

ÎMPREUNĂ NE ESTE MAI BINE!

Argument

Activitatea fizică, în special sporturile de echipă, poate juca un rol vital în a-i ajuta pe elevii din școala primară să se recupereze după experiențe traumatice, cum ar fi dezastrelor naturale.

Integrarea sportului în lecțiile bazate pe traume promovează, de asemenea, încrederea, comunicarea și sentimentul de apartenență - componente cheie în recuperarea emoțională. Activitățile axate pe cooperare, mai degrabă decât pe competiție, îi pot ajuta pe elevi să experimenteze sentimente de siguranță, sprijin și succes. Lucrând în perechi sau în echipe mici, copiii învață să se bazeze unii pe alții, să-și exprime empatia și să se simtă din nou parte a unei comunități. Acest sentiment de conexiune este esențial pentru vindecare, mai ales atunci când elevii au experimentat perturbări, pierderi sau strămutare.

Lecția ar trebui să se încheie cu o scurtă activitate reflexivă care îi invită pe elevi să împărtășească cum s-au simțit în timpul jocurilor, ce le-a plăcut și cum i-au ajutat sau au fost ajutați de alții. Acest lucru nu numai că încurajează alfabetizarea emoțională, dar întărește și asocierea dintre interacțiunile pozitive cu ceilalți și recuperarea emoțională. Scopul este de a folosi sportul atât ca o modalitate fizică, cât și emoțională - oferindu-le elevilor puterea de a-și recăpăta încrederea, de a-și dezvolta reziliența și de a merge mai departe.

Disciplina

Sport

Clasa

4

Obiective

- ✓ Reconstruirea sentimentului de siguranță și încredere prin activități fizice de cooperare care reflectă importanța sprijinului în timpul dezastrelor.
- ✓ Consolidarea relațiilor cu colegii și dezvoltarea empatiei lucrând în echipe incluzive, conectând aceste abilități la ajutorul acordat altora în perioadele de criză.
- ✓ Dezvoltarea rezilienței prin reflectarea asupra răspunsurilor emoționale și identificarea strategiilor pozitive de adaptare utile atât în provocările cotidiene.

Durata

2 ore (2_x_40 Minute)

Materiale necesare

FIȘĂ DE LUCRU (una pentru fiecare elev)
Conuri, mingi și bavete pentru jocuri cu grupuri mici și exerciții de cooperare
Legături la ochi sau obstacole simple (opțional, pentru elementele de provocare)
Tablă

Pregătire și implementare

- ✓ Multiplicați FIȘA DE LUCRU în număr egal cu elevii.
- ✓ Amenajați un spațiu de joc și împărțiți elevii în echipe echilibrate.
- ✓ Atribuiți roluri în cadrul echipelor (de exemplu, căpitan, apărător, pasator, încurajator)

PROCES

Mesaj către profesori:

Aceste activități sunt concepute pentru a sprijini învățarea, bunăstarea și incluziunea elevilor. Copiii expuși la traume s-ar putea să nu se simtă întotdeauna în siguranță sau pregătiți să participe, iar impunerea unor roluri sau provocări poate duce la retraumatizare. Profesorii sunt încurajați să utilizeze o abordare bazată pe traumă: să ofere opțiuni, să ofere roluri alternative, să folosească un limbaj de susținere și să acorde prioritate siguranței emoționale, astfel încât toți elevii să poată învăța și să se dezvolte.

PRIMA LECȚIE

1

INTRODUCERE (5 minute)

- Începeți cu un cerc de grup și o scurtă discuție:
 - „Imaginați-vă că o inundație a distrus o parte din orașul vostru. Cum ar putea oamenii să colaboreze pentru a rămâne în siguranță și a se ajuta reciproc?”
 - „Cum este importantă munca în echipă atunci când lucrurile nu merg conform planului, cum ar fi în timpul unui cutremur sau al unui incendiu de vegetație?”
- Explicați faptul că jocurile de astăzi sunt despre sprijin, respect și colaborare.

2

JOCURI DE ECHIPĂ – PROVOCĂRI DE COOPERARE (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
 - Împărțiți elevii în echipe echilibrate.
 - Atribuiți roluri rotative, cum ar fi motivator al echipei, ajutor și cronometru.
- Rotația jocurilor (25 de minute):
 - Jocurile pot avea povești cu tematică dezastruoasă fără a declanșa traume:
 - Ștafetă de grup: „Cară proviziile de urgență în siguranță prin sat, fără să le scapi.”
 - Calea Încrăderii: „Ghidează-ți coechipierul în siguranță prin «strada prăbușită».”
 - Menținerea balonului de salvare în echipă: „Țineți «balonul de salvare» în aer cât timp bate furtuna - reprezintă menținerea speranței.”
- Domenii de interes:
 - Încurajați ajutorul, ascultarea și celebrarea eforturilor celorlalți.
 - Profesorii dau un model despre cum să consoleze sau să sprijine un coleg care este frustrat.

3

INTRARE ÎN STARE DE REPAUS (5 minute)

- Respirație ghidată și întindere.
- Întrebați elevii :
 - „Ce ar putea face echipa ta dacă ai ajuta oamenii în timpul unei inundații?”

- „Cum a ușurat munca voastră în echipă «provocarea în caz de dezastru»?”

A DOUA LECȚIE

4

ÎNCĂLZIRE ȘI DISCUȚII (5 minute)

- Începeți cu exerciții ușoare de încălzire (jumping jacks, cercuri cu brațele, respirație profundă) pentru a energiza și a regla elevii.
- Conectați-vă la scenariile de dezastru:
 - „Gândește-te la un incendiu de vegetație. Cum colaborează pompierii și vecinii pentru a rămâne în siguranță?”
 - „Când cineva are dificultăți în joc, cum seamănă cu cineva care are nevoie de ajutor în timpul unei furtuni?”
- Încurajați 2-3 elevi să împărtășească exemple de bunătate și lucru în echipă de data trecută pentru a stabili un ton pozitiv și de susținere.

5

JOCURI ÎN ECHIPĂ – ÎMPĂRȚIREA ROLURILOR ȘI REZOLVAREA PROBLEMELOR (30 de minute)

- Introducere (3 minute):
 - Explicați: „Astăzi vom lucra împreună pentru a rezolva provocările ca o echipă. Scopul nu este să câștigăm repede, ci să ne ajutăm reciproc și să rezolvăm problemele împreună.”
 - Subliniați:
 - Ascultându-ne reciproc
 - Inclusiv pe toată lumea
 - Încercăm din nou dacă eșuăm prima dată
- Joc de cooperare: „Traversează Râul” (15 Minute)
 - Concepeți-o ca pe o misiune de salvare:
 - Mats = „pietre într-un râu inundat”
 - Minge moale = „resursă prețioasă sau supraviețuitor”
 - Încurajați planificarea, comunicarea și grija față de colegii de echipă, la fel cum ar face o echipă de intervenție în caz de dezastru.
- Rotire roluri (5 minute)
 - La jumătatea drumului, întrerupeți jocul:
 - Roagă un alt elev să fie liderul echipei (responsabil pentru planificare).
 - Un alt elev poate fi încurajatorul (încurajându-i și ajutându-i pe ceilalți).
 - Un alt elev poate fi responsabil cu cronometrul (urmărind timpul și reamintind grupului cu calm).
- A doua opțiune de provocare (opțională, 7 minute): „Salvarea insulei”
 - Elevii navighează către „insule sigure” ca exercițiu de evacuare din cauza inundațiilor
 - Schimbați rolurile pentru a sublinia încrederea, îndrumarea și empatia.

6

REFLECȚIE ȘI DISCUȚIE (5 minute)

- Adunați elevii în cerc, așezați confortabil pentru a se relaxa cu exerciții de respirație (inspirați de 4 ori, expirați de 4 ori).
- Dați fișe de lucru elevilor.
- Puneți întrebări reflexive:
 - „Cum ar putea munca voastră în echipă să ajute oamenii după un cutremur sau un incendiu de vegetație?”
 - „Ce ai învățat despre cum să-i ajuți pe alții să rămână în siguranță?”

EVALUARE

- Observați participarea, cooperarea și împărțirea rolurilor în timpul jocurilor.
- Folosiți **Fișa de lucru** pentru a evalua înțelegerea empatiei, rezilienței și muncii în echipă.

RECOMANDĂRI

1

Folosiți un limbaj blând și un ton cald pe tot parcursul evenimentului pentru a crea un spațiu sigur, informat despre traume .

2

Consolidați munca în echipă laudând empatia și leadershipul mai mult decât performanța.

3

Încurajați elevii să aplice aceste abilități în alte aspecte ale vieții lor școlare (de exemplu, activități în grup, jocuri în timpul pauzei) .

4

Luați în considerare invitarea unui consilier școlar pentru co-facilitare, dacă este disponibil, pentru a sprijini elevii în procesarea traumei .

ANEXĂ



Aceste imagini ilustrează munca în echipă și cooperarea în sport. Pot fi folosite ca subiecte de discuție, întrebând elevii cum este similară munca în echipă în jocuri cu sprijinirea reciprocă în timpul provocărilor sau dezastrelor.

FIȘĂ DE LUCRU

Îndrumări pentru profesori privind utilizarea fișelor de lucru:

Această fișă de lucru trebuie completată de elevi imediat după activitate, în timpul fazei de reflecție (ultimele 5-10 minute). Profesorii pot alege să colecteze și să revizuiască fișele de lucru pentru a evalua dacă obiectivele de învățare sunt îndeplinite sau să le păstreze în portofoliile elevilor pentru a urmări progresul în timp. Feedback-ul poate fi oferit verbal în discuțiile din clasă sau individual, în scris, în funcție de timp și context.

Numele elevului:

.....

Data:

Partea 1: Rolul meu în echipă

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

1. Ce rol ai avut în echipă astăzi?

2. Cum i-ai ajutat pe colegii tăi în timpul activității?

Partea a 2-a: Reflecție asupra muncii în echipă

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

1. Descrie un moment în care echipa voastră a lucrat împreună ca o echipă de salvare în caz de urgență.

2. Ce a fost o provocare și cum a depășit-o echipa voastră?

Partea 3: Dezvoltare personală

Răspundeți la următoarea întrebare în câte 1-2 propoziții:

1. Un lucru pe care îl voi ține minte despre munca în echipă data viitoare este

JURNAL DE FITNESS

Argument

Activitatea fizică, în special atunci când este integrată în lecții structurate și captivante, poate juca un rol vital în promovarea unui stil de viață sănătos în rândul elevilor de școală primară. Exercițiile fizice susțin atât bunăstarea fizică, cât și cea mentală, ajutând elevii să gestioneze stresul, să-și dezvolte forța și să se simtă mai energizați pe parcursul zilei. Prin încorporarea stabilirii obiectivelor, a urmăririi progresului și a practicării unor obiceiuri sănătoase în educația fizică, elevii învață cum să-și asume responsabilitatea pentru sănătatea lor și să dezvolte abilități pe tot parcursul vieții care se extind dincolo de sala de clasă.

Incorporarea activităților de fitness personal în lecții promovează, de asemenea, abilități sociale și emoționale esențiale, cum ar fi responsabilitatea, auto-motivarea și reziliența.

Disciplina

Sport

Clasa

4

Obiective

Înțelegerea importanței stabilirii obiectivelor personale de fitness.
Învățarea unor strategii de bază pentru monitorizarea progresului fizic.
Recunoașterea obiceiurilor care promovează un stil de viață sănătos.

Durata

2 ore (2x40 Minute)

Materiale necesare

FIȘĂ DE LUCRU (una pentru fiecare elev)
Conuri pentru stațiile de activități
Cronometru sau cronometru
Hârtie grafică sau tablă albă și markere
Acces la internet (opțional pentru videoclipuri sau elemente vizuale scurte)

Pregătire și implementare

Multiplicați FIȘA DE LUCRU în număr egal cu elevii.
Amenajați stații simple pentru activități de fitness (coarda de sărit, abdomene, alergări cu naveta, standuri de echilibru etc.).
Testați cronometrul/cronometrul și conexiunea la internet dacă utilizați elemente vizuale online.

PROCES

Mesaj pentru profesori:

Aceste activități sunt concepute pentru a sprijini învățarea, bunăstarea și incluziunea elevilor. Copiii expuși la traume s-ar putea să nu se simtă întotdeauna în siguranță sau pregătiți să participe, iar impunerea unor roluri sau provocări poate duce la retraumatizare. Profesorii sunt încurajați să utilizeze o abordare bazată pe traumă: să ofere opțiuni, să ofere roluri alternative, să folosească un limbaj de susținere și să acorde prioritate siguranței emoționale, astfel încât toți elevii să poată învăța și să se dezvolte.

PRIMA LECȚIE

1

INTRODUCERE (5 minute)

- Adăugați sugestii care leagă fitness-ul de reziliență și pregătire pentru dezastre:
 - „De ce este important să ne menținem corpurile puternice în viața de zi cu zi și în situații de urgență, cum ar fi după o inundație sau un cutremur?”
 - „Cum ne poate ajuta practicarea unor obiceiuri sănătoase să fim în siguranță și pregătiți dacă se întâmplă ceva neașteptat?”
- Opțional: vizionați un scurt videoclip despre oameni care se mențin activi pentru a se pregăti pentru provocări, folosind exemple precum pompieri, echipe de salvare sau sportivi care depășesc obstacole.

2

CIRCUIT DE FITNESS ÎN ECHIPĂ (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
 - Dați activităților o metaforă de pregătire pentru dezastre
 - **Jumping jacks** = „a scăpa rapid din pericol”
 - **Echilibrul se menține** = „a rămâne stabil în timpul unui cutremur”
 - **Curse de transfer** = „livrarea de provizii celor aflați în nevoie”
 - **Planking** = „dezvoltarea rezistenței pentru a te ajuta pe tine și pe ceilalți”
- Rotație în circuit (25 de minute):
 - Fiecare grup se rotește prin stații la fiecare 2-3 minute
 - Puneți accent pe munca în echipă: încurajați-vă reciproc, verificați siguranța, celebrați micile îmbunătățiri - la fel cum echipele de urgență se sprijină reciproc.

3

INTRARE ÎN STAREA DE REPAUS (5 minute)

- Conduceți elevii în întinderi ușoare, respirând calm.
 - „Cum te ajută întărirea corpului să rămâi în siguranță în situații de urgență?”
 - „Cum ți s-a părut să-ți susții colegii de echipă ca și cum ai ajuta pe cineva într-o situație dificilă?”

A DOUA LECȚIE

4

INTRODUCERE ȘI RECAPITULARE (5 minute)

- Conectează lecția trecută cu reziliența:
 - „Îți amintești de circuitul nostru de fitness? Corpurile puternice ne ajută să fim în siguranță și pregătiți, la fel cum contează pregătirea în timpul unei furtuni sau al unui incendiu de vegetație.”

5

STABILIREA OBIECTIVELOR PERSONALE ȘI OBICEIURILOR (25 de minute)

- Stabilirea obiectivelor (10 minute):
 - Elevii aleg o activitate de fitness pentru a o îmbunătăți, încadrând-o ca pregătire pentru reziliență:
 - „Dacă ar trebui să cari provizii sau să ajuți pe cineva în timpul unei urgențe, cum te-ar ajuta această activitate?”
 - Înregistrați performanța și obiectivele actuale ca de obicei.
- Reflecție asupra obiceiurilor sănătoase (15 minute):
 - Legați obiceiurile de reziliență:
 - „Ce obicei zilnic te ajută să rămâi puternic și pregătit pentru provocări?”
 - „Cum te ajută somnul bun, alimentația sănătoasă sau mișcarea pe tine și comunitatea ta să rămâneți în siguranță?”
 - Discuție în grupuri mici:
 - „Ce obiceiuri ne ajută să ne atingem obiectivele?”
 - „Cum pot eforturile mici și constante să facă o mare diferență în menținerea siguranței?”

6

REFLECȚIE ȘI DISCUȚIE (5 minute)

- Adunați elevii și întrebați:
 - „Cum te-a ajutat exercițiul de astăzi să te simți mai puternic și mai pregătit?”
 - „Cum poți folosi ceea ce ai învățat pentru a te ajuta pe tine sau pe alții într-o situație dificilă?”
- Dați fișe de lucru elevilor.

EVALUARE

- Observați participarea elevilor, încurajarea colegilor și participarea în siguranță.
- Revizuiți intrările din Fișa de lucru pentru a înțelege obiectivele și obiceiurile sănătoase.

RECOMANDĂRI

1

Supravegheați îndeaproape pentru a vă asigura că elevii folosesc forma corectă și se încurajează reciproc.

2

Folosiți cuvinte de apreciere, lăudând efortul și micile îmbunătățiri.

3

Elevii pot vorbi despre propriile obiceiuri și pot întocmi o listă cu obiceiurile lor sănătoase.

4

Puteți continua cu o provocare de sănătate de 7 zile (monitorizarea consumului de apă, a somnului, a exercițiilor fizice) acasă.

ANEXĂ



FIȘĂ DE LUCRU

Îndrumări pentru profesori privind utilizarea fișelor de lucru:

Această fișă de lucru trebuie completată de elevi imediat după activitate, în timpul fazei de reflecție (ultimele 5-10 minute). Profesorii pot alege să colecteze și să revizuiască fișele de lucru pentru a evalua dacă obiectivele de învățare sunt îndeplinite sau să le păstreze în portofoliile elevilor pentru a urmări progresul în timp. Feedback-ul poate fi oferit verbal în discuțiile din clasă sau individual, în scris, în funcție de timp și context.

Numele elevului:

.....

Data:

Partea 1: Obiectivul meu personal de fitness

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

1. Ce exercițiu vreau să îmbunătățesc?

2. Scopul meu este

Partea a 2-a: Obiceiuri sănătoase

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

3. Ce obicei sănătos voi practica zilnic?

4. De ce este important acest obicei pentru mine?

Partea a 3-a: Reflecție

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

1. Cum m-am simțit după exercițiile fizice de azi?

2. Ce mă motivează să rămân sănătos?

MISIUNE DE SUPRAVIEȚUIRE ÎN ECHIPĂ

Argument

Sportul poate fi un instrument puternic pentru simularea scenariilor din viața reală, inclusiv a dezastrelor naturale precum cutremurele. Incorporarea protocoalelor de siguranță în activitate consolidează gândirea critică și luarea deciziilor sub presiune.

Reflecția este o componentă vitală a lecției, încurajându-i pe elevi să discute despre cum s-au simțit în timpul simulării, cum s-au sprijinit reciproc și ce au învățat despre răspunsul la situații de urgență. Prin conectarea activității fizice cu o sesiune structurată de debriefing, elevii încep să conecteze calitățile sportive, cum ar fi comunicarea, responsabilitatea și empatia, cu aplicații în lumea reală, promovând reziliența, reglarea emoțională și o mentalitate centrată pe comunitate. Toate aceste abilități sunt esențiale atât în viața de zi cu zi, cât și în răspunsul la dezastre naturale.

Disciplină

Sport

Clasa

4

Obiective

- ✓ Demonstrarea abilităților de lucru în echipă și de rezolvare a problemelor prin participarea la un joc simulat de răspuns la cutremure.
- ✓ Identificarea și aplicarea unor strategii de siguranță de bază pentru pregătirea în caz de cutremure prin joc de rol fizic.
- ✓ Reflectarea asupra răspunsurilor lor emoționale și comportamentale în timpul unei simulări de criză pentru a dezvolta empatie și reziliență.

Durata

2 ore (2x40 Minute)

Materiale necesare

- ✓ FIȘĂ DE LUCRU (una pentru fiecare elev)
- ✓ Conuri, obstacole simulate și echipament pentru jocuri de echipă (de exemplu, fotbal, baschet sau jocuri simple de tip tag)
- ✓ Tablă albă și markere

Pregătire și implementare

- ✓ Multiplicați FIȘA DE LUCRU în număr egal cu elevii.
- ✓ Amenajați o zonă de joacă sigură, cu limite clare.
- ✓ Pregătiți jocuri simple de echipă care pun accent pe cooperare și nu pe competiție.

PROCES

Mesaj pentru profesori:

Aceste activități sunt concepute pentru a sprijini învățarea, bunăstarea și incluziunea elevilor. Copiii expuși la traume s-ar putea să nu se simtă întotdeauna în siguranță sau pregătiți să participe, iar impunerea unor roluri sau provocări poate duce la retraumatizare. Profesorii sunt încurajați să utilizeze o abordare bazată pe traumă: să ofere opțiuni, să ofere roluri alternative, să folosească un limbaj de susținere și să acorde prioritate siguranței emoționale, astfel încât toți elevii să poată învăța și să se dezvolte.

PRIMA LECȚIE

1

INTRODUCERE (5 minute)

- Puneți în scenă o situație imaginară în care s-a produs un cutremur și echipele de salvare tocmai au sosit.
- Începeți cu o discuție rapidă:
 - „Ce e de făcut dacă te afli brusc în mijlocul unui cutremur?”
 - „Care sunt prioritățile echipelor de salvare?”

2

JOCURI DE ECHIPĂ: SIMULĂRI (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
 - Împărțiți elevii în echipe echilibrate. În fiecare echipă, elevii își aleg un rol, fie de salvator, fie de persoană care necesită evacuare.
 - Recapitulați rapid regulile jocului, punând accent pe siguranță. Un salvator trebuie să salveze toți cei salvați cât mai repede posibil.
- Rotația jocurilor (25 de minute):
 - Joacă un joc cooperativ simplu în care salvatorii navighează pe trasee cu obstacole concepute pentru a reprezenta zone prăbușite sau transportă în siguranță coechipieri „răniți” folosind targă sau puncte de sprijin, într-o anumită limită de timp.
 - În fiecare echipă, rolurile salvatorilor și ale celor salvați se schimbă prin rotație.
 - Rotiți echipele la fiecare câteva minute pentru a le oferi elevilor noi coechipieri.
- Subliniați:
 - Încurajându-i pe ceilalți, nu criticându-i.
 - Respectând regulile de siguranță și mergând rapid în același timp.

3

INTRARE ÎN STAREA DE REPAUS (5 minute)

- Întindere ușoară în timp ce reflectăm asupra unui moment pozitiv din jocuri.

A DOUA LECȚIE

4

INTRODUCERE (5 minute)

- Adunați elevii și discutați despre experiențele lor din lecția precedentă și despre lecțiile pe care le-au învățat.
- Introduceți noile reguli ale jocului

5

JOCURI DE ECHIPĂ: SIMULĂRI (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
 - Rugați toți elevii să aleagă un rol, fie salvator, fie persoană care necesită evacuare, fie membru al familiei, fie coordonator de salvare. Ar trebui să existe doar câțiva coordonatori de salvare și cel puțin un membru al familiei pentru fiecare salvare. Împărțiți elevii în echipe echilibrate.
 - Revedeți rapid regulile jocului, punând accent pe siguranță. Membrii familiei își doresc ca persoanele salvate să fie salvate cât mai curând posibil, iar coordonatorii de salvare vor încerca să salveze pe toată lumea în cele mai bune și mai rapide condiții.
- Rotația jocurilor (25 de minute):
 - Jucați un joc cooperativ simplu în care salvatorii navighează pe trasee cu obstacole concepute pentru a reprezenta zone prăbușite sau transportă în siguranță coechipieri „răniți” folosind targi sau puncte de sprijin, într-o anumită limită de timp, sub îndrumarea coordonatorului de salvare și a membrilor familiei.
 - Rotiți rolurile după câteva minute pentru a le oferi elevilor noi coechipieri și noi experiențe.
- Subliniați:
 - Încurajându-i pe ceilalți, nu criticându-i.
 - Respectând regulile de siguranță, mergând rapid și fiind eficient în același timp.

6

DEBRIEFING ȘI REFLECȚIE (10 minute)

Interpretarea diverselor responsabilități — cum ar fi cele de primi respondenți, membri ai familiei sau coordonatori de urgență — le permite elevilor să experimenteze gama de emoții și sarcini care apar în timpul și după un cutremur. Aceste simulări nu numai că fac învățarea memorabilă, dar îi și împuternicesc pe elevi să se simtă mai pregătiți și responsabili în situații de urgență reale.

- Adunați elevii și discutați:
 - „Ce ai învățat din cele două activități?”
 - „Cum ar trebui să se comporte fiecare rol pentru a fi mai eficient și a salva mai multe vieți?”
 - „Ce s-ar întâmpla dacă cineva ar încălca regulile sau ar juca în mod nesigur?”

Rezumați importanța colaborării pentru atingerea unui obiectiv comun, cât de ușor este ca totul să se transforme în haos și cât de importante sunt cunoașterea și disciplina în situațiile de urgență.

EVALUARE

- Observați participarea, comportamentul și respectarea regulilor de fair-play și siguranță în timpul activităților.
- Recapitulați reflecțiile scrise ale elevilor.

RECOMANDĂRI

- 1** Supravegheați îndeaproape echipele și interveniți dacă este necesar, nu lăsați o situație să devină haotică prea mult timp.
- 2** Folosiți cuvinte de apreciere: Lăudați deschis exemplele de spirit sportiv deosebit.
- 3** Creați o diagramă a bunelor practici: enumerați comportamentele pozitive observate în timpul jocurilor.
- 4** Extinderea lecției: Legați lecția de exemple din viața reală de operațiuni de salvare, ideal cu videoclipuri, rapoarte și mărturii.

ANEXĂ



FISĂ DE LUCRU

Îndrumări pentru profesori privind utilizarea fișelor de lucru:

Această fișă de lucru trebuie completată de elevi imediat după activitate, în timpul fazei de reflecție (ultimele 5-10 minute). Profesorii pot alege să colecteze și să revizuiască fișele de lucru pentru a evalua dacă obiectivele de învățare sunt îndeplinite sau să le păstreze în portofoliile elevilor pentru a urmări progresul în timp. Feedback-ul poate fi oferit verbal în discuțiile din clasă sau individual, în scris, în funcție de timp și context.

Numele elevului:

.....

Data:

Partea 1: Răspuns la cutremur

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

1. Scrie un exemplu de răspuns bun pe care l-ai arătat astăzi.

2. Scrie un exemplu de răspuns bun pe care l-ai văzut la altcineva.

Partea a 2-a: Reflecție asupra siguranței

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

3. Cum te-ai protejat pe tine și pe ceilalți astăzi?

4. De ce este important să ne gândim la siguranță atunci când practicăm sport?

Partea 3: Dezvoltare personală

Răspundeți la următoarea întrebare în 1-2 propoziții:

- 5. Ce vei încerca să faci și mai bine data viitoare când vei avea parte de un cutremur?**
