

Proiect ERASMUS+ Connect 3 - „Together For Smarter Schools and Stronger Communities”
Proiect finanțat prin programul Uniunii Europene Erasmus+
2025-1-RO01-KA121-SCH-00032199



Școala de trimitere:
Colegiul Tehnic “Gheorghe Asachi” Focșani - România

Școala gazdă:
Model Vocational High School of Rhodes

30.03.2026 - 02.04.2026
Proiect finanțat prin programul Uniunii Europene Erasmus+

Profesori participanți:
Dumitru Carmen Violeta & Răvaș Marilena - Job Shadowing

SCOP PROIECT

Creșterea nivelului de competențe privind implementarea principiilor de management școlar optimizat prin integrarea instrumentelor educaționale bazate pe AI pentru eficientizarea și personalizarea învățării din perspectivă interdisciplinară, ale elevilor și profesorilor din liceele tehnologice din județul VN în spiritul educației pentru o comunitate educațională puternică, rezilientă, ce încurajează exersarea gândirii critice pentru echilibrul emoțional și bunăstarea personală.

OBIECTIVE GENERALE PROIECT

Obiectiv 1 Creșterea nivelului de integrare a instrumentelor bazate pe inteligența artificială în procesul educațional pentru 7 profesori participanți la cursuri structurate, 3 profesori participanți la Job shadowing și 80% profesori CTGA, formați pentru utilizarea AI în activitatea didactică, pentru creșterea eficienței și personalizării învățării, în perioada 01-06-2025 / 31-08-2026

Obiectiv 2 Îmbunătățirea eficienței managementului prin implementarea soluțiilor bazate pe AI pentru echipa de management și comunitatea CTGA prin implementarea a minimum 2 soluții digitale care optimizează procesele administrative și decizionale, în perioada 01-06-2025 / 31-08-2026

Obiectiv 3 Dezvoltarea echilibrului emoțional și a bunăstării personale a 7 profesori participanți la cursuri structurate, 3 profesori participanți la Job shadowing, 19 elevi participanți la mobilitati de grup și minimum 100 elevi și 20 profesori CTGA participanți la ateliere structurate de well-being (respirație, yoga, tai chi), 80% dintre acestia raportand cresterea abilităților de gestionare a stresului, în perioada 01-06-2025 / 31-08-2026

Obiectiv 4 Creșterea cu 80% a nivelului de reziliență și gândire critică a 19 elevi participanți la două mobilități de grup în Barcelona, Spania și Munich, Germania evaluate prin chestionare pre și post-proiect; 01-06-2025 / 31-08-2026

Obiectiv 5 Consolidarea cooperării europene și a diseminării rezultatelor proiectului – stabilirea de parteneriate cu minimum 2 instituții europene, organizarea a 2 evenimente internaționale și realizarea a 5 produse digitale pentru promovarea rezultatelor CTGA și împărtășirea de bune practici cu alte școli VN/europene, în perioada 01-06-2025 / 31-08-2026

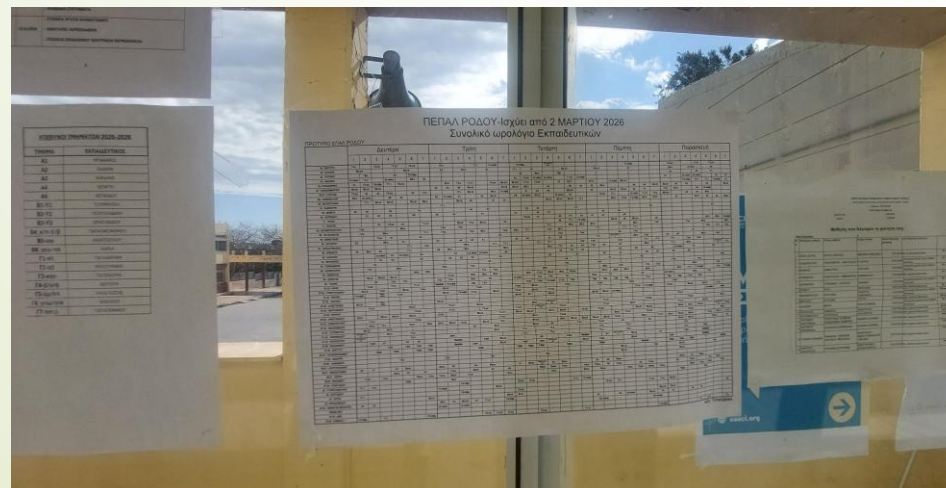
Model Vocational High School of Rhodes



Model Vocational High School of Rhodes ...

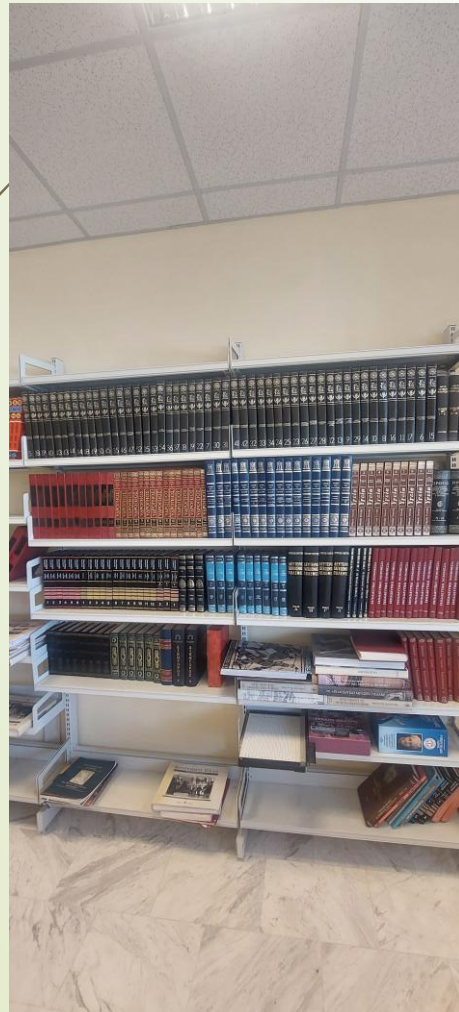
- este școală publică (de stat)
- școlarizează elevi de școală profesională (clasele a IX-a - a XI-a), finalizată cu examen de certificare a competențelor profesionale
- pregătește elevi în diferite specializări VET: turism și alimentație, agricultură, estetică și igienă, fizio-kinetoterapie.
- școala se concentrează pe modernizarea programelor de studiu vocațional, consolidarea legăturilor cu piața muncii locală și integrarea inovației în formarea profesională.
- este centru participant în proiecte internaționale Erasmus+.
- notarea elevilor și informarea părinților se face folosind un catalog electronic.
- profesorii folosesc Google Classroom pentru toate disciplinele.
- profesorii sunt vorbitori de limba engleză, au deschidere către schimburi educaționale.
- în școală se promovează teme de mediu și sustenabilitate, viața sănătoasă, care sunt introduse într-un context educațional și identifică strategii pentru implicarea elevilor prin schimb cultural și învățare bazată pe proiecte.
- fiecare zi de activitate a venit cu noi provocări, activități interesante și ore desfășurate împreună cu elevii și profesorii eleni.

Model Vocational High School of Rhodes



Model Vocational High School of Rhodes

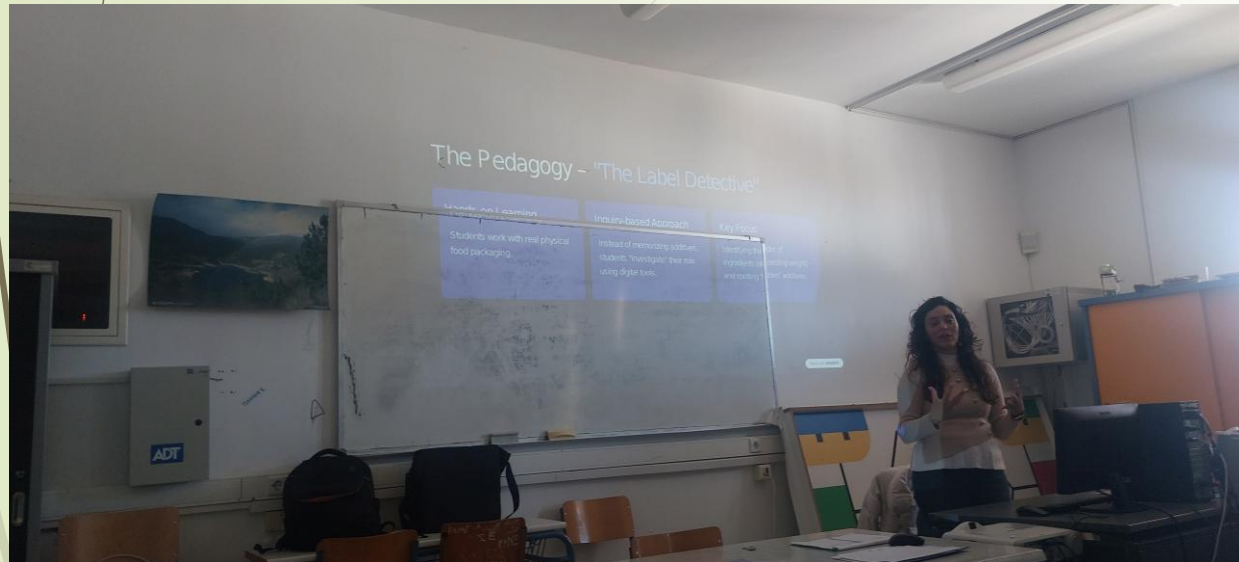
- prezentarea școlii
- turul laboratoarelor



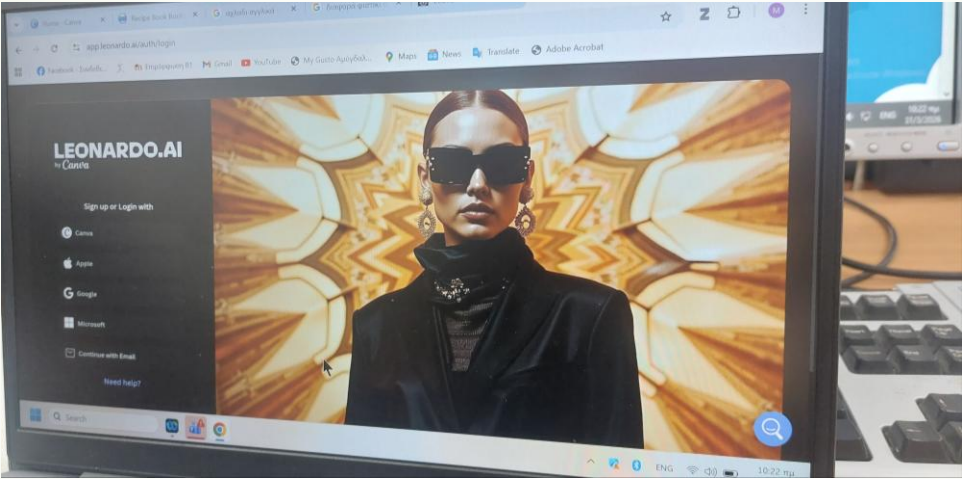
AI - Mediu - Societate. Vizită la seră



Activitatati: TIC și Inovare, observarea cursurilor de programare (Python), prezentare table interactive, lecții de „Smart Labeling” cu *NotebookLM*, design în *Canva* și prezentări în *Gamma*



Activitatati: Wellness - Sănătate
- Interdisciplinaritate. Aplicația
Teachable Machine pentru analiza
pielii, workshop TIC.



Translating digital diagnosis into personalized agricultural solutions
Every diagnosis is immediately converted into a targeted, personalized nutrition plan powered by the Greek land.

AI Detection	Molecular Need	Greek Superfood
Wrinkles	Vitamin C	Strawberries & Peppers
Sagging	Antioxidants & Fatty Acids	Olive Oil & Chios Mastic
Blemishes	Polyphenols	Pomegranate

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows



Activitatea: Wellness - Sănătate - Interdisciplinaritate. Turul laboratoarelor de estetică și kinetoterapie, workshop TIC.



1. Ολίσθηση (Effleurage)

Απαλό γλίστρημα των παλαμών πάνω στο δέρμα. Χρησιμοποιείται για την προετοιμασία των ιστών και τη γενική χαλάρωση.

2. Θωπείες (Stroking)

Επιφανειακές ή εν τω βάθει κινήσεις για τη βελτίωση της κυκλοφορίας και την απορρόφηση οιδήματων.

3. Ζυμώματα (Petrissage)

Σύλληψη, ανασήκωμα και πίεση των μυϊκών μαζών. Σκοπός είναι η αποσπορόφορση από σκληρά προϊόντα του μεταβολισμού και η αύξηση της ελαστικότητας.

4. Ανατρίψεις (Friction)

Μικρές κυκλικές ή γραμμικές κινήσεις με σταθερή πίεση σε βάθος. Στόχευουν στη λύση συμφροσεων και την τοπική αναλγησία.

5. Πελεκισμοί (Hacking)

Ρυθμικά κτυπήματα με το ωλένιο χέλος της παλάμης. Δρουν διεγερτικά και τινωτικά στα μυϊκά ούστημα.

6. Πλήξεις (Clapping/Cupping)

Κτυπήματα με κοίλη παλάμη (βεντούζες) ή κλειστή γροθιά. Βοηθούν στην αποσυμφορόση του αναπνευστικού και την τόνωση.

7. Δονήσεις (Vibration)

Παλμικές κινήσεις (τρέμουλο) με τα δάκτυλα ή την παλάμη. Έχουν κατοπραυντική και αντονακλαστική δράση στα νεύρα.

Βασικές Αρχές Εφαρμογής

- Κεντρομόλος Φορά: Οι χειρισμοί πρέπει να έχουν πάντα κατεύθυνση από την περιφέρεια (άκρα) προς το κέντρο του σώματος.
- Αποφυγή Πόνου: Η μάλαξη δεν πρέπει ποτέ να προκαλεί πόνο, συγχρονισμός με εκκνοή.
- Σωστή Θέση & Γτάση Σώματος: Ο θεραπευτής χρησιμοποιεί το βάρος του σώματός του, ο ασθενής χαλαρώνει με μοξιλάρια.

Σειρά Εφαρμογής & Χρήση Λιπαντικού

Η Σειρά Έχει Σημασία: Η συνεδρία ξεκινά και τελειώνει με ολίσθηση και θωπείες. Οι έντονοι χειρισμοί (πελεκισμοί, πλήξεις) τοποθετούνται προς το τέλος.

Σωστή Χρήση Λιπαντικού: Απαιτείται σε ολίσθηση, θωπείες και ζυμώματα. Δεν απαιτείται σε ανατρίψεις, πελεκισμούς, πλήξεις και δονήσεις για καλύτερη πρόσφυση.

SCAN ME

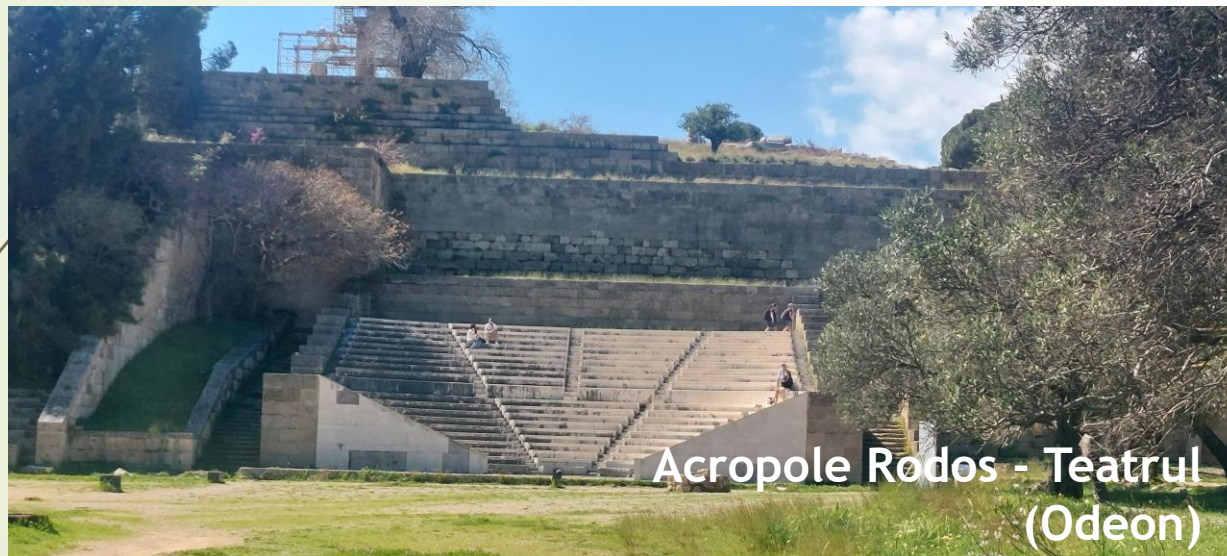


Activități interculturale

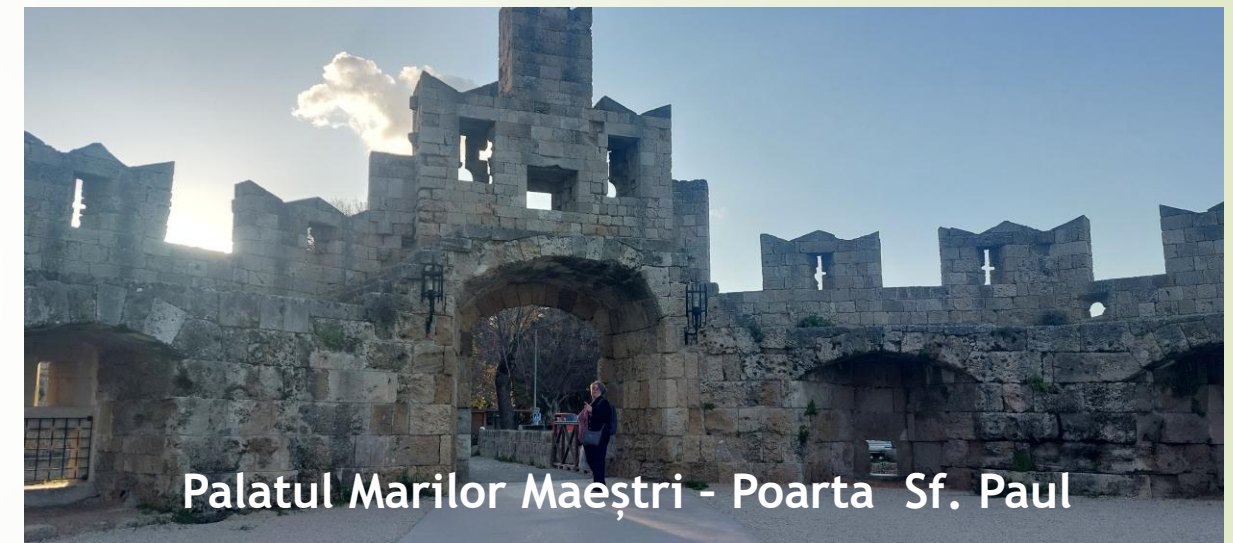
Cetatea Sf. Nicolae din Portul Mandraki



Acropole Rodos

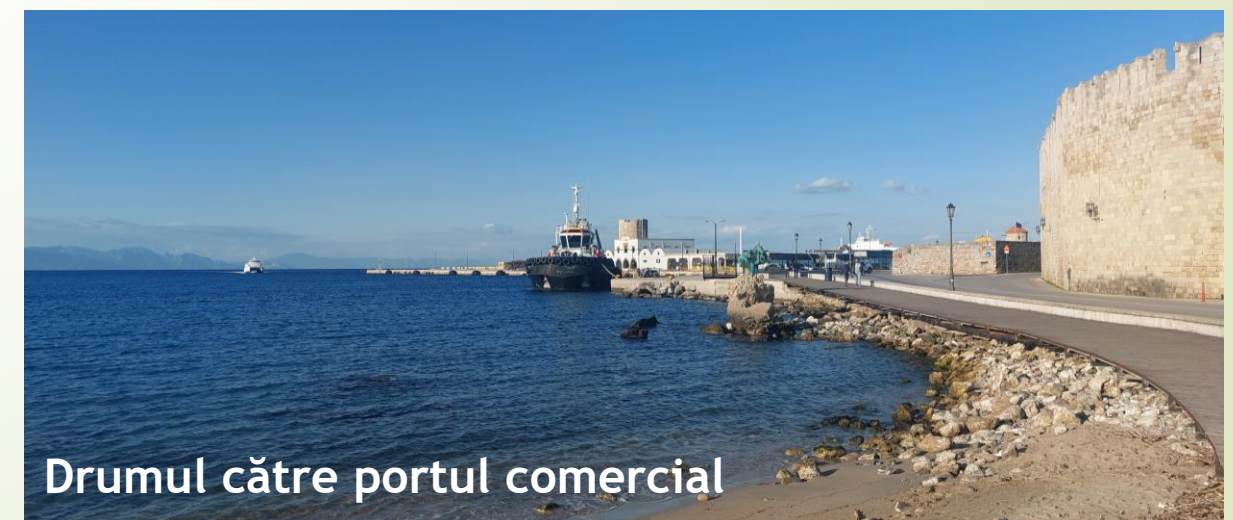


Acropole Rodos - Teatrul
(Odeon)



Palatul Marilor Maestri - Poarta Sf. Paul

Morile de vant din Rodos
(portul Mandraki)



Drumul către portul comercial

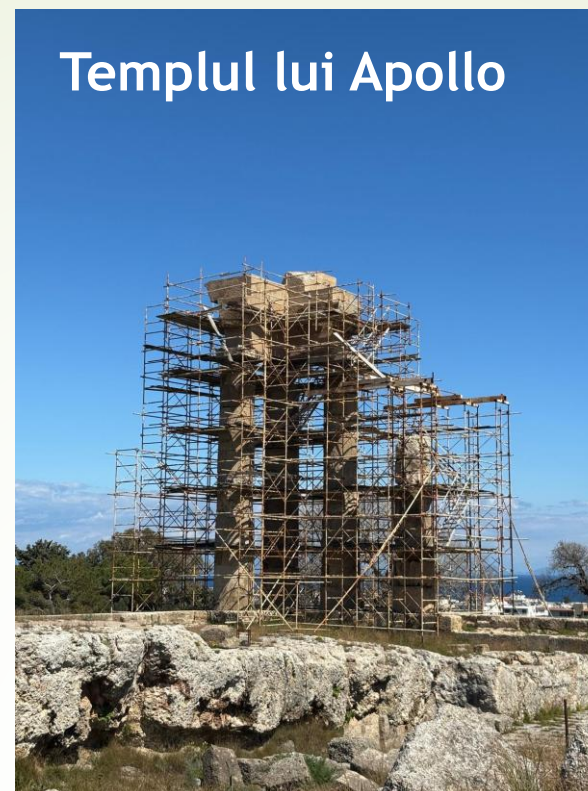
Activități interculturale



Activități interculturale



Mănăstirea „Sf.
Arhanghel Mihail”
Panormitis (Symi)



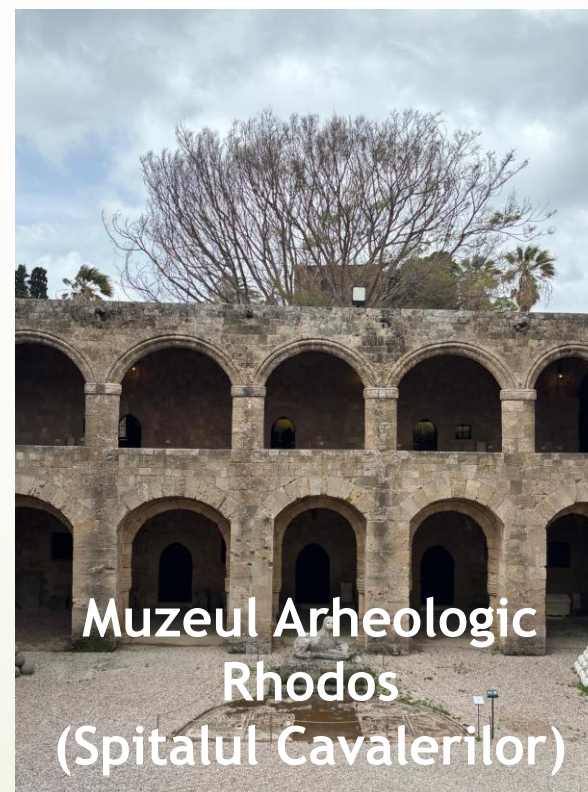
Templul lui Apollo



Palatul Marilor Maeștri



Sala tronului
(Palatul Marilor
Maeștri)



Muzeul Arheologic
Rhodos
(Spitalul Cavalerilor)



Biserica Fecioarei din Burgh
(Biserica franceză)

Gânduri la final de mobilitate

- ❖ Prin observarea activității școlare în liceul din Rodos, am avut șansa să înțeleg mai bine modul în care funcționează sistemul educațional din Grecia.
- ❖ Am remarcat cum profesorii greci predau și interacționează cu elevii, am observat aplicarea diverselor metode de predare și felul în care implică elevii în procesul de învățare. Mi-au oferit idei și tehnici noi pe care le voi adapta și aplica în activitatea educațională.
- ❖ Această experiență m-a ajutat să-mi îmbunătățesc abilitățile de comunicare în limba engleză, dar și competențele digitale, să interacționez cu alți profesori, elevi. Consider că acest lucru va contribui la dezvoltarea mea profesională.
- ❖ În afară de aspectele legate de educație, observarea activității școlare la Școala **Model Vocational High School of Rodos** a contribuit și la înțelegerea mai profundă a culturii grecești. Acest lucru îmi oferă o perspectivă mai amplă asupra diversității culturale și contribuie la dezvoltarea mea personală.
- ❖ În final, cel mai important lucru este că m-am bucurat de această experiență unică împreună cu colega mea, cu care am construit o relație mai puternică și am creat amintiri pe care le vom păstra toată viața cu drag.



TOGETHER FOR SMARTER
SCHOOLS AND STRONGER
COMMUNITIES
ERASMUS+ PROJECT

❖ Mulțumesc, Marinela și Florina!

❖ Mulțumesc, Erasmus+!

Prof. Carmen Violeta Dumitru



Ce a însemnat stagiul de mobilitate?

- Participarea la activitățile zilnice din cadrul școlii rhodosiene mi-a oferit o imagine clară și valoroasă asupra specificului învățământului din Grecia.
- Am urmărit cu interes modul de predare al cadrelor didactice elene, dinamica dintre profesori și elevi, dar și modul direct în care sunt folosite diverse metode de lucru pentru captarea atenției celor mici. Am preluat numeroase idei practice pe care le voi integra în propria activitate la clasă.
- Stagiul de observare a fost un prilej excelent pentru a-mi perfecționa comunicarea în limba engleză și abilitățile digitale, prin schimbul continuu de idei cu profesorii și elevii din instituția gazdă – un câștig semnificativ pentru parcursul meu profesional.
- Pe lângă beneficiile din plan educațional, experiența la **Model Vocational High School of Rhodes** mi-a permis să descopăr mai îndeaproape tradițiile și cultura elenă, oferindu-mi o perspectivă mai bogată asupra diversității culturale și contribuind la dezvoltarea mea personală.
- Am profitat de timpul liber pentru a explora frumusețile insulei, de la străduțele medievale ale Orașului Vechi și Palatul Marelui Maestru, până la fascinanta Acropolă și portul Mandraki, locuri pline de istorie care au completat perfect această experiență.
- Nu în ultimul rând, această experiență a fost deosebită datorită timpului petrecut alături de colega mea; am consolidat legăturile dintre noi și ne-am creat amintiri prețioase pentru tot restul vieții.

Marinela și Florina, mulțumesc pentru oportunitatea de a descoperi oameni, locuri și lucruri noi!

Erasmus+ mulțumesc pentru deschiderea către educație!



Prof. Marilena Răvaș



**TOGETHER FOR SMARTER
SCHOOLS AND STRONGER
COMMUNITIES**
ERASMUS+ PROJECT