AFLĂ-ȚI STILUL DE ÎNVĂȚARE! ☺

PROF: Sandu Mihaela

Nu ți-ai descoperit stilul de învățare corespunzător? Atunci e posibil să te confrunți cu.....

ANXIETATEA

Anxietatea este o tulburare emoțională care se manifestă printr-un sentiment nedefinit de nesiguranță.

Simptome și semne ale anxietății - anxietatea comportă trei caracteristici principale: presentimentul unui pericol vag și iminent cu reacții psihice variate (senzație de sufocare, palpitații, transpirație, uscarea gurii, tremurături, etc.), impresia penibilă a neputinței sau slăbiciunii în fața pericolului, fiecare simptom întărind sentimentul de punere în gardă.

Tratament - se bazează mai întâi pe atitudinea anturajului pacientului, care trebuie să rămână calm și liniștit, fără a se înduioșa excesiv, dar și fără agresivitate sau dispreț. Există o întreagă gamă de medicamente împotriva anxietății, dar aceasta nu poate fi tratată fără aviz medical, sub amenințarea unei agravări uneori legată de luarea abuzivă de medicamente (farmacomanie).

Tratamentul de fond se orientează adesea spre o psihoterapie. Tehnicile de relaxare, exercițiul fizic, o mai bună igienă a vieții constituie în toate cazurile un adjuvant remarcabil.

Sursa de inspirație:
https://m.sfatulmedicului.ro/dictionar-medical/anxietate_442

Material realizat de : Sofian Simona-Cristiana
 (clasa a IX-a)



Proiectul privind Învățământul Secundar- ROSE

ACTIVITĂȚI REMEDIALE

Activitățile remediale își ating scopul în condițiile în care duc la învățare eficientă, al cărei rezultat să însemne sporirea motivației, transformarea analfabetismului funcțional în lectură funcțională și a disfuncțiilor proceselor gândirii în procese funcționale.

Potrivit ciclului învățării experiențiale propus de David Kolb (2014), prezentat în figura de mai jos, învățarea este rezultatul parcurgerii a patru stadii:

- *explorarea sau experiența practică*, prin participarea directă a elevului la o nouă experiență (făcând) sau printr-o reinterpretare a unei experiențe trăite anterior;
- *observarea reflexivă, meditativă*, prin înțelegerea prin reflectare asupra experienței noi;
- *conceptualizarea abstractă*, prin esențializarea, prin formularea concluziilor, construirea de idei noi sau modificarea celor existente;
- *experimentarea activă*, prin aplicarea celor învățate, în contexte diferite, în lumea din jur și analiza rezultatelor.



Ciclul lui Kolb – Învățarea experiențială

Învățarea este văzută ca un proces în care fiecare stadiu susține realizarea următorului. Sunt necesare activități de: evocare, explorare, analiză, reflecție, esențializare, conceptualizare, exersare, creare de idei noi, extindere, transfer în contexte diferite de viață.

Potrivit acestei teorii, învățarea eficientă există numai atunci când cel care învață este capabil să realizeze toate cele patru stadii.

Material realizat de prof. Luca Emilia

Bibliografie:

- **Activități remediale și de tutorat. Ghid pentru licee** -Carmen Maria Chișiu (coord.), Mariana Norel, Mihaela Neagu, Alina Bratu, Cristina Petre Ghiță, Valer Cerbu, Lucica Ababei, Klaus Nicolae Micescu, Alina Bărăian, Monica Păduraru, Alin Tomoescu , București, 2020 Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă.



EXEMPLE DE BUNE PRACTICI



Limba și literatură română

Conform programei de bacalaureat în vigoare, „Prin susținerea examenului de bacalaureat la această disciplină, elevul va trebui să facă dovada următoarelor competențe dobândite în ciclul inferior și în cel superior de liceu (clasele a IX-a – a XII-a), corelate cu anumite conținuturi parcurse în cele două cicluri liceale:

1. utilizarea corectă și adecvată a limbii române în diferite situații de comunicare;
2. utilizarea adecvată a strategiilor de comprehensiune și de interpretare, a modalităților de analiză tematică, structurală și stilistică în receptarea textelor literare și nonliterare;
3. punerea în context a textelor studiate prin raportare la epocă sau la curente culturale/literare;
4. argumentarea în scris și oral a unor opinii în diverse situații de comunicare.”

Subiectele de la proba scrisă de bacalaureat la limba și literatura română păstrează, în ultimii ani, aceeași structură:

- subiectul I – verifică dobândirea competențelor generale 2 și 1;
- subiectul al II-lea – verifică dobândirea competențelor generale 4 și 1;
- subiectul al III-lea – verifică dobândirea competențelor 3, 2, 4 și 1.

Competențele generale au fost ordonate în funcție de ponderea pe care o au în rezolvarea fiecărui subiect.

Se exemplifică rezolvarea **subiectului II** de la proba de limba și literatură română din cadrul examenului de bacalaureat, an școlar 2021-2022;

Examenul național de bacalaureat 2021
Proba E. a)
Limba și literatura română

Varianta 4

Filiera teoretică – Profilul real; Filiera tehnologică

Filiera vocațională – Toate profilurile (cu excepția profilului pedagogic)

- Toate subiectele sunt obligatorii. Se acordă zece puncte din oficiu.
- Timpul de lucru efectiv este de trei ore.

SUBIECTUL I

(50 de puncte)

Citește următorul fragment:

Copilăria și adolescența lui Caragiale se caracterizează prin zburdălnicie, independentă [...]. Luca și Ecaterina au avut de luptat cu temperamentul rebel, greu de stăpănit al lui Iancu*. Ei au adoptat, în împrejurare, cea mai bună metodă, a îngăduinții relative, care dă rezultate mai bune decât constrângerea. [...] Dacă este adevărat că a absolvit și clasa a V-a secundară, probabil în capitală, lucrul arată că școlarul, chiar dacă se lăsa greu, nu era o fire cu totul neînfrănată. La moartea tatălui, însă, Iancu [...] începe a-și impune voința în fața văduvei. Strămutarea familiei la București este a doua biruință a tânărului voluntar*, înlesnită probabil de sfaturile rudelor bucureștene. Din acest moment, un fiu rău s-ar fi emancipat cu totul de obligațiile familiale, părăsindu-și mama și sora. Iancu s-a arătat vrednic de îndatoririle unui pretimpuriu șef de familie. De la vârsta generoasă a celor 18 ani, s-a purtat bărbătește, căutând să-și găsească mijloacele de întreținere pentru dânsul și ai lui. Ca souffleur de al doilea și copist în trupa lui Păscaly, concesionară* a Teatrului Național din București, suficient retribuit, a putut face față nevoilor. Pentru Caragiale, datoria, credem noi, nu era atât un comandament etic, cât elanul afectiv al inimii. Iancu se simțea legat de ai lui organic, fără să-și bată capul cu principiile morale. La 20 de ani, cum îi încredințează mai târziu lui Vlahuță, este sănătos și robust și duce bine la tăvăleală*, în felurile îndeletniciri, muncind și alergând toată ziua și sfârșind cu lucrul de noapte al corectorului. Nu s-au păstrat scrisori de familie din vremea când Caragiale locuia, desigur, împreună cu Ecaterina și Lenci*. Numai când nevoile profesionale l-au despărțit de ele, le-a dat prilejul să-i scrie. Scrisorile datează din anii revizoratului său (1881 și următorii). Sunt mărturii impresionante, prin confirmarea calităților filiale. Femeile nu aveau alt sprijin decât în Iancu. Mai toate scrisorile rostesc mulțumiri calde pentru ajutoarele bănești, trimise neprecupețit. Din leafa modestă de revizor școlar, Caragiale găsește mijlocul să asigure mamei și surorii o viață așezată, chiria și întreținerea unei slujnice. [...] Mai în termen, mai cu întârziere, Iancu trimite cât i se cere. Niciuna din solicitările bănești nu rămâne nesatisfăcută. Ecaterina mulțumește în cuvinte mișcătoare: „Îți mulțumesc, dragă, de parale, că nu mă uiți niciodată, nici pe tine, dragu' mamei, să nu te uite Dumnezeu și tot binele din lume”. Sau: „Îți mulțumesc, scumpu' meu fiu, de toate, să trăiești, să-ți dea Dumnezeu toate fericirile”. Altă dată se minunează de activitatea rodnică a fiului ei: „Iancule dragă, scump și neprețuitu-meu fiu, te sărut dulce, dulce! Am priimit cu multă veselie epistola ta, împreună cu 70 lei noi. Domnul să-ți sporească în toată vremea, dragul meu copil! Dar activ ai fost, domnule, nu glumă, ce să zici, fă-mă, mamă, să-ți semăn.” Scrisoarea se încheie cu recomandările din care se vede că afecțiunea mamelor nu ține seamă de vârsta copiilor: „Iancule dragă, păzești-te de timpul ăsta, nu scoate flanela de pe tine că te-nșală vântul de primăvară”.

Șerban Cioculescu, *Viața lui I. L. Caragiale*

Ministerul Educației
Centrul Național de Politici și Evaluare în Educație

B. Redactează un text de minimum 150 de cuvinte, în care să argumentezi dacă greutatea vieții pot determina sau nu neglijarea responsabilităților față de familie, raportându-te atât la informațiile din fragmentul extras din volumul *Viața lui I. L. Caragiale* de Șerban Cioculescu, cât și la experiența personală sau culturală.

20 de puncte

În redactarea textului, vei avea în vedere următoarele repere:

- formularea unei opinii față de problematica pusă în discuție, enunțarea și dezvoltarea corespunzătoare a două argumente adecvate opiniei și formularea unei concluzii pertinente; 14 puncte
- utilizarea corectă a conectorilor în argumentare, respectarea normelor limbii literare (norme de exprimare, de ortografie și de punctuație), așezarea în pagină, lizibilitatea, încadrarea în numărul minim de cuvinte. 6 puncte

În vederea acordării punctajului, textul trebuie să dezvolte subiectul propus.

= MODEL RĂSPUNS =

CONECTORI CARE INTRODUC IPOTEZA

IPOTEZA

Eu cred că oricât de mari ar fi greutatea prin care trecem la un moment dat în viață, acestea ne ar trebui să ducă la neglijarea responsabilităților față de familie, acesta fiind un factor important al formării afecțiunii individului.

CONECTOR CARE INTRODUC PRIMUM ARGUMENT

În primul rând, responsabilitatea față de familie este o chestiune de alegere și nu una influențată de greutate care pot apărea în viață. Nu există o condiție care să influențeze gradul de responsabilitate pe care o persoană ar trebui să îl aibă față de familie sau în funcție de usurinta cu care trece, sau nu, prin viață.

CONECTOR DE OPZIȚIE

ARGUMENT 1

Diăspotrivă, familia poate să constituie un suport afectiv atunci când greutatea vieții ating un anumit nivel. De exemplu, în textul dat, Tancu alege să își susțină financiar familia, mama și sora, după moartea tatălui său, desi situația lui financiară nu este una tocmai confortabilă. Școala mică de horizor scolar, nu este pentru Caragiale un motiv pentru a se îndepărta de familie, din contra, acesta, mai mult din afecțiune decât din datorie, face eforturi prin care să susțină familia.

CONECTOR DE EXEMPLIFICARE

INFORMAȚII DIN FRAGMENTUL EXTRAS

ARGUMENT 2

CONECTOR CARE INTRODUC AL DOILEA ARGUMENT

CONECTOR DE EXEMPLIFICARE

CONCLUZIE

CONECTORI CARE INTRODUC CONCLUZIA

INFORMAȚII DIN EXPERIENȚA PERSONALĂ

În al doilea rând, există și situații în care anumite etape mai complicate ale vieții au dus la neputința de a îndeplini unele îndatoriri față de familie, în special a celor de natură afectivă. Greutățile economice pot limita timpul petrecut cu familia.

Rezolvarea acestor probleme presupune un mare consum de resurse, care nu mai pot fi oferite în mod personal membrilor familiei, iar anumite nevoi afective rămân nesatisfăcute. De exemplu, mulți dintre părinții colegilor mei sunt plecați la muncă în străinătate, iar acest lucru îi face să rateze momente importante din viața afectivă a copiilor. Aceste lipsuri pot afecta dezvoltarea normală a adolescenților și îi pot determina să adopte anumite comportamente deviate cum ar fi consumul de alcool, tutun sau droguri.

În concluzie, nimic nu ar trebui să fie mai important decât responsabilitățile pe care o persoană le are față de familie, indiferent de momentele dificile prin care poate trece în viață

MATEMATICĂ

Centrul Național de Examinare și Evaluare în Educație

Examenul național de bacalaureat 2023

Proba E. c)

Matematică *M_tehnologic*

Model

Filiera tehnologică: profilul servicii, toate calificările profesionale; profilul resurse, toate calificările profesionale; profilul tehnic, toate calificările profesionale

- Toate subiectele sunt obligatorii. Se acordă zece puncte din oficiu.
- Timpul de lucru efectiv este de trei ore.

SUBIECTUL I

(30 de puncte)

- 5p 1. Determinați termenul a_1 al progresiei aritmetice $(a_n)_{n \geq 1}$, știind că $a_2 = 7$ și $a_6 = 23$.
- 5p 2. Se consideră funcția $f: \mathbb{R} \rightarrow \mathbb{R}$, $f(x) = 8x - 5$. Determinați numărul real a pentru care punctul $A(a, 3a)$ aparține graficului funcției f .
- 5p 3. Rezolvați în mulțimea numerelor reale ecuația $\log_4 x + \log_4(3x) = \log_4 12$.
- 5p 4. Determinați probabilitatea ca, alegând un număr n din mulțimea numerelor naturale de două cifre, \sqrt{n} să fie număr natural par.
- 5p 5. În reperul cartezian xOy se consideră punctele $A(-3, 2)$, $B(1, 4)$ și $C(6, 0)$. Determinați distanța dintre mijloacele segmentelor AB și OC .
- 5p 6. Se consideră triunghiul ABC , dreptunghic în A , cu $BC = 16$ și măsura unghiului B egală cu 30° . Arătați că aria triunghiului ABC este egală cu $32\sqrt{3}$.

SUBIECTUL al II-lea

(30 de puncte)

1. Se consideră matricele $A = \begin{pmatrix} -3 & 3 \\ -2 & -1 \end{pmatrix}$ și $B(x) = \begin{pmatrix} x+1 & -3 \\ 2 & x-1 \end{pmatrix}$, unde x este număr real.
- 5p a) Arătați că $\det A = 9$.
- 5p b) Determinați numărul real x pentru care $B(3) \cdot B(4) = xB(1)$.
- 5p c) Determinați numărul real a pentru care matricea $B(a)$ este inversa matricei $C = \frac{1}{9}A$.
2. Se consideră polinomul $f = X^3 + X^2 + mX - 4$, unde m este număr real.
- 5p a) Pentru $m = 1$, arătați că $f(2) = 10$.
- 5p b) Pentru $m = -4$, determinați rădăcinile polinomului f .
- 5p c) Demonstrați că, pentru orice număr natural nenul m , polinomul f **nu** are toate rădăcinile reale.

SUBIECTUL al III-lea

(30 de puncte)

1. Se consideră funcția $f: (-2, +\infty) \rightarrow \mathbb{R}$, $f(x) = \frac{x^2 - 2x + 1}{x + 2}$.
- 5p a) Arătați că $f'(x) = \frac{x^2 + 4x - 5}{(x + 2)^2}$, $x \in (-2, +\infty)$.
- 5p b) Arătați că $\lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{f(x)}{e^x} = 0$.
- 5p c) Demonstrați că funcția f este convexă.
2. Se consideră funcția $f: (-1, +\infty) \rightarrow \mathbb{R}$, $f(x) = x + 1 + \frac{1}{\sqrt{x+1}}$.
- 5p a) Arătați că $\int_1^3 \left(f(x) - \frac{1}{\sqrt{x+1}} \right) dx = 6$.

Sub. III - Pea

1) Se consideră funcția $f: (-2, +\infty) \rightarrow \mathbb{R}$, $f(x) = \frac{x^2 - 2x + 1}{x + 2}$

a) Arătați că $f'(x) = \frac{x^2 + 4x - 5}{(x + 2)^2}$, $x \in (-2, +\infty)$.

$$f(x) = \left(\frac{x^2 - 2x + 1}{x + 2} \right)'$$

$$f'(x) = \frac{(x^2 - 2x + 1)' \cdot (x + 2) - (x^2 - 2x + 1) \cdot (x + 2)'}{(x + 2)^2}$$

$$f'(x) = \frac{((x^2)' - (2x)' + 1') \cdot (x + 2) - (x^2 - 2x + 1) \cdot (x' + 2')}{(x + 2)^2}$$

$$f'(x) = \frac{(2x - 2 \cdot 1 + 0) \cdot (x + 2) - (x^2 - 2x + 1) \cdot (1 + 0)}{(x + 2)^2}$$

$$f'(x) = \frac{(2x - 2) \cdot (x + 2) - (x^2 - 2x + 1) \cdot 1}{(x + 2)^2} = \frac{2x^2 + 4x - 2x - 4 - x^2 + 2x - 1}{(x + 2)^2}$$

$$f'(x) = \frac{x^2 + 4x - 5}{(x + 2)^2}$$

b) Arătați că $\lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{f(x)}{e^x} = 0$

$$\lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{f(x)}{e^x} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{\frac{x^2 - 2x + 1}{x + 2}}{e^x} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{x^2 - 2x + 1}{x + 2} \cdot \frac{1}{e^x} =$$

$$= \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{x^2 - 2x + 1}{e^x(x + 2)} \stackrel{\infty}{\text{L'H}} \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{(x^2 - 2x + 1)'}{[e^x(x + 2)]'} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{(x^2)' - (2x)' + 1'}{(e^x)' \cdot (x + 2) + e^x \cdot (x + 2)'}$$

$$= \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{2x - 2 \cdot 1 + 0}{e^x \cdot (x + 2) + e^x \cdot (x' + 2')} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{2x - 2}{e^x \cdot (x + 2) + e^x \cdot (1 + 0)} =$$

$$= \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{2x - 2}{e^x(x + 2 + 1)} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{2x - 2}{e^x(x + 3)} \stackrel{\infty}{\text{L'H}} \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{(2x - 2)'}{[e^x(x + 3)]'}$$

$$= \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{(2x)' - 2'}{(e^x)' \cdot (x + 3) + e^x \cdot (x + 3)'} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{2 \cdot 1 - 0}{e^x(x + 3) + e^x} = \lim_{x \rightarrow +\infty} \frac{2}{e^x(x + 4)} = 0$$

BIOLOGIE

Examenul național de bacalaureat 2021

Proba E. d)

Biologie vegetală și animală

Model

Filiera teoretică – profilul real;

Filiera tehnologică – profilurile: tehnic, resurse naturale și protecția mediului;

Filiera vocațională – profilul militar.

- Toate subiectele sunt obligatorii. Se acordă zece puncte din oficiu.
- Timpul de lucru efectiv este de trei ore.

SUBIECTUL I

(30 de puncte)

A

4 puncte

Scrieți, pe foaia de examen, noțiunile cu care trebuie să completați spațiile libere din afirmația următoare, astfel încât aceasta să fie corectă.

Sistemul optic al ochiului mamiferelor este alcătuit din: corneea, umoarea, și umoarea sticloasă.

B

6 puncte

Numiți două boli cu transmitere sexuală; scrieți în dreptul fiecărei boli câte o manifestare.

C

10 puncte

Scrieți, pe foaia de examen, litera corespunzătoare răspunsului corect. Este corectă o singură variantă de răspuns.

1. Din grupul pteridofitelor fac parte:

- a) coniferele
- b) filicetele
- c) gimnospermele
- d) monocotiledonatele

2. Peștii osoși sunt:

- a) amfibieni
- b) placentare
- c) urodele
- d) vertebrate

3. Ficatul mamiferelor:

- a) este componentă a tubului digestiv
- b) este localizat în cavitatea toracică
- c) participă la realizarea funcției de relație
- d) produce un suc digestiv lipsit de enzime

4. La mamifere, cerebelul:

- a) are suprafața brăzdată de șanțuri
- b) este alcătuit din două emisfere cerebrale
- c) prezintă la exterior scoarța cerebrală
- d) se leagă de bulb prin trei perechi de pedunculi

5. Rinichii:

- a) au la exterior zona medulară
- b) sunt alcătuiți din nefroni
- c) sunt localizați în cavitatea toracică
- d) sunt protejați de capsula Bowman

D

10 puncte

Citiți, cu atenție, afirmațiile următoare. Dacă apreciați că afirmația este adevărată, scrieți, pe foaia de examen, în dreptul cifrei corespunzătoare afirmației, litera A. Dacă apreciați că afirmația este falsă, scrieți, pe foaia de examen, în dreptul cifrei corespunzătoare afirmației, litera F și modificați parțial afirmația pentru ca aceasta să devină adevărată. Folosiți, în acest scop, informația științifică adecvată. Nu se acceptă folosirea negației.

1. Urechea internă conține celule fotoreceptoare.
2. Plantele realizează sinteza de substanțe anorganice prin fotosinteză.
3. Seva brută circulă prin vasele lemnoase ale plantelor.

SUBIECTUL al II-lea

(30 de puncte)

A

18 puncte

Inima și vasele de sânge alcătuiesc sistemul circulator al mamiferelor. Inima este alcătuită din patru compartimente.

- a) Numiți două vase mari de sânge prin care sângele circulă către inimă și cele două compartimente ale inimii în care trece sângele din aceste vase.
- b) Precizați rolul valvulelor atrio-ventriculare și al valvulelor semilunare.
- c) Calculați masa apei din plasma sângelui unei persoane, știind următoarele:
 - sângele reprezintă 8% din masa corpului;
 - plasma sangvină reprezintă 55% din masa sângelui;
 - apa reprezintă 90% din masa plasmii sangvine;
 - masa corpului persoanei este de 97 Kg.

Scrieți toate etapele parcurse pentru rezolvarea cerinței.

- d) Completați problema de la punctul c) cu o altă cerință pe care o formulați voi, folosind informații științifice specifice biologiei; rezolvați cerința pe care ați propus-o.

B

12 puncte

Se încrucișează două plante care se deosebesc prin două perechi de caractere: forma și dimensiunea frunzelor. Frunzele ovale (O) și mari (M) sunt caractere dominante, iar frunzele lanceolate (o) și mici (m) sunt caractere recesive. Un părinte are frunze ovale și mari, iar celălalt părinte are frunze lanceolate și mici. Părinții sunt homozigoți pentru ambele caractere. În F₁ se obțin organisme hibride. Prin încrucișarea între ei a hibridilor din F₁, se obțin în F₂ 16 combinații de factori ereditari.

Stabiliți următoarele:

- a) genotipul părintelui cu ambele caractere recesive;
- b) tipurile de gameți formați de organismele din F₁;
- c) numărul combinațiilor din F₂ cu frunze ovale; genotipul organismelor din F₂ care au frunze lanceolate și mari.
- d) Completați această problemă cu o altă cerință pe care o formulați voi, folosind informații științifice specifice biologiei; rezolvați cerința pe care ați propus-o.

Scrieți toate etapele rezolvării problemei.

SUBIECTUL al III-lea

(30 de puncte)

1.

14 puncte

Sistemul nervos central este alcătuit din măduva spinării și encefal.

- a) Precizați cele trei componente ale trunchiului cerebral.
- b) Scrieți un argument în favoarea afirmației următoare: „Substanța cenușie are rol în realizarea funcției reflexe a măduvei spinării”.
- c) Construiți patru enunțuri afirmative, câte două pentru fiecare conținut, utilizând limbajul științific adecvat.

Folosiți, în acest scop, informații referitoare la următoarele conținuturi:

- Scoarța cerebrală.
- Nuclei senzitivi.

2. Respirația, circulația, împreună cu alte funcții participă la realizarea funcțiilor de nutriție ale organismului. 16 puncte

- a) Precizați trei modalități de evidențiere a respirației la plante.
- b) Explicați afirmația următoare: „Prezența clorofilei este una dintre condițiile necesare realizării procesului de fotosinteză”.
- c) Alcătuiți un minieseu intitulat „Heterotrofia la Fungi”, folosind informația științifică adecvată. În acest scop, respectați următoarele etape:
 - enumerarea a șase noțiuni specifice acestei teme;
 - construirea, cu ajutorul acestora, a unui text coerent, format din maximum trei-patru fraze, folosind corect și în corelație noțiunile enumerate.

TEST MODEL 2021

SUBIECTUL I

A. APOSAI, CRISTALIN ✓ 4p

B. GONOREE - URSAȘII LA URINARE ✓ 6p
 CANDIDATA - SECRETE VASCULARE ✓

C. 1 b ✓; 2 d ✓; 3 d ✓; 4 d ✓; 5 b ✓ 10p

D. A. T. Naștea infoma celulei meduloneurogene ✓
 A. T. Flankele neata simțea de subțorogone peu totuam ✓
 A.

SUBIECTUL II

4 a) Venele care comunica cu altul drept ✓ 4p
 Venele pulmonare comunica cu altul stâng ✓

b) Rolul valvulelor atris-ventriculare este acela de a permite trecerea sângelui din atru în ventricul și de a împiedica întoarcerea lui în atru ✓
 Rolul valvulelor semilunare este de a împiedica la tova întoarcerea sângelui din atru în inimă ✓ 4p

8. SOLUȚI: Fuziune ovule (o) și moai (n), caodena determinate solut 1: Fuziune lomazelate (c) și moai (n), caod. reativa.

Ponimăi sunt (numere) și pt. ambete caodena.

a) Genotipul zămbetului cu ambete caodena necative:
 oomaa ✓

Fi	OH
om	OoHaa

b) Tipurile de gameți (gametof) de organismele dim Fi:
 OH; Oaa; oH; oaa. ✓

SI: 30p
 Si: 20p (cu problema de Saage)
 SII: 30p
 Oficiu: 10p
Total: 100 puncte

c)

Fi	OH	Om	oH	oaa
OH	OoHaa	OoHaa	OoHaa	OoHaa
Om	OoHaa	OoHaa	OoHaa	OoHaa
oH	OoHaa	OoHaa	OoHaa	OoHaa
oaa	OoHaa	OoHaa	OoHaa	OoHaa

Numărul cromozomilor dim Fi, cu fuziune ovule: 12 ✓
 Genotipul organismelor dim Fi care au fuziune lomazelate și moai: oaaHaa, oaaHaa. ✓

d) Genotipul organismelor dim Fi care au fuziune ovule și neti: OoHaa; OoHaa. ✓

SUBIECTUL III

1 a) BULB, PUNTE, MEDULLA SPINALA ✓ 3p

4 Substanța cenușie are rol în activitatea reflexivă a modului spinării pentru că ea este locul de apariție a celulelor și dendritelor care recepționează mesajele. ✓

c) Substanța cenușie de la exteriorul emisferei cerebrale formează scoarța cerebrală. ✓
 Scoarța cerebrală prezintă convulsii. ✓

8p Nucleii bazali sunt alcătuiți din substanța cenușie. Nucleii bazali au funcția de a coordona mișcările și au un rol în activitatea pseudospinală din ganglionii spinali. ✓

3p a) Prin consumul de O₂ ✓
 Prin consumul de substanțe organice ✓
 Prin eliberarea de CO₂ ✓

3p b) Clorofila transformă energia luminii în energie chimică cu ajutorul căreia are loc fotosinteză. ✓

HETEROTROFIA LA FUNGI

- heterotrofia parazită 10p
- heterotrofia saprofită
- micorize - simbioză ✓
- făcându-le mediu al paraziților
- se hrănesc cu corpuri în descompunere
- creșterea de câmp. (hrăni).

Fungi au nutrie heterotrofa, fiind dintre ei cu nutrie heterotrofa parazită, alții cu nutrie heterotrofa saprofită. Fungi cu nutrie heterotrofa parazită se hrănesc cu corpuri vii, se produc în organismele vii, iar cu nutrie heterotrofa saprofită se hrănesc cu corpuri oște în descompunere, dintre acestea numărăm creșterea de câmp, hrăni. ✓

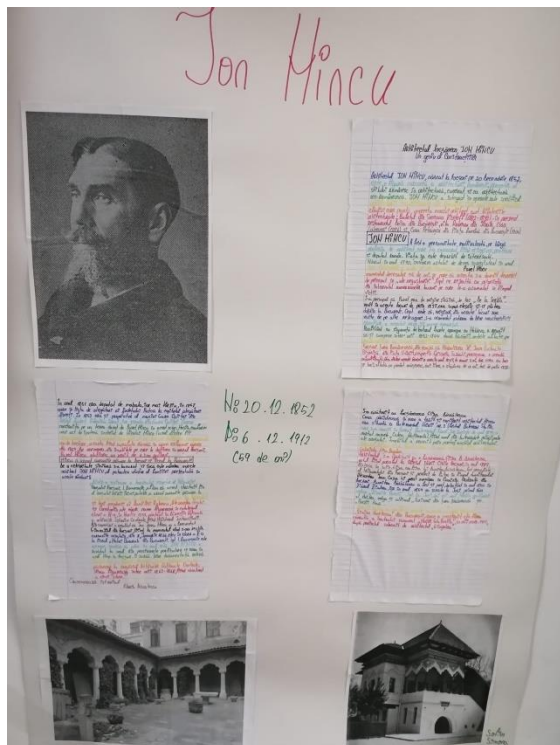
LA ZI ANIVERSARĂ!

LA MULȚI ANI, LICEUL TEHNOLOGIC "ION MINCU"!

26 NOIEMBRIE, ZI DE SĂRBĂTOARE ÎN ȘCOALA NOASTRĂ

Elevii au sărbătorit Ziua liceului, prin activități specifice, cum ar fi : activități sportive și culturale, realizarea de postere, scrisori, mesaje, materiale power point, etc.

Școala este a doua casă atât pentru noi cât și pentru profesori. Petrecem mult timp aici și ne simțim în largul nostru.
 La mulți ani, "Ion Mincu"! Suntem mândri de tine și îți mulțumim pentru tot sprijinul!
 Felicia,
 cl. a XI-a



Realizat de eleva, Sofian Simona, cls a IX-a

26 Noiembrie,
 La mulți ani, liceul Tehnologic
 "Ion Mincu"!
 Tu joci un rol important în viața noastră,
 ne oferi perspective noi și ne pui bazele
 cunoașterii.
 În acest loc om înviotot să relaționez, să
 negociez, să ne argumentez punctul de vedere.
 Ți mulțumesc pentru toate acestea!
 Margareta
 cl. a XI-a

"Liceul nostru nu e doar o casă cu minuni, un loc unde fiecare își creează soarta, ci este un suflet aparte care trăiește împreună cu noi fericirea, tristețea, victoriile, înfrângerea, iubirea...

Ziua de 26 noiembrie este ziua în care școala noastră prinde viață, se bucură ca un copil de o nouă aniversare, "La mulți ani!" șoptim, strigăm....sărbătorim alături de profesorii-dascăli care sunt mereu *aici* să ne ajute, să ne ridice, să ne ofere încrederea și curajul de a crea un nou început.

Îți mulțumim și suntem recunoscători pentru amintirile pe care le păstrezi, pentru că putem fi mereu copii, pentru grija pe care o porți fiecăruia dintre noi, pentru simplul și banalul, "bine ați venit". Știm că ești alături de noi atunci când obosem și alergăm grăbiți prin viață, știm că nu te superi când fugim de tine și mai absentăm.

Mereu vei trăi în amintirile și inimile noastre!"

LA MULȚI ANI!

COLECTIVUL CLASEI a XII-a

De ziua ta, vreau să-ți mulțumesc că mi-ai dat șansa de a-mi continua studiile, chiar dacă nu mai sunt o adolescentă.

Aștept cu nerăbdare să finalizez cursurile și să mă mândresc cu faptul că am terminat, "Liceul Tehnologic "Ion Mincu"!

Dincu Rodica, clasa a XI-a

După ce am realizat cât adevăr este în proverbul: *Ai carte, ai parte*, am hotărât să-mi finalizez studiile, iar acest liceu a reprezentat șansa mea. Sunt elevă de seral, cu familie, serviciu și responsabilități, dar asta nu mă împiedică o secundă să învăț în puținul timp liber.

Încurajez persoanele ce sunt în aceeași postură ca a mea, să nu se lase descurajate de împrejurări, niciodată nu prea târziu!

Liceul "Ion Mincu" este șansa mea și a tuturor celor ce cred în educație!

Spati Mihaela, clasa a XI-a

ACTIVITĂȚI EXTRAȘCOLARE ȘI EXTRACURRICULARE

BALUL BOBOCILOR

Liceul reprezintă o nouă etapă în dezvoltarea adolescenților. Salutul de bun venit în noua etapă a vieții lor este „Balul bobocilor”.



Această activitate este una dintre cele mai îndrăgite, este locul unde liceenii au ocazia să își valorifice talentele, să se redescopere și să întâlnească persoane noi.

Este cel mai bun punct de start din liceu și oferă o experiență de neuitat celor care iau parte!

Organizatorii evenimentului: prof. Ganea Andreea-Florela și eleva Francz Alina. (clasa a XII-a)

PARTY!!

<p>LICEUL TEHNOLOGIC „ION MINCU” TULCEA</p> <p>BALUL BOBOCILOR</p> <p>2022</p> <p>Bilet de intrare 10 LEI</p>			<p>UNDE ARE LOC? DEEP 1</p> <p>Str. Piața Independenței, Nr. 1, Tulcea</p> <p>Când? 28 Noiembrie 2022</p>
---	--	--	---

PARTY!!

La concurs au participat elevii: Vasile Andreea, Deacu Cătălin, Sidorencu Simona, Gherghișan Gabriel, Ungureanu Mădălina, Pavlov Iulian, Stoean Andreea, Pascu Roberto, Ilie Florentina și Sidorencu Antonio.

PARTY!!



Juriul a fost format din: Oancea Marinela – clasa a X – a seral, Nichita Ionela – clasa a X – a seral și Staicu Ionela – clasa a XIII – a seral.

În cadrul primei probe, elevii s-au prezentat, urmând ca juriul să puncteze creativitatea și exprimarea acestora.

La cea de a doua probă, numită „Designer vestimentar”, concurenții au lucrat în echipe. Fetele le-au făcut băieților diferite ținute din hârtie creponată, iar băieții au defilat în ținutele confecționate.

Următoarea probă a constat în interpretarea unor melodii. Concurenții au primit pe rând microfonul și fiecare a trebuit să cânte o melodie sau un refren.

PARTY!!

Abilitățile de dans ale concurenților au fost valorificate în cea de-a patra probă care s-a numit „Constructorii.” La această probă concurenții au dansat „Dansul Pinguinului” încălțați cu cizme de cauciuc și pe cap purtând căști de protecție. Ultima probă s-a numit „Tehnician. Desenator construcții”, o probă de creație. La această probă, concurenții și-au pictat propria cizmă.



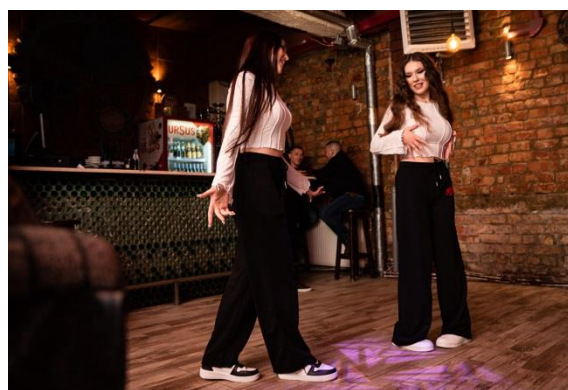
La sfârșitul concursului, toți concurenții au primit premii de participare (diplome și fotografii), iar Miss și Mister Boboc și Miss și Mister Popularitate au primit diplome și alte cadouri (căni personalizate, fotografii).

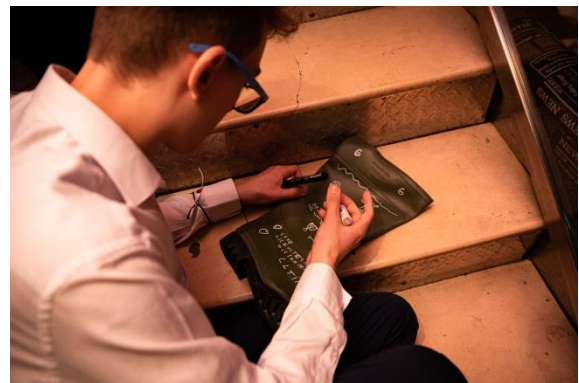
PARTY!!

POVESTEA ÎN IMAGINI

BALUL BOBOCILOR 2022

PROBELE ÎN DESFĂȘURARE







ȘI CÂȘTIGĂTORII



INTERVIU CU CÂȘTIGĂTORII BALULUI BOBOCILOR 2022

Prezentare Miss Boboc - Simona Sidorencu

1. Cum vă simțiți în postura de Miss și Mister Boboc?

- excelent

2. Ce v-a determinat să participați, câștigarea titlului de Miss și Mister sau doar distracția din concurs?

-Ambiția de a participa și distracția pentru concurs

3. Care probă credeți că v-a pus în dificultate și de ce?

- niciuna

4. Care credeți că a fost punctul vostru forte în acest concurs?

-Numărul artistic

5. Ce părere aveți despre organizarea Balului Bobocilor de anul acesta?

- Foarte bună

6. Ați mai repeta această experiență?

- da



INTERVIU CU CASTIGATORII BALULUI BOBOCILOR 2022
Prezentare Miss Popularitate - Andreea Vasile

1. Cum vă simțiți în postura de Miss și Mister Boboc?

Sunt mândră de mine , am vrut să fiu cât mai bună, așa este în concursuri

2. Ce v-a determinat să participați, câștigarea titlului de Miss și Mister sau doar distracția din concurs?

- am acceptat să particip pentru școala din care fac parte.

3. Care probă credeți că v-a pus în dificultate și de ce?



Cea cu dansul pinguinului în cizme de cauciuc și cu casca de constructor

4. Care credeți că a fost punctul vostru forte în acest concurs?

-chiar nu știu

5. Ce părere aveți despre organizarea Balului Bobocilor de anul acesta?

-a fost o idee foarte bună



6. Ați mai repeta această experiență?

- Da

BENEFICIILE CITITULUI

1. Cititul te stimulează mental

Studiile arată că menținerea creierului cât mai activă poate încetini progresia demenței sau a bolii Alzheimer. Ca orice alt mușchi din corp, și creierul are nevoie de antrenament pentru a rămâne puternic și sănătos. Pe lângă cititul cărților, șahu sau rezolvarea puzzle-urilor au și ele efecte de stimulare cognitivă.

2. Cărțile de literatură reduc stresul

Indiferent cât de stresat ai fi din cauza serviciului, a relațiilor personale sau a altor motive, să te cufunzi într-o carte captivantă te face să uiți de toate problemele. Un roman bine scris atenuează tensiunile și te ajută să te relaxezi, transportându-te într-o altă lume. Genul de roman este la atitudinea fiecăruia: sunt persoane care se relaxează citind cărți polițiste, altele care preferă comedii romantice sau aventurile SF. Pe piață există atât de multe opțiuni și atât de multe recomandări din partea criticilor și a cititorilor, încât e imposibil să nu găsești lecturi pe gustul tău, care să aibă un impact pozitiv asupra vieții tale.

3. Cărțile teoretice și practice îmbunătățesc cunoașterea

Când citim ceva, putem reține informații utile la modul practic, care ne pot ajuta la serviciu, acasă sau în relațiile cu cei din jur. Există cărți informative pe orice subiect, de la cum să fii mai eficient la muncă și cum să-ți dezvolti diverse abilități (învățarea unor programe de calculator, de exemplu) până la ghiduri practice despre cum să fii mai sănătos, cum să construiești diverse obiecte sau cum să relaționezi mai bine cu cei din jur.

4. Cititul extinde vocabularul

Cu toții avem momente în care parcă nu ne găsim cuvintele să exprimăm clar ceea ce ne dorim sau ce avem nevoie de la alții. O persoană pentru care cititul este o activitate frecventă are mai multe cuvinte în vocabular, își poate structura mai bine ideile și se poate exprima cu o mai mare ușurință, în așa fel încât să se facă mai bine înțeleasă. Cititul te ajută și când înveți o limbă străină, pentru că vei plasa mai ușor cuvintele învățate într-un context.

Material realizat de :

Sofian Simona-Cristiana (clasa a IX-a)

Bibliografie: <https://.doc.ro/lifestyle/10-beneficii-ale-cititului>



profesionistii@yahoo.com

