MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII

DIRECȚIA GENERALĂ ECHITATE ȘI PERFORMANȚĂ
ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR

Nr. 3862/7.10.2026

APROB.
SECRETAR DE STAT,
Sorin ION

Către Inspectoratele școlare județene/Inspectoratul Școlar al Municipiului București,

- În atenția inspectorului școlar general și a inspectorului școlar pentru educație timpurie –

Având în vedere importanța asigurării unei educații timpurii de calitate, echitabile și incluzive pentru toți copiii, se impune implementarea unitară și coerentă a prevederilor *Curriculumului pentru educația timpurie* (aprobat prin OMEN nr. 4694/2019), precum și a *Metodologiei de organizare și funcționare a creșelor și a altor unități de educație timpurie antepreșcolară* (aprobată prin HG nr. 566/2022). În acest sens, organizarea și funcționarea unui sistem integrat de educație timpurie, centrat pe nevoile și potențialul fiecărui copil, se aliniază prevederilor *Legii învățământului preuniversitar nr. 198/2023*, cu modificările și completările ulterioare. Pentru a oferi cadrelor didactice repere și orientări metodologice, se aprobă *Scrisoarea metodică pentru anul școlar 2026–2027*, prevăzută în anexă.

Inspectoratele școlare județene vor asigura transmiterea scrisorii metodice către toate unitățile de învățământ care școlarizează grupe de nivel preșcolar și/sau antepreșcolar, documentul reprezentând un instrument de informare pentru cadrele didactice din educația timpurie și de orientare a procesului educațional desfășurat în creșe și grădinițe. Conținutul scrisorii va fi analizat și dezbătut în cadrul activităților metodice organizate la nivelul fiecărei unități de învățământ, iar temele abordate pot fi extinse în cadrul întâlnirilor metodice județene. Inspectoratele școlare vor monitoriza aplicarea recomandărilor formulate, inclusiv prin activitățile de inspecție școlară, asigurând coerența și calitatea demersului educațional.

DIRECTOR GENERAL,
Alin - Cătălin PĂUNESCU

DIRECTOR,
Mihaela - Tania IRIMIA

CONSILIER,
Cristina MANGIUREA

Str.General Berthelot nr.28-30, Sector 1, 010168, București
Tel: +4 021 4056221 Fax: +4 021 3135547 Email: dgip@edu.gov.ro
www.edu.ro

Anexă

Scrisoarea metodică

An școlar 2026 – 2027

Cercetări fundamentale din domeniul neuroștiințelor și al psihologiei dezvoltării subliniază faptul că educatorul, iar prin educator înțelegem persoanele adulte care au un rol în susținerea dezvoltării copilului, joacă un rol determinant în formarea arhitecturii cerebrale a copilului în primii ani de viață. Studiile din domeniul dezvoltării timpurii evidențiază importanța interacțiunilor suportive, în care adultul răspunde prompt și adecvat la semnalele, curiozitățile și nevoile copilului, acest proces de reciprocitate fiind esențial pentru formarea de noi conexiuni neuronale și pentru stimularea funcțiilor executive. Totodată, fundamentându-se pe teoria „zonei proximei dezvoltări" a lui Lev Vîgotski, cercetările contemporane demonstrează că educatorul acționează ca un suport cognitiv și emoțional, ghidând copilul spre atingerea unui nivel de înțelegere, limbaj și autonomie pe care acesta nu l-ar putea atinge independent, transformând potențialul latent în achiziții reale.

Dincolo de aspectele pur cognitive, studii longitudinale din domeniul științelor educației, precum cercetarea desfășurată de Hamre și colegii săi privind interacțiunea profesor-copil[1] demonstrează că o relație calitativă, bazată pe atașament sigur și empatie, dintre cadrul didactic și copil este unul dintre cei mai puternici predictori pentru succesul academic și adaptarea socială pe termen lung. Cercetătorii au arătat că un educator empatic și angajat sprijină direct dezvoltarea capacității de coreglare și, ulterior, de autoreglare emoțională a copilului, diminuând nivelul de stres și creând un mediu intern propice învățării și dezvoltării. Mai mult, calitatea înaltă a interacțiunilor pedagogice s-a dovedit a avea un efect de tampon, compensând vulnerabilitățile copiilor din medii socio-economice dezavantajate, ceea ce confirmă că practicianul din educația timpurie nu este doar un simplu facilitator de activități, ci un factor major de reziliență și un catalizator esențial pentru starea de bine a copilului.

Totodată, raportul OCDE Starting Strong VI (2021)[2] subliniază că interacțiunile de calitate sunt nucleul educației timpurii, iar acestea pot fi susținute doar de educatori care își asumă

[1] Teaching through Interactions: Testing a Developmental Framework of Teacher Effectiveness in over 4,000 Classrooms Bridget K. Hamre, Robert C. Pianta, Jason T. Downer, Jamie DeCoster, Andrew J. Mashburn, Stephanie M. Jones, Joshua L. Brown, Elise Cappella, Marc Atkins, Susan E. Rivers, Marc A. Brackett, and Aki Hamagami The Elementary School Journal , Vol. 113, No. 4 (June 2013) , pp. 461-487

[2] OECD (2021), *Starting Strong VI: Supporting Meaningful Interactions in Early Childhood Education and Care*, Starting Strong, OECD Publishing, Paris, https://doi.org/10.1787/f47a06ae-en.

un rol proactiv și reflexiv, iar calitatea interacțiunilor din mediul educațional este direct proporțională cu competențele și profilul cadrului didactic.

I. Educatorul ATENT, EMPATIC, ANGAJAT

Profilul cadrului didactic contemporan din educația timpurie se construiește în jurul capacității sale de a planifica, organiza și susține un demers educațional autentic, centrat pe copil. Orientarea către particularitățile de vârstă și individuale ale copiilor nu trebuie să rămână la nivelul unui deziderat teoretic, ci o practică educațională susținută prin trei dimensiuni fundamentale:

I.1. Educatorul ATENT este un bun observator care culege date relevante despre copil, informații pe care le folosește ca fundament în planificarea, organizarea și desfășurarea activităților, precum și în interacțiunile directe cu copilul.

A fi atent înseamnă a depăși simpla supraveghere și a practica o observare intenționată și sistematică. Cadrul didactic urmărește îndeaproape comportamentele, interesele, nevoile și ritmul propriu de dezvoltare al fiecărui antepreșcolar sau preșcolar.

Prin urmare, educatorul atent este profesionistul care utilizează observația și documentarea pedagogică ca metode prin care face vizibil procesul de învățare, identificând interesele, nevoile și potențialul fiecărui copil cu scopul de a-i oferi exact sprijinul și provocările de care are nevoie, astfel încât intervenția sa didactică să aibă semnificație pentru copil și să-l conducă în următoarea etapă de dezvoltare. În acest demers, cadrul didactic poate utiliza o serie de instrumente și metode, cum ar fi:

- Caietul de observații – în care sunt notate rezultate ale observației spontane, scurte povestiri ale unor evenimente/întâmplări;
- Fișe de observație sistematică care vizează aspecte țintite. De exemplu, dacă practicianul observă că în grupă apar deseori conflicte între copii, acesta poate realiza o fișă scurtă, compusă din 5-7 itemi care să vizeze: mediul educațional și dinamica relațiilor de grup și soluțiile pe care copiii le aplică în situațiile de conflict, pentru ca apoi să stabilească cum poate aborda în mod adaptat grupului situația identificată.
- Panouri de documentare - unde se pot regăsi fotografii/lucrări însoțite de citate ale copiilor, care arată *procesul* (cum au rezolvat copiii o problemă, cum au colaborat), nu doar produsul final.

Observând modul în care un copil interacționează cu mediul educațional (de exemplu, materialele din centrele de activitate), cum rezolvă o problemă spontană, cum se

integrează în jocul liber sau cum răspunde la diferite situații de învățare, educatorul culege date esențiale, dovezi ale mecanismelor de învățare și dezvoltare.

Demersul de observare și documentare pedagogică are sens doar dacă informațiile culese devin baza unei proiectări didactice flexibile și individualizate. Mediul educațional este reconfigurat, resursele materiale sunt adaptate, iar sarcinile de învățare sunt adaptate și orientate către zona proximă de dezvoltare a fiecărui copil.

I.2. Educatorul EMPATIC este profesionistul suportiv care rezonează cu starea interioară a copilului și îl sprijină constant în procesul său de dezvoltare.

În activitatea didactică, empatia este manifestată prin disponibilitatea afectivă a educatorului de a asculta activ, de a decodifica limbajul verbal și nonverbal și de a legitima trăirile copilului, fie că este vorba despre bucuria descoperirii, frustrarea unei nereușite, anxietatea de separare, mici conflicte cu covârstnicii etc.

În ceea ce privește reglarea emoțională, din punctul de vedere al dezvoltării neurologice, copiii cu vârsta cuprinsă între naștere și 6 ani nu dețin încă o arhitectură cerebrală complet maturizată. Cortexul prefrontal, zona creierului responsabilă de funcțiile executive, logica și autocontrolul emoțional, este în plină dezvoltare. Prin urmare, la această vârstă, copiii nu au capacitatea biologică de a se autoregla atunci când au emoții puternice, cum ar fi frustrarea, frica, anxietatea de separare sau chiar entuziasmul extrem. Din acest motiv, devine esențială la această vârstă coreglarea, care este procesul interactiv, continuu și bidirecțional prin care un adult acționează ca o bază de siguranță pentru copil, ajutându-l să își stabilizeze propriile stări fiziologice și emoționale.

În practica educațională, cadrele didactice utilizează o serie de strategii și acțiuni prin care ajută copilul să înțeleagă că este auzit, văzut și sprijinit și să îl ajute în procesul de reglare emoțională. Dintre acestea, enumerăm:

- **Ajustarea posturii fizice și menținerea contactului vizual.** Coborârea la nivelul fizic al copilului (așezarea pe scaun sau pe covor, la înălțimea ochilor săi) eliminând bariera de putere dintre adult și copil, transmițând mesajul nonverbal „Sunt aici, te ascult pentru a te ajuta".
- **Ascultarea activă și acordarea timpului necesar:** Oferirea timpului de care are nevoie pentru a vorbi sau pentru a-și manifesta emoția, fără a fi întrerupt, corectat sau grăbit, arătând astfel respect pentru ritmul și trăirile sale.
- **Recunoașterea și denumirea emoțiilor** prin verbalizarea clară și blândă a stărilor pe care copilul le traversează. De exemplu, după ce l-a ascultat cu atenție și răbdare, cadrul didactic spune copilului *„Văd că ești foarte trist că s-a terminat jocul."* sau *„Observ că acest zgomot te-a speriat."*. Astfel, cadrul didactic îl ajută pe copil să

asocieze un cuvânt cu ceea ce simte, transformând o reacție emoțională copleșitoare într-o experiență care are sens și care poate fi gestionată.

- **Oglindirea afectivă** reprezintă reflectarea stării copilului prin limbajul nonverbal (expresie facială, postură) și tonul vocii. De exemplu, dacă un copil este speriat sau neliniștit, educatorul își adaptează mimica pentru a-i arăta înțelegere și folosește un ton liniștitor, scăzând treptat ritmul vorbirii, pentru a-l ghida spre calm.
- **Oferirea de contact fizic reconfortant și prezență calmă:** Utilizarea atingerilor blânde (o mână pe umăr, o îmbrățișare – atunci când sunt acceptate de copil) sau pur și simplu menținerea unei proximități fizice liniștite în momentele de copleșire emoțională, pentru a-i asigura confort emoțional.
- **Ghidarea blândă spre soluții:** Formularea unor alternative și oferirea de suport în realizarea de către copil a unor alegeri simple, după ce emoția intensă a fost consumată.
- **Valorizarea efortului și a inițiativelor personale:** Remarcarea și aprecierea intenției, a procesului și a perseverenței copilului (nu doar a rezultatului final), ceea ce îi întărește sentimentul de competență și apartenență la grup.

I.3. Educatorul este ANGAJAT profesional (reflexiv) pentru a transforma toate aceste observații și conexiuni emoționale într-o intervenție educațională coerentă și consecventă, adaptată nevoilor copiilor și stimulativă pentru aceștia.

Angajamentul profesional presupune ca educatorul să nu se limiteze doar la a cunoaște și a înțelege copilul, ci să își asume responsabilitatea acțiunii. Această dimensiune implică o atitudine reflexivă permanentă: cadrul didactic își analizează critic propriile practici, evaluează impactul metodelor folosite, solicită și valorifică feedbackul și colaborează strâns cu echipa grădiniței și cu familia. Educatorul angajat este un profesionist care învață continuu, capabil să transforme provocările de la grupă în soluții educaționale creative, asigurându-se că fiecare decizie pedagogică pe care o ia susține starea de bine, progresul individual și dezvoltarea holistică a copilului.

Această atitudine reflexivă asupra demersului didactic poate fi concretizată într-un exercițiu practic de autoevaluare, axat pe analiza situației curente și pe proiectarea acțiunilor viitoare. Pentru a înțelege clar dinamica de la grupă, cadrul didactic își poate structura observațiile răspunzând la următoarele întrebări:

1. Ce a funcționat? De ce a funcționat?

Este etapa în care cadrul didactic identifică practicile educaționale eficiente prin decodificarea comportamentelor/reacțiilor copiilor la situațiile de învățare, fie că vorbim despre activități didactice desfășurate cu întreaga grupă de copii sau intervenții educaționale individualizate. În acest fel, cadrul didactic poate înțelege care sunt

metodele/abordările care răspund autentic nevoilor copiilor cu scopul integrării acestora în strategii pedagogice ulterioare.

2. Ce nu a funcționat? De ce nu a funcționat?

Implică identificarea obiectivă a momentelor/intervențiilor/strategiilor care au avut rezultate diferite sau contrarii față de cele anticipate și înțelegerea cauzelor care au condus la aceste rezultate.

Prezentăm, în continuare, un exemplu pe care îl putem regăsi cu ușurință în practica educațională.

Context: După jocul liber în curtea grădiniței, în care majoritatea copiilor preșcolari din grupa mijlocie au ales zona de aparate de joacă, cadrul didactic propune copiilor să intre în sala de grupă, pentru a le citi o poveste. Schimbarea dinamicii activității, respectiv trecerea de la jocul liber, care a implicat activitate fizică intensă, la o activitate care solicită atenția copiilor, s-a realizat într-un timp scurt, motivat de apropierea orei pentru masa de prânz. Astfel, cadrul didactic îi anunță pe copii că timpul de joacă s-a terminat și îi direcționează spre baie, pentru a se spăla pe mâini, apoi către sala de grupă. Copiii se așează pe covor, alături de doamna educatoare, care începe a le citi povestea stabilită încă de la Întâlnirea de dimineață. Mulți copii sunt neliniștiți, nu își găsesc o poziție confortabilă, unii se întind pe covor, deranjând colegii din proximitate. Firul poveștii este întrerupt de nemulțumirile unor copii (Eu nu văd. Colegul meu și-a așezat piciorul peste piciorul meu. Mie mi-e foame. etc), cadrul didactic intervenind de fiecare dată. Pentru menținerea interesului și direcționarea atenției, doamna educatoare poziționează cartea către copii, folosește unele întrebări (Unde credeți că a ajuns personajul nostru? Oare ce se întâmplă mai departe?), adaptează ritmul și tonalitatea vocii, stabilește contact vizual cu copii. La final, este purtată o scurtă discuție despre întâmplările și personajele din poveste. Unii copii erau dornici să împărtășească unele experiențe proprii sau impresii în legătură cu povestea. Din lipsă de timp, doamna educatoare le propune reluarea discuției în activitățile de după-amiază și îi invită să se pregătească pentru masa de prânz. Copiii sunt de acord. În timp ce se îndreaptă către baie, împărtășesc cu colegii idei, întâmplări pornind de la textul prezentat în poveste.

Pornind de la acest exemplu, un exercițiu de reflecție asupra secvențelor prezentate ar putea ilustra aspecte precum:

	Aspectul identificat	**Argumentare (De ce a funcționat?/ De ce nu a funcționat?)**
Ce a funcționat?	**Organizarea spațiului și a grupului de copii** – *copiii, alături de cadrul didactic, s-au așezat pe covor, vizibilitatea imaginilor din carte*	A contribuit la asigurarea confortului fizic, răspunzând nevoii de relaxare, și la facilitarea comunicării.

	Tehnicile de citire interactivă - *modularea vocii, ritmicitatea vorbirii, folosirea întrebărilor*	Au ajutat la captarea și menținerea atenției copiilor.
	Predictibilitatea activității – *povestea a fost stabilită împreună, la Întâlnirea de dimineață*	A creat un orizont de așteptare. Copiii funcționează bine în rutine prestabilite. Cunoașterea programului și implicarea în alegerea poveștii a facilitat acceptarea activității de lectură, chiar dacă jocul liber a fost întrerupt brusc.
	Amânarea discuției finale - *promisiunea reluării discuțiilor în activitățile de după-amiază*	A oferit o alternativă clară, poziționând momentul în programul cunoscut de copii, evitându-se, astfel, sentimentul de frustrare/nemulțumire.
Ce nu a funcționat?	**Tranziția între activități** - *trecerea de la jocul liber la momentul de lectură*	Tranziția dintre cele două activități a fost bruscă. A lipsit etapa de revenire a organismului după efort, o secvență didactică importantă a activităților de stimulare a motricității grosiere. Trecerea de la efort fizic la activități statice, fără o etapă de relaxare treptată a organismului, a generat stare de neliniște și dificultăți în orientarea și menținerea atenției.
	Corelarea planificării activităților cu programul zilnic din grădiniță	Planificarea activităților a fost parțial corelată cu reperele orare din programul zilnic al grădiniței. Necesitatea respectării orei pentru servirea prânzului a condus la desfășurarea a două activități într-un interval scurt de timp.
	Respectarea ritmului și a nevoilor copiilor	Au lipsit jocurile de relaxare și liniștire, exercițiile de reglare a respirației după efortul fizic. Momentul organizatoric a fost scurt: spălarea mâinilor, așezarea pe covor. Citirea poveștii s-a realizat fără o discuție introductivă. Momentul de lectură organizat înaintea prânzului, după efort fizic. Nevoile fiziologice (foamea, oboseala) scad capacitatea de autoreglare și concentrare.
	Asigurarea feedbackului	Timpul limitat a condus la eliminarea sau limitarea discuțiilor cu copiii după fiecare activitate.

Un astfel de exercițiu oferă cadrului didactic repere pentru a înțelege care au fost abordările și practicile educaționale care au avut un impact pozitiv asupra desfășurării activității, în vederea menținerii acestora în activitatea sa didactică, precum și aspectele care nu au avut efectul scontat, în vederea ameliorării acestora.

II. Starea de bine a copilului în era digitală

Traversăm o perioadă în care progresul tehnologic, inclusiv în domeniul digital, influențează tot mai mult viața oamenilor și, implicit, a copiilor, care sunt expuși de la vârste din ce în ce mai timpurii stimulilor virtuali. Studii recente din domeniul neuroștiințelor și al educației timpurii demonstrează că interacțiunea excesivă a copiilor cu ecranele afectează maturizarea cortexului prefrontal, sediul funcțiilor executive și al autocontrolului. În deplin acord cu aceste constatări, Organizația Mondială a Sănătății

(OMS)[3] recomandă limitarea sedentarismului digital, subliniind impactul său negativ asupra dezvoltării cognitive și psihosociale, și subliniază importanța interacțiunilor interumane, a stimulării fizice și a asigurării perioadelor de somn/relaxare în acord cu specificul vârstei la care ne raportăm.

În această perspectivă, rolul educatorului devine determinant în configurarea unui mediu educațional care să prioritizeze relația umană autentică, mișcarea și explorarea senzorială, alături de asigurarea nevoilor de relaxare/somn, oferind copiilor suportul pentru o dezvoltare armonioasă. Totodată, trebuie să avem în vedere că etapa copilăriei timpurii reprezintă fundamentul pentru devenirea adultului, iar principalul rol al educației este pregătirea pentru a face față unei societăți aflate într-o permanentă schimbare.

Scrisoarea metodică pentru anul școlar 2025-2026 a abordat tema educației digitale, a oportunităților și limitelor pe care este necesar să le avem în vedere, precizări metodologice care sunt valabile și pe parcursul acestui an școlar. Din acest motiv, se recomandă reluarea acestui subiect în cadrul întâlnirilor metodice organizate la nivelul unității de învățământ, la nivel județean sau interjudețean. De asemenea, vor fi reanalizate reperele de dezvoltare care vizează explorarea prin intermediul tehnologiei incluse în domeniul *Dezvoltare cognitivă și cunoașterea lumii*, precum și practicile de sprijin menționate în *Reperele fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani* (OMEN nr. 4628/07.06.2024).

Este important să subliniem importanța asigurării unui echilibru între tipurile/categoriile de activități conform *Planului de învățământ pentru educația timpurie* din *Curriculumul pentru educația timpurie*, aprobat prin OME nr. 4694/2019. Includerea în programul zilnic a rutinelor și tranzițiilor, a jocului liber și activităților liber-alese, a activităților de dezvoltare personală și a activităților tematice/activităților pe domenii experiențiale oferă copilului o varietate de stimuli care contribuie la dezvoltarea sa globală. Totodată, curriculumul național prevede ca în fiecare zi să fie planificate momentul de poveste și cel puțin o activitate de mișcare, precum și expunerea zilnică a copiilor la factorii de mediu.

Un aspect fundamental pentru asigurarea acestui echilibru între categoriile de activități este atribuirea resurselor de timp în concordanță cu nivelul de dezvoltare a copiilor. Exemplul oferit în secțiunea anterioară a evidențiat o astfel de situație în care, deși intenția a fost de respectare a prevederilor metodologice din *Curriculumul pentru educația timpurie*, estimarea eronată a resurselor de timp a făcut ca rezultatele să nu fie cele așteptate. Ieșirea în curtea grădiniței oferă copiilor situații de învățare nu numai pe parcursul activităților din curte. Pregătirea pentru desfășurarea acestei activități sau revenirea în sala de grupă

[3] World Health Organization, 2019, *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*

implică rutine care sunt reale situații de învățare. Identificarea lucrurilor personale (jacheta de exterior, încălțămintea etc), îmbrăcarea/încălțarea, aranjarea lucrurilor în vestiarul individual, așteptarea colegilor, ajutorul oferit colegilor sunt ocazii de învățare pe care trebuie să le avem în vedere, prin urmare este nevoie să le alocăm timpul necesar.

Corelând precizările Curriculumului pentru educația timpurie cu recomandările OMS privind activitățile fizice, activitățile sedentare și activitățile de somn și relaxare, în planificarea activităților din creșă și grădiniță, vor fi avute în vedere următoarele aspecte:

A. Pentru copiii cu vârsta de până la 1 an este necesară antrenarea în activități de explorare a obiectelor concrete și stimulare fizică. Majoritatea jocurilor sunt desfășurate pe podea, pe suprafețe moi, prin care antepreșcolarii sunt încurajați să ajungă la diferite jucării, să prindă cu ambele mâini și să așeze obiecte, să exploreze, alături de adult și colegii săi anumite jucării.

Cadrul didactic va avea în vedere desfășurarea unor activități care implică posturi și mișcări diferite, în funcție de nivelul de dezvoltare a copilului:

- poziția pronă (pe burtă) va fi folosită în secvențe scurte mai ales pentru copiii care încă nu se deplasează cvadruped, urmărindu-se ca pe parcursul a 24 de ore copilul să fie poziționat pentru cel puțin 30 de minute în această poziție;
- poziția șezut;
- încurajarea copilului să treacă singur dintr-o poziție în alta;
- așezat pe spate;
- ridicare în două picioare cu sau fără sprijin;
- mers.

Cadrul didactic va integra pe parcursul zilei momente de lectură scurtă, explorarea cărților, cântatul cu vocea și jocuri cu text și cânt, activități de stimulare senzorială, activități de gimnastică etc. Se recomandă eliminarea ecranelor de orice fel din sala de grupă.

B. Între 1 și 3 ani, copiii manifestă un dinamism motric crescut, fiind vârsta la care crește independența în mers, mai ales în intervalul 12-24 luni, iar prima consecință este lărgirea spațiului de explorare. Această vârstă este caracterizată și prin îmbunătățirea coordonării mișcărilor grosiere și fine.

Pentru a susține optim acest stadiu de dezvoltare, cadrele didactice vor avea în vedere următoarele aspecte:

- Planificarea zilnică va include activități de mișcare de intensitate variată. Momentul/secvența de mișcare, activitățile în aer liber, activitățile de muzică și mișcare, jocul de mișcare vor avea în vedere stimularea fizică graduală, în sensul

că aceste activități trebuie să ofere un echilibru în ceea ce privește intensitatea efortului solicitat, în acord cu specificul vârstei și particularitățile individuale ale copiilor din grupă. Activitățile planificate vor avea în vedere și recomandările OMS, conform cărora copiii cu vârsta de peste 1 an trebuie să acumuleze cel puțin 180 de minute de activități fizice distribuite pe parcursul întregii zile.

- Trecerea de la efortul fizic la starea de repaus se va face treptat. Momentele statice vor fi transformate în oportunități de conexiune cu colegii, cu cadrele didactice sau personalul de îngrijire și în situații de stimulare cognitivă. Cadrul didactic va implica activ copiii în jocuri de relaxare, cum ar fi exerciții de respirație, în jocuri de explorare a unui obiect etc.

- Pentru copiii cu vârsta sub 2 ani nu se utilizează dispozitive cu ecran, OMS nerecomandând, pentru această grupă de vârstă, timpul sedentar în fața ecranelor. Nu intră sub incidența acestei prevederi convorbirea video a copilului cu părintele, desfășurată cu asistența cadrului didactic. Pentru copiii de 2 ani, timpul petrecut în fața ecranelor se limitează la maximum 1 oră pe zi, o durată cât mai scurtă fiind de preferat. În grupele cu vârste mixte, activitățile care implică ecrane se organizează numai cu copiii care au împlinit vârsta de 2 ani.

- Copiii cu vârsta cuprinsă între 3 și 6 ani traversează o perioadă de dezvoltare accelerată a funcțiilor executive (memoria de lucru, flexibilitatea cognitivă, controlul inhibitor) și a calităților motrice. Pentru a asigura un mediu educațional stimulativ, armonizat cu nevoile neurobiologice și cu documentele curriculare, cadrele didactice vor avea în vedere următoarele aspecte:

- În planificarea zilnică, activitățile care implică stimularea motricității grosiere, dezvoltarea motricității fine, dezvoltarea senzorială reprezintă o componentă importantă a activităților de învățare. Stabilirea și distribuirea acestora pe categoriile de activități se va realiza în mod echilibrat, având ca reper și recomandările OMS conform cărora pe parcursul unei zile, cel puțin 180 de minute să fie dedicate activităților fizice, dintre care cel puțin 60 de minute să reprezinte efort de intensitate moderată spre viguroasă. Totodată, se recomandă asigurarea unei alternanțe între secvențele de efort fizic intens și cele de relaxare. Perioadele de repaus sau liniștire nu trebuie să fie pasive, ele vor fi valorificate didactic prin activități interactive precum lectura, povestitul alături de adult, jocurile de masă sau cele de construcție, precum și prin jocul liber.
- Utilizarea tehnologiei digitale și expunerea copiilor la ecrane vor urmări principiul argumentării pedagogice, principiul echilibrului experiențial și al secondării de către adult (a se consulta scrisoarea metodică din anul precedent). Planificarea activităților de acest tip se va realiza ținând cont de faptul că pentru acest interval

de vârstă timpul petrecut în fața ecranelor nu trebuie să depășească 1 oră pe parcursul întregii zile.

În activitățile desfășurate cu preșcolarii și cu antepreșcolarii, se va evita menținerea copiilor în situații care le limitează posibilitatea de mișcare pentru perioade lungi, de exemplu menținerea în scăunelele pentru servit masa a copiilor antepreșcolari sau desfășurarea unor activități în care copiii preșcolari/antepreșcolari stau pentru perioade lungi pe scaun. Deși OMS recomandă limita maximă de 1 oră pentru astfel de situații, considerăm că un interval maxim de 45 de minute corespunde specificului activităților din creșă și grădiniță, referindu-ne aici la momentul mesei (mic dejun, prânz, gustări). În alte situații, timpul de menținere în aceeași poziție a copilului trebuie să fie în concordanță cu timpul de desfășurare a unei activități, conform nivelului de dezvoltare a copiilor și interesului pe care aceștia îl manifestă pentru o anumită activitate.

Pentru dezvoltarea armonioasă a copiilor, se va avea în vedere expunerea zilnică a copiilor la factorii de mediu indiferent de anotimp, cu respectarea condițiilor meteorologice, a normelor de igienă și a condițiilor de siguranță, conform pct. 25 din *Metodologia de aplicare a Planului de învățământ pentru educația timpurie*, aprobat prin OME nr. 4.694/2019). De asemenea, se va acorda atenția cuvenită rutinelor, inclusiv perioadelor de relaxare/somn.

Mediul educațional va fi unul liniștitor. Se recomandă folosirea moderată a culorilor, evitându-se nuanțele intense, precum și sunetele puternice. În organizarea activităților cu copiii vom avea în vedere că rularea pe un ecran a unei succesiuni de imagini, inclusiv atunci când vorbim despre un desen animat, este un factor perturbator. Vizionarea unei secvențe dintr-un film pentru copii, considerată ca o modalitate de liniștire a copiilor, se recomandă a fi înlocuită cu desfășurarea jocului liber. Vizionarea de filme sau desene animate nu se utilizează ca modalitate de liniștire a copiilor. În aceste momente se organizează jocul liber sau activități liniștite fără ecran, cu implicarea adultului: citit, povestit, cântece, colorat, decupat, jocuri cu puzzle și construcții, desen și modelaj.

Ferestrele sunt orizonturi de cunoaștere, prin urmare acestea nu vor fi acoperite în perioada activităților, oferind copiilor posibilitatea de a observa ce se întâmplă în afara sălii de grupă, asigurând, totodată, iluminatul natural, aspect care contribuie la confortul acestora.

III. Diada părinte-educator și rolul acesteia în susținerea dezvoltării copilului

Trecerea copilului din mediul familial în cel al creșei sau al grădiniței reprezintă un proces complex, o tranziție în care copilul nu trebuie lăsat singur. Pentru a facilita această etapă, construirea unei relații coerente între familie și educatori este fundamentală, deoarece un

copil învață și se dezvoltă armonios atunci când se simte în siguranță, iar această siguranță este facilitată de asigurarea unei continuități între mediul familial și cel al creșei/grădiniței. Studiile ne arată că programele de educație timpurie care orientează colaborarea părinte - educator către copil și nevoile reale ale acestuia, nu doar către supraveghere, generează un cadru optim pentru dezvoltarea plenară a copilului.

Pentru ca acest parteneriat să funcționeze, este esențial să se recunoască modul în care cele două roluri se completează reciproc.

Părintele reprezintă baza de siguranță a copilului, îi cunoaște istoricul medical, precum și progresele înregistrate, îl înțelege și susține dezvoltarea acestuia acasă. Totodată, părintele este cel care trebuie să ofere structură copilului și are responsabilitatea de a informa constant educatorul asupra evenimentelor importante din viața acestuia.

Cadrul didactic este profesionistul din educația timpurie care observă copilul în colectivitate, susține dezvoltarea acestuia în grup și gestionează transferul de atașament care se realizează în această etapă de dezvoltare. La rândul său, educatorul oferă structură și informează permanent părintele despre evoluția copilului.

Pentru a transforma această colaborare într-o realitate de zi cu zi la nivelul instituției, cadrele didactice pot desfășura o serie de activități, printre care regăsim:

- Comunicarea constantă a progresului copilului, evitând ca discuțiile cu familia să aibă loc doar atunci când apar situații sensibile.
- Încurajarea prezenței părintelui în sala de grupă și crearea unui spațiu special dedicat părinților în creșă sau grădiniță.
- Organizarea de activități comune pentru copii și părinți la nivelul instituției și invitarea familiei să participe la activitățile importante ale creșei/grădiniței.
- Valorificarea muncii copiilor prin organizarea de expoziții la finalul proiectelor tematice, acestea luând forma unor evenimente create de cadrele didactice împreună cu copiii.
- Constituirea unor echipe interdisciplinare pentru a oferi o susținere adecvată atât copiilor, cât și părinților acestora, atunci când este cazul.

De asemenea, conform Curriculumului pentru educația timpurie, la nivelul fiecărei grupe se desfășoară săptămânal *activitatea de consiliere educațională a părinților*. Având în vedere temele de interes comun prezentate în capitolul II al prezentei scrisori metodice, recomandăm ca reperele științifice și metodologice să fie discutate aplicat cu părinții, în vederea identificării unor practici educaționale care să asigure contuitatea dintre mediul educațional familial și cel al creșei/grădiniței. Întrucât recomandările OMS privind

activitatea fizică, timpul sedentar și somnul privesc întreaga zi, inclusiv timpul petrecut în familie, se recomandă ca acestea să fie puse la dispoziția părinților și discutate în cadrul activităților de consiliere, cu accent pe timpul petrecut de copii în fața ecranelor acasă. În acest sens, la finalul documentului se regăsec ***Recomandările Organizației Mondiale a Sănătății privind activitatea fizică, timpul sedentar și somnul pentru copiii sub 5 ani.***

IV. Reglementări, documente școlare și instrumente de lucru în educația timpurie

Dintre documentele legislative și metodologice cu aplicabilitate în domeniul educației timpurii enumerăm:

- *Legea învățământului preuniversitar nr.198/2023,* cu modificările și completările ulterioare;
- *Curriculumul pentru educație timpurie* (OMEN nr.4694/2019);
- *Reperele fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copiilor cu vârsta cuprinsă între naștere și 7 ani- RFIDT* (OME nr. 4628/2024);
- *Adresa MEC nr. 31593/2025 – Precizări privind coordonarea metodologică a unităților de educație timpurie;*
- *Metodologia privind portofoliul educațional al preșcolarului și al elevului din învățământul preuniversitar* (OME nr. 6.478/ 2024);
- *Profilul de formare al absolventului* (OME nr. 6731/2023);
- *Standarde de referință pentru învățământul preuniversitar*, inclusiv pentru unitățile de educație timpurie antepreșcolară (HG nr. 994/2020);
- *Standardele privind materialele de predare-învățare în educația timpurie* și *Normativul de dotare minimală pentru serviciile de educație timpurie a copiilor de la naștere la 6 ani* (OME nr.4143/2022);
- *Hotărârea nr. 380/2026 pentru modificarea HG nr. 68/2024 privind aprobarea normelor metodologice pentru determinarea costului standard per antepreșcolar/preșcolar/elev, pentru finanțarea de bază a unităților de învățământ preuniversitar de stat;*
- *Hotărârea nr. 381/2026 pentru modificarea și completarea HG nr. 69/2024 privind aprobarea normelor metodologice pentru determinarea costului standard per antepreșcolar/preșcolar/elev, pentru finanțarea de bază a unităților de învățământ preuniversitar particular și confesional acreditate și autorizate, fără taxă;*
- *Legea nr.248/2015, republicată (2020), privind stimularea participării în învățământul preșcolar a copiilor provenind din familii defavorizate;*
- *Metodologia de organizare și funcționare a creșelor și a altor unități de educație timpurie antepreșcolară* (HG nr.566/2022);
- *Metodologia de organizare și funcționare a serviciilor de educație timpurie complementare (HG nr.1604/2022);*
- *Regulamentul-cadru de organizare și funcționare a unităților de învățământ preuniversitar* (OME nr.5726/2024);
- *Metodologia de organizare a Programului național pentru preșcolari și elevi "Ateliere de vară"* (OME nr.4126/2022);
- *Metodologia privind asigurarea asistenței medicale a antepreșcolarilor, preșcolarilor, elevilor din unitățile de învățământ preuniversitar și studenților din instituțiile de învățământ superior pentru menținerea stării de sănătate a colectivităților și pentru promovarea unui stil de viață sănătos* (Ordin comun MS și ME nr.2.508/4.493/2023);

- *Procedura privind managementul cazurilor de violență asupra antepreșcolarilor, preșcolarilor, elevilor și personalului din cadrul unității de învățământ (OME nr.6235/2023);*
- *Ordinul ministrului educației nr.4150/2022 pentru aprobarea cadrului de competențe digitale al profesionistului din educație;*
- *Norme de igienă din unitățile pentru ocrotirea, educarea, instruirea, odihna și recreerea copiilor și tinerilor (OMS nr. 1.456/2020,* cu modificările și completările ulterioare);
- *Metodologia privind întocmirea Raportului descriptiv de evaluare referitor la dezvoltarea fizică și la formarea competențelor cognitive și socioemoționale ale copilului, la finalul grupei mari a grădiniței (OM nr. 6584/2024).*

În activitatea desfășurată, cadrele didactice utilizează diferite documente școlare și instrumente de lucru pentru înregistrarea prezenței zilnice a copiilor, pentru înregistrarea activităților cu copiii și a rezultatelor obținute cu aceștia, precum și pentru proiectarea didactică, dintre care menționăm:

- Condica de evidență a activității didactice din educația timpurie/Planificarea săptămânală;
- Catalogul grupei;
- Caietul de observații privind progresele copiilor;
- Fișele de apreciere a progresului individual al copilului înainte de intrarea în învățământul preșcolar/ primar (modalitatea de completare a acestora a fost prezentată în *Scrisoarea metodică 2019*);
- Proiectele tematice;
- Proiecte didactice pentru toate tipurile de activități, cu mențiunea că pentru proiectele de activitate integrată sunt necesare și scenarii de activitate;
- Planificarea activităților cu părinții;
- Planificarea activităților creșă – grădiniță, grădiniță-școală;
- Planificarea activităților extracurriculare.
- Proiecte educative, protocoale de colaborare;
- Portofoliile individuale și portofoliile educaționale ale copiilor, cu mențiunea că portofoliile educaționale vor fi completate la grupele mijlocie și mare din învățământul preșcolar;
- Mapa cu materiale-suport pentru temele de consiliere – concepute sau preluate din diverse surse, pentru a putea veni în sprijinul părinților;
- CV – Curriculum vitae;
- Copii ale documentelor de studii;
- Dovezi/ documente ale participării la activități de formare continuă.

V. Teme propuse pentru activitățile metodice și cercurile pedagogice

Temele abordate în prezenta scrisoare metodică vor servi drept fundament pentru reflecție și analiză aplicată în cadrul comisiilor metodice din fiecare unitate de învățământ. La nivel județean sau regional, prin intermediul cercurilor pedagogice și al altor activități de formare continuă, se recomandă valorificarea exemplelor de bune practici rezultate din implementarea temelor incluse în scrisoarea metodică, fiind o oportunitate de diseminare

a unor exemple practice, în acord cu specificul vârstei și particularitățile individuale ale copiilor. În funcție de nevoile identificate, pot fi abordate și alte teme, subiecte.

Nu în ultimul rând, conținutul scrisorii metodice reprezintă un punct de plecare în consilierea colegială realizată prin coordonarea metodologică.

Sugestii de teme pentru activitățile metodice:

- ✓ **Observația ca metodă de documentare pedagogică. De la cunoașterea copilului la intervenție educațională stimulativă și individualizată**

  Modalități practice și instrumente utilizate de cadrele didactice pentru culegerea de date relevante despre ritmul de dezvoltare și nevoile fiecărui copil. Exemple de practici educaționale adaptate la nevoile și specificul dezvoltării copilului.

- ✓ **Starea de bine a copilului: De la siguranță afectivă la coreglare emoțională**

  Cum traducem empatia în acțiuni educaționale concrete la clasă. Explorarea modului în care reacțiile zilnice ale cadrului didactic oferă copiilor sprijinul necesar în coreglare și trecerea spre autocontrol.

- ✓ **Educatorul reflexiv: autoanaliza și adaptarea intervențiilor educaționale**

  Modalități practice și instrumente prin care cadrul didactic reflectează asupra propriului demers educațional. Exemple de analiză a practicilor educaționale și de ajustare a acestora în funcție de reacțiile, nevoile și răspunsurile copiilor.

- ✓ **Alianța părinte-educator: Comunicare coerentă pentru predictibilitate și dezvoltare**

  Parteneriatul autentic dintre familie și instituție. Cum construim o comunicare bazată pe mesaje coerente și încredere reciprocă, astfel încât copilul să perceapă stabilitate? Modul în care adulții aflați „în alianță, nu în opoziție" consolidează sentimentul de siguranță al copilului.

Nu în ultimul rând, conținutul scrisorii metodice reprezintă un punct de plecare în consilierea colegială realizată prin coordonarea metodologică, activitate care continua și în acest an școlar, conform precizărilor Ministerului Educației și Cercetării.

VI. Proiecte și programe educaționale care se derulează în acest an școlar în educația timpurie

În anul școlar 2026–2027, continuă desfășurarea **Proiectului PEO *Sistem unitar de educație timpurie incluzivă și de calitate (SU-ETIC, implementat de*** Ministerul Educației și Cercetării, alături de partenerii ARACIP, Universitatea Națională de Știință și Tehnologie POLITEHNICA București - Centrul Universitar Pitești, Universitatea Ștefan cel Mare, Suceava, care urmărește:

dezvoltarea unui sistem național unitar de educație timpurie bazat pe standarde de calitate; operaționalizarea cadrului de asigurare a calității (standarde, metodologii, instrumente); reducerea inechităților de acces la educație timpurie incluzivă și de calitate, în special pentru grupurile vulnerabile; formarea inițială și continuă a cadrelor didactice, mentorat și abordări pedagogice inovatoare.

De asemenea, continuă o serie de proiecte lansate în anii anteriori de Ministerul Educației și Cercetării sau inițiate de organizații relevante din domeniul educației timpurii și susținute de minister, după cum urmează:

- ***Să fim prieteni – Fără bullying*** este un program educațional de prevenire a bullyingului, inițiat de Organizația Salvați Copiii, care sprijină dezvoltarea socioemoțională a copiilor prin cultivarea unor valori fundamentale precum: toleranța, respectul, grija și curajul, contribuind astfel la crearea unui mediu educațional sigur, în care fiecare copil se simte acceptat și parte din comunitate;
- Proiectul ***Profesioniști în comunități vulnerabile*** , desfășurat de Centrul Step by Step pentru Educație și Dezvoltare Profesională cu sprijinul If! Foundation;
- ***PLAY FEST – Învățarea prin joc***, organizat de Centrul Step by Step pentru Educație și Dezvoltare Profesională;
- ***Planul național de dezvoltare a literației timpurii*** (MEC, Asociația OvidiuRO, Asociația Toți Copiii Citesc, ISJ-uri);
- Programul educațional național de stimulare a interesului pentru lectură ***Să citim pentru mileniul trei*** (MEC, ISJ-uri, grădinițe, comunități locale); continuă și prin inițiativele OvidiuRo: ***Ateliere de lectură*** și proiectul ***Citește-mi 100 de povești***;
- Programul educațional național de educație ecologică ***Ecogrădinița*** (MEC, ISJ-uri, grădinițe, comunități locale);
- Programul educațional național de stimulare a interesului pentru educație fizică și sport **Kalokagathia** (MEC, ISJ-uri, grădinițe, comunități locale); proiectul a cunoscut o mulțime de dezvoltări, îndeosebi sub forma unor manifestări sportive la nivel local.
- **Proiect de educație pentru valori:** ***Joc, respect și bucurie!*** (MEC, ISJ-uri); proiectul s-a dezvoltat la nivelul județelor și a generat o serie de activități generice, inclusiv intergenerționale, de sprijin comunitar.
- Proiect educațional ***De la joc la educație financiară*** (MEC, BCR, APPE, Infomedia Pro, ISJ-uri);
- Proiectul educațional ***Grădina de relaxare, liniște și învățare***, continuă prin centrele regionale și centrul național de promovare a practicilor educaționale bazate pe conceptul G.R.L.I.;
- ***Programul Învățare prin Joc***, în cadrul Inițiativei Educația și Dezvoltarea Timpurie a Copilului în România derulată de UNICEF în parteneriat cu Centrul Step by Step; ***Programul Educație timpurie de calitate***, dezvoltat și derulat de Centrul Step by Step pentru personalul din serviciile de educație timpurie, nivel antepreșcolar;
- ***Programul Educațional de Educație Rutieră*** (MEC, Asociația Perfect Info, ISJ-uri);

- ***Proiectul de extindere a rețelei grupelor Reggio-Emilia*** (pentru copiii de la naștere la 6 ani) continuă prin activitățile periodice derulate în cadrul grupului național al practicienilor din educația timpurie din România care aplică în activitatea didactică principii ale abordării Reggio Emilia, precum și prin alte forme de dezvoltare profesională continuă organizate la nivel local, regional sau internațional. Persoanele resursă din fiecare județ, cu precădere cele care au beneficiat de formare în Centrul Loris Malaguzzi din Reggio Emilia, Italia, sunt coordonatori județeni;
- Proiectul educațional ***Practici educaționale progresive în creșe și grădinițe*** (PEPCG) sau Proiectul Prieteniei, inițiat de ISJ Brăila și susținut de MEC, derulat în parteneriat cu ISJ Brașov, ISJ Buzău, ISJ Constanța, ISJ Prahova, ISJ Harghita, ISJ Tulcea.

Recomandările Organizației Mondiale a Sănătății privind activitatea fizică, timpul sedentar și somnul pentru copiii sub 5 ani

(recomandări pentru un interval de 24 de ore)

Vârsta	Activitate fizică	Timp sedentar	Timp maxim în fața ecranelor	Somn (în 24 de ore)
Sub 1 an	Activ fizic de mai multe ori pe zi, în moduri variate, în special prin joc interactiv pe podea; mai mult este mai bine. Pentru copiii care nu se deplasează încă: cel puțin 30 de minute pe zi în poziția culcat pe burtă, distribuite pe parcursul zilei, în stare de veghe.	Nu este ținut nemișcat (cărucior, scaun înalt, purtat legat de corpul adultului) mai mult de o oră o dată. În perioadele sedentare se încurajează cititul și povestitul împreună cu adultul.	0 minute. Timpul în fața ecranelor nu este recomandat.	14–17 ore (0–3 luni) sau 12–16 ore (4–11 luni) de somn de bună calitate, inclusiv somnul de zi.
1–2 ani	Cel puțin 180 de minute de activități fizice variate, de orice intensitate, inclusiv de intensitate moderată–viguroasă, distribuite pe parcursul zilei; mai mult este mai bine.	Nu este ținut nemișcat mai mult de o oră o dată și nu stă așezat perioade îndelungate. În perioadele sedentare se încurajează cititul și povestitul împreună cu adultul.	1 an: 0 minute; timpul sedentar în fața ecranelor (televizor, clipuri video, jocuri pe calculator) nu este recomandat. 2 ani: cel mult 60 de minute pe zi; mai puțin este mai bine.	11–14 ore de somn de bună calitate, inclusiv somnul de zi, cu ore regulate de culcare și trezire.
3–4 ani	Cel puțin 180 de minute de activități fizice variate, de orice intensitate, din care cel puțin 60 de minute de intensitate moderată–viguroasă, distribuite pe parcursul zilei; mai mult este mai bine.	Nu este ținut nemișcat mai mult de o oră o dată și nu stă așezat perioade îndelungate. În perioadele sedentare se încurajează cititul și povestitul împreună cu adultul.	Cel mult 60 de minute pe zi; mai puțin este mai bine.	10–13 ore de somn de bună calitate, care poate include somnul de zi, cu ore regulate de culcare și trezire.

Pentru copiii și adolescenții de 5–17 ani, Organizația Mondială a Sănătății recomandă limitarea timpului sedentar, în special a timpului petrecut în fața ecranelor în scop recreativ, fără a stabili o durată maximă (WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour, Geneva, 2020).

Sursa: **World Health Organization, Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age, Geneva,** 2019, licență CC BY-NC-SA 3.0 IGO. World Health Organization, **WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour,** Geneva, 2020. Traducere neoficială realizată de Ministerul Educației și Cercetării, septembrie 2026.