**MODEL DE PROIECT DE LUNGĂ DURATĂ  
LA DISCIPLINA EDUCAȚIE MUZICALĂ, clasa a I-a**ATENȚIE! Cadrele didactice vor personaliza proiectele didactice de lungă durată, în funcție  
de specificul colectivului de elevi și resurselor educaționale disponibile, în conformitate cu  
prevederile curriculumului la disciplină (ediția 2018).

**Competențele specifice disciplinei:**

1. Receptarea muzicii în situații de învățare și cotidiene, manifestând interes pentru cunoașterea sinelui și a lumii prin arte.
2. Exprimarea prin muzică a unor sentimente și idei, dând dovadă de atitudine creativă în valorificarea elementelor de limbaj muzical.
3. Transpunerea achizițiilor obținute la disciplină în contexte educaționale și cultural-artistice, demonstrând respect pentru valorile culturii naționale și universale.

**Bibliografie:**

1. Curriculum national. Învățământul primar. Chișinău: MECC, 2018.
2. Ghid de implementare a curriculumului pentru învățământul primar. Chișinău: MECC, 2018.
3. Metodologia privind evaluarea criterială prin descriptori în învățământul primar, clasele I- IV.Chișinău: MECC, IȘE, 2019.
4. Morari M., Gagim I. Educație muzicală. Manual pentru clasa a I-a – Chișinău: Știința, 2020.
5. Morari M., Gagim I., Educație muzicală, clasa I. Ghidul profesorului. – Chișinău, Știința, 2014.

**ADMINISTRAREA DISCIPLINEI**

|  |  |
| --- | --- |
| Nr. de ore/săpt. | Nr. de ore/an |
| 1 | 33 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Unitățile de învățare | Nr. ore | Nr. evaluări | | | Obs. |
| EI | EFE | ES |
| **Semestrul 1** | | | | |  |
| 1. Ce exprimă muzica?  Ce „povestește” muzica? | 7 | 1 | 2 |  |  |
| 2. Ce „povestește” muzica? | 8 |  | 3 | 1 |  |
| *Total pe semestrul 1* | *15* | 1 | 5 | 1 |  |
| **Semestrul 2** | | | | |  |
| 3. Cum „povestește” muzica? | 10 | 1 | 3 |  |  |
| 4. De ce avem nevoie de muzică? | 5 |  | 2 | 1 |  |
| *Total pe semestrul 2* | *18* | *1* | *5* | *1* |  |
| ***Total pe an*** | *33* | *2* | *10* | *2* |  |

**PROIECTAREA DIDACTICĂ A UNITĂȚILOR DE ÎNVĂȚARE**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Unități de competență** | **Detalieri de conținut** | **Nr. ore** | **Data** | **Activități muzical-didactice** | **Evaluare** | **Obs.** |
| **1. CE EXPRIMĂ MUZICA? (7 ore)** | | | | | | |
| 1.1. Recunoașterea și deosebirea semnificației sunetelor după înălțime și după durată în contextul comunicării cu muzica. | **Sunetele din jurul nostru.** Evocare. Sunetele naturii, sunetele din oraș/ sat. Semnificația sunetelor.  Zgomote și sunete muzicale. Însușirile sunetelor muzicale: înălțime și durată. | 1 |  | **A**[[1]](#footnote-1): „Sărbătoreasca” de C. Rusnac  https://www.youtube.com/watch?v=Lxi0dF2z0Ok  **I**[[2]](#footnote-2): Cântecul „Vine, toamna, vine”, I.. Ungureanu, E. Doga.  **C**[[3]](#footnote-3): Jocul „Selectează imaginea după sunet!”  **R[[4]](#footnote-4):** Despre ce ne comunică sunetele din natură/ sat/ oraș? | EI | P1 |
| 1 |  | A: Basmul muzical „Povestea din Codridava” de T. Chiriac, fragmentul „Câte-n lume-au fost lăsate”, minutul 30.  https://www.youtube.com/watch?v=6qYsvYrS\_RI&t=616s  I: Cântecul „La școala iepuașilor” gr. Vieru, S. Lungu  C: jocul „Podul de piatră”  R: De ce vocea omului este o minune? |  | P1 |
| 1.2. Distingerea stărilor emoționale exprimate prin muzica audiată și interpretată. | **De la ce începe muzica?** Compozitorul, interpretul, ascultătorul. Primele reguli de audiție.  Unde poate fi auzită muzica religioasă, populară și academică. | 1 |  | I: Cântecul „Școlărei și școlărițe”, T. Popovici.  A: Piesa „Chemarea păsărilor” de J. Ph. Rameau  https://www.youtube.com/watch?v=VRtTmeJwtL4  C: joc muzical „Ascultă și cântă ca mine!”; improvizația „Muzica pădurii”, „Muzica străzii din oraș” |  | P3 |
| 1 |  | A: „Litere în dans” de R. Schumann  https://www.youtube.com/watch?v=vPVQzr9PwoU  I: cântecul „A,U,O!” de G. Vieru, T. Zgureanu  C: Jocul „Ascultă și cântă ca mine!”  Mișcări muzical-ritmice pe muzica piesei „Eu sunt elev în clasa întâi”, Gh. Mustea  https://youtu.be/pfPJIjRECck  R: Unde și când poate fi auzită muzica tradițională/ religioasă/ academică/ de divertisment? |  | P8 |
| 1.3. Intonarea unor melodii simple | **Cântăm şi ne încântăm.** Regulile pentru cântul corect și expresiv. Comunicare prin cânt cu natura. Muzica în familie. | 1 |  | A: Piesa „Secerătorii” (Schnitterliedchen), din Albumul pentru tineret, Opus 68, nr. 18 de R. Schumann  https://www.youtube.com/watch?v=CAwNamWx53c  I: Cântece din folclorul copiilor  I: Cântecul „Dragu mi-i să cânt”, Vl. Rusnac, T. Sobolevschi  C: Improvizație pe tema cântecului de legăn  R: Cum putem comunica muzical cu natura/ cu oamenii?  R: În ce momente din viața oamenilor sună muzica? Ce sentimente exprimă muzica cântecului de leagăn? |  | P2 |
| 1.1. Recunoașterea și deosebirea semnificației sunetelor după înălțime și după durată în contextul comunicării cu muzica.  1.3. Intonarea unor melodii simple | **Vesel şi trist în muzică.** Sinteză.  Stări emoționale exprimate prin muzică: veselie, tristețe, solemnitate, umor/ glumă.  Muzica veselă și tristă în viață | 1 |  | A: piesa „Octombrie” de P. Ceaikovski, din albumul „Anotimpurile” https://www.youtube.com/watch?v=9VoNPfV4avY  I: Cântecul „Toamna”, G. Vieru, I. Macovei  R: În ce momente din viață sună muzica solemnă? |  | P4 |
| 1 |  | I: Cântecul „Păcălici” P. Cărare, S. Buzilă  https://www.youtube.com/watch?v=HL8oTDXjnLQ  A: Piesa „Arlekinul” de R.Schubert  https://www.youtube.com/watch?v=G3tHpMBUGFs  C: conturul melodiei la piesa „Arlekinul”  R: Ce emoții pot transmite cântecele? De ce avem nevoie de muzică veselă și tristă? |  | P3 |
| **2. CE POVESTEȘTE MUZICA? (8 ore)** | | | | | | |
| 2.1. Descrierea în cuvinte proprii a dispoziției și a conținutului unor piese muzicale  2.3. Interpretarea unor cântece despre copilărie, natură, țară | **Lumea copiilor în muzică.** Comunicare prin cânt. Jocuri cu cântece. Personaje din povești în muzică. | 2 |  | A: piese din „Albumul copiilor” de P. Ceaikovski: „Păpușa bolnavă”, „Păpușa nouă”  https://www.youtube.com/watch?v=gjhOO14SmJM  https://www.youtube.com/watch?v=7SjagpXeNhM&t=425s  I: cântecul „Căsuța din pădure”  https://www.youtube.com/watch?v=pxbfR-4X3Hs&t=24s  C: dramatizarea cântecului „Căsuța din pădure” cu onomatopee dialogate; crearea mișcărilor plastice cu eșarfă/ panglică la piesele audiate.  R: De ce copii cântă? Când copiii cântă? Despre ce cântă copiii? |  | P2  P8 |
| 2.1. Descrierea în cuvinte proprii a dispoziției și a conținutului unor piese muzicale  2.3. Interpretarea unor cântece despre copilărie, natură, țară | **Natura în muzică.** Chipul și caracterul animalelor în muzică. Durata sunetelor: silabele ritmice „pas”, „iu-te”. | 2 |  | C: Improvizații „Mergi după cum cânt, cântă cum bat din palme”; Jocul ritmic „Ghici al cui e pasul?”  A: piese din Albumul „Grădina zoologică” de C.Saint-Sains: „Leul”, „Peștișorii din acvariu”  I: cântecul „Poem de toamnă”, A: Andrițoiu, I. Vintilă  R: Care fenomene ale naturii pot fi imitate în muzică? |  | P7 |
| 2.2. Improvizarea unor succesiuni de silabe ritmice cu și fără text  2.3. Interpretarea unor cântece despre copilărie, natură, țară | **Cântăm ţara.** Simbolul muzical al țării – Imnul de Stat al Republicii Moldova. Tradiții muzicale naționale: cânt, dans, sărbătoare. | 2 |  | A: tabloul muzical „Moldova” de C. Rusnac  https://www.moldovenii.md/md/library/audio  I: cântecul „Moldova”, V. Pînzaru, M. Ungureanu  I: cântecul „Ce e țărișoara mea?”, L.-D. Bujor, P. Anton  C: Imrpovizații, fredonare de melodii pe sunetul de diferite durate (mișcare uniformă pe sunete scurte/ lungi și mișcare alternantă).  R: De ce fiecare popor are muzica sa? |  | P2 |
| 2.2. Improvizarea unor succesiuni de silabe ritmice cu și fără text  2.3. Interpretarea unor cântece despre copilărie, natură, țară | **Muzica sărbătorilor tradiționale.** Sinteză. Muzica sărbătorilor de iarnă: colindul, sorcova, cântecul, dansul. | 2 |  | I: colind „Deschideți ușa”, A. Zaporojanu  C: imrpovizația mișcărilor de dans pe muzica cântecului „Frigu, frigușor”, N. Roșioru, D. Radu  C: Jocul „Continuă ritmul”; dialoguri muzicale pe melodia cântecului „Eu colind colindă mare”; improvizații ritmice pe texte scurte  I: cântecul „Iarna a sosit în zori”, mișcări muzical-ritmice.  R: Care muzică însoțește sărbătorile populare? |  | P2  P6 |
| **3. CUM POVESTEŞTE MUZICA? (10 ore)** | | | | | | |
| 3.1. Identificarea la auz a interpretării vocale și instrumentale a muzicii | **Sufletul muzicii – melodia.** Interacțiunea sunetelor în melodie. Sensul mișcării melodiei. Modele de contur melodic. Sunetul și nota: sol, mi. | 2 |  | A. piesa „Melodie” de Gh. Mustea  https://www.youtube.com/watch?v=1MJMpkDADSg  I: cântecul „Iarna șugubeață”, Iu. Filip, M. Ungureanu  I: cântecul „Mărțișorul”, A. Ciocanu, D. Radu  C: mișcări plastice pe muzica piesei „Ghiocelul” din Albumul „Anotimpurile” de P. Ceaikovski  https://www.youtube.com/watch?v=YuGUOTyc1pI  C: Improvizații melodice pe sunetele „sol” și „mi” pe texte scurte  R : Ce s-ar întâmpla cu muzica, dacă ar dispărea melodia ? |  | P3  P7 |
| 3.2. Recunoașterea elementelor de limbaj muzical în piese audiate și cântece interpretate | **Inima muzicii – ritmul.**  Ritmul în muzică: cadență, mișcare, ordine, energie, organizare, pășire etc. Cadența ritmului în muzica de marș. Ritmul dansului. | 2 |  | A: piesa „Marș” de L. Van Beethoven  https://www.youtube.com/watch?v=01FC2-wXtYs  A: polca „Trici-Trac” de J. Strauss  https://www.youtube.com/watch?v=DJLhNg6RcWw  C: compunerea de desene ritmice pe silaba ritmică „Pas”, „Iu-te”, exerciții ritmice sub formă de ecou, dialog, lănțișor  I: cântecul „Toba ariciului”, G. Vieru  R: Ce activități ale omului se fac/ se desfășoară ritmic? La care instrumente se reprezintă mai expresiv ritmul de marș/ de dans? |  | P4  P5 |
| 3.2. Recunoașterea elementelor de limbaj muzical în piese audiate și cântece interpretate | **Viteza muzicii – tempo.** Tempoul în muzică: rar, potrivit, repede. Expresivitatea mișcării muzicii. | 2 |  | A: piesele „Galop grațios”, „Vals grațios” de F. Schubert  https://www.youtube.com/watch?v=hUV7254mHXQ  https://www.youtube.com/watch?v=OS3s1Y7OFIw  I: cântecul „Trenul”, Gr. Vieru, Z. Tcaci  C: jocul „Merge, fuge” pe textul lui G. Vieru:  C: Improvizația mișcărilor plastice pe muzica audiată  A: piesa „Hora staccato” de Gr. Dinicu  R: Dacă ai fi compozitor, cum ar suna muzica dimineții/ amezii și serii? |  | P4 |
| 3.2. Recunoașterea elementelor de limbaj muzical în piese audiate și cântece interpretate | **Puterea muzicii – nuanţele dinamice.** Nuanțele dinamice în muzică: mărite, potrivite, scăzute. Efectul apropierii/ îndepărtării exprimat prin nuanțele dinamice. | 2 |  | A: piesa „Tunet și fulger” de J. Stauss  https://www.youtube.com/watch?v=S7vtUPoUGKg  A: piesa „Povestea de seară” de A. Haciaturean.  https://www.youtube.com/watch?v=plQZslhlj8M  I: Cântecul „Trenulețuul muzical”, M.Ene  https://www.youtube.com/watch?v=TcIBIZ3eDDg  C: Improvizație muzicală „Călătoria cu trecul” (crearea planului dinamic cu onomatopee); joc muzical „„Încet – tare” (sonorizare/ reprezentare corporală a nuanțelor dinamice după exemple muzicale și imagini  R: Poate fi cântat un cântec doar pe o singură nuanță? |  | P5 |
| 3.1. Identificarea la auz a interpretării vocale și instrumentale a muzicii  3.2. Recunoașterea elementelor de limbaj muzical în piese audiate și cântece interpretate | **Culoarea muzicii – timbrul.** Vocea omului. Familiile de instrumente muzicale. Tipurile de orchestre. | 2 |  | A: *Allegro* din Concertul pentru 2 viori, în la minor de A.Vivaldi (deosebirea sunării solo – tutti orchestral)  https://www.youtube.com/watch?v=hgYl4eE3WJA  I: cântecul „Primăvara”, I. Vieru, T. Sobolevschi-Corj  A: „Menuet” de L. Bocherini (în interpretare camerală: cvartet)  https://www.youtube.com/watch?v=Lo8GGC01iww  I: „Glasul instrumentelor”, A. Hrisanide  C: jocul „Recunoaște după auz/ imagine instrumentul muzical”;  C: atelier de confecționare a pseudoinstrumentelor muzicale pentru copii  R: Care instrumente cântă prin ciupirea/ tragerea corzilor? Lovire? Suflarea aerului? |  | P2  P9 |
| **4. DE CE AVEM NEVOIE DE MUZICĂ? (5 ore)** | | | | | | |
| 4.1.  Propunerea unor piese muzicale pentru diverse evenimente din viața școlară și cotidiană. | **Cântul rotește pământul**.  Când și de ce cântă omul. Cântecele copilăriei. Cântecele în viața unui om și a unui popor: de leagăn, de voie bună, de dor, patriotic. | 1 |  | A: piesa folclorică „Ciocârlia” (diverse variante: orchetrsală, solo la diferite instrumente)  https://www.youtube.com/watch?v=WViN56AI-gs  I: covorașul muzical la piesa „Luci, Soare, luci!”  I: cântecul „Ciocârllia”, V. Romanciuc, M. Ungureanu  C: crearea covorașelor muzicale pe melodiile cântecelor din folclorul copiilor (pe sunetele „sol” și „mi”  R:De la cine au învățat oamenii să cânte? De ce omul cântă? Despre ce ppovestesc cântecele? |  | P2  P6 |
| 4.2. Reprezentarea unor evenimente sonore din piese muzicale prin limbajul altor arte. | **Muzica mișcării – dansul.**  Când și de ce dansează oamenii. Varietatea muzicii de dans. | 2 |  | A: „Hora” din piesa „Trio pentru nai, clarinet și pian” de Gh. Mustea  https://www.youtube.com/watch?v=89rKZ7g1UVA  A: Trio pentru clarinet și pian de W.A.Mozart  https://www.youtube.com/watch?v=J\_XIBu8GhLE  C: crearea mișcărilor de dans/ mișcări plastice la piesa „Hora Unirii”, V. Alecsandri, A. Flectenmacher  A: piesa „Izvorașul” de E. Doga (în modul major)  https://www.youtube.com/watch?v=I\_3OZrs7gwg&t=67s  A: piesa „Valsul în la minor de F. Chopin (în modul minor)  https://www.youtube.com/watch?v=eN5z1mu6j4M  C: crearea conturului melodic cu dantelă/ eșarfă la piesa „Izvorașul”  I: cântece în ritm de dans din repertoriul de peste an |  | P7 |
| 4 4.1.  Propunerea unor piese muzicale pentru diverse evenimente din viața școlară și cotidiană.  4.2. Reprezentarea unor evenimente sonore din piese muzicale prin limbajul altor arte. | **Eu şi muzica**.  Preferințele muzicale. Experiențe muzicale proprii. | 2 |  | I: cântecul „Doină, doiniță”, S. Ghimpu, A. Tamazlâcaru  C: crearea mișcărilor plastice pe muzica cântecului „Vine mai”, melodie populară  A: fragment din Balada pentru vioară de G. Enescu  https://www.youtube.com/watch?v=B\_jvGUrKxZQ  R: Când și de ce oamenii dansează?  I: cântecul „Moldova mea”, Lucia Palii-Păduraru  A: Concert pentru flaut și orchestră, în la major, C.Ph. Emanuel Bach (bunele maniere la concert)  https://www.youtube.com/watch?v=Zn6v75CdwT4  C: improvizații la instrumente muzicale pentru copii pe muzică înregistrată.  C: desenul unui eveniment sonor din muzica preferată  R: De ce muzica poate fi un prieten?Ce s-ar întâmpla în lume, dacă ar dispărea muzica? |  | P2  P3 |

Anexă

**EDUCAȚIE MUZICALĂ.   
PRODUSE RECOMANDATE**

în conformitate cu Metodologia privind evaluarea criterială prin desriptori în învățământul primar,  
clasele I-IV, 2019.

P1. Fredonatul temelor muzicale

1. Intonez fragmente din melodie (muto).
2. Intonez melodia (muto) din memorie.
3. Intonez melodia sincronizat cu sunarea compoziției muzicale.
4. Exprim prin fredonare caracterului general al temei muzicale/ melodiei.
5. Recunosc denumirea și autorul creației muzicale audiate.

P2. Interpretarea cântecului

1. Descriu imaginea piesei vocale.
2. Stabilesc/aleg elementele limbajului muzical care dau expresivitate cânteculuui.
3. Elaborez planul de interpretare artistică a cântecului.
4. Interpretez expresiv cântecul, de la început până la sfârșit (toate strofele): a) intonez just melodia; b) sincronzez interpretarea în ansamblu (începutul, tempo, sfârșitul) ; b) rostesc clar cuvintele; c) improvizez/ execut mișcări de dans potrivite ritmului melodiei; c) acompaniez melodia la instrumente muzicale pentru copii/ percuție corporală etc.
5. Respect regulile cântului în timpul interpretării.
6. Manifest deprinderi vocale la interpretarea cântecului în unison/ canon/ sub formă de dialog/ cu acompaniament.
7. Propun/ aleg procedeie de interpretare artistică a cântecului.

P3. Audiția creației muzicale

1. Respect regulile de audiere.
2. Cunosc/recunosc titlul și compozitorul.
3. Determin succesiunea stărilor emoționale exprimate în muzică.
4. Descopăr tipul melodiei (cantabil, dansant, de marș), trăirea emoțională din fiecare eveniment sonor.
5. Identific elementele de limbaj prin care se edifică imaginea muzicală.
6. Caracterizez expresivitatea/ descriptivitatea muzicii în fiecare eveniment sonor cu ajutorul elementelor de limbaj muzical.
7. Utilizez termeni muzicali la analiza caracterizare a muzicii (imagine muzicală, elementele de limbaj muzical, forma și genul muzical, curentul artistic etc.).
8. Îmi exprim impresiile despre creație.

P4. Caracterizarea creației muzicale audiate

1. Caracterizez emoțiile, sentimentele, exprimate în melodie/ tema muzicală.
2. Identific cine interpretează muzica/ melodia (după timbrul muzical și cantitatea interpreților).
3. Numesc titlul și autorul compoziției muzicale din lista celor studiate.
4. Determin/ argumentez organizarea ideilor muzicale/ forma muzicală.
5. Caracterizez argumentat în compoziția muzicală: imaginea muzicală, expresivitatea elementelor de limbaj muzical, forma și genul muzical, curentul artistic etc.
6. Reprezint spațial mișcarea melodiei folosind gesturi: mișcarea mâinilor şi a corpului.
7. Utilizez în caracterizare terminologia muzicală studiată.

P5. Improvizație muzicală (ritmică/ melodică)

1. Aleg instrument muzical potrivit pentru improvizație (tobiţă, tamburină, clopoţei, xilofon, trianglu etc.).
2. Utilizez raportul de durată/ de înălțime a sunetelor muzicale potrivit temei pentru improvizație.
3. Creez un desen ritmic/ melodie expresive.
4. Interpretez artistic improvizația.
5. Manifest interes pentru activitatea de creație spontană.

P6. Acompaniament muzical

1. Audiez cu interes piesa muzicală.
2. Aleg instrumentul(ele) potrivit(e) pentru acompaniament.
3. Elaborez un desen ritmic potrivit.
4. Notez pe caiet desenul ritmic elaborat.
5. Citesc/ exersez interpretarea desenului ritmic în timpul sunării muzicii.
6. Acompaniez expresiv melodia compoziției muzicale.

P7. Conturul melodic

1. Urmăresc cu atenție discursul sonor, adun primele impresii ale propriilor gânduri și idei.
2. Fredonez motive/ melodii pentru a distinge atmosfera și dezvoltarea
3. Urmăresc mersul melodic (ascendent, descendent, linear)
4. Descopăr tipul de contur potrivit melodiei (undă, spirală, linie frântă etc.)
5. Exersez reprezentarea spațială a mișcării melodiei folosind gesturi: mișcarea mâinilor şi a corpului.
6. Reprezint cu mișcările mâinilor sau gesturilor meloritmia în timpul sunării compoziției muzicale.

P8. Mișcări muzical-ritmice

1. Urmăresc cu atenție discursul sonor, adun primele impresii ale propriilor gânduri și idei.
2. Fredonez motive/ melodii pentru a distinge atmosfera și recunoaște trăirea emoțională.
3. Descopăr structura piesei muzicale și percep coerența evenimentelor sonore.
4. Aleg mijlocul potrivit pentru reprezentarea mișcării muzicii (cu mâinile, cu eșarfă, minge, cercuri, panglică, hârtie etc.).
5. Elaborez mișcări potrivite naturii muzicii (sensului mișcării, gradației de tempo, nuanțele dinamice etc.).
6. Reprezint prin mișcări muzical-ritmice muzica compoziției muzicale.

P9. Interpretare la instrumente muzicale pentru copii

1. Posed emisia sunetelor muzicale (ca durată și înălțime) la istrumente muzicale pentru copii (metalofon, tamburină, trianglu, tobă cu ciocan, clopoței cu buton, tuburi sonore etc.).

2. Exersez interpretarea textului muzical la un instrument muzical, după modelul propus.

3. Execut expresiv textul muzical la instrument muzical pentru copii.

4. Sincronizez interpretarea la instrument muzical cu ceilalți interpreți.

1. Litera majusculă „A” vizează repertoriul muzical de audiție, prin care se însușește tema. [↑](#footnote-ref-1)
2. Litera majusculă „I” vizează repertoriul muzical pentru activitatea de interpretare muzicală. [↑](#footnote-ref-2)
3. Litera majusculă „C” vizează învățarea temei prin activități de creație muzicală elementară (mișcări plastice, joc muzical, exerciții de creație, improvizații etc. [↑](#footnote-ref-3)
4. Litera majusculă „R” vizează unități de învățare prin activitatea de discuție și reflexie. [↑](#footnote-ref-4)