

## TOATĂ LUMEA POATE JUCA

### Argument

Sportul ar trebui să fie pentru toată lumea. Prin sprijinirea persoanelor cu abilități diverse, elevii învață empatia, răbdarea și leadershipul. Activitățile sportive incluzive ajută la construirea unei comunități puternice și suportive, unde fiecare persoană poate participa, crește și se poate bucura de a fi activă.

În această lecție, elevii vor experimenta activități sportive incluzive, vor exersa voluntariatul pentru a-i ajuta pe ceilalți și vor reflecta asupra modului în care pot contribui la transformarea sportului într-unul primitiv pentru toată lumea.

Exemplul propus este conceput pentru activități în clasă cu auto-reflecție.

### Disciplina

Sport

### Clasa

4

### Obiective

- ✓ Exersați abilități de voluntariat pentru a sprijini persoanele cu abilități diverse în situații dificile.
- ✓ Dezvoltați empatia și leadership-ul prin sporturi incluzive și activități legate de dezastre.
- ✓ Înțelegeți valoarea participării incluzive atât în sport, cât și în pregătirea comunității pentru dezastre.

### Durata

2 ore (2x40 Minute)

### Materiale necesare

- ✓ FIȘĂ DE LUCRU (una pentru fiecare elev)
- ✓ Conuri, mingi și echipament pentru activități sportive adaptate (de exemplu, goalball, volei așezat, curse de ștafetă cu modificări)
- ✓ Legături la ochi, mingi moi și cursuri simple cu obstacole

### Pregătire și implementare

- ✓ Multiplicați FIȘA DE LUCRU în număr egal cu elevii.
- ✓ Pregătiți jocuri adaptate care simulează dizabilități comune (de exemplu, deficiențe de vedere, mobilitate limitată).
- ✓ Explicați clar procedurile de siguranță și comunicarea respectuoasă.

## 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 discuție rapidă:
  - „De ce este important ca toată lumea să poată practica sport?”
  - „Cum îi putem ajuta pe ceilalți să se simtă incluși în timpul activităților?”
- Subliniați faptul că lecția de astăzi se va concentra pe *incluziune, empatie și sprijin*.

2

### ACTIVITĂȚI SPORTIVE INCLUSIVE (30 de minute)

- Configurare (5 minute):
  - Împărțiți elevii în perechi sau grupuri mici.
  - Atribuiți roluri: un elev = „voluntar/ajutor”, un elev = „participant la provocare adaptată” (de exemplu, legat la ochi, mișcare limitată a brațelor).
- Activități (25 de minute):
  - Jocuri sportive incluzive:
    - Ștafetă cu ochii legați: Un partener ghidează elevul legat la ochi printr-un traseu folosind instrucțiuni verbale.
    - Volei așezat: Toată lumea joacă așezată pentru a asigura corectitudinea și accesibilitatea.
    - Simulare Goalball: Folosind o minge moale cu un clopoțel sau indicii sonore, elevii încearcă să marcheze goluri în timp ce sunt legați la ochi, îndrumați de coechipieri.
  - Încurajați:
    - Instrucțiunile amabile și clare.
    - Efortul fiecărei persoane.
    - Rezolvarea problemelor în echipă atunci când apar provocări.

3

### INTRARE ÎN STAREA DE REPAUS (5 minute)

- Întindere ușoară
- Rezumați importanța răbdării, încurajării și corectitudinii.
  - „Cum te-ai simțit astăzi ajutând sau fiind ajutat de un partener?”

## ***A DOUA LECȚIE***

**4**

### **INTRODUCERE ȘI RECAPITULARE (5 minute)**

- Recenzie puncte cheie din sesiunea anterioară:
  - „Ce ai învățat ultima dată despre cum i-ai ajuta pe alții?”
  - „De ce este importantă incluziunea în sport și în viață?”

**5**

### **JOCURI INCLUSIVE CU ROTAȚIE DE ROLURI (30 de minute)**

- Configurare (5 minute):
  - Formați grupuri și rotiți rolurile de voluntari/ajutori pentru a vă asigura că toată lumea experimentează ambele perspective.
- Activități (25 de minute):
  - Continuați jocurile inclusive anterioare cu schimbări de roluri.
  - Elevii își creează propriul „mini-joc incluziv” și îl predau unui alt grup.
  - Se concentrează pe:
    - Răbdare și încurajare.
    - Conducere și comunicare clară.
    - Includerea tuturor și adaptarea jocurilor după cum este necesar.

**6**

### **REFLECȚIE ȘI DISCUȚIE (5 minute)**

- Dați fișe de lucru elevilor.
- Reflecție în grup:
  - „Cum ai dat dovadă de bunătate și răbdare astăzi?”
  - „Ce ai învățat despre cum să-i ajuți pe ceilalți în sport?”
  - „Cum putem face ca sportul să fie o experiență primitoare pentru toți cei din școala noastră?”

## EVALUARE

- Observați cum elevii își susțin și își încurajează colegii în timpul activităților.
- Recapitulați reflecțiile scrise ale elevilor.

## RECOMANDĂRI

1

Creați un poster „*Îi includem pe toți*” cu idei ale elevilor pentru a face sportul incluziv.

2

Încurajați elevii să împărtășească exemple de ajutorare și de ajutorare în alte domenii ale vieții școlare.

3

Folosiți cuvinte care demonstrează bunătatea, dar și leadership=ul.

4

Invitați un vorbitor extern sau un elev mai mare să împărtășească experiențe legate de sporturile incluzive, dacă este posibil.

## 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: Reflecție asupra voluntariatului**

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

**1. Ce ai făcut pentru a-ți ajuta partenerul în timpul activităților?**

---

---

**2. Cum a reacționat partenerul tău?**

---

---

### **Partea a 2-a: Reflecție asupra sportului incluziv**

Răspundeți la următoarele întrebări în 1-2 propoziții fiecare:

**1. Ce a fost dificil la a juca o versiune adaptată a unui joc?**

---

---

**2. Cum și-a arătat echipa voastră sprijinul reciproc?**

---

---

### **Partea 3: Dezvoltare personală**

Răspundeți la următoarea întrebare în 1-2 propoziții:

**1. Un lucru pe care îl voi face pentru a face sportul mai incluziv este**

---

---