

LUCRUL ÎN ECHIPĂ SUB PRESIUNE

Argument

Sportul poate fi un instrument puternic pentru dezvoltarea abilităților esențiale de viață la elevii de școală primară, în special în dezvoltarea abilităților de rezolvare a problemelor, promovând în același timp reziliența. Incorporarea sportului în lecții structurate creează un spațiu sigur și captivant în care elevii pot experimenta provocări și dezacorduri într-un mediu de susținere, învățând să le gestioneze cu respect și empatie. Activitățile axate pe munca în echipă și gândirea flexibilă le permit elevilor să exerseze gestionarea emoțiilor, luarea deciziilor corecte și sprijinirea reciprocă în momentele de presiune.

Lucrând în perechi sau în echipe mici în timpul jocurilor, copiii învață să comunice eficient, să asculte perspective diferite și să coopereze pentru atingerea unor obiective comune, chiar și atunci când situațiile devin dificile.

Disciplina

Sport

Clasa

4

Obiective

- ✓ Dezvoltarea abilităților de rezolvare a conflictelor și a problemelor într-un mediu sportiv.
- ✓ Construirea rezilienței prin gestionarea provocărilor din timpul competiției.
- ✓ Învățarea unor strategii de comunicare respectuoase.

Durata

2 ore (2x40 Minute)

Materiale necesare

- ✓ FIȘĂ DE LUCRU (una pentru fiecare elev)
- ✓ Conuri și echipament pentru provocări în echipă (de exemplu, curse de stafetă, trasul la sfoară, curse cu obstacole)
- ✓ Tablă albă și markere

Pregătire și implementare

- ✓ Multiplicați FIȘA DE LUCRU în număr egal cu elevii.
- ✓ Stabiliți cursuri provocatoare care necesită muncă în echipă și comunicare.
- ✓ Pregătiți scenariile pentru a simula conflicte minore (de exemplu, neînțelegeri privind regulile, faulturi accidentale).

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)

- Începeți cu o scurtă discuție:
 - „Ce ar trebui să facem când nu suntem de acord în timpul unui joc - de exemplu, cine a marcat sau cine a atins mingea ultimul?”
 - „În timpul unei inundații sau al unui incendiu de vegetație, oamenii nu sunt întotdeauna de acord asupra a ceea ce trebuie făcut mai întâi. Cum poate o comunicare respectuoasă să-i ajute pe toți să rămână în siguranță?”
- Explicați accentul de astăzi: folosirea sportului pentru a exersa rezolvarea conflictelor, lucrul în echipă și dezvoltarea rezilienței - la fel cum fac oamenii în situații de urgență.

2

PROVOCĂRI ÎN ECHIPĂ ȘI REZOLVARE DE PROBLEME (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
 - Împărțiți elevii în echipe echilibrate.
 - Atribuiți roluri prin rotație (lider de echipă = „coordonator de urgență”, încurajator = „susținător al comunității”, verificator de reguli = „monitor de siguranță”).
- Rotația jocurilor (25 de minute):
 - Fotbal modificat = „exercițiu de evacuare” (mutarea persoanelor/resurselor în siguranță).
 - Cursă de ștafetă cu strategie = „livrarea proviziilor” (necesită planificare).
 - Adăugați provocări ușoare pentru a stârni reflecția:
 - Egalitate = „două grupuri doresc aceeași resursă limitată - cum o împărțim în mod echitabil?”
 - O neînțelegere a regulilor = „o neînțelegere în timpul unei operațiuni de salvare”.
 - Încurajați:
 - Comunicarea respectuoasă.
 - Luarea deciziilor de grup atunci când apar conflicte.
 - Sprijinirea celorlalți în loc de criticarea lor.

3

ÎNTRAREA ÎN STAREA DE REPAUS (5 minute)

- Concentrarea pe respirație și relaxare
- „Care a fost o provocare cu care te-ai confruntat în joc și cum a rezolvat-o echipa ta - așa cum ar face o echipă de salvare în timpul unui cutremur sau al unei furtuni?”

A DOUA LECȚIE

4

INTRODUCERE ȘI RECAPITULARE (5 minute)

- Reflectă asupra lecției anterioare:
 - „Cum am gestionat conflictele în timpul jocurilor?”
 - „Când oamenii se confruntă cu incendii de vegetație, cutremure sau inundații, de ce este important respectul pentru a lucra împreună în condiții de stres?”

5

JOCURI ÎN ECHIPĂ: ÎMPĂRTĂȘIREA ROLULUI ȘI REZILIENȚĂ (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
 - Reorganizați echipele pentru a asigura o nouă dinamică de grup.
 - Atribuiți roluri legate de dezastre (lider = „planificator de salvare”, încurajator = „ajutor comunitar”, verificator de siguranță = „respectător al regulilor”).
- Rotația jocurilor (25 de minute):
 - Jucați jocuri cooperative care necesită strategie și luare rapidă a deciziilor în condiții de competiție ușoară (de exemplu, Capture the Flag, trecerea provocărilor).
 - Jocuri cooperative cu strategie:
 - Capture the Flag = „misiune de salvare” (recuperarea supraviețuitorilor sau a resurselor).
 - Depășirea provocărilor = „mutarea proviziilor în siguranță”.
 - Adăugați conflicte ușoare pentru a imita luarea deciziilor în situații de urgență:
 - „Două persoane au ajuns la steag/resursă în același timp — cum decidem în mod echitabil?”
 - „O schimbare bruscă de reguli = «furtuna tocmai s-a schimbat» - cum ne adaptăm?”
 - Subliniați:
 - Păstrarea calmului sub presiune.
 - Ascultarea și vorbirea cu respect.
 - Sprijinirea coechipierilor și a adversarilor.

6

REFLECȚIE ȘI DISCUȚIE (5 minute)

- Dați fișe de lucru elevilor.
- Adunați elevii pentru reflecție :
 - „Ce ai învățat despre rezolvarea problemelor sub presiune?”
 - „Cum ne pot ajuta aceste abilități nu doar în jocuri, ci și în provocări din viața reală, cum ar fi furtunile sau cutremurele?”
 - „Cum te-ai simțit când ai înfruntat provocările astăzi?”

EVALUARE

- Observați participarea, munca în echipă și rezolvarea respectuoasă a conflictelor în timpul activităților .
- Recapitulați reflecțiile scrise ale elevilor .

RECOMANDĂRI

1

Supervizați îndeaproape pentru a transforma conflictele în oportunități de învățare.

2

Folosiți cuvinte de încurajare pentru a celebra buna comunicare și munca în echipă.

3

Creați un tabel cu „Sfaturi pentru rezolvarea conflictelor” pentru sală.

4

Extindeți cu exemple din viața reală de sportivi care dau dovadă de reziliență și respect.

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: Rezolvarea conflictelor

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

1. Descrieți un conflict sau o provocare cu care s-a confruntat echipa dumneavoastră astăzi.

2. Ce ai făcut ca să o rezolvi?

Partea a 2-a: Consolidarea rezilienței

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

3. Care a fost cea mai dificilă parte a activității?

4. Ce te-a ajutat să rămâi pozitiv și să mergi mai departe?

Partea a 3-a: Reflecție personală

Răspundeți la următoarea întrebare în 1-2 propoziții:

- 5. Un lucru pe care mi-l voi aminti data viitoare când mă voi confrunta cu o provocare este**
