

5. Marin, M., Niculcea, T., *Limba română, manual pentru clasa a IV-a*, Editura „Cartier”, Chișinău, 2013.
6. Ursu, L., Lupu, I., Iasinschi, Iu., *Matematica, manual pentru clasa a IV-a*, Editura „Prut Internațional”, Chișinău, 2013.
7. Lipovan, N., *Aplicații ale matematicii. Abordări interdisciplinare și transdisciplinare*. Disponibil pe Internet la:
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:4IQD9XLX7KUJ:forum.portal.edu.ro/index.php%3Fact%3DAttach%26type%3Dpost%26id%3D1994030+&cd=1&hl=en&ct=clnk>, (accesat: 23.03.2016).
8. Mândruț, O., *Instruirea centrată pe competențe la geografie în învățământul preuniversitar*. CERCETARE – INOVARE – FORMARE – DEZVOLTARE. Disponibil pe Internet la:
<http://www.uvvg.ro/cdep/wp-content/uploads/2012/06/geocompetente-final-2.pdf>, (accesat 16.03.2016).
9. Pop, V., (coord.), Ardelean, D., *Strategii didactice în perspectivă transdisciplinară*. Modulul 1. Disponibil pe Internet la :
http://mentoratrural.pmu.ro/sites/default/files/ResurseEducationale/63055_modul_1_strategii%20trans_final.pdf, (accesat: 13.03.2016).

**ASPECTE DE PROMOVARE A EDUCAȚIEI
 NUTRIȚIONALE ÎN DEMERSUL EDUCATIV PRIMAR
 SARANCIUC-GORDEA Liliana, dr., conf. univ.**

Summary

Dans le contenu de cet article on élucide quelques aspects théorique et méthodologique de l'éducation nutritionnelle. On y propose un modèle pratique de valoriser ce type d'éducation dans l'enseignement primaire.

Dreptul la sănătate este unul din drepturile fundamentale ale omului. Acesta reprezintă principalul argument ce poate fi adus în favoarea implementării educației pentru sănătate în toate școlile, din considerentul că școala este principala cale de promovare a cunoștințelor valide a diferitelor aspecte ale sănătății, formînd

atitudini și deprinderi indispensabile pentru adoptarea unui stil de viață sănătos [1, 2, 9, 12, 14].

Sănătatea și prosperitatea depind de hrană. Boli moderne, precum cancerul sau hipertensiunea, nu ar exista, dacă oamenii s-ar hrăni corect și ar urma un stil de viață corespunzător. Obiceiurile alimentare determină sănătatea, dar și starea fizică a omului. Pentru a menține o viață sănătoasă, persoana adultă are nevoie de obiceiuri alimentare sănătoase. Având o nutriție echilibrată, o va ajuta să mențină greutatea ideală și-i va reduce riscul de boli cronice, iar copiii îi vor imita obiceiurile alimentare și vor învăța să mănânce alimentele pe care i le oferă acesta [7, 8, 9, 13].

Din aceste considerente, familiile, școlile, serviciile de sănătate și comunitatea locală trebuie să fie părți integrante ale procesului de **educație nutrițională** (EN). Acest lucru ajută copiii să devină conștienți de necesitatea unor **obiceiuri de hrănire sănătoasă de-a lungul vieții**.

Studiile (P. Penciu (1968), S. Radulescu (2000), M. Bajag (2001), M. Dumitrescu (2005), M. Dinculescu (2013)) arată că o alimentație sănătoasă și activitatea fizică de zi cu zi au un impact puternic asupra corpului și a minții prin îmbunătățirea capacității de a învăța și înțelege, îmbunătățind participarea școlară și schimbând atitudinile și comportamentele nocive. Învățând gustul hranei adeverate, copiii vor face mai târziu alegeri corecte, vor avea o stare de sănătate excelentă și vor deveni adulți de succes cu stil propriu nutrițional.

Din aceste considerente Școala este unul dintre cei mai importanți factori în încurajarea unor atitudini sănătoase și obiceiuri la copii și tineri, joacă un rol vital în promovarea unui *stil de viață sănătos și activ*. Copiii sănătoși sunt, mai puțin probabil, să se îmbolnăvească de boli, precum diabetul zaharat sau boli de inimă, iar speranța de viață este mai mare. Cadrele didactice pot juca un rol important în sprijinirea creșterii unor copii sănătoși [3, 10, 14]. Dar,

practica educațională din RM arată un tablou difuz în direcția EN, atât la nivel de „efort” al managerilor școlari, cât și o pregătire dispersă a cadrelor didactice din clasele primare, limitându-se numai la o disciplină curriculară - Educația tehnologică, prin modulul *1. Arta culinară și sănătatea* [4, pp. 195 – 209].

Din perspectiva conținutului particular al Educației pentru sănătate, EN vizează, la nivel de conținut, *promovarea unei alimentații raționale, echilibrate, cu combaterea exceselor alimentare, a subnutriției, supranutriției, a dezechilibrului în utilizarea tuturor factorilor nutritivi și formarea deprinderilor raționale și sănătoase de alimentație* [10].

Din perspectiva Organizației Mondiale a Sănătății – EN este definită ca educație terapeutică a pacientului în ajutarea acestuia în acceptarea și conservarea capacităților și competențelor lui, permițând o gestionare optimală a vieții sale împreună cu boala sa [apud, 8, p. 4].

Din perspectiva competențelor specifice în dietetică, nutriție terapeutică, științe umane, EN se înscrie în cadrul *Educației terapeutice și Educație a sănătății* și are ca particularitate de a interveni asupra *cunoștințelor specifice legate de nutriție, de comportament alimentar*, de sociologie și de sănătatea fiecărui individ, acțiuni destinate grupurilor de persoane, care pun o problemă de prevenire. Acestea pot fi conduse de către profesioniști din domeniul sănătății, din domeniul social, educativ [8, p. 5].

Generalizînd abordările conceptuale, stabilim că EN, în calitate de conținut particular al Educației pentru sănătate/Educației sanitare moderne, reprezintă un demers multiaspectual: medical, biologic, agroindustrial, ecologic, psihologic, pedagogic.

Din perspectiva socio-pedagogică, abordările E. Blaga, S. Cristea, I. Dorobanțu, M. Dumitrescu, M. Momanu, V. Moldovan ne-au dat posibilitate să clarificăm specificul și finalitățile EN expuse în tabelul de mai jos.

Tab.1

Particularitățile (EN)	Obiectivul general al EN	Obiectivul specific al EN	Obiectivele particulare ale EN
- cunoștințe specifice legate de nutriție, de comportament alimentar, de sociologie și de sănătatea fiecărui individ	- modificarea comportamentului alimentar al indivizilor în contextul noilor condiții de existență, economică și culturală, specifice societății postindustriale	- construirea comportamentului nutrițional-alimentar	- cunoașterea alimentelor, substanțelor nutritive; - producerea, folosirea corectă a acestora; - combinarea alimentelor; - alimentația copilului și alimentația rațională a adultului; - prezentarea/discutarea unor reguli necesare în alimentația școlarului pentru a obține rezultate optime la învățatură și pentru a evita îmbolnăvirea

În baza acestor clarificări, am conchis că aceste finalități pot fi atinse și valorificate doar prin programe de educație pentru sănătate (C. Cucilnic, I. Dorobanțu, L. Drumea, P. Penciu, V. Moldovan), realizate într-un mod comunitar participativ, în, și prin instituțiile de învățământ, parteneriate educaționale și cele de ocrotire a sănătății și reprezentate de o *disciplină de studiu* sau de o *disciplină opțională, lecții de dirigenție, grupul cu program prelungit, activitate extraclasă și extrașcoală*.

Obiectivul specific al unui astfel de program fiind: *Construirea comportamentului nutrițional-alimentar sănătos* (V. Kasatkina (2003), M. Dinculescu (2013), Горулан, М. (2009)) prin: cunoștințe referitoare la funcțiile nutriției și necesitatea alimentației corecte; cunoștințe referitoare la factorii nutritivi (proteine, lipide, glucide, vitamine, minerale, apă) și la valoarea nutritivă a alimentelor; deprinderi de alimentație rațională, echilibrată, completă la vârsta școlară mică.

În opinia noastră un model de EN, cu finalitatea programului *de dobândire și construire a comportamentului nutrițional alimentar*, în demersul educativ primar, va avea *scopul* de a crește motivația pentru însușirea cunoștințelor necesare modelării propriei stări de sănătate și formarea unui comportament nutrițional alimentar sănătos prin inițierea dezvoltării de abilități noi în vederea îmbunătățirii meniului lor zilnic, prin informare și motivare pentru a-și pune în valoare creativitatea în interesul păstrării sănătății lor (despre: ce să mănânce, cum să aleagă și cum să îmbine ingredientele meniului lor, ce reprezintă o porție de carne, pâine, legume sau fructe, câtă ciocolată sau câte ouă pot consuma săptămînal, ce să facă pentru a câștiga sau pentru a pierde din greutate, ce ar trebui să consume pentru a avea mai multă forță musculară sau pentru a avea performanțe în toate domeniile lor de interes).

Modelul de Promovare a educației nutriționale în demersul educativ primar va include o serie de acțiuni normativ – formativ – educative, care, după noi, ar include: 1. *politica nutrițională a școlii primare*; 2. *lecții de dirigenție*; 3. *activități extracurriculare*; 3. *comunitate*; 3. *ambient*.

Venind cu ideea de elaborare și lansare a politicii nutriționale la nivelul școlii primare, ne-am întrebat: De ce pînă acum, nu a fost elaborat un asemenea act normativ? Poate că managerii școlari nu au fost obligați legal, nu li s-a oferit un model autonom/autohton, nu există programe guvernamentale specifice, nu le este cerut în mod

insistent de către părinți, nu acordă timpul necesar și nu dau importanță acestui aspect. Dar acest lucru spune multe despre seriozitatea cu care tratează hrănirea copiilor, responsabilitatea în abordarea meniului, a calității aprovizionării și, mai ales, despre relația cu copiii.

O Politică nutrițională a școlii primare bine gândită, joacă un rol important în promovarea unui stil de viață sănătos: poate oferi cunoștințe, exemple pozitive și forma obiceiuri legate de hrănirea corectă, hidratare, importanța miscării și activităților în aer liber. Perioada copilăriei este critică – achizițiile sale își pun amprenta asupra sănătății, obiceiurilor, convingerilor și performanțelor adulților de mai târziu. Iată de ce conducerea unei instituții de învățământ, în opinia noastră, ar trebui să trateze problema alimentației cu prioritate

În opinia noastră, *Politica nutrițională a școlii primare* se va reprezenta printr-un ghid, elaborat de conducerea administrativă a școlii în colaborare cu un nutriționist experimentat, părinți, elevi, bucătar, furnizori de produse. În acest document se vor stabili foarte clar obiectivele respectivei instituții privind alimentația elevilor, precum și modul în care aceste obiective sunt atinse – cum este pusă în practică piramida alimentelor, de la selectarea produselor și verificarea surselor de aprovizionare și pînă la modul de preparare, utilizare și consumare a hranei în incinta școlii, inclusiv ce produse poate să conțină magazinul din incintă și criteriile pe baza cărora a fost ales furnizorul.

De asemenea, documentul ar trebui să specifice clar poziția școlii privind ponderea produselor animale în meniu și posibilitatea achiziționării ingredientelor organice și/sau locale, poziția privind alimentele modificate genetic, cele rafinate, sintetice sau controversate și să argumenteze decizia (corectă) de a include zilele vegetariene în meniu, asigurînd părinții ca aceste variante de meniu sunt bine gândite, consistente și atractive. Exemplu de obiective ar putea fi: cunoștințe, exemple pozitive, aspect de formarea de

obiceiuri legate de hrănirea corectă, hidratare, importanța mișcării și activităților în aer liber.

Considerăm că un asemenea ghid va facilita: *instituția* – să-și desfășoare eficient activitatea, să estimeze corect costurile, astfel încât să prevadă bugetul necesar unui meniu de calitate ridicată; *elevii* – să beneficieze de servicii mai bune, coerente, de hrănire responsabilă, să-și desfășoare activitatea într-un sistem organizat, care promovează un stil de viață sănătos, nu doar prin mîncarea oferită, ci și prin tematica lecțiilor, activităților extracurriculare, ambient, comunitate; *părinții* – să cunoască exact în ce constă hrănirea copilului, să verifice calitatea serviciilor și să susțină acasă bagajul de cunoștințe și deprinderi de nutriție sănătoasă primit în clasă.

Un instrument extrem de util în întocmirea propriei politici nutriționale este „Food and nutrition policy for schools”, parte a „Programme for Nutrition and Food Security”, emis de Organizația Mondială a Sănătății pentru Europa care poate fi descărcată din sursa de mai jos:

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0019/152218/E89501.pdf

Pentru indicii despre ce ar trebui să conțină meniul unei școli, poate fi descărcată din sursa de mai jos cu poziția actuală a Harvard Medical School:

<http://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/pyramid/>

În cadrul lecțiilor de dirigenție se va dezbate conceptul de nutriție, care presupune o imagine corectă și coerentă privind compoziția alimentelor și valoarea nutrițională a acestora; se va practica o dietă diversificată, în care să predomină fructele și legumele; se va elabora un model alimentar corect, pe care elevii să-și poată construi un regim alimentar adecvat nevoilor și posibilităților proprii.

La lecțiile de dirigenție cu conținutul cercetat va fi invitat un specialist în igiena alimentației, pentru completarea cunoștințelor despre o alimentație corectă și un medic, pentru a oferi informații despre următoarele boli: hepatita, gastrita, ulcerul, anemia, diabetul, obezitatea.

Lecțiile date se vor axa pe o metodologie educativă care adoptă o învățare activă, bazată mai mult pe acțiune, pentru formarea comportamentului nutrițional alimentar sănătos: metode activ-participative (studiul de caz, experimentul, demonstrația, jocul de rol etc.); metode interactive („Adevărat sau fals”, „Gîndesc, simt, dau cu piciorul” etc.); metode complementare (portofoliul, proiectul etc.)

Pentru *Activități extracurriculare și grupul cu program prelungit cu conținut de educație nutrițională*, literatura de specialitate propune spre organizare și desfășurare:

* Cerc culinar „Micul bucătar/Mica gospodină”, „Primul pas în bucătărie”.

* Dezbateri pe teme nutriționale cu implicarea principalilor parteneri educaționali: școala – familia – elevii, pe teme, cum ar fi: „Ce trebuie să mănînce zilnic un copil cu vîrsta între 7 – 10 ani?”, „De ce copiii care mănîncă cipsuri sunt obezi?”, „Ce impact au sucurile acidulate asupra sănătății?”

* Întîlniri și dezbateri avînd ca parteneri elevii, medicul pediatru, nutriționistul, specialistul în producerea și comercializarea alimentelor.

* Excursii și vizite la fabrici de mezeluri, brînzeturi, sucuri, ape minerale, dulciuri, situate pe raza localității sau în apropierea acesteia.

* Concursuri tematice: „Spune-mi ce mănînci, ca să-ți spun cît de sănătos ești”, „Spune-mi cum vei găti cînd vei fi mare, ca să-ți spun ce boli vei avea”.

* Expoziție de postere „Boli și bolnavi”, cu semnificația celor mai răspândite afecțiuni determinate de o alimentație incorectă și a grupelor de vîrsta purtătoare ale acestora.

Sușținem ideia că, după un asemenea model, procesul de educație nutrițională va da roade în demersul educativ primar cu finalitatea de formare a comportamentului nutrițional alimentar sănătos la elevi.

Bibliografie

1. Bajag, M., Fondafan, L., Frank, K., Educație pentru Sănătate, Corpul Păcii SUA în Republica Moldova, Chișinău, 2001. <http://studiamsu.eu/wp-content/uploads/18.P.101-121.pdf>
2. Blaga, E., Politici sociale pentru sănătate, Editura Omega Ideal, București, 2006.
3. Cristea, S., Fundamentele științelor educației. Teoria generală a educației, Editura Litera Educațional, Chișinău, 2003.
4. Curriculum școlar clasele I – IV (modernizat), F.E.-P. „Tipografia centrală”, Chișinău, 2010.
5. Cucilnic, C., Cum să fiu sănătos?, Editura Aramis, București, 2001.
6. Dorobanțu, I., Educația pentru sănătate în ciclul gimnazial și învățămîntul liceal, Editura Medicală, București, 1984.
7. Drumea, L., et. al., Aspecte ale educației în bioetică. Ghid pentru cadre didactice, ciclul gimnazial. Editura Periscop (Tipogr. “Grafema- Libris”), Chișinău, 2007.
8. Dinculescu, M., Consultația nutrițională la cabinet. Suport de curs pentru tehnicieni nutriție, Editura Virtual, București, 2013.
9. Dumitrescu, M., Dumitrescu, S., Educația pentru sănătate mentală și emoțională, Editura Aramis, București, 2005.
10. Momanu, M., Introducere în teoria educației, Editura Polirom, Iași, 2002.
11. Moldovan, V., Medicina școlară, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2005.
12. Penciu, P., Kelemen, A., Educația sanitară în școală, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1968.

13. Radulescu, S., Sociologia sănătății și a bolii, Editura Nemira, București, 2002.
14. Văideanu, G., Educația la frontiera dintre milenii, EDP, București, 1988.
15. Гогоулан, М., Законы полноценного питания, АСТ, Москва, 2009.

REMEDIEREA ÎN EVALUAREA ȘCOLARĂ

TELEMAN Angela, dr., conf. univ.

Summary

Formative assessment is a particularly intervention strategy. Formative assessment and regularization are a corrective action in education. Retroactive adjustment aimed at remedying that involves pedagogical: fixing of remediation, the type of error; fix actors of remediation, strategies. Pedagogical remediation ensures cognitive progress.

Evaluarea constituie un cadru de referință în controlul și interpretarea valorii achizițiilor școlare. Calitatea integrativă a lor dovedește reușita în formare prin accentuarea sensului rezultatelor. Fiind dominată de paradigma formării competențelor, evaluarea este un construct al formării, ce optează pentru intervenții prin raportare la indicatori de performanță.

Evaluarea formativă consituie o strategie de intervenție particularizată pentru a identifica potențialul elevilor în rezolvarea sarcinilor din perspectiva realizării progresului în raport cu obiectivele. Reglarea servește, prioritar, respectării diferențierii educației pentru a preveni sau înlătura erorile în evaluare care se regăsesc în modul de învățare a elevului.

L. Ezechil definește reglarea ca acțiune exercitată de sistem asupra unei componente a acestuia sau asupra altui sistem, pentru ca acesta să treacă într-o stare nouă dorită sau să și-o mențină pe cea existentă (să nu se deterioreze) [6].