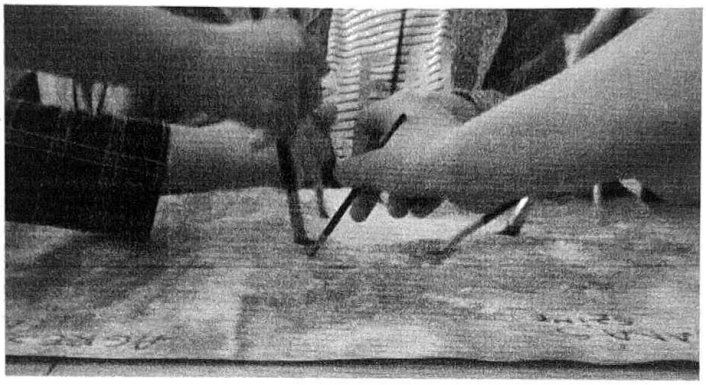
Nr înreg. 1061 / 30.09.2025

CONCURS JUDEȚEAN de prevenire a bullying-ului

" *EROU DIN VIAȚA DE ZI CU ZI* "



Domeniu: Prevenirea și combaterea discriminării, bullying-ului, și excluziunii în școală

Perioada, durata proiectului: AN ȘCOLAR 2025-2026

Instituția coordonatoare: CJRAE, Covasna

Grup țintă/beneficiari:

- elevii claselor Pregătitoare- IV-a , a claselor a V-VIII rspectiv a claselor IX-XII din județul Covasna
- prof.consilieri școlari
- diriginții
- profesori de specialitate

Coordonator proiect

Prof. consilier școlar Para Noemi

Director CJRAE

Prof. Szőcs A. Levente

ROMÂNIA MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI DE ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ COVASNA MUNICIPIUL SFÂNTU GHEORGHE JUDEȚUL COVASNA

I. Argument

Prevenirea și combaterea discriminării, bullying-ului și excluderii în școală reprezintă obiective deosebit de importante pentru crearea unui mediu educațional sigur și incluziv, în care fiecare elev să poată învăța și să se dezvolte în deplină încredere. Fenomenul bullying-ului se regăsește și în mediul școlar, generând un climat de insecuritate și frică în rândul elevilor.

Concursul județean "EROU DIN VIAȚA DE ZI CU ZI" oferă elevilor posibilitatea de a conștientiza existența fenomenului bullying-ului în școală, de a identifica soluțiile potrivite pentru prevenirea și combaterea acestuia și de a înțelege alternativele pe care le pot adopta în fața acestui fenomen, care, din păcate, continuă să ia amploare. Concursul promovează o cultură a respectului, toleranței și empatiei în școală, având un impact pozitiv asupra comportamentului elevilor atât în mediul școlar, cât și în viața de zi cu zi.

Prin educarea elevilor despre efectele negative ale bullying-ului și despre modalitățile de prevenire, contribuim la scăderea numărului de victime și la reducerea ciclului de victimizare. Implicarea elevilor în acest concurs ajută la formarea unei generații de cetățeni responsabili și empatici, care înțeleg importanța respectului și a toleranței în societate.

Activitățile din cadrul proiectului "EROU DIN VIAȚA DE ZI CU ZI" nu sunt doar o necesitate, ci și o investiție în viitorul copiilor noștri și al societății în ansamblu. Abordarea acestei probleme contribuie la crearea unui mediu mai sigur, empatic și favorabil dezvoltării armonioase a tuturor elevilor.

II. Scopul concursului

Prevenirea fenomenului de tip bullying, prin recunoașterea formelor și acțiunilor specifice în mediul școlar, sprijinirea unui climat nonviolent, îmbunătățirea abilităților interpersonale și prosociale, și dezvoltarea capacității de a acționa împotriva indiferenței.

III. Obiective

Obiectivul general: Crearea unui mediu favorabil dezvoltării unor comportamente pașnice în școală, printr-un management eficient al conflictelor și implicarea diriginților în crearea de contexte adecvate pentru comportamentul civilizat al elevilor.

Obiective specifice:

Recunoașterea fenomenului bullying, a formelor de manifestare, a cauzelor și a consecințelor acestuia în viața elevilor. Desfășurarea de activități școlare pentru prevenirea și combaterea factorilor care favorizează comportamentul de tip bullying. Implicarea elevilor în găsirea soluțiilor pentru prevenirea și combaterea bullying-ului în școală. Crearea unui mediu favorabil acceptării și toleranței. Reducerea comportamentelor de tip bullying în mediul școlar, printr-un management eficient al conflictelor, pentru îmbunătățirea calității vieții școlare. Creșterea capacității de observare a indiferenței și învățarea metodelor de acțiune împotriva acesteia. Formarea "eroilor de zi cu zi" în rândul elevilor, prin dezvoltarea comportamentului prosocial. Implicarea diriginților și a profesorilor în promovarea relațiilor sociale pozitive între elevi, prin dezvoltarea abilităților de relaționare și comunicare.

IV. Participanți

Elevii claselor 0-IV, V-VIII, IX-XII, cadre didactice și profesori consilieri școlari.

V. Planificare calendaristică

Nr. crt.	ACTIVITĂȚI	DATA
1.	**Înscrierea în proiect:** Se realizează online, prin completarea formularului disponibil la: https://forms.gle/QeWf61Fh3rFYkJmf6	01.octombrie- 01 decembrie 2025
2.	**Derularea activităților educative la clasă, realizarea produselor/desenelor:** Tematica: prevenirea bullying-ului. Exemple de activități pot fi consultate în **ANEXĂ**.	**01.noiembrie 2025** **01.martie 2026**
3.	**Desfășurarea concursului la nivelul unității de învățământ:** Activitatea este coordonată de responsabilul desemnat la nivelul unității școlare.	**01. martie-** **01. aprilie 2026**
	Termenul limită pentru înaintarea lucrărilor către CJRAE: Desenele/Afișele și raportul vor fi transmise de către responsabilul desemnat la nivelul unității școlare. Produsele se trimit scanat in PDF la para.noemi@yahoo.com	**08 aprilie 2026**
4.	**Desfășurarea concursului la nivel județean:** Organizator: CJRAE COVASNA	**09 aprilie -** **30 aprilie 2026**
5.	**Anunțarea rezultatelor:** Rezultatele vor fi comunicate electronic	**02 mai 2026**

VI. Descrierea detaliată:

1. Înscrierea în proiect: 01.octombrie 2025 - 01. noiembrie 2025

- Înscrierea în concurs se face online, prin completarea formularului

https://forms.gle/QeWf61Fh3rFYkJmf6

2. Derularea activităților educative la clasă, realizarea produselor/desenelor: 01.noiembrie 2025 - 01.martie 2026

Activitățile educative sunt coordonate și monitorizate de responsabilul activităților la nivelul unității de învățământ, care are următoarele sarcini:

- Derularea activităților de informare cu privire la noțiunea de bază a fenomenului bullying în mediul școlar: definiție, tipurile de bullying, rolul spectatorilor. Activitățile se găsesc în anexă.
- Să asigure desfășurarea a cel puțin o activitate menționată în **ANEXA 1** în fiecare clasă înscrisă în concurs. În plus față de această activitate, cadrul didactic poate utiliza orice alt material care deține pentru prevenirea bullyingului.
- Responsabilul pentru aceste activități organizează concursul la nivelul unității de învățământ. Detalii suplimentare sunt disponibile la Punctul 3.

Mențiune: *Nu este obligatoriu ca fiecare elev să realizeze un produs (desen/afiș) la finalul activităților. Doar produsele elevilor care doresc și sunt motivați să creeze un desen sau un afiș vor fi înscrise în concurs. Totodată produsul poate fi realizat de max 3 elevi.*

3. Desfășurarea concursului la nivelul unității: 01. martie - 01. aprilie 2026

La nivelul fiecărei unități de învățământ se stabilește un juriu format din număr impar de persoane (minim 3) În juriu participă, obligatoriu, un membru din Grupul de Acțiune Antibullying în cadrul unității. Juriul stabilește câștigătorii pe locurile I. II și III. la fiecare nivel.

Concursul va avea secțiunea DESEN/AFIȘ, pentru nivelul primar, gimnazial și liceal.

Lucrările vor fi apreciate în funcție de următoarele criterii: respectarea temei concursului, expresivitate/ impact, unitatea compoziției, originalitate și claritatea mesajului. (**ANEXA 2- Criterii de evaluare, ANEXA 3- Fișa de evaluare)**

Primele trei lucrări, în ordinea punctajului, pentru fiecare nivel (0-IV, V-VIII, IX-XII), însoțite de lista elevilor (ANEXA 4), vor fi scanate și transmise de către coordonatorul programului, la adresa de mail para.noemi@yahoo.com

- **Termenul limită pentru înaintarea lucrărilor către CJRAE este 08 martie 2026**

Aceste lucrări participă la etapa județeană a concursului.

Lucrările se salvează cu numele, prenumele elevului și clasa din care face parte elevul

- Lucrările vor fi realizate individual sau de maxim 3 elevi.
- **Împreună cu produse se trimitere raportului scris (ANEXA 5) la para.noemi@yahoo.com**

4. Desfășurarea concursului la nivel județean: 09 aprilie - 30 aprilie 2026

Jurizarea lucrărilor se va desfășura de către un juriu numit prin decizia CJRAE Covasna, constituit dintr-un număr impar de membri. Concursul va avea secțiunea DESEN/AFIȘ, pentru fiecare nivel (O-IV, V-VIII, si IX-XII).

Lucrările scanate vor fi apreciate în funcție de următoarele criterii: respectarea temei concursului, expresivitate/ impact, unitatea compoziției, originalitate și claritatea mesajului.

5. Rezultatele etapei județene: 02 mai 2026

CJRAE Covasna va transmite electronic rezultatele evaluării județene, către instituțiile participante, împreună cu diplomele pentru elevi premianți/participanți, adeverințe pentru cadre didactice care s-au implicat în desfășurarea activităților și în organizarea concursului, și diplomă pentru cadrul didactic responsabil la nivelul unității școlare.

Premii/Aprecieri

- Diplome pentru elevii premiați (locurile I, II, III) și pentru cadrele didactice îndrumătoare.
- Diplome de participare pentru toți elevii și adeverințe pentru cadrele didactice implicate.

- Adeverințe pentru cadrele didactice implicate în desfășurarea concursului (calitate de coordonator, evaluatori).

ANEXĂ 1 – descrierea activităților

ACTIVITATEA 1. :

- Conștientizarea și înțelegerea bullying-ului: elevii vor putea defini bullying-ul, identificând tipurile sale (fizic, verbal, social, cibernetic) și efectele pe termen scurt și lung asupra victimelor, totodată vor cunoaște rolul martorilor într-o situație de bullying

Se discută noțiunile de bază

BULLYING-UL:

Bullying înseamnă folosirea unei **forțe superioare** pentru a influența sau intimida pe cineva.

Este un **comportament repetat și intenționat** prin care agresorul își persecută, **rănește, intimidează victima** verbal, relațional și/sau fizic.

Fenomenul bullying apare atunci când un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de colegi. Uneori, aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau, în unele cazuri, în atacuri fizice.

FORMELE BULLYINGULUI:

• Bullying verbal, include (dar nu se limitează la) comportamente repetate de tip: poreclire, insultare, tachinare, umilire, intimidare, transmitere de mesaje cu conținut rasist;

• Bullying social, adesea ascuns, greu de identificat / recunoscut, realizat cu scopul de a distruge reputația socială a unui copil și de a-l plasa într-o situație de umilință publică, care include comportamente repetate de tip: minciună și/sau răspândire de zvonuri, realizarea de farse cu obiectivul de a umili / crea situații stânjenitoare, încurajarea excluderii / izolării sociale, bârfa;

• Cyberbullying, ascuns sau evident, care se referă la orice comportament de bullying mediat de tehnologie. Include comportamente repetate de tip: mailuri, postări, mesaje, imagini, filme cu conținut abuziv / jignitor / ofensator; excluderea deliberată a unui copil în spațiul online; spargerea de parole ale unor conturi personale (de e-mail, fb etc.)

Cine poate fi victimă ale bullying-ului?

Oricine! De cele mai multe ori, nu caracteristicile personale sau comportamentul unei persoane o determină pe aceasta să devină victimă a bullying-ului!

Cine sunt agresorii?

Unii dintre agresori sunt bine priviţi în grup, sunt populari, au influenţă în rândul celor de aceeaşi vârstă şi le place să domine sau să conducă pe alţii; Alţii sunt agresivi deoarece aceștia au fost izolați și simt o nevoie puternică de a aparține unui grup, însă nu posedă abilitățile sociale de a-și păstra prietenii; Mulți copii nu pot evalua violența școlară ca fiind negativă sau inacceptabilă, așa cum fac adulții, și pot interpreta actele de agresiune ca amuzament sau distracție; Chiar dacă am putea avea impresia că agresorul este o persoană puternică şi încrezătoare, lucrurile stau uneori altfel – aceşti copii au de multe ori o stimă de sine scăzută, simţindu-se superiori doar dacă îi lezează pe alţii; De multe ori agresorii sunt ei înşişi victime ale fenomenului de bullying, pe care îl „învaţă" de la părinţi sau fraţi mai mari.

Ce pot face ceilalţi elevi? (martorii)

Copiii îl pot ajuta pe un coleg care este hărţuit fiind pur şi simplu prietenoşi cu respectivul coleg în alte contexte. Prietenia este foarte importantă pentru a-i arăta că nu este singur!

Este bine ca cei care sunt martori la o situaţie de bullying să apeleze la ajutorul unui adult. Acesta poate întrerupe respectiva situaţie şi poate oferi suport celui agresat;

Elevii pot oferi exemple pozitive de comportament, îşi pot afirma şi demonstra opoziţia faţă de comportamentele de tip bullying, fără a-şi risca siguranţa personală;

Agresorii au de cele mai multe ori nevoie de „public" – este important ca cei care sunt de faţă la un astfel de comportament să nu îl întărească râzând sau încurajându-l.

De multe ori copiii sau adolescenţii au şanse mai mari să se convingă între ei să înceteze bullying-ul decât au adulţii. Intervenţia din partea colegilor are un impact mai puternic.

Cum acționăm într-o situație de bullying?

Modul de acțiune depinde de următoarele factori:

- TIMP: am timp sau nu am timp pentru a ajuta
- LUMINA REFLECTOARELOR: Ce se întâmplă dacă ajut
- PUTEREA GRUPULUI: sunt singur sau am pe cineva cu mine și împreună cerem ajutor
- STEREOTIPURI SI PREJUDECATI – cine e agresorul, cine e victima? Am prejudecăți?
- PERICOL- Mă aflu în pericol? – dacă da atunci nu mă implic și cer ajutorul unui adult, dacă nu sunt în pericol verific situația și decid ce fac

ACTIVITATEA 2:

- Analiza și soluționarea unei situații de bullying: elevii vor analiza o situație concretă de bullying prezentată printr-un studiu de caz, identificând tipurile de comportamente de bullying și impactul asupra victimelor. Aceștia vor discuta despre opțiunile de intervenție și soluțiile posibile, dezvoltând abilități de gândire critică și empatie, precum și strategii practice pentru a preveni și combate bullying-ul în comunitatea lor.

EXERCIȚIU:

Studiu de caz/ Exemple din viața elevilor

Exemplu: Eleva Alexandra Ionescu din clasa a VII-a prezintă un comportament neadecvat fata de unii colegi de clasa, respectiv gesturi de intimidare realizate doar alături de un grup de 4-5 colegi. Una din victimele sale, eleva Catalina Popescu,a reclamat dirigintelui următoarele comportamente deranjante:

- Aproape de fiecare data cand răspunde corect la ora este numita „tocilara” de către Alexandra si grupul său de susținători;
- Este ridiculizata pentru ca refuza sa chiuleasca de la ore alături de unii colegi;
- Este ridiculizata pentru faptul ca nu are un prieten;

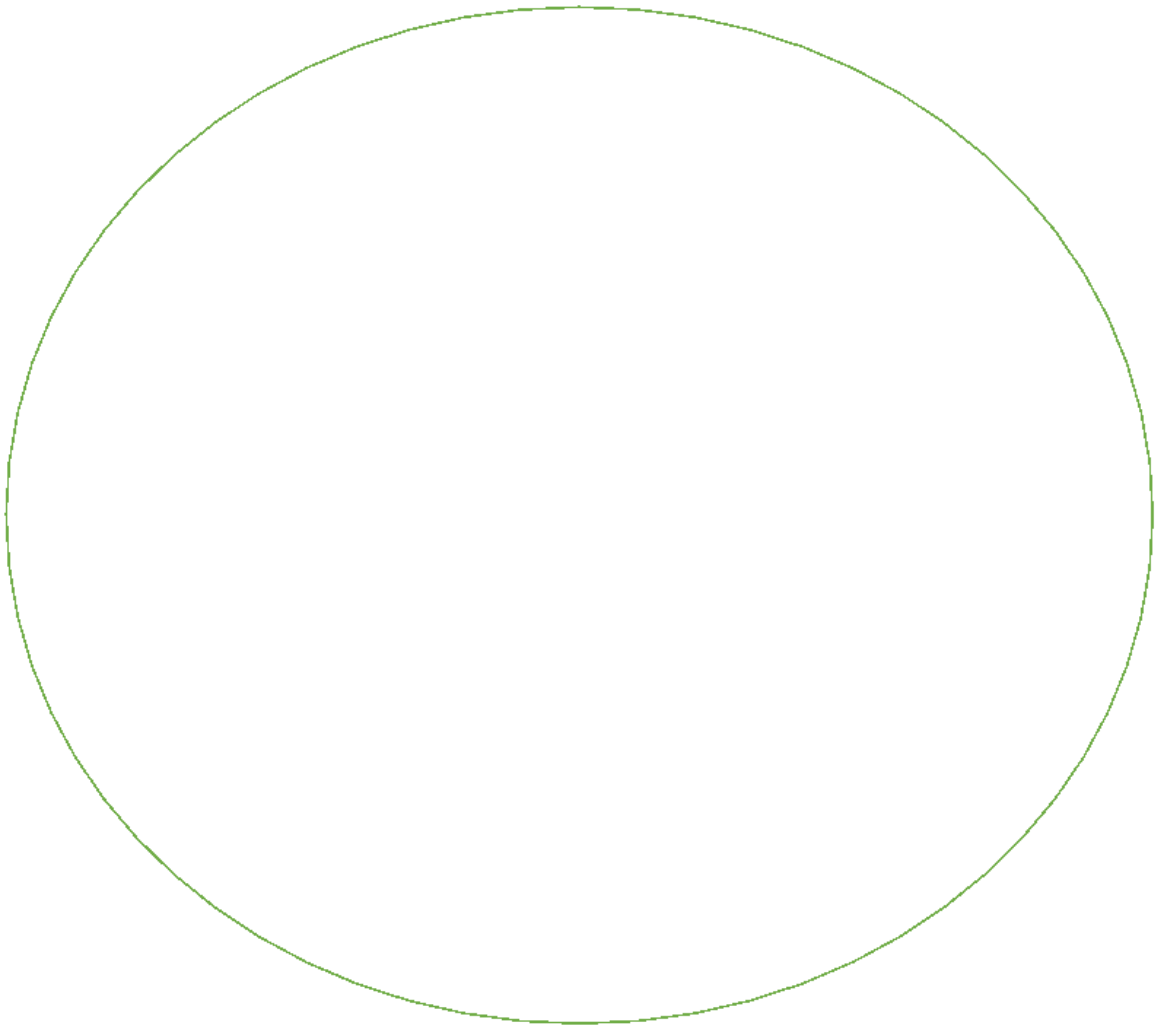
Parintii Catalinei Popescu au spus că aceasta suferă foarte mult din cauza acestor ridiculizari repetate și plânge zilnic din aceasta cauza;mai mult, are zile în care refuză să meargă la scoală din cauza intimidarilor la care este supusă. A fost sesizata si atitudinea ignoranta a cadrelor didactice fata de acest fenomen,care nu se implica absolut deloc cand un episod de genul se petrece în preajma lor.

<u>Fișă de activitate nr 1</u>. Prezentare de caz

1. Prezentare de caz
2. Decupați părtățelele de mai jos

VICTIMA	AGRESORUL	SPECTATORI	alte persoane implicate ex.....

3. Așezați în cercul de mai jos personajele parte a evenimentului bullying în funcție de raportul emotional dintre acesteia



ACTIVITATEA 3 : „Spectatori: sunt aproape sau departe?”

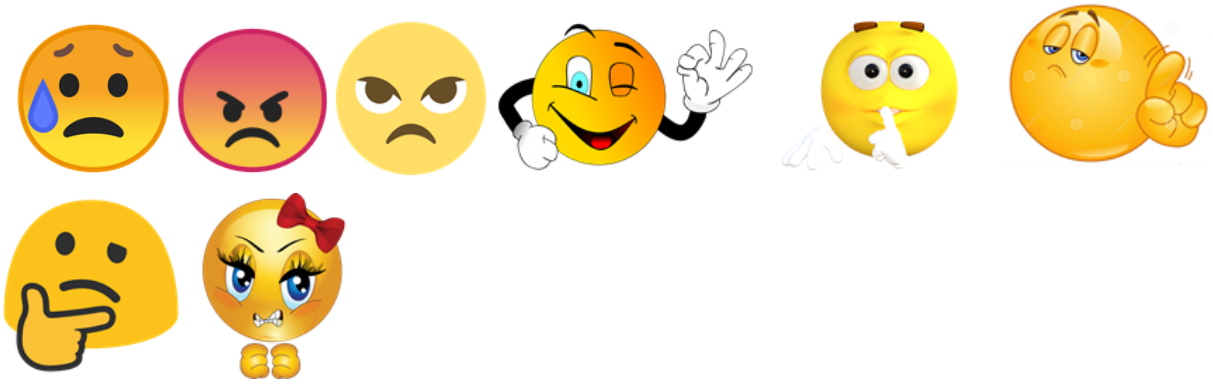
- Întărirea empatiei și conștientizării rolului spectatorilor: elevii vor explora impactul emoțional al bullying-ului asupra victimelor și vor discuta despre responsabilitatea morală a spectatorilor. Prin aceasta activitate elevii vor învăța cum să-și folosească vocea și acțiunile pentru a sprijini victimele și a descuraja comportamentele de bullying, promovând astfel o atmosferă de solidaritate și respect în comunitate.

(Rolul protagoniștilor într-o situație de bullying)

1. **Fișă de lucru:**
    1. Descrieți o situație de bullying

……..

2. Decupați imaginile de mai jos



3. Așezați în spațiul de mai jos emoticoanele decupate, pentru fiecare personaj care apare în situația prezentată de voi, în așa fel încât să exprime cel mai bine trăirile emoționale resimțite de ele.

DISCUTII:

Ce înseamnă a fi spectator?

Care este rolul spectatorului într-un caz de bullying?

Evidentierea rolul de ajutor a spectatorilor într-o situație de bullying

Modalități/Resurse de ajutor *la cine apelăm la nivelul școlii,

Evidențierea faptului ca a sesiza o situație poate fi un gest de eroism!

ACTIVITATEA 4: **”Sunt informat!”**

- Dezvoltarea empatiei și abilităților de intervenție: Participanții vor învăța să recunoască semnele de bullying și să dezvolte empatie față de victime.

OPȚIONAL: EXEMPLE DE FILME: *se alege cu grijă, potrivit vârstei școlare

DESPRE BULLYING

Despre Bullying (cu subtitrare RO)

cyberbullying (RO)

A ZAKLATO/ FILM LB MAGHIARA

AZ ALDOZAT/ FILM LB MAGHIARA

A SZEMLELO/ FILM LB MAGHIARA

A szemlélők reakciója – clasele IX-XII Lb Maghiara

TEME DE DISCUȚII:

Cum apare bullying-ul în scenariul văzut?

Cum afectează bullying-ul victima?

– Care sunt consecințele bullying-ului pe termen scurt și lung asupra victimei?

Rolul martorilor: Ce pot face cei care asistă la bullying?

– Cum pot interveni martorii pentru a opri sau a preveni bullying-ul?

– De ce este important ca martorii să nu rămână pasivi?

Impactul emoțional asupra celor implicați

– Cum poate bullying-ul afecta sănătatea mentală și emoțională a victimelor?

– Cum putem ajuta o persoană care a fost afectată emoțional de bullying?

Bullying-ul în era digitală: Cyberbullying

– Care sunt formele de bullying online și cum diferă de bullying-ul tradițional?

– Ce măsuri putem lua pentru a preveni și combate cyberbullying-ul?

Strategii de combatere a bullying-ului în clasă

– Ce măsuri pot lua elevii pentru a preveni bullying-ul în clasă?

– Discutarea regulilor clasei legat de prevenirea bullyingului

ACTIVITATEA 5 : “Rolul meu”

Vizionarea filmulețului: Alege sa te opui bullyingului

- Teme de discuții:

  Care sunt moduri de intervenție pe care le-ați observat în acest film?

  Unde ați văzut că a apărut ignorarea și de ce credeți că au acționat așa?

  Unde ați văzut că a apărut ajutorul și de ce?

  Care intervenție v-a plăcut cel mai mult?

  Voi cum ați proceda și de ce?

ACTIVITATEA 6 : “Devin erou: OBSERV, DECID, ACȚIONEZ”

- Promovarea unui mediu de respect și incluziune: elevii vor explora strategii de intervenție pentru a crea un mediu școlar sigur și respectuos.

Ce înseamnă erou de zi cu zi?

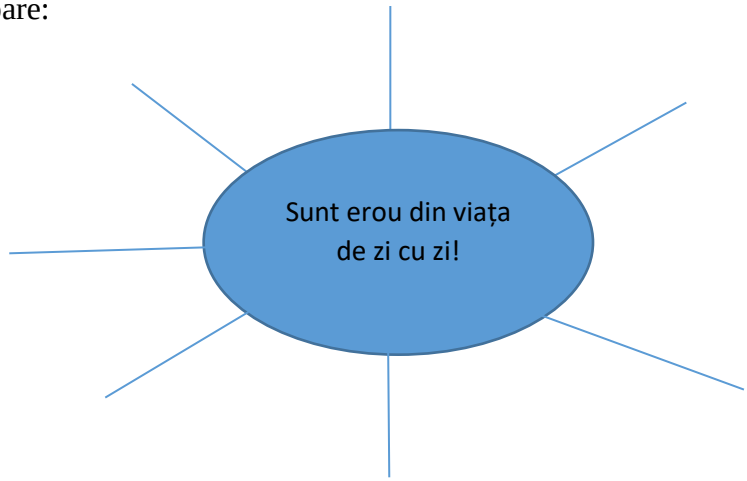
DEFINIȚII:

Erou din viața de zi cu zi se referă la persoanele obișnuite care demonstrează curaj, integritate și altruism în activitățile lor cotidiene. Acești eroi nu caută recunoaștere sau faimă; acțiunile lor pot părea simple, dar au un impact semnificativ asupra celor din jur.

Efectul de spectator este un comportament când în situații de grup transferăm responsabilitatea către comunitate și, prin urmare, nu ajutăm persoana în necaz. Cheia este să începem să ajutăm, sau să cerem ajutorul unui adult, se știe că primul pas este cel mai greu de făcut, dar după acest pas celorlalți le este mai ușor să se alăture.

EXERCIȚIU:

Razele de soare simbolizează căi de rezolvare a situațiilor de bullying. Închipuie-ți **ce ai putea să faci** cum poți fi erou din viața de zi cu zi într-un caz de bullying. Scrie aceste modalități pe razele de soare:



ANEXĂ 2

CRITERII DE EVALUARE A LUCRĂRILOR CONCURSULUI

”Erou din viața de zi cu zi”

Etapa la nivel de unitate de învățământ

CONCURSUL ”Erou din viața de zi cu zi” ARE O SINGURĂ SECȚIUNE: DESEN/AFIȘ

- PUNCTAJ MAXIM – 10 PUNCTE
- Respectarea tematicii concursului - 2 puncte;
- Expresivitate, impact - 3 puncte;
- Unitatea compoziției - 1 punct;
- Originalitate - 3 puncte;
- Claritatea mesajului - 1 punct.

Vor fi selectate la nivelul unității de învățământ lucrările pentru fiecare nivel (CLASELE 0-IV, V-VIII, IX-XII) care vor fi trimise electronic către CJRAE Covasna, în calitate de organizator al etapei judeţene.

Lucrările vor fi scanate și salvate separat cu numele, prenumele elevului , clasa și unitatea școlară din care face parte.

Către CJRAE Covasna vor fi trimise:

- Lucrările premiate scanate și în original pe fiecare nivel;
- Lista copiilor selectați câștigător la etapa la nivel de unitate de învățământ pentru fiecare nivel

ANEXA 3- FIȘA DE EVALUARE

CONCURS ”Erou de zi cu zi”- Etapă la nivel de unitate de învățământ

Unitatea de învățământ: .....

Județul: …….....……...

Numele evaluatorilor: …….....

Nivel .....

Nr. Crt.	Nume și prenume copil	Punctaj maxim					
		2 puncte	3 puncte	1 punct	3 puncte	1 punct	10 PUNCTE
		Respectarea tematicii concursului	Expresivitate, impact	Unitatea compoziției	Originalitate	Claritatea mesajului	PUNCTAJ FINAL

Director - unitate de învățământ,

Semnătură evaluatori,

ANEXA 4

Lista copiilor selectați câștigători

la etapa nivel de unitate de învățământ

CONCURS ”EROU DIN VIAȚA DE ZI CU ZI”

Unitatea de învățământ: .....

Județul: …….....…..……

Nivel: .....

Nr. crt.	Nume și prenume elevi	Premiul	Profesor/ Profesor consilier școlar
1.		I	
2.		II	
3.		III	
		MENȚIUNE	
		MENȚIUNE	

*La etapa județeană participă lucrările premiate (I, II, III)

ANEXA 5

Model

RAPORT

CONCURS ”Erou din viața de zi cu zi”

Raportul trebuie să conțină următoarele aspecte:

1. Echipa de proiect
2. Elevii participanți: nivel studiu/nr elev
3. Elevii cu produs: nivel studiu/nr elev
4. Elevi desemnați câștigători la nivelul unității
5. Activități derulate (activități realizate/nivel de studiu-clase)
6. Impresii, experiențe ale coordonatorului proiectului la nivelul unității în urma implementării programului educațional (în funcție de activitățile realizate)
    a. Percepția elevilor asupra programului / asupra activităților realizate
    b. Ce beneficii a adus programul elevilor participanți (schimbări intervenite în urma realizării programului la elevi la nivelul aptitudinilor dobândite, atitudinii, competențelor formate)
    c. Elevi/clase care au beneficiat semnificativ de pe urma programului implementat
    d. Percepția diriginților/cadrelor didactice asupra programului/efectul la nivelul unității

7. Puncte forte și puncte slabe ale programului în percepția coordonatorului program la nivelul unității.

8. Mesaje personale, sugestii ale coordonatorului program la nivelul unității.