UNITED WE PLAY, UNITED WE WIN:
DEVELOPING SOCIAL SKILLS AND INCLUSIVE EDUCATION THROUGH SPORT AND OUTDOOR ACTIVITIES

strategic partnership for school education – KA2 2015 - 2017

GHID DIGITAL AL PROFESORULUI

DE ABORDARE PRACTICĂ ȘI AL INSTRUMENTELOR PENTRU PREDAREA ȘI FORMAREA COMPETENȚELOR SOCIALE ȘI EDUCAȚIEI INCLUSIVE PRIN SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER





https://twinspace.etwinning.net/11187/home

CONTENTS / CONTENUTO / CONTENIDO / EFNI / TURINYS / CUPRINS / СЪДЪРЖАНИЕ / IÇERIK



SPORTS AND OUTDOOR ACTIVITIES FOR A BETTER WORLD



SPORT E ATTIVITÀ ALL'APERTO PER UN MONDO MIGLIORE



DAHA İYİ BİR DÜNYA İÇİN SPOR VE AÇIK HAVA ETKNİLİKLERİ



СПОРТ И ДЕЙНОСТИ НА ОТКРИТО ЗА ПО-ДОБРО СВЯТ



SPORT ŞI ACTIVITĂŢI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ



ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y EXTERIORES PARA UN MUNDO MEJOR



ÍÞRÓTTIR OG ÚTIVIST FYRIR BETRI HEIM



SPORTAS IR UŽSIĖMIMAI LAUKE KURIANT GERESNĮ PASAULĮ

https://twinspace.etwinning.net/11187/home



strategic partnership for school education 2015 - 2017



Erasmus+

UNITED WE PLAY WE WIN

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

Countries, Schools and Coordinators involved in the Project Erasmus+ KA2:

"United we play, United we win: Developing Social Skills and Inclusive Education through Sport and Outdoor Activities"

Project number: 2015-1-IT02-KA219-014752_1

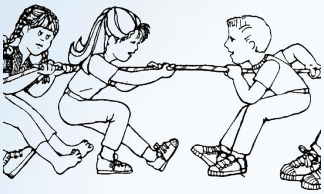
Position	Name	Surname	School/ Country
Main Coordinator	*Anna Rita*	*Farina*	Istituto Comprensivo Monte Rosello Basso, Sassari, Italy
Coordinator	*Mehmet*	*Durmus*	Cakilli Sehit Kasim Poyraz Ortaokulu, Neshvir, Turkey
Coordinator	*Krasimira*	*Ivanova*	Secondary school"Kostantin Velichkov" Plovodiv, Bulgaria
Coordinator	*Dan*	*Popescu*	Scoala Gimnaziala Magura, Buzau, Romania
Coordinator	*Maria Teresa*	*Villanueva*	Institut Bernat el Ferrer, Molins de Rei, Spain
Coordinator	*Gudridur*	*Sigurdardottir*	Glerárskóli, Akureyri, Iceland
Coordinator	*Vaida*	*Sarkauskiene*	Katyciai Basic School of Silute Region, Lithuania


Erasmus +
Coordinators
ERASMUS+
UNITED WE PLAY
UNITED WE WIN
2015-2017
Katyčiai
Akureyri
Măgura
Molins De Rei
Plovdiv
Sassari
Nevşehir

CUPRINS



INTRODUCERE. DESCRIEREA PROIECTULUI. 7



PARTEA I: JOCURI LOCALE TRADITIONALE SI ÎN AER LIBER ACTIVITĂȚI PRACTICE ÎN BULGARIA, ISLANDA, ITALIA, LITUANIA, ROMÂNIA, SPANIA, TURCIA. 13



PARTEA A DOUA: ABORDĂRI PRACTICE ȘI INSTRUMENTE PENTRU PREDAREA ȘI FORMAREA COMPETENȚELOR SOCIALE ȘI INCLUSIVE
EDUCAȚIE PRIN ACTIVITĂȚI DE SPORT ȘI ÎN AER LIBER. 57



MATERIALE DEZVOLTATE ȘI UTILIZATE ÎN TIMPUL PROIECTULUI. 110

U N I T E D

Erasmus+ 2015 -2017 Strategic Partnerships for school education
KA2 – Cooperation and Innovation for Good Practices

WE PLAY

DEVELOPING SOCIAL SKILLS AND INCLUSIVE EDUCATION THROUGH SPORT AND OUTDOOR ACTIVITIES

WE WIN



https://twinspace.etwinning.net/11187/home

INTRODUCERE

Prezentul ghid prezintă rezultatele intelectuale ale proiectului Erasmus + "United we play, united we win: developing social skills and inclusive education through sport and outdoor activities" în domeniul parteneriatului strategic dintre școli.

A fost dezvoltat ca rezultat al unei colaborări de doi ani între șapte școli din Bulgaria, Islanda, Italia, Lituania, România, Spania, Turcia.

ATENȚIUNE!!!

Conținutul și managementul acestei cărți electronice sunt în responsabilitatea școlilor partenere care cooperează în acest proiect, prin conducerea Istituto Comprensivo Monte Rosello Basso, care este partenerul coordonator al proiectului. Acest proiect este finanțat prin programul Erasmus + al Uniunii Europene. Cu toate acestea, Comisia Europeană și Agențiile Naționale nu pot fi trase la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în acestea.

Am realizat, ca profesori experimentați, că elevii cu vârste cuprinse între 10 și 14 ani, grupul țintă, devin mai puțin interesați să studieze și să învețe. Ea poate depinde de: vârsta, ei cresc și au multe schimbări în corpul lor; pe caracterul static și impersonal al învățăturii care îi distruge motivația și nu mai mult în funcție de nevoile individuale, de lipsa unei atmosfere pașnice și relaxate acasă. Consecințele acestei primejdie vor conduce, mai presus de toate, pe cursanții dezavantajați, cu orice motivație de stimulare pentru a continua studiul, învățarea, eșecul, predarea și părăsirea școlii înainte de a-și termina studiile.

După analizarea acestei situații, am ajuns la o decizie, pentru a face mai puțin severă această perioadă delicată a vieții noastre, noi, ca profesori, educatori și pedagogi, le oferim, folosind metode centrate pe elev și orientate pe sarcini, o atmosferă pozitivă și confidentă la școală, acasă și peste tot prin activități sportive și în aer liber.

Prin acest proiect ne străduim să ne alăturăm școlilor, elevilor, să învățăm un stil de viață mai sănătos, să dezvoltăm abilități sociale, să ne îmbunătățim





















limbile străine și competențele TIC, includ elevii cu nevoi educaționale speciale, care împiedică părăsirea timpurie a școlii printr-un mediu educațional mai atractiv și care sprijină studiul și învățarea prin bucurie.

Printre cele mai importante probleme cu care se confruntă toți profesorii în practica lor este motivația studenților și caracterul impersonal al cunoașterii, care este static și nu este în conformitate cu caracteristicile și nevoile individuale ale fiecărui elev. O altă problemă majoră este că sistemele educaționale sunt prea conservatoare și se află în spatele nevoilor reale ale tinerilor care termină școala. Făcând primii pași ca adulți independenți, aceștia trebuie să dețină abilități și abilități sociale, care nu au fost sau nu au fost suficient instruiți la școală. Educația civilă și dezvoltarea personală sunt deseori subestimate și nu fac obiectul curriculei sau sunt considerate ca beneficii suplimentare ale educației. În plus, un număr semnificativ de absolvenți de școală nu au o idee clară despre calitățile lor personale - punctele forte și punctele slabe, interesele și planurile de dezvoltare viitoare.

Produsul Intelectual al proiectului este conceput pentru a oferi un ajutor practic profesorilor și elevilor pentru a rezolva unele dintre problemele din sistemele educaționale.

Profesorii sunt sprijiniți: să ofere un mediu educațional mai prietenos și flexibil, în conformitate cu nevoile individuale ale fiecărui elev; în prevenirea elevilor expuși riscului de părăsire timpurie a școlii; să facă cunoașterea și învățarea mai accesibile și mai ușor de înțeles prin abordări inovatoare de predare, care ar putea fi utilizate în continuare în alte contexte educaționale; în trecerea accentului funcțiilor lor educaționale de la predarea pură a cunoașterii la o atitudine mai complexă față de dezvoltarea personală generală a copiilor și a tinerilor.

Elevii sunt învățați și instruiți să: adopte un stil de viață sănătos, să comunice, să exprime și să justifice opiniile, să discute și să negocieze;





















să facă alegeri și decizii, să stabilească obiective; acționează ca parte a unei echipe pentru atingerea obiectivelor comune; să accepte și să sprijine membrii mai slabi ai societății; se opun influențelor negative; să își extindă cunoștințele generale; să construiască toleranță și înțelegere între culturi; să adopte o atitudine pozitivă și activă față de școală și societate.

Ghidul cuprinde două părți:

1. Jocuri și activități în aer liber

Această parte conține descrieri, reguli și instrucțiuni clare din 21 de jocuri locale populare și activități în aer liber însoțite de album foto. Acestea pot fi practicate în mod liber și ușor, fără echipamente complexe costisitoare, la orele de educație fizică care le integrează în planuri de învățământ, planuri anuale, planuri de lecții, ca activități extrașcolare în cluburi, zile sportive școlare, evenimente sportive și competiții. Ele pot fi, de asemenea, practicate în situații informale de către grupuri de studenți și tineri, studenți și familiile și rudele acestora, comunitățile locale în timp liber, în concediu. Jocurile și activitățile în aer liber îi ajută pe elevi să se intereseze de activitățile fizice, să adopte o sănătate. stiluri de viata, imbunatatirea abilitatilor lor de comunicare si sociale, dezvoltarea increderii si a sentimentului de sine.

2. Abordări pedagogice practice și instrumente pentru predarea și formarea competențelor sociale și a educației incluzive

Partea a doua unește metodele teoretice și descrierile practice pas cu pas ale abordărilor și instrumentelor pedagogice aplicate pentru atingerea a șapte aspecte majore ale competențelor sociale și ale educației civile predate și instruite prin activități sportive și în aer liber dezvoltate de diverși parteneri de proiect:

- *Bulgaria - SOA pentru abilități de team building și leadership.*
- *Islanda - SOA împotriva agresivității, violenței și comportamentului deviant.*
- *Italia - SOA pentru educație incluzivă.*
- *Lituania - SOA pentru recunoașterea comunităților locale prin sport.*
- *România - SOA pentru promovarea educației pentru sănătate.*
- *Spania - SOA pentru construirea toleranței.*
- *Turcia - SOA pentru promovarea educației de la egal la egal.*
- ***SOA = activități sportive și în aer liber pentru o lume mai bună.***













PARTEA ÎNTÂI

JOCURI LOCALE TRADITIONALE ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER ÎN BULGARIA, ISLANDA, ITALIA, LITUANIA, ROMÂNIA, SPANIA ȘI TURCIA.

JOCURI LOCALE ITALIENEȘTI . 12

JOCURI LOCALE TURCEȘTI . 15

JOCURI LOCALE BULGĂREȘTI. 18

JOCURI LOCALE ROMÂNEȘTI. 21

JOCURI LOCALE SPANIOLE . 24

JOCURI LOCALE ISLANDEZE . 27

JOCURI LOCALE LITUANINE . 30







TURUL ITALIEI

- **Numărul de participanți:** unul sau mai mulți jucători.
- **Echipamente necesare:** un capac de sticlă zdrobit (fiecare jucător are propriul său capac).
- **Scurta descriere a jocului:** Joc redescoperit datorita domnului Sergio Masia (bunicul lui Giulia Masia, clasa 4A), domnului Franco Sotgiu (bunicul lui Davide Sotgiu, clasa 4A) si doamna Speranza Marcellino (bunica lui Alessio Sotgiu, clasa 4A) : 1A). Se poate juca atât în interior, cât și în aer liber. Luați o bucată de cretă (sau orice alt material similar) și trageți o linie curbată pe podea. Acesta va fi traseul pe care trebuie să-l acopere capacul flaconului. Marcați începutul căii cu "S" pentru "Start" și sfârșitul cu "E" pentru "End" pentru a indica începutul și sfârșitul pistei.

- Reguli: jucătorii trebuie să decidă cine trebuie să înceapă mai întâi. Pentru a face acest lucru, toți formează un cerc și fiecare jucător închide o mână pentru a face un pumn. Apoi, toți numără la trei și își deschid pumnii pentru a afișa un număr cu degetele mâinii (de la 1 la 5). Numerele afișate de fiecare jucător din cerc sunt adăugate pentru a face o sumă. Un jucător începe să conteze într-un cerc, începând de la el și continuând până când ajunge la partenerul care corespunde sumei date.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- El va fi cel care începe să joace. Ceilalți jucători stau într-un singur loc în urma lui, urmând o ordine numerică (începând cu jucătorul care a primit cele mai apropiate numere la sumă). Acum jocul poate începe. Primul jucător pune capul de sticlă împușcat pe "S", care marchează linia de start.
- Apoi, el îngenunchează și încearcă să împingă capacul înainte folosind doar degetul mare și degetul arătător. Capul trebuie să rămână pe traseul tras, în caz contrar rândul jucătorului se termină și un alt jucător își va lua șansa. Jocul merge în acest fel până când unul dintre participanți reușește să-și mute capul înainte corect și să ajungă la linia de finiș.
- **Abilități fizice și sociale antrenate:** abilități motorii fine, coordonare motorie, abilitatea de a se concentra pe o sarcină, de a gestiona secvențe numerice și de timp (dobândirea acestor abilități fizice și cognitive poate fi pregătitoare pentru achiziționarea de diverse discipline, cum ar fi istoria, geografia, Tehnologie și așa mai departe), ascultarea și cooperarea cu ceilalți, echanimitatea și auto-controlul, luarea deciziilor, gândirea creativă / laterală.









CELE ȘAPTE PIETRE

- **Numărul de participanți:** cu cât participanții participă mai mult la joc, cu atât mai bine. Acestea sunt împărțite în două echipe opuse, care trebuie să fie echilibrate în ceea ce privește numărul de jucători.
- **Echipamente necesare:** o minge de dimensiuni medii și șapte pietre plate de diferite dimensiuni, care vor fi plasate una peste alta pentru a forma un fel de piramidă. Piatra mai mare ar trebui să aibă un diametru de aproximativ 10 cm, în timp ce celelalte pietre ar trebui să fie proporțional mai mici pentru a forma piramida.
- **Scurtă descriere a jocului:** joc redescoperit datorita doamnei Marilù Lombardi (mama lui Viviana si a lui Giada Porcu, care a participat, respectiv, la clasa a III-a a liceului si a clasei A a scolii primare).
- Pietrele sunt folosite pentru a construi un fel de piramidă. Echipele sunt numite, respectiv, echipele A și B. Jucătorii echipei B stau în spatele piramidei, în timp ce echipa A ține mingea și se află la câțiva metri distanță de piramida.
- **Reguli**: Fiecare echipă are un lider de echipă care va decide cine începe primul. Pentru a face acest lucru, ei vor juca fie un joc de noroc în care se pariază pe un număr impar sau par, fie capete sau cozi arunca o monedă.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Să presupunem că echipa A câștigă și începe mai întâi. Jucătorii echipei B vor trebui să se așeze în spatele piramidei, în timp ce adversarii (echipa A) se vor întoarce să arunce mingea spre piramida cu scopul de ao demola. Dacă reușesc să scadă, vor trebui să fugă rapid de la jucătorii echipei B, care acum pot încerca să-i prindă. Acum că piramida a fost demolată, echipa B are dreptul să țină mingea și să se rotească într-o aruncare (un jucător la un moment dat), încercând să-i lovească adversarul, care devine prizonierii lor când este lovit. În timp ce încearcă să evite aruncările echipei B, jucătorii echipei A trebuie să încerce să reconstruiască piramida și să-i elibereze pe colegii lor care au fost capturați, atingându-i cu mâinile. Echipa B va încerca să evite eliberarea ostaticilor lor și va împiedica reconstrucția piramidei. Jocul se încheie fie când toți jucătorii adversari sunt luați ostatici (echipa B este câștigătoarea), fie când piramida a fost reconstruită (echipa A este câștigătoarea). Câștigătorul primește mingea și poate începe jocul din nou prin aruncarea mingii.
- **Abilități fizice și sociale antrenate:** reflexe rapide, concentrare, atenție comună / comună, interacțiune non-verbală, imitație, conceptul de măsură și apropierea, organizarea, gestionarea timpului, secvența de proceduri care trebuie efectuate, recunoașterea și gestionarea emoțiilor, empatia, luarea deciziilor, rezolvarea problemelor, gândirea critică, negocierea, persuasiunea și influențarea, schimb de roluri.









"Cele patru colțuri" (ALE UNEI INTEGRAME)

- **Număr de participanți:** 5 jucători.
- **Echipamente necesare:** ochelari de soare și o cretă.
- **Scurtă descriere a jocului:** joc redescoperit datorită doamnei Giovanna Atzori (străbunică a lui Anna Salis, care în prezent participă la clasa I a liceului).
- Se poate juca atât în interior (în spațiu spațios) cât și în aer liber. Redarea în aer liber este totuși recomandată. Patru jucători se plasează pe cele patru colțuri ale unui pătrat imaginar mare (în interior) sau pe cele patru colțuri ale unei intersecții (acest joc a fost folosit în vechea parte a orașului Sassari, unde diferite benzi se traversează reciproc, formând numeroase intersecții).
- Folosind creta, jucătorii trasează un cerc pe pământ, în pătratul imaginar. Cel de-al cincilea jucător blindat se plasează în mijlocul cercului.
- **Reguli**: Jucătorul "orb" are numărul de 15 și oferă timp altor jucători să găsească un loc ascuns. Când ajunge la 15 ani, el scoate bucata de țesătură folosită pentru a-și acoperi ochii și strigă "Cele patru colțuri" pentru ai avertiza pe colegii săi că începe să-i caute.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Jucătorii ascunși trebuie să încerce să-și recâștige poziția inițială (pe colțul imaginii) fără a fi prinși de cel de-al cincilea jucător, care urmărește și încearcă să-i captureze (cu o atingere a mâinii).

- Primul care a fost prins înainte de a reuși să se întoarcă în poziția sa inițială, va juca rolul jucătorului "orb" în picioare în mijlocul jocului.

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** conducător de joc, orientare spațiu-timp, atenție distributivă, managementul stresului, concentrare, planificare, organizare, autonomie, gestionarea emoțiilor, autocontrol, luarea deciziilor, rezolvarea problemelor, conștiența de sine.









STOP

- **Număr de participanți:** 4-20 jucători**.**
- **Echipamente necesare:** o minge (preferabil de volei).
- **Scurta descriere a jocului:** Jucatorii sunt aranjati in forma unui cerc. "El" stă în mijlocul cercului, aruncă mingea și numește unul dintre numele jucătorilor.
- Cel care are numele de "el" încearcă să țină mingea. Dacă noul "prinde" mingea înainte să cadă, el numește un nou nume.
- Dacă el / ea nu poate prinde mingea, el / ea ia mingea de la sol și în același timp spune "STOP".
- ntre timp ceilalți jucători încearcă să alerge cât de mult pot. "Încearcă să lovească unul dintre jucători (mai ales cel mai apropiat). Dacă "nu" nu reușește să lovească pe nimeni, rolurile nu se schimbă. Dacă "el" lovește pe cineva, cel care este lovit devine noul "el".

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli:** Toți jucătorii trebuie să înceteze să fugă de îndată ce au auzit că au spus "STOP". Ei nu trebuie să se miște până când "aruncă" mingea și încearcă să lovească un jucător. Dacă un jucător încalcă aceste reguli, acesta devine noul "el".

- **Abilități fizice și sociale formate:** Jucătorii vor putea să își mărească nivelul în a deveni mai atenți, concentrați, motivați și activi fizic. Jucătorii își vor putea crește capacitatea de a dezvolta o strategie.









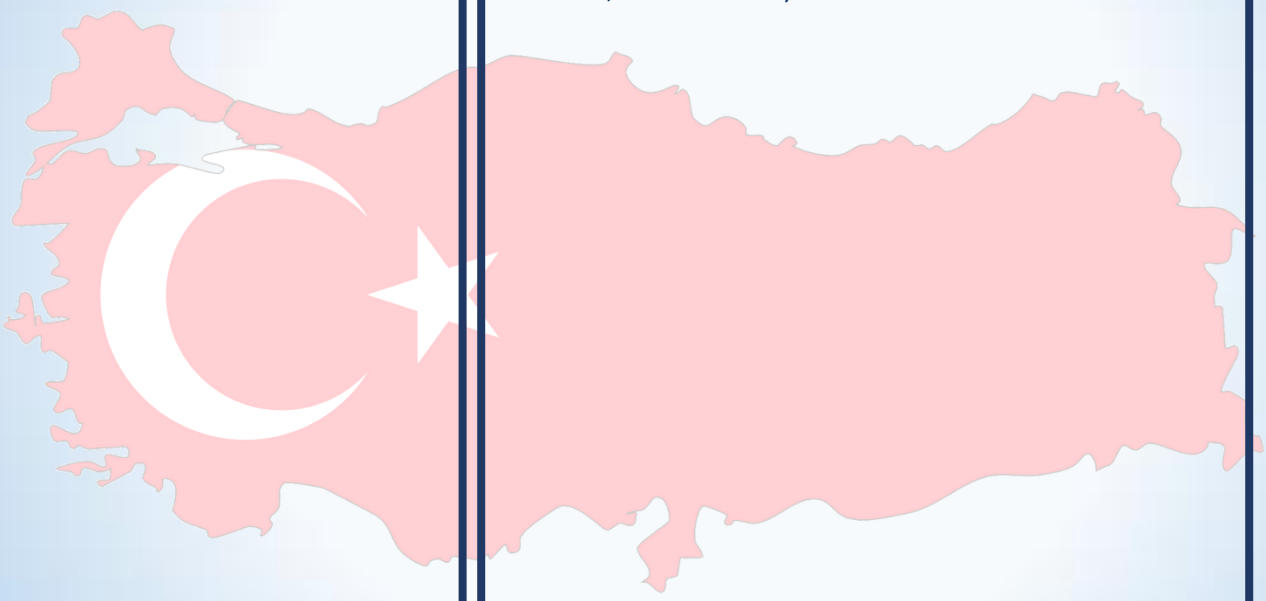
5 PASE

- **Numărul de participanți:** 5-15 jucători.
- **Echipamente necesare:** o minge (preferabil de volei).
- **Scurtă descriere a jocului:** Jucătorii fac un cerc. Unul dintre jucători începe jocul făcând o trecere la orice alt jucător și spune "unu" cu voce tare.
- Această trecere continuă până când al cincilea jucători obține balonul. Fiind a cincea înseamnă a deveni un shooter. Acest jucător deține mingea și încearcă să lovească un jucător.
- În acel moment, alți jucători încep să fugă. Dacă shooter-ul reușește să lovească un jucător, acel jucător iese din joc. În cazul în care shooter-ul nu reușește, el devine cel care iese din joc. Jocul continuă până când sunt doar ultimii doi jucători, și cei doi sunt câștigătorii jocului.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli:** Shooterul nu trebuie să fie obsedat de lovirea aceleiași persoane, ci să aleagă pe cineva care să fie lovit la întâmplare.

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** elevii vor putea să își mărească nivelul de a deveni mai atenți, mai activi și mai activi.











RESURSA DE APĂ

- **Număr de participanți**: 8-15 jucători.
- **Echipament necesar:** ochelari, o sticlă pentru pulverizare.
- **Scurta descriere a jocului:** Fiecare jucator are rolul unui animal. De exemplu, jucătorii devin antilope care caută o băltoacă pentru a bea apă. Și un jucător devine un animal prădător (ca un leu de munte).
- Acest jucător se află într-un cerc din pahare pline cu apă. El este legat la ochi și ține flaconul cu pulverizator de apă.
- Antilopele se apropie una câte una pentru a-și lua apa. Fiecare dintre ei încearcă să facă un pahar de apă și să se întoarcă în locurile lor. Leul nu le poate vedea, ci acționează în funcție de ce aude. Dacă simte că se apropie o antilopă, el stropeste cu apă. Jocul se termină atunci când toate antelopele se udă sau iau paharele de apă.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli**: Dacă o antilopă se udă, înseamnă că este în afara jocului.

- **Abilități fizice și sociale formate**: jucătorii vor putea să-și mărească nivelul de a deveni mai atenți, concentrați, concentrați și motivați.
- Jucătorii vor putea să comunice fără a face zgomote.
- Jucătorii vor putea să își asume riscuri.
- Jucătorii vor dezvolta conștientizarea celorlalte simțuri.









SĂRITURI ÎN SAC

- **Numărul de participanți:** 6 - 20 sau mai mult / număr par.
- **Echipamente necesare:** 4 sau mai multe saci mari / numar par / facute din material rezistent, nu alunecos; 6/8 conuri.
- **Scurtă descriere a jocului:** Se poate juca în afara sau în interior. Participanții la numărul egal sunt împărțiți în două echipe. Conurile sunt plasate în două linii paralele, cu spațiu suficient între ele.
- Jucători din cele două echipe trebuie să sară cu picioarele într-un sac până la sfârșitul cursului și înapoi.

- **Reguli**: Prima pereche de jucători din echipele adverse începe jocul. Fiecare jucător ține sacul cu mâinile la talie și sărind de-a lungul cursului care se mișcă zig-zag între conuri în linia sa. După ultimul con în rândul participanților, faceți o întoarcere și faceți saltul înapoi. Trebuie să se miște cât mai repede posibil, fără a lăsa sacii sau a evita mișcările zig-zag. Dacă o fac, primesc pedeapsa.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Dacă o echipă primește 3 penalități, ei pierd jocul indiferent cât de rapizi sunt. Când jucătorul se întoarce la începutul cursului, trebuie să atingă următorul jucător din echipa care începe sărind de-a lungul cursului. Dacă nu există un sac pentru fiecare jucător, aceștia sunt înmânate de cei care au terminat cursul celor care intră. Câștigătorul este echipa ale cărei jucători au terminat primii, dar au și cele mai puține sancțiuni. Jocul ar putea fi, de asemenea, jucat fără obstacole pe parcurs. În antichitate erau folosite pietre sau trunchiuri în loc de conuri.

- **Competențe fizice și sociale antrenate:** participanții câștigă viteză, agilitate, o bună coordonare. Ele îmbunătățesc, de asemenea, tenacitatea, echilibrul, forța. Unul dintre cele mai mari avantaje ale jocului este că oamenii de toate vârstele ar putea avea succes - uneori copiii mai mici sunt mai buni decât adulții. Spiritul de echipă, colaborarea, jocul echitabil și competitivitatea sunt cele mai importante abilități sociale instruite.









ARUNC BATISTA

- **Numărul de participanți:** 6 - 20 sau mai mult.
- **Echipament necesar:** 1 batistă.
- **Scurtă descriere a jocului:** Se poate juca în interior sau în afara în funcție de vreme.
- Participanții formează un cerc și stau sau stau jos pe teren. Unul dintre ei este în afara cercului care se mișcă repede în jurul lui. El agită o batistă. Toți participanții cântă în rimă: "Las batista, câinele o trage, câinele mă urmărește pentru un kilogram de dulciuri".

- **Rules**: The player who is going around the circle has to drop the hankie secretly behind someone's back. He / She tries to do it without being noticed and can make false movements as if dropping the hankie. The other players chant and often turn back to see if the hankie is behind them. After dropping the hankie, the standing player starts running.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Jucătorul din al cărui spate este batista trebuie să-l afle, să o ia și să înceapă să-l alunge pe primul jucător. Ambii jucători concurează pentru spațiul gol din cerc. Cine vine mai întâi în scaun și ia locul în cerc.

- Celălalt jucător ia batista și jocul începe din nou. Jocul poate fi oprit în orice moment. Câștigătorul este jucătorul care a ocupat un loc în cerc de mai multe ori decât ceilalți.

- **Competențe fizice și sociale antrenate:** Jocul este amuzant și face oamenii să socializeze. Participanții dezvoltă rapiditatea fizică, reacțiile rapide, concurența.

- De asemenea, ajută la îmbunătățirea abilităților de observare și la capacitatea de a trage concluzii bazate pe comportamentul uman.









Deschideți porțile

- **Numărul de participanți:** 8 - 20 sau mai mult, cu atât mai mulți, cu atât mai mare distracția.
- **Echipamente necesare:** nici unul.
- **Scurta descriere a jocului:** Doi participanti sunt "generali". Fiecare dintre ele alege o parolă, de exemplu "un măr" și "o pere". Ele stau opuse unii de alții, își ridică brațele, își pun palmele între ele și formează "o poartă".
- Toți ceilalți participanți se mișcă într-un cerc și trec prin "poartă" pentru a fi împărțiți în două armate. Ei nu știu cine reprezintă parolele.
- Toți jucătorii împreună cântă rima: "Hei, portarul, deschide porțile, ca să treacă împăratul; o lingurita, un castron, o cratita, un capac, o farfurie ". La cuvântul "acoperă" cei doi generali își pun brațele în jos și "închid poarta".

- **Reguli::** Participantul care este prins între armele generalului este informat în secret despre cele două parole și alege una dintre ele. El / ea merge în spatele generalului a cărui parolă a ales-o. Apoi, același lucru se repetă până când ultimul jucător este prins în "poartă", iar în spatele fiecărui general se formează două armate.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli** Partea cea mai interesantă este atunci când cele două armate trebuie să-și încerce forțele. Ele stau în două coloane, fiecare jucător îl prinde pe cel din fața lui de talie cu brațele.

- Generalii din fața fiecărei armate încep să se târî unul pe celălalt în direcție opusă. Câștigătorul este armata care reușește să tragă cealaltă armată de partea lor.

- **Competențe fizice și sociale antrenate:** Jocul este amuzant pentru a fi jucat cu o mulțime de oameni. Stimulează oamenii să se distreze prin mișcare și să socializeze.

- Îmbunătățește coordonarea, echilibrul, forța fizică. Cele mai importante abilități sociale dezvoltate sunt spiritul de echipă - participanții sunt legați literalmente unul de altul, cooperare, încredere reciprocă și sprijin.









BUNCHETELE

- **Numărul de participanți:** 10 sau mai mulți.
- **Echipamente necesare:** fără echipament.
- **Scurtă descriere a jocului:** Ciorchinii reprezintă grupuri de copii care trebuie să fie formate și rupte repede. La început este numit un lider, el sau ea va fi responsabil de propunerea numărului de indivizi pentru a forma un grup. Acestea pot fi oricare de la unu la cinci. Votatorul trebuie să alterneze numerele par și impare când le strigă.
- Dacă, de exemplu, copilul spune "trei", participanții se grupează în trei membri cât mai repede posibil. Cei care gresesc numarul si se grupează in doua sau patru sunt iesiti pentru urmatoarele runde. Jocul continuă până când nimeni nu se grupează greșit pentru a treia oară consecutiv.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli** Elevii trebuie să respecte indicațiile conducătorului și să se miște rapid în consecință. Când se formează toate grupurile, nimănui nu i se permite să-și schimbe poziția până când se aude următoarea comandă.

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** abilitățile solicitate sunt legate de viteza de reacție, de concentrare, de flexibilitate și de o bună coordonare a mișcărilor, dacă ne referim la aspectul fizic. În ceea ce privește abilitățile sociale, acestea se referă la cooperare.

- Beneficii- bucurie, a face prieteni și a se distra, pe lângă dezvoltarea capacității de interacțiune și a spiritului fair play.









ÎNGHEAŢĂ (LEAPȘA)

- **Numărul de participanți:** 10 sau mai mulți.
- **Echipamente necesare:** fără echipament.
- **Scurtă descriere a jocului:** Jucătorii delimitează un spațiu de joc a cărui mărime este aleasă în funcție de numărul participanților. Este de preferat ca terenul să fie acoperit de iarbă, deoarece se pot întâmpla căderi periculoase. Pentru început, unul dintre jucători va fi "congelatorul", ceilalți cunoscând acest lucru.
- Deci, congelatorul aleargă după ceilalți pentru a-i atinge. Când un băiat sau o fată este atins ușor pe spate sau pe umăr, de preferință, ei vor rămâne nemișcați sau "înghețați". Jocul continuă până când ultimul copil este atins și el sau ea va deveni congelatorul. Desigur, este posibil ca ultimul alergător să nu se atingă suficient de mult pentru ca urmăritorul să renunțe, caz în care el sau ea este înlăturată.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli:** Persoanele care au fost atinse trebuie să rămână în această poziție până când jocul este lansat din nou, fie prin înghețarea ultimului alergător, fie prin numirea unui alt congelator.

- dacă ultimul a fost eliminat din joc, fără a putea atinge adversarul, nu sunt permise blocări sau alte tipuri de respingere. Dacă se întâmplă acest lucru, jucătorul responsabil este eliminat.
- **Abilitati fizice si sociale pregatite:** elevii isi antreneaza abilitati cum ar fi: alergarea rapida pe distante scurte, coordonarea miscarilor, orientarea, luarea deciziilor, competitivitatea, determinarea, rezilienta, fairplay-ul si răbdarea.









PRINDE ȘI DĂ MAI DEPARTE

- **Numărul de participanți:** 10 sau mai mulți.
- **Echipamente necesare:** mingi de handbal.
- **Scurta descriere a jocului:** Elevii sunt răspândiți pe terenul de joc la întâmplare. Distanța până la cea mai apropiată navă nu trebuie să depășească zece metri. În funcție de numărul jucătorului, sunt disponibile una, două sau trei bile. Un lider este numit și acest elev poate începe și opri jocul la voința sa. Când el sau ea strigă "începe", mingiile sunt pasate și când strigă “stop", jucătorii încetă să arunce mingiile.
- Acei elevi care nu reușesc să prindă mingea sunt în afara jocului. Jocul este întrerupt atunci când liderul spune așa și este repornit în mod neașteptat. Va fi terminat atunci când grupul rămâne în activitate poate ține mingea (ile) în aer pentru suficient timp pentru ca liderul să decidă sfârșitul.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli:** elevii trebuie să paseze mingea la nivelul pieptului și la o viteză convenabilă, astfel încât să nu fie la îndemână și să poată fi prinsă.

- De asemenea, un elev nu poate primi două mingii în același timp. În acest caz, cel de-al doilea participant trebuie să părăsească jocul. În cele din urmă, același lucru pentru cel care a primit o minge nu o poate returna băiatului sau fetei care ia dat-o.

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** acestea sunt de coordonare motorie, capacitatea de manipulare a mingii, reacția, atenția distributivă, integrarea în grup, cooperarea, luarea deciziilor sau jocul corect.









LANSAREA DE ESPADRILE

- **Numărul de participanți:** 2 - 10 sau mai mult.
- **Echipamente necesare:** Un espadril sau pantof .
- **Scurta descriere a jocului:** Aruncarea pantofului este un joc antic în aer liber jucat în nord-estul Spaniei. Obiectiv: Aruncarea pantofului pe cât de departe posibil.
- **Rules**: They mark a line on the ground from where it will be the launching. Everyone gets in a line on the row with shoe in hand. The game consists of throwing the shoe forward as far as possible. The shoe must be launched between the legs and over the back. Whoever throws shoe farthermost wins the game. It can also be played between two teams.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** Abilități de coordonare vizuală și motorie, conștientizarea funcțiilor părților corpului, forță fizică, echilibru, concentrare, control fizic, flexibilitate, bine organizate, concepte de proximitate și spațiu, cooperare între membri, interacțiune socială,









CASTROANE CATALANE

- **Numărul de participanți:** 2 sau mai mulți.
- **Echipament necesar:** Șase boluri mari și trei boluri mici.
- **Scurta descriere a jocului:** Catalan Bowls este un joc antic in aer liber jucat in Catalonia - Spania. Obiectiv: Obiectivul principal este de a face bowling, doborâți cinci din cele șase boluri.
- **Reguli:** Jocul este format din 9 runde per jucător împărțite în trei runde de trei runde. Fiecare pitch poate arunca 3 boluri mici. Bowlingul va fi plantat în două rânduri de câte trei coloane care le-au separat, având în vedere că bolțul mic ar trebui să poată trece prin cel mai mare, fără a le atinge.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli** Distanța de aruncare este de 11,5 pentru bărbați și de 9,5 metri pentru femei mai mari de 15 ani. Copiii o pot face mai aproape, în funcție de puterea lor.

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** integrarea abilităților de coordonare vizuală și motorică, concentrarea, echilibrul, forța fizică și controlul, direcționarea unui obiect, ajustarea forței, calculul, luarea deciziilor, adecvarea observațională, crearea de tactici în funcție de jocul în desfășurare, , răbdarea în așteptarea turnului, respectarea rivalilor, jocul corect.









BUCK BUCK

- **Numărul de participanți:** Două grupuri cu același număr de membri.
- **Echipament necesar**: Nu.
- **Scurta descriere a jocului**: Buck buck este un joc in aer liber jucat in Spania cu nume diferite: in Catalonia - "Cavallfort", in Cantabria - "Garbancito va", in Castilla - "Pico, zorro, zaina" Ovo, pico, araña”.

- **Reguli:** Jucătorii echipei care sunt plasați într-un rând, primul (numit mamă) sprijinit în spatele unui perete, ceilalți ghemuindu-se cu capul între picioarele următorului jucător, formând un fel de barieră alungită.

- Jucătorii echipei adverse sar unul câte unul la capătul șirului, încercând să ajungă cât mai departe posibil și trebuie să stea în locul în care cad. Poate fi ajutat prin împingerea cu mâinile. Dacă nu reușesc să-i aducă pe toți jucătorii pe baricadă, ei pierd și se opresc. Odată ce toți au sărit, primul care a făcut-o spune churro, mediamanga, mangotero, ghici ce se întâmplă mai întâi.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli:** Sau alte formule similare (churro, manga, mediamanga, mangotero, ghiciti ce am in puchero!), Si el isi sprijina mana in mana (churro), incheietura manga, cotul (mediamanga) sau umăr (mangotero). Dacă echipa care presupune unde are mâna, rolurile echipelor sunt inversate. În mod logic, primul jucător al barierului (mama), care vede ce se întâmplă, nu poate vorbi. Dacă nu ghiciți sau bariera jucătorului se prăbușește prematur, rolurile celor două echipe sunt menținute. Si asa mai departe.

- **Abilități fizice și sociale antrenate:** conștientizarea de sine, flexibilitate, rezistență, răbdare, planificare, elaborarea unei strategii, urmărirea strategiei dezvoltate de echipă, luarea deciziilor, abilitățile motorii de coordonare, abilitățile motorii brute, pregătirea competitivă.









PISICA SI SOARECELE

- **Numărul de participanți:** cât de mulți dorim.
- **Echipamente necesare:** nici unul.
- **Scurtă descriere a jocului:** Toți participanții (cu excepția a două) formează un cerc mare, ținând mâinile și îndreptându-se unul spre celălalt.
- Unul dintre cele două este șoarecele care începe în interiorul cercului, în timp ce celălalt este pisica și începe în afara cercului.

- **Rules**: **:** The aim of the game is for the cat to capture the mouse while she tries to escape. They can run in and out of the circle while the others help the mouse by lifting their arms so they can get in and out easily.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Reguli** Pe de altă parte, trebuie să țină mâinile jos pentru a vă asigura că pisica nu captează șoarecele (deși poate fi și distractiv să tacă și să țină și pisica).

- Dacă pisica reușește să captureze șoarecele, alți participanți vor trebui să-i ia locul. Dacă, însă, pisica nu reușește într-o anumită perioadă de timp, alți participanți îi vor lua locul.

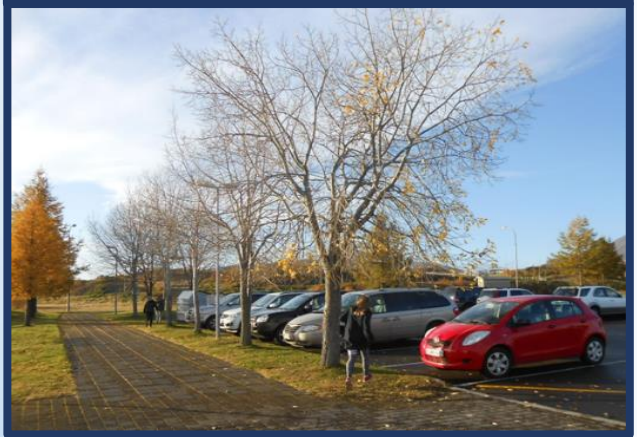
- **Competențe fizice și sociale antrenate:** participanții practică abilitățile sociale, lucrand împreună ca o echipă, arată cooperarea și trebuie să ia o decizie colectivă.

- De asemenea, ei învață tenacitatea, viteza și puterea. Acest joc se poate juca de către majoritatea oamenilor indiferent de vârstă.









(ONE) EIN KRÓNA

- **Number of Participants:** As many as we want.
- **Equipment needed:** pole or something to rely on.
- **Short description of the game:** In the game “ein króna“, one person has to be „it“. The group starts by gathering around some sort of a stake or a pole. „It“ then starts by counting to thirty or fifty while the other players find a hiding spot, preferable where they can see the pole as well as „it“.
- **Rules**: **:** When „it“ has stopped counting, he or she starts looking for the other players. If, or when, he finds them, he runs to the pole and yells „ein króna for (the name of the player) one two three“ and then, that persons is eliminated from the game.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- **Rules :** What the other players have to do is to reach the pole before „it“ to save themselves.

- If they achieve that they will have to yell „ein króna for myself one two three“. The game goes on until all the players have either been found or saved themselves.

- **Physical and social skills trained:** Participants practice social skills by using strategy, discernment and pay atention.

- They also learn tenacity, speed and strength. This game can most people played regardless of age.









ÎNTÂLNIRE LA VITEZĂ

- **Numărul de participanți :** 10 – 100.
- **Echipament necesar:** Cronometru.
- **Scurtă descriere a jocului:** Participanții sunt împărțiți în două grupuri egale și formează două cercuri orientate unul spre celălalt, cu o distanță de aproximativ 25 cm între ele. Formatorul se află în afara cercului și citește propoziții.
- Cercul interior începe să vorbească timp de 30-60 de secunde (diferit între întrebări), apoi oamenii din cercul din afară vorbesc. Apoi formatorul sună un clopot și explică faptul că participanții la cercul interior vor trebui să rămână nemișcați, în timp ce participanții din cercul exterior vor muta o persoană în dreapta pentru a avea un nou partener.
- Apoi formatorul citește o nouă propoziție. Trainerul citește 7-8 propoziții (separate de sunetul unui clopot) în care participanții trebuie să răspundă între ei în perechi.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Exemple: 1. Ceva de care sunteți cu adevărat pasionat. 2. Care este destinația ta de vis exotică? 3. Dacă ați fi un animal, ce animal ați fi și de ce? 4. Dacă ai putea să te întâlnești cu cineva celebru, cine ar fi? 5. Unul dintre cele mai extreme lucruri pe care le-ai făcut în viața ta? 6. Dacă ați putea privi în spatele unei uși închise, care ușa ar fi și de ce? 7. Dacă ați putea călători în timp, unde ați merge și de ce?

➢ **Reguli:** Este de asemenea posibil să folosiți acest lucru într-un grup nou pentru a introduce grupul. Formatorul poate permite grupului să ia aceeași întrebare întreaga rundă și apoi să schimbe.

➢ **Abilități fizice și sociale formate:** comentând anumite aspecte, învățați și ascultați.









PLASA ȘI PEȘTELE

- **Numărul de participanți:** 10 - 20 sau mai mulți.
- **Echipamente necesare:** nici unul.
- **Scurta descriere a jocului:** Un joc foarte activ si distractiv care ar putea fi jucat in aer liber sau in interior. Este nevoie de mult spațiu pentru rulare. Jocul este potrivit pentru jucătorii de orice vârstă și abilități.
- **Reguli**: Jucătorii încep, de obicei, un joc cu o rimă amuzantă care numără cine va fi liderul jocului și va începe jocul în sine. Liderul este numit pescar, în timp ce ceilalți jucători sunt pești.

- Peștii devin o parte a rețelei atunci când sunt prinși de pescar și trebuie să-i ajute pe pescar să prindă restul peștilor. Liderul / pescarul pornește jocul și încearcă să prindă unul din pești. Când el / ea reușește să prindă unul dintre jucătorii care rulează pe tot parcursul jocului, acesta din urmă prins jucătorul / peștele ia o mână a liderului și formează o plasă mică din 2 jucători.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Ulterior, ambii ținându-și mâinile strâns aleargă și prind încă un jucător care se alătură, de asemenea, rețelei. În așa fel încât rețeaua crește mai mult și mai mult de fiecare dată când jucătorii (pescarul și peștele său în plasă) captează un pește nou. Este obligatoriu ca jucătorii care rulează toți împreună într-o linie lungă ca plasa să-și țină mâinile strâns și să nu rupă plasa. Fiecare jucător nou care intră în plasă trebuie să ia o mână numai de jucătorul din stânga sau de pe partea dreaptă și numai jucătorii care rulează pe marginea rețelei pot prinde peștii. Jocul se termină când toți peștii sunt prinși de pescar și de plasa lui. Ultimul pește care urmează să fie prins de obicei devine un nou lider al jocului - un pescar.
- **Abilități fizice și sociale antrenate:** Cele mai importante abilități sociale pentru participanții la formare acționează ca o echipă, colaborare și comunicare între ele pentru luarea unei decizii comune. În plus, jucătorii își îmbunătățesc abilitățile de reacție și coordonare. De asemenea, își pregătesc abilitățile fizice cum ar fi agilitatea, tenacitatea, viteza și puterea. Unul dintre cele mai mari avantaje ale jocului este acela că oamenii de toate vârstele și capacitățile se pot alătura jocului.









Piatra sau un arbore

- **Numărul de participanți:** 10 - 20 sau mai mulți.
- **Echipamente necesare:** nici unul.
- **Scurta descriere a jocului:** Un joc foarte activ si distractiv care ar putea fi jucat in aer liber sau in interior. Este nevoie de mult spațiu pentru rulare. Jocul este potrivit pentru jucătorii de orice grup de vârstă și abilități.
- **Reguli : :** Jucătorii încep de obicei un joc cu o rimă amuzantă care numără cine va fi liderul jocului și va începe jocul în sine. Liderul rulează în jurul său și încearcă să atingă unul dintre jucătorii pe care îi poate "transforma într-o piatră sau un copac".

- Jocul începe și toți jucătorii încep să alerge în jurul liderului, încercând să evite să fie atins de el / ea. Când liderul atinge unul dintre jucători, el / ea "transformă jucătorul într-o piatră sau într-un copac" doar spunând cuvintele "Ești o piatră!" Sau "Ești un copac!".

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Jucătorul care devine o piatră trebuie să îngenuncheze sau să coboare în jos pe pământ / podea și să se îndoaie ca o piatră. Jucătorul care devine copac trebuie să stea nemișcat cu picioarele împrăștiate, iar mâinile ridicate și întinse în laturi. În acel moment ceilalți jucători aleargă și încearcă să-i salveze pe cei care sunt pietre sau copaci. Liderul trebuie să le supravegheze. Dacă unul dintre jucători dorește să elibereze o piatră, el trebuie să sară peste el. În timp ce dorește să salveze un copac, un supraviețuitor trebuie să se târască prin picioarele unui copil. Dacă numărul jucătorilor este scăzut, atunci este posibil ca liderul să "transforme toți ceilalți jucători în pietre sau copaci" și să termine jocul. Cu toate acestea, dacă există o mulțime de jucători, este destul de dificil să faceți acest lucru. Apoi, jucătorii înșiși pot seta limita de timp pentru ca jocul să se joace și să se termine.
- Abilități fizice și sociale formate: jucătorii își îmbunătățesc abilitățile de reacție și coordonare. De asemenea, își pregătesc abilitățile fizice cum ar fi flexibilitatea, agilitatea, echilibrul și viteza. Persoanele de toate vârstele și abilitățile se pot alătura și pot juca jocul. Jocul îi învață pe jucători să fie prietenoși, să îi ajute pe cei care au nevoie, să-i salveze pe ceilalți.









UN TELEFON DEFECT

- **Numărul de participanți:** 10 - 20 sau mai mulți.
- **Echipamente necesare:** nici unul**.**
- **Scurta descriere a jocului:** Un joc foarte amuzant care poate fi jucat in aer liber sau in interior. Jocul este potrivit pentru jucătorii de orice grup de vârstă și abilități. Scopul jocului este de a asculta cu atenție jucătorul care stă alături de dvs. Pentru a pronunța cuvântul pe care îl auziți corect. Jocul devine amuzant atunci când jucătorii nu pot auzi cuvântul în mod corespunzător și îl pot transmite celorlalți jucători cu o greșeală.
- **Reguli:** Toți jucătorii stau la rând. Primul jucător se gândește la un cuvânt interesant sau dificil. El / ea trebuie să șoptească acel cuvânt în urechea următorului jucător care stă lângă. Asta trebuie să repete cuvântul pe care la auzit el șoptând celuilalt jucător care stă lângă el.
- Și astfel, cuvântul este trecut printre jucători prin tot rândul care este ca o linie telefonică / cablu. Jucătorii nu pot să înșele, trebuie să repete exact același cuvânt pe care l-au auzit cât mai tăcut posibil, încât nimeni care stătea într-un rând să nu-l audă, cu excepția acelui jucător căruia îi este transmis cuvântul. În plus, dacă unul dintre jucători nu este în stare să audă cuvântul care i se adresează, cuvântul nu se mai poate repeta. Toata lumea transmite ceea ce aude.

https://twinspace.etwinning.net/11187/home

- Când ultimul jucător din rând aude cuvântul, el trebuie să pronunțe cu voce tare pentru toată lumea să verifice dacă este corect. Dacă primul jucător al rândului confirmă că este același cuvânt pe care la gândit și la spus, atunci trebuie să meargă la sfârșitul rândului și să devină ultimul jucător. Cu toate acestea, în cazul în care cuvântul nu este corect, atunci fiecare jucător care pornește de la ultimul din rând și merge în față, unul câte unul, trebuie să spună ce cuvânt au auzit. Într-un astfel de caz, ei află cine dintre jucători a auzit și a făcut o greșeală. Dacă se întâmplă acest lucru, atunci acel jucător care greșește trebuie să meargă la sfârșitul rândului și să devină ultimul jucător, în timp ce primul jucător al rândului este din nou liderul jocului și se gândește la un alt cuvânt bun. Dacă primul jucător este suficient de creativ pentru a gândi cuvintele minunate, el / ea poate rămâne mult timp în poziția de lider. Jucătorii înșiși decid când să termine jocul. Se poate juca atâta timp cât toată lumea vrea.
- **Abilitati fizice si sociale pregatite**: Jucatorii isi imbunatatesc creativitatea, rabdarea, curtoazia, leadershipul, colaborarea si abilitatile de comunicare, competenta lor lingvistica. Ei își instruiesc, de asemenea, capacitatea de a acționa ca o echipă și de a socializa. Persoanele de toate vârstele și abilitățile se pot alătura și pot juca jocul.



MENS SANA



IN CORPORE SANO



PARTEA A DOUA

ABORDĂRI ȘI INSTRUMENTE PRACTICE PENTRU PREDAREA ȘI FORMAREA COMPETENȚELOR SOCIALE ȘI A ÎNVĂȚĂMÂNTULUI INCLUSIV PRIN ACTIVITĂȚI DE SPORT ȘI ÎN AER LIBER .

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU EDUCAȚIE INCLUZIVĂ 58

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI DE LA EGAL LA EGAL 69

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU TEAM BUILDING ȘI APTITUDINI DE LEADER 75

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI PENTRUSĂNĂTATE 84

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU PROMOVAREA TOLERANȚEI 92

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER ÎMPOTRIVA AGRESIVITĂȚII ȘI VIOLENȚEI 95

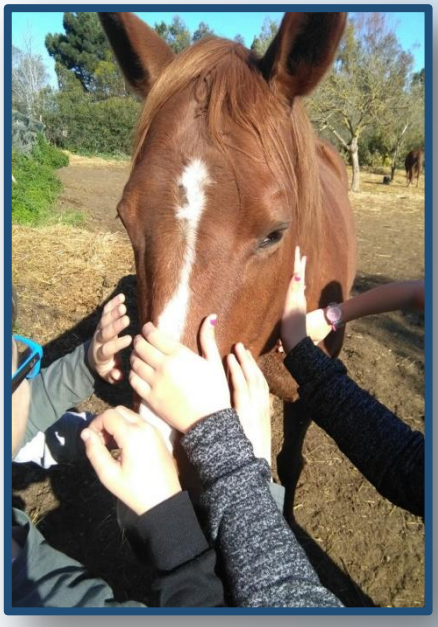
SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU RECUNOAȘTEREA COMUNITĂȚILOR LOCALE PRIN SPORT 101

ACTIVITĂȚI DE SPORT ȘI ÎN AER LIBER PENTRU EDUCAȚIE INCLUZIVĂ

- **Țară:** Italia**.**
- **Subiect**: terapie pentru animale de companie, relaționarea cu caii.
- **Denumirea instrumentului:** Varenne (iubim caii).
- **Tip de activitate:** activitate de grup cu obiective educaționale.
- **Participanți:** profesori și elevi cu vârste cuprinse între 11 și 13 ani.

Resurse și materiale necesare: cai și instrumentele specifice necesare pentru a a-i îngriji (perii, valize, hrana pentru animale, îmbrăcăminte sport).

Descriere scurtă a activității: la câteva minute de mers cu mașina de oraș, centrul de echitație este un loc unic de vizitat, departe de traficul urban și înconjurat de verdeață. Oferă spații spațioase, unde elevii și profesorii se pot bucura de un timp relaxant, pot lua legătura cu natura și creaturile în timp ce respiră aer curat.
Caii au caracteristici unice: viziunea lor intensă transmite căldură, iar elevii fizici care le pot crea cu ei, sunt plini de satisfacții și satisfacții. Elevii vin să vadă cât de receptivi la atenția oamenilor sunt aceste animale și cum se angajează și se bucură de interacțiune.





Caii reactioneaza intr-adevar la dragostea si afectiunea demonstrata de adolescenti si se implica pe deplin in interactiunea cu ei.

Aceste dinamici ale relațiilor generează o implicare emoțională profundă și de lungă durată și creează un sentiment de relaxare profundă atât la nivel fizic cât și mental: cei care iau parte la interacțiune pot experimenta efectele sale benefice chiar și după câteva zile după ce activitatea a avut loc.

Prin acest proiect, elevii au avut șansa de a se deplasa liber în incinta centrului de călărie sub supravegherea profesorilor. Ei au învățat să mănânce cai, care includ hrănirea, curățarea și perierea acestora. De asemenea, au ajuns să știe cum să pregătească rațiile alimentare, cum să se ocupe de uneltele folosite pentru îngrijirea și igiena lor, cum să aibă grijă de aceste dispozitive și să le pună înapoi în grajduri.

Elevii au interacționat cu caii atingându-i, mângâind-i și vorbind cu ei. Acest tip de activități care au loc în particular în centrul de echitație au fost foarte benefice atât pentru adolescenți, cât și pentru adulți, deoarece au fost o sursă majoră de stimulare senzorială, care nu poate fi decât terapeutică pentru cei implicați. Cei care au beneficiat cel mai mult sunt elevii cu nevoi speciale, și anume cei cu dificultăți senzoriale și cognitive și cei cu tulburări de spectru autist. Elevii cu alte tipuri de nevoi speciale s-au bucurat și au descoperit această experiență plină de satisfacții.





Rolul profesorului: profesorii acționează ca facilitatori ai interacțiunii dintre elevi și cai. Participarea la această activitate sa dovedit a fi foarte pozitivă atât pentru profesori, cât și pentru studenți, deoarece a contribuit la îmbunătățirea și consolidarea relației lor, prin experiența comună a bunăstării fizice și emoționale și eliberarea oricăror tensiuni existente între ele.

Participarea la acest proiect a fost un privilegiu pentru profesorii care au avut ocazia să se cunoască reciproc într-un context diferit și să interacționeze între ei. Aceștia ar putea împărtăși un moment de dezvoltare personală care ia ajutat să-și dezvolte în continuare abilități utile, cum ar fi capacitatea de a relaționa cu studenții într-un mod eficient și de a se ocupa mai bine de colegii lor în timpul întâlnirilor de lucru.

Rolul elevilor: elevii au învățat modul corect de abordare a unui cal. Pentru a face acest lucru, trebuiau să conștientizeze existența comunicării limbajului trupesc și prin stăpânirea utilizării acestui tip de semnale, au reușit să stabilească o legătură cu caii, care la început păreau atât de mari și nefamiliari pentru ei .

Obiective pedagogice: Caii sunt un tip de animal capabil să se conecteze cu oamenii, folosind un limbaj pre-simbolic, și anume acela folosit de partea dreaptă a creierului, numit și "creierul emoțional", care este zona responsabilă de management de comunicare analogică. Caii sunt, prin urmare, deosebit de adecvați pentru a promova incluziunea, deoarece permit implicarea, în diferite tipuri de activități, a tuturor adolescenților cu dificultăți cognitive și comportamentale care sunt dornici să comunice folosind acest tip de limbaj special, care apelează la impresiile instinctive și reacții.



Interacțiunea cu caii ajută la îmbunătățirea funcționării sociale, emoționale și cognitive a persoanei. Acest lucru se datorează afecțiunii necondiționate pe care aceste animale o prezintă în timpul interacțiunii și modului în care se desfășoară interacțiunea cu ei.

Acest aspect este cu atât mai important, având în vedere etapele de dezvoltare specifice ale preadolescenților. Această fază a vieții, fundamentală pentru a-și construi propria identitate, este într-adevăr caracterizată de o puternică instabilitate emoțională. Având în vedere aceste premise, devine clar că chiar și îngrijirea calului poate fi educativă și benefică pentru dezvoltarea adolescenților.

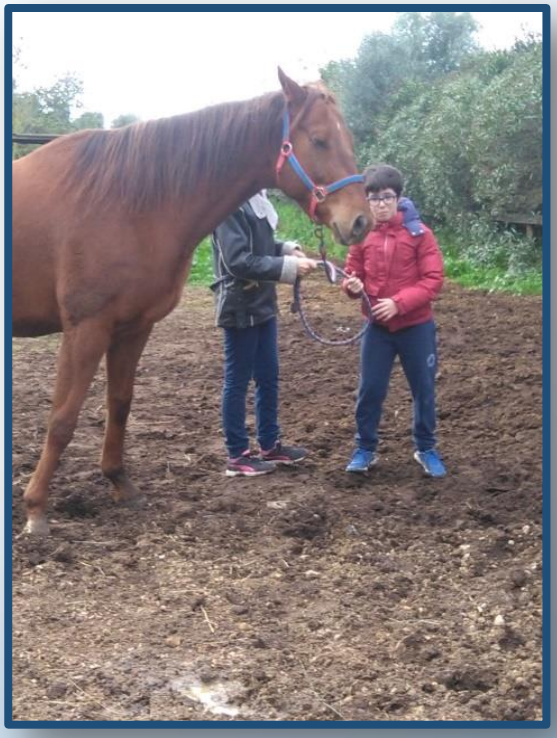
Privind după cai, hrănirea, curățarea și perierea acestora, interacționând cu ele prin intermediul canalelor senzoriale (verbale, vizuale și tactile), promovează o îmbunătățire generală în toate aceste domenii de dezvoltare.

La nivel fiziologic, terapia cu cai are un efect benefic asupra sănătății mintale și a sănătății, deoarece această activitate duce la o creștere a producției de endorfine,

care pot fi observate atât la tineri, cât și la adulți. În ceea ce privește funcționarea cognitivă, sa observat că acest tip de activitate conduce la îmbunătățirea capacității de a acorda atenție și concentrare, sporește capacitatea de memorare, raționează rațional logic și inductiv.

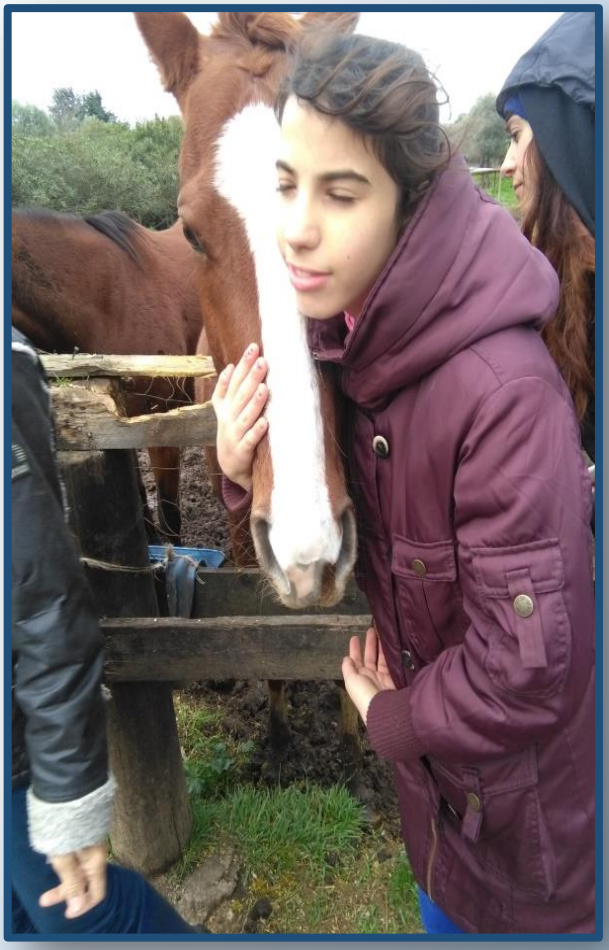
În ceea ce privește comunicarea, accentul se pune pe limbajul non-verbal și proprioceptiv, ambele încurajate.

La nivel social, toți elevii, inclusiv cei cu nevoi speciale și cei cu probleme de comportament (care le este greu să se relaționeze cu ceilalți și care formează legături cu aceștia), manifestă un interes sporit pentru comunicarea la început a cailor, mai tarziu cu alte persoane.



Abilități fizice și sociale implicate: concentrarea vizuală și coordonarea cu ochii-mâini, abilitățile emoționale și sociale sunt toate abilitățile dezvoltate prin interacțiunea cu caii. Elevii pot învăța și îmbunătăți conștiința de sine, empatia, echanimitatea și capacitatea de a comunica eficient.

Acest lucru este posibil deoarece interacțiunea cu caii îi determină să intre în contact cu ei înșiși, pentru a putea transmite semnalele corespunzătoare animalelor, pentru a crea o relație armonioasă cu ei.
Prin acest proces își sporesc atenția și își exercită abilitățile de comunicare interpersonală.



De asemenea, ei învață cum se comportă corect, respectând regulile și gestionând și controlând orice reacție impulsivă sau agresivă pe care o pot întâmpina, deoarece știu că ar împiedica canalul de comunicare pe care l-au stabilit cu caii.
În acest proces, stima de sine a elevilor și sentimentul de auto-eficacitate cresc. În cele din urmă, dar mai important, ei învață să respecte alte ființe umane diferite de ele, depășind prejudecățile și stereotipurile.

ACTIVITĂȚI DE SPORT ȘI ÎN AER LIBER PENTRU EDUCAȚIE INCLUZIVĂ

- **Țară:** Italia.
- **Subiect:** Sport și incluziune.
- **Denumirea instrumentului:** Să mergem împreună la terenurile de sport.
- **Tip de activitate: joc educațional și activitate de grup:** include diferite tipuri de activități cum ar fi cursa releu, salt lung, cursa (60-80 de metri), aruncarea sulițeI (folosind o mingie vortex).
- **Participanți:** 20 de elevi cu nevoi speciale cu grade diferite de dizabilități au fost selectați în rândul tuturor celor care frecventează școala medie. Pentru fiecare dintre evenimentele planificate, ei se alătură, la rândul lor, de doi sau trei colegi de clasă la un moment dat, aleși dintre cei mai merituoși.

Resurse și materiale necesare: un antrenor calificat de atletism, un teren de sport, unele tricouri pentru a distinge jucători și echipe între ele, diverse echipamente sportive, cum ar fi un fooball și obstacole.



Scurtă descriere a activității: un grup de elevi selectați s-au adunat o dată pe săptămână la stadionul de atletism. Profesorii lor cu nevoi speciale (unul pentru elevi) i-au însoțit. Acolo, elevii au fost instruiți de un antrenor calificat și au învățat diferite discipline sportive.

Rolul profesorului: profesorii de nevoi speciale îi însoțesc pe elevi, îi încurajează să participe la activități. Antrenorul sportiv joacă cel mai mare rol în proiect. Prin sport și atitudinea prietenoasă și prietenoasă, el creează împreună cu elevii o relație de încredere, care le motivează să participe la provocări și să se provoace în disciplinele atletice alese. Toți profesorii și elevii împărtășesc un moment plăcut și semnificativ de creștere, care îmbunătățește și consolidează relația lor.

Rolul elevilor: prin activitățile sportive implicate în proiect, elevii dobândesc numeroase competențe sportive: alergând pe piste de alergare, rămânând mereu pe propria lor banda atribuită; cum să arunci corect vortexul; sărituri lungi într-un mod sigur. Practicând alte exerciții fizice, pot experimenta cât de plăcut poate fi să se miște și să fie activi, de asemenea pot experimenta poziții și mișcări posturale noi și diferite.

Mai mult, prin acest proiect, ei au, de asemenea, șansa de a interacționa cu colegii lor de însoțire, care sunt invitați să se alăture reuniunilor, la rândul lor, două sau trei la un moment dat. Mediul în aer liber și favorabil incluziunii promovează interacțiunea și împărtășirea acestei experiențe creează un loc comun în rândul studenților, chiar și în rândul celor care, de obicei, nu au prea multe în comun și, prin urmare, nu vorbesc frecvent, în contextul clasei.

Au mai fost și jocuri în deplasare, când unii dintre elevi s-au calificat pentru campionatul național. Cu această ocazie, ei au petrecut o săptămână de acasă și de la familiile lor, deoarece au fost însoțiți doar de profesorii lor cu nevoi speciale.

Acest tip de experiență a fost foarte benefic și le-a ajutat să-și îmbunătățească nivelul de autonomie în mai multe moduri: prin cunoașterea unor locuri noi și necunoscute, prin învățarea folosirii hărților unui alt oraș, care trebuie să aibă grijă (igiena personală și îngrijirea zilnică) și bagajele acestora. În plus, au avut șansa de a-și cunoaște colegii care locuiesc în diferite părți ale Italiei, care au participat și la competiția sportivă. Întâlnirea cu aceștia și împărtășirea acestei experiențe cu ei a fost foarte emoționantă și semnificativă pentru elevi.

Obiective pedagogice: acest proiect a fost conceput pentru a permite studenților cu nevoi speciale să-și consolideze autonomia personală și să-și îmbunătățească abilitățile sociale. De asemenea, va sprijini eficacitatea lor de sine și stima de sine. În cele din urmă, dar foarte important, ei vor dobândi cunoștințe și competențe în diferitele discipline care fac parte din atletism.

În general, sportul promovează o dezvoltare armonioasă și o dezvoltare fizică și o dezvoltare armonioasă, poate ajuta cu siguranță să-și socializeze și să-și dezvolte identitatea personală.

Când practică diferitele discipline, elevii au învățat să respecte regulile jocului, să fie răbdători și să aștepte rândul lor, să se comporte corect în incinta stadionului de atletism.

Prin practicarea exercițiilor, ei au avut ocazia să progreseze dincolo de dificultățile fizice și psihologice cauzate de handicapul lor.

Abilități fizice și sociale antrenate: Coordonarea motorie, abilitatea de adaptare la o locație exterioară, și anume stadionul atletic, abilitatea de adaptare la un mediu nou și necunoscut, abilitățile motorii bruște și îmbunătățirea posturală, stimularea de sine și îmbunătățirea auto-eficacității, autonomia personală dezvoltarea, conștientizarea corpului, creșterea personală, îmbunătățirea bunăstării generale, învățarea de a înțelege, accepta și respecta regulile comune**.**







ACTIVITĂȚI DE SPORT ȘI ÎN AER LIBER PENTRU EDUCAȚIE INCLUZIVĂ

- **Țară**: Italia**.**
- **Subiect:** de la includere la școala incluzivă.
- **Denumirea instrumentului:** Suntem cu toții diferiți, dar fabricați din aceeași "pastă".
- **Tip de activitate:** joc educațional, activitate de grup, competiție, cooperare, alimente pentru gândire, atelier.
- **Participanți:** 10 grupe (câte 7/8 participanți fiecare), între 11 și 60 de ani (echipe mixte de vârstă).

Resurse și materiale necesare: panou mare cu țări și siluete sportive, paste pictate, adeziv vinylic, stereotipuri și nume italiene.

Scurtă descriere a activității: Trei activități propuse pentru a reflecta pe planul de incluziune:

1. Simbol și slogan

Rolul elevilor: Fiecare grup trebuie să deseneze un simbol pentru a-l reprezenta și apoi să îl asocieze unui slogan pentru a le citi celorlalți. Aceasta va fi identitatea fiecărui grup în timpul activității.

Nu s-au oferit specificații: grupurile sunt absolut libere să facă această activitate în modul în care doresc, respectând doar timpul.



Rolul profesorului: Timpul de reflecție: la sfârșit, profesorul va pune câteva întrebări pentru a înțelege dacă grupurile au făcut o activitate incluzivă sau nu.

2. Împreună creăm

Rolul elevilor: Grupurile trebuie să completeze panoul jucând un joc cu echipe în cooperare între fiecare componentă. Fiecare echipă trebuie să decidă cine poate juca orice rol în funcție de abilitățile și competențele fiecăruia.

Rolul profesorului: introducerea activității. Avem panoul mare, reprezinta acest proiect Erasmus + cu 12 stele in jurul unei mari mingi de fotbal, in interior avem spatii albe cu cele 7 siluete ale tarilor implicate in proiect: Italia, Spania, Romania, Islanda, Lituania, Bulgaria, Curcan.

În afara mingii avem 7 sporturi: atletism, baschet, handbal, karate, rugby, volei, haltere,

Un panou mai mic reprezintă titlul de a reprezenta această activitate: "Suntem cu toții diferiți, dar sunt făcuți din aceleași paste făinoase". E o vorbă în italiană.

Grupul alege țara sau sportul care dorește să completeze cu pastele: pentru țările în care trebuie să folosească culorile de pavilion, pentru sport toate culorile (trebuie să fie utilizate aproape câte una pentru fiecare culoare).

1 ° jucător - afișează jucătorilor 2 ° și 3 ° un card flash (fotografie sau imagine).

2 ° -3 ° jucători - alegeți din casetă denumirea italiană a ceea ce au văzut pe cardul flash, luați cartela flash și numele și mergeți la jucător 4 °.

Jucătorul 4 ° - este judecătorul, trebuie să decidă dacă numele ales este corect sau rău (alături de el trebuie să fie un judecător italian care să-l confirme). Dacă este greșit grupul ia o penalizare (vor avea doar 2 bucăți de paste făinoase pentru a finaliza panoul). Dacă este corect, grupul continuă

Jucător de 5 ° - după răspunsul judecătorului, se duce la masa de paste colorate.

6 ° jucător - îi dă 5 bucăți de paste de culoare potrivită: culorile țării sau altele pentru sport (aproape câte una pentru fiecare culoare).

5 ° jucător - primiți pastele și mergeți să le lipiți pe panou cu ajutorul playerului pentru adulți.



3. Construiți - Nuraghe

Este premiul pentru cei care au terminat primul. Grupul câștigător trebuie să își construiască propriul Nuraghe.

Rolul profesorului: să arate fotografiile din Nuraghe și să spună cele trei roluri obligatorii (aproape doi membri ai grupului trebuie să construiască nuraghe-ul, aproape doi membri ai grupului trebuie să le dea pastele de patiserie fericite din cutie; utilizați culorile așa cum le plac).

Rolul elevilor: Trebuie să lipsească împreună toate bucățile de paste mais folosind apă doar, încercând să recreeze un Nuraghe colorat ca o Cupă Erasmus + KA2.





Obiective pedagogice: seminarul va trece prin conceptele INCLUZIUNII, în toate activitățile pe care le practicăm și în fiecare zi la școală: să explorăm principiile pedagogiei inclusive; Diferențele omului ca aspect obișnuit al dezvoltării umane; Dezvoltarea de noi modalități de lucru cu și prin intermediul altora; Construită pe baza bunei practici din altă parte; Respingerea convingerilor deterministe despre abilitate și ideea că prezența unora va împiedica progresul altora; Modalități de lucru care respectă demnitatea elevilor ca membri cu drepturi depline ai comunității clasei; Angajamentul față de dezvoltarea profesională continuă.Rolul activităților este distribuit în funcție de abilitățile și abilitățile studenților, astfel încât toți cei dezavantajați să poată contribui la sarcina comună.

Abilități fizice și sociale antrenate: Comunicați eficient cu alte persoane, exprimând opinii față de ceilalți;

Interacțiunile sociale: interacționează cu prietenii, colegii de muncă și străinii; Organizarea eficientă a spațiului, a echipamentelor și a componentelor grupului; Activitățile comunitare pentru a încuraja și motiva copiii să fie activi.

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI DE LA EGAL LA EGAL

- **Țară:** Turcia.
- **Subiect:** educația de la egal la egal**.**
- **Numele instrumentului:** Play Stations.
- **Tip de activitate:** activitate de grup.
- **Participanți:** elevi de 10-14 ani.

Resurse și materiale necesare: Materialele se pot schimba în funcție de sport sau jocuri în aer liber care trebuie predate de către colegi.

Descrierea scurtă a activității: Profesorul alege unii voluntari pentru a face 4 sau 5 grupuri. Fiecare grup este însărcinat să se concentreze pe un alt sport sau pe un joc în aer liber (de exemplu, baschet, fotbal, tenis și volei). Fiecărui grup i se acordă o anumită durată pentru a căuta și strânge în detaliu informații despre aceste sporturi (materiale, reguli, tehnici etc.). Odată ce grupele sunt pregătite, fiecare grup își stabilește "punctele de joc" în curtea școlii sau în sala de sport. Apoi arată modul în care se joacă aceste sporturi, demonstrează ce fel de materiale au nevoie pentru a juca, informează despre reguli și practică acest sport. Între timp, ceilalți elevi vizitează aceste "puncte de joc" și învață cum să le joace.





Rolul profesorului: Profesorul este organizatorul și supraveghetorul.

Rolul studenților: Studenții care se află în grupuri sunt cercetători, instructori, practicieni și colaboratori. Elevii care vizitează "punctele de joc" sunt cursanți activi. Ei sunt observatori, practicieni și contribuabili.

Obiective pedagogice: Efectuarea studenților activi în procesul de învățare; Permițând studenților să aibă șansa să observe, să facă și să se învețe pe ei înșiși; Reducerea anxietății pentru a obține beneficii maxime pentru învățare; Să devii socializat;

Obținerea responsabilității pentru învățare.

Abilități fizice și sociale antrenate: Elevii învață prin observație și practică. Ei vor fi dirijați și vor lucra și pe cont propriu. Ei se vor bucura să se cunoască mai bine unii pe alții, să petreacă timp împreună și să lucreze împreună. Ei vor avea încredere în sine. Ei își vor dezvolta abilitățile de conducere și de conducere. Ei își vor dezvolta comunicarea. Toți elevii timizi vor deveni mai activi.



SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI DE LA EGAL LA EGAL

- **Țară:** Turcia.
- **Subiect:** educația de la egal la egal.
- **Numele Instrumentului:** Rezervați un Instructor.
- **Tip de activitate:** coaching
- **Participanți:** elevi de 10-14 ani.

Resurse și materiale necesare: Materialele se pot schimba în funcție de studentul care solicită un instructor de la egal la egal.

Scurtă descriere a activității: Această practică se întâmplă între studenții de la clasele superioare și clasele inferioare (de exemplu, un elev din clasa a 7-a ca instructor de la egal la egal și cel de clasa a 6-a ca student solicitant). P.E. profesorul alege unii voluntari pentru a fi instructori la egal la începutul mandatului. Când elevul inferior simte că are dificultăți în înțelegerea regulilor jocului sau în desfășurarea unei anumite mișcări a unui sport, acesta poate cere unui instructor de la egal la egal - de exemplu, să poată rezerva un instructor de la egal la egal - de la profesor.

Profesorul atribuie un instructor peer elevului exigent, astfel încât instructorul de la egal la egal să-i poată ajuta cu ceea ce lipsește: prezentarea mișcărilor, sprijinirea în timp ce se exercită, explicarea regulilor etc.

Ei lucrează împreună pentru a depăși problema.





Rolul profesorului: Profesorul este organizatorul și supraveghetorul procesului.
Rolul elevilor: Instructorii de peer sunt tutori, practicieni și colaboratori. Solicitanții sunt observatori, interpreți și elevi activi.

Obiective pedagogice: Obținerea responsabilității elevilor pentru învățare. Împiedicarea elevilor de a rămâne în spatele programului. Aprecierea valorii de a ajuta pe cineva / obținerea de ajutor de la cineva.

Reducerea anxietății pentru a obține beneficii maxime pentru învățare. Obținerea socializării elevilor.

Abilități fizice și sociale antrenate: Elevii învață observând colegii lor și trăind în persoană. Ei vor fi conștienți de sine prin faptul că își vor asuma responsabilitatea pentru propria lor învățare. Ei vor fi autoadministrați și vor desfășura activități independente. Ei se vor recunoaște mai bine unul pe altul, vor petrece ceva timp împreună și vor fi ocupați împreună cu o sarcină. Ei vor fi mai încrezători în sine și mai deschisi la interacțiune. Ei vor fi mai bine la abilitățile de comunicare. Toți elevii timizi vor deveni mai activi și mai deschisi la dialog.



SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI DE LA EGAL LA EGAL

- **Țară:** Turcia.
- **Subiect:** educația de la egal la egal.
- **Numele Instrumentului:** Plătiți-l înainte: Cercul de învățare.
- **Tip de activitate:** Activitatea în grup.
- **Participanți:** elevi de 10-14 ani.

Resurse și materiale necesare: Materialele se pot schimba în funcție de jocurile pe care elevii au ales să le joace.

Descrierea succintă a activității: Această practică este concepută să aibă loc între clase. P.E. profesorul atribuie o clasă (de exemplu, clasa a VIII-a) pentru a găsi un joc și a face o cercetare despre el, astfel încât să-l predea la o altă clasă (de exemplu, clasa a 7-a).

Li se dă un timp să se pregătească. Când sunt gata, ei vizitează o altă clasă pentru a preda jocul.

Ei fac o prezentare, dau informații generale, vorbesc despre reguli și demonstrează cum să joace.

Apoi, ambele clase o joacă împreună pentru a o exersa. Când clasa a 7-a învață complet jocul, atunci ar trebui să facă același lucru cu o altă clasă (de ex. Clasa a 6-a). Cu alte cuvinte, ei ar trebui să-l plătească înainte.

Aceeași procedură are loc între aceste două clase, iar apoi clasa a 6-a caută un alt joc și o învață într-o altă clasă (de ex. Clasa a 5-a).

Prin urmare, toate clasele constituie un cerc de învățare de la care beneficiază toți.





Rolul profesorului: Profesorul este inițiatorul și supraveghetorul.

Rolul elevilor Elevii se află în centru. Ei sunt instructori, observatori, practicieni și colaboratori. Ele sunt active în procesul de învățare.

Obiective pedagogice: acordarea de responsabilitate studenților pentru propria învățare. Creșterea conștiinței elevilor de a-și ajuta colegii.
Crearea unui mediu școlar prietenos. Obținerea socializării elevilor.

Abilități fizice și sociale instruite: Elevii învață observând și trăind.
Ei vor lua parte într-un grup și vor dezvolta un sentiment de apartenență. Vor fi mai mulți. Ei vor fi mai responsabili pentru propria învățare. De asemenea, vor fi responsabili pentru instruirea colegilor lor.
Ei vor experimenta ce înseamnă să predea ceva și să fie mai empatici față de profesorii lor. Ei se vor distra petrecând împreună împreună într-o sarcină.
Ei vor fi mai independenți. Ei își vor dezvolta abilitățile de comunicare. Toți elevii timizi vor deveni mai activi și vor găsi un mediu plăcut pentru a socializa.



SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ

PENTRU COMPETENȚE DE TEAMBUILDING ȘI CUNOȘTINȚE DE LEADERSHIP

- **Țară:** Bulgaria**.**
- **Subiect:** Lucru în echipă și abilități de leadership.
- **Numele instrumentului:** Ajutați și câștigați.
- **Tip de activitate**: teambuilding prin sport.
- **Participanți:** de la 6 la 20; vârsta: peste 9 ani.

Resurse și materiale necesare: o minge de tenis, un teren plat în interior sau în aer liber

Scurta descriere a activitatii: Doua echipe joaca cu o minge de tenis. În capetele opuse ale terenului sunt marcate 2 goluri / o linie, un cerc sau un coș / în cazul în care mingea ar trebui să fie plasate pentru a înscrie un punct.

Unul dintre jucători deține mingea și îl transmite jucătorilor echipei sale. El se află la un loc și nu are voie să facă pași. Jucătorii aceleiași echipe se deplasează în jurul încercând să găsească cea mai bună poziție pentru a primi mingea, să o transmită spre poartă și să înscrie un punct.

Jucătorii de la echipa opusă păzesc adversarii lor fără să atingă jucătorii.

Ei se străduiesc să țină mingea când este în aer și nu în mâinile celorlalți jucători. După ce un gol este marcat, jocul începe din nou din centru. Două echipe sunt de acord cu privire la limita de timp a jocului.

Câștigătorul este echipa care înregistrează mai multe puncte în limita de timp.



Rolul profesorului: Instrumentează jucătorii înainte de joc despre regulile și siguranța jocului, subliniază scopurile jocului și abilitățile pe care le va dezvolta, motivează interacțiunea dintre jucătorii mai puternici și cei mai slabi, face jucătorii să se gândească la calitățile valoroase ale fiecărui jucătorul care poate fi folosit în poziția corectă, joacă rolul unui arbitru.

Rolul elevului: Participanții activi care trebuie să se folosească cel mai bine de abilitățile proprii în combinație cu abilitățile altor jucători în mediul înconjurător în continuă schimbare.

Obiective pedagogice: jocul poate ajuta la construirea spiritului de echipă, abilități pentru atingerea unui obiectiv comun, distribuirea activităților într-o echipă cu membri cu abilități mixte, gândire tactică și strategică pentru utilizarea corectă a resurselor disponibile, pentru a face elevii să înțeleagă că fiecare membru al echipa ar putea fi util chiar și cu dezavantajul lor.

Abilități fizice și sociale antrenate: reacții rapide, dexteritate, promptitudine, capacitate de orientare spațială în timpul schimbării clare a direcției de mișcare; evaluarea reală a aptitudinilor și abilităților proprii și ale celorlalți, luarea rapidă a deciziilor în favoarea echipei, depășirea ambițiilor personale pentru o performanță globală mai bună a echipei, colaborare și sprijin, comunicare non-verbală.





SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU COMPETENȚE TEAMBUILDING ȘI CUNOȘTINȚE DE LEADERSHIP

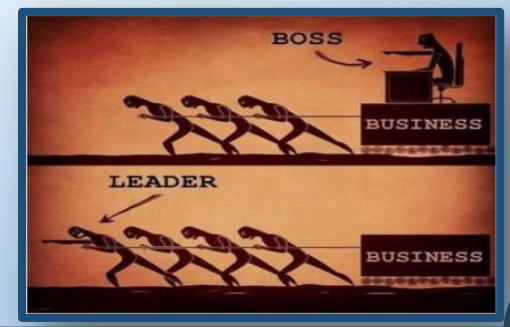
- **Țară:** Bulgaria.
- **Subiect:** Lucru în echipă și abilități de leadership**.**
- **Denumirea Instrumentului:** "Unul pentru toți și toți pentru unu" -
- **Tip de activitate:** atelier de teambuilding.
- **Participanți:** de la 14 la 50; vârsta: peste 10 ani.

Resurse și materiale necesare: 2-7 seturi de numere de la 1 la 7 / în funcție de numărul de echipe /, 2-7 dosare cu foi de hârtie și un stilou, un flipchart, markere.

Scurtă descriere a activității:

Împărțirea în echipe - Toți participanții iau numere de la 1 la 7. Echipe aleatorii sunt formate din participanți cu același număr. Ele pot varia de la 2 la 7 echipe sau chiar mai mult.

Discuție - Să fie condusă la esența lucrului în echipă Participanții sunt implicați în discutarea mai multor întrebări: Ce este o echipă? Un grup de oameni uniți printr-un scop comun și obligați să îndeplinească o anumită sarcină, un loc de muncă sau un proiect. Membrii echipei sunt de acord să respecte unele reguli de echipă. Care este diferența dintre un grup și o echipă? Nu fiecare grupă este unită de un scop comun - un grup de oameni care așteaptă la stația de autobuz .; De ce oamenii trebuie să lucreze într-o echipă? Nu toată lumea este bună la toate, multe activități umane în zilele noastre sunt complicate și necesită multe abilități, pentru a economisi timp și resurse. Care sunt beneficiile muncii în echipă? Membrii ajută și își sprijină reciproc maximizarea punctelor forte și minimizarea slăbiciunilor lor, sarcina se realizează cu o calitate superioară, timpul și resursele sunt salvate, oamenii se conectează între ei pentru sarcini viitoare, se dobândesc abilități de lucru în echipă.



3. Principii de lucru în echipă - Fiecare echipă este rugată să: A / se gândească la un nume pentru echipa B / gândiți-vă la cinci reguli pentru echipa lor C / gândiți-vă la o penalizare dacă cineva încalcă regulile. Apoi, fiecare echipă are timp să discute și să scrie. Echipele sunt invitate să prezinte și să-și justifice răspunsurile. Regulile sunt rezumate și scrise pe flipchart. Reguli sugerate: 1. Fiecare membru al echipei ascultă alții și este ascultat. 2. Membrii echipei se respectă reciproc. 3. Toată lumea face tot ce este mai bun pentru a sprijini pe ceilalți.4. Atunci când există un conflict, membrii negociază / fiecare declară ceea ce dorește și ceea ce va da celorlalți / și ajunge la un consens / toți sunt de acord cu decizia / 5. Toți participă - membrii echipei distribuie roluri și activități între ele.
4. Aspecte ale muncii în echipă - Fiecare echipă este rugată să: A / da exemple de lucru în echipă B / Care sunt cele mai importante aspecte ale muncii în echipă? - planificarea muncii, activitatilor, rezultatelor raportului, relatiilor din interiorul echipei - bune sau rele, roluri in echipa C / terminarea sentintei "O buna echipa ...." este foarte motivata, deschisa si transparenta, planurile functioneaza bine, opinia și contribuția, gestionează bine diferențele și conflictele, utilizează eficient resursele.







5. Rolurile echipei - pentru a fi membri eficienți ai echipei, trebuie să distribuie între ei îndeplinirea sarcinilor generale și specifice pe baza preferințelor proprii și a autoevaluării abilităților și abilităților. Rolul echipei se încadrează în 4 categorii principale: EXPLORERI, CONSULTANȚI, ORGANIZATORI, CONTROLLERI. Sarcina practică: toată lumea trebuie să-și definească rolul în echipă în conformitate cu ceilalți membri. .
6. Instrumente eficiente pentru munca în echipă: A / BRAINSTORMING - toată lumea dă idei repede pentru o limită de timp, fără prea multă gândire sau planificare, toate sugestiile sunt scrise și discutate. Echipa alege unul la care să lucreze. Adesea ideile cele mai neobișnuite se dovedesc a fi cele mai reușite care au privit situația dintr-un punct de vedere neașteptat. Practica: găsiți cea mai bună utilizare a unei sticle de cola. B / CONSENSUS - echipa a ajuns la o decizie comună care satisface fiecare membru, toată lumea este convinsă că este corect să faci pentru echipa, chiar dacă unii membri au trebuit să facă compromisuri. Practica: Decide cine te invită la cină? C / PROBLEMA / SOLUȚIONAREA CONFLICTELOR - scopul principal este de a negocia în mod eficient și de a depăși problemele. Fiecare membru state ceea ce doresc de la ceilalți și ceea ce sunt gata să facă / da mai mult în schimb. Există 5 tipuri de comportament în cazul unui conflict: broasca țestoasă - evită argumentele, nu participă, ursulețul de pluș - încearcă să calmeze atmosfera, vulpea - negociază și compromite, lupta rechinilor și se confruntă, bufnița - diferențele. Este important ca membrii să se motiveze reciproc pentru a lua parte la luarea deciziilor.



7. Jocurile și activitățile de echipă: Un studiu de caz - O mamă a verificat Facebook-ul fiului său și a aflat că un băiat a vrut să lupte cu el. Cum i-ai recomanda mamei să reacționeze? B / un joc fizic de echipă - "Mimează aceasta" - fiecare echipă este invitată să prezinte prin mișcări, gesturi și mime numele cărții sau filmului preferat. Celelalte echipe trebuie să ghicească. C / un joc fizic de echipă - "Sculptură" - fiecare echipă trebuie să reprezinte cu trupurile lor o faimoasă priveliște sau monument. Celelalte echipe ghicesc. Jocul echipei fizice "Păstrați cercul" - fiecare echipă formează un cerc cu degetele apăsând un pix la ambele capete între fiecare membru. Trebuie să se mute într-un anumit punct, fără a lăsa stiloul. Câștigătorul este echipa care se mișcă mai departe. Cercul îi conferă participanților sentimentul de a fi o parte a unei legături permanente și constante între membrii unei echipe.
8. Leadership - prin intermediul mai multor întrebări, participanții sunt conduși la o scurtă discuție care vizează schimbul de experiență și evidențierea clară a caracteristicilor liderului: Care este principala responsabilitate a liderului? Un lider este cel care influențează sau conduce pe alții într-o echipă. Care este diferența dintre liderul / managerul informal și oficial? Liderul informal este cineva care nu are autoritatea oficială de a conduce echipa, dar a câștigat încrederea și respectul tuturor pentru a face acest lucru și este sincer dedicat succesului echipei. De asemenea, este preocupat de confortul și succesul fiecărui membru al echipei. Liderul / managerul oficial este oficial dat sau desemnat poziția de către o autoritate superioară în afara echipei. Ce abilități ar trebui să aibă un lider de succes? Inspiră, dă exemplul în primul rând, dă îndrumare și credit, își asumă riscuri și vină, dorește realizări, face apel la inimă, pasionat, proactiv, carismatic. Sarcină practică: definiți un lider al echipei dvs. și justificați decizia.

Rolul profesorului: facilitator, formator, instruiește și motivează participanții, evidențiază scopurile activităților, conduce discuțiile, interacționează cu echipele, rezumă rezultatele.

Rolul elevului: Participanții activi care trebuie să-și folosească cel mai bine propriile abilități în combinație cu abilitățile celorlalți membri ai echipei pentru a obține cele mai bune sinergii în timp ce îndeplinesc obiectivul comun.

Obiective pedagogice: această scurtă procedură constând dintr-o serie de activități poate fi utilizată de către profesori / formatori ca un prim pas al formării conștiente și intenționate și al dezvoltării abilităților de lucru în echipă și de leadership. Pe de altă parte, studenții, care au participat deja la unele activități de echipă, au conștientizat semnificația și principiile principale ale muncii în echipă. Ei au o abordare profesională științifică despre cum să se comporte într-o echipă - ce ar trebui să se aștepte de la ceilalți, ce se așteaptă de la ei, cum să-și depășească slăbiciunile și discrepanțele personale. Piesele sau elementele atelierului pot fi folosite ca instrumente separate în orice alte lecții, cursuri și activități educaționale.

Abilități fizice și sociale antrenate: toleranță, respect față de ceilalți, abilități de negociere și rezolvare a problemelor, distribuirea corectă a rolurilor și activităților, colaborare, evaluarea reală a abilităților și abilităților proprii și a altora, luarea rapidă a deciziilor în favoarea echipei.





SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU COMPETENȚE TEAMBUILDING ȘI CUNOȘTINȚE DE LEADERSHIP

- **Țară:** Bulgaria.
- **Subiect:** Lucru în echipă și abilități de leadership.
- **Numele instrumentului:** "Sunteți capabil să lucrați într-o echipă?"
- **Tip de activitate:** chestionar de lucru în echipă și abilități de leadership - ar putea fi răspuns individual sau într-un grup, oral ca o discuție sau în scris; anonim sau cu nume, rezultatele pot fi rezumate pentru întregul grup / clasă / echipă sau analizate individual de către fiecare participant.
- **Participanți:** orice număr, vârsta peste 10 ani.

Resurse și materiale necesare: dispozitiv de copiere / imprimare, foi de hârtie

Descrierea scurtă a activității: Fiecare participant primește o copie a chestionarului și alege cel mai bun răspuns la zece întrebări:

Când trebuie să faci o sarcină importantă și dificilă: a / preferați să o faceți singură - 2 b / încercați să motivați alți oameni să se implice în sarcină -3 c / refuza să o facă - 1.

Tu crezi că: a / fiecare persoană ar trebui să-și facă singură lucrarea - 1 b / când o sarcină este făcută de mulți oameni, ea este răsfățată - 2 c / o sarcină se face mai mult cu succes de un grup de oameni - 3.

Lucrezi într-un grup de oameni pe care nu-i cunoști. Sunteți: a / sunteți pozitivi și încercați să cunoașteți calitățile lor bune - 3 b / vă simțiți incomod și nu vă conectați cu ceilalți - 1 c / simțiți-vă timizi, dar încercați să vă conectați cu ceilalți - 2.

Alegeți oameni pentru a lucra într-un grup pentru că: a / sunteți prieteni - 2 b / sunt utile pentru locul de muncă - 3 c / sunt amuzant și frumos - 1

Când lucrați într-un grup: a / sunteți activi și discutați deciziile - 3 așteptați ca alții să vă spună ce să faceți - 2 c / doriți să spuneți altora ce să facă - 1.

Când lucrați într-un grup: a / respectați ceilalți și ascultați opinia lor - 3 b / ajungeți ușor la acord - 2 c / sunteți dezamăgiți deoarece regulile sunt greu de urmat - 1

7. Dacă aveți un conflict în cadrul grupului: a / încercați să găsiți o soluție câștigătoare / toată lumea este mulțumită / - 3 b / continuați să argumentați pentru că simțiți că aveți dreptate - 2 c / părăsiți grupul - 1.
8. Credeți că liderul: a / ar trebui să facă toată munca și vă ajută doar - 2 b / ar trebui să distribuie sarcini între oameni - 3 c / ar trebui să lase pe toată lumea să facă ceea ce vor - 1.
9. Un lider bun este cel care: a / este fermecător și ușor de abordat - 1 b / este responsabil și exigent - 2 c / motivează și inspiră - 3.
10. Credeți că liderul ar trebui: a / să se comporte ca unul din grup - 2 b / să-și arate poziția și autoritatea superioară - 1 c / da exemplul mai întâi - 3
11. Rezultate: 0 - 10 p - nu sunteți gata să lucrați într-o echipă, să vă depășiți timiditatea sau individualismul și veți fi surprinși de rezultate; 11- 20p - aveți o experiență în echipă, dar trebuie să fiți mai activi și mai susținători; 21-25p - sunteți un bun muncitor în echipă, dar puteți îmbunătăți interacțiunea dvs. și puteți depăși șefia dvs.; 26 - 30p sunteți un excelent muncitor în echipă, ajutați-i pe alții să se îmbunătățească.
12. Obiective pedagogice: testarea atitudinilor participanților față de munca în echipă, sensibilizarea cu privire la semnificația abilităților de lucru în echipă ca scop al educației moderne, atragerea atenției asupra dezvoltării conștiente și îmbunătățirii abilităților de lucru în echipă.
13. Abilități fizice și sociale antrenate: abilități de autoevaluare și dezvoltare personală.









SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI PENTRU SĂNĂTATE

- **Țară:** România.
- **Subiect:** educație pentru sănătate.
- **Denumirea instrumentului:** "Alegeri inteligente pentru o viață sănătoasă în mișcare".
- **Tip de activitate:** concurs de deplasare a ștafetei într-un traseu practic.
- **Participanți:** copii cu vârsta cuprinsă între 10 și 14 ani, numărul de participanți variind între 10 și 30 de elevi.

Resurse și materiale necesare: pentru dezvoltarea jocului avem nevoie de imagini de diferite tipuri de fructe și legume și imagini alimentare nesănătoase - "intruși" (mâncare junk), bile de diferite mărimi, coșuri, conuri și fluier.

Descrierea scurtă a activității: Jocul propus va avea trei provocări, dar putem adăuga cât mai multe provocări pe care le dorim. Echipa care acumulează cele mai multe puncte din fiecare joc va câștiga.

1. În prima etapă a jocului împărțim elevii în două echipe. Fiecare echipă este plasată pe o singură linie, orientată una spre cealaltă. La jumătatea terenului de joc, pentru fiecare echipă sunt plasate coșuri cu bile, fiecare minge având imaginea unei legume sau a unui fruct, dar printre ele și alunecă imaginile alimentelor nesănătoase. În spatele ultimului copil al fiecărei echipe există un alt coș gol, care trebuie umplut cu legume sau fructe în funcție de solicitările profesorului, cel care supraveghează jocul. Profesorul stă pe linia care marchează jumătatea terenului și strigă către echipele concurente: "Vreau o salată de legume" (sau salată de fructe sau alte alimente sănătoase a căror imagine îl folosiți pentru joc sau doar culoarea alimentelor, cum ar fi: roșu , verde etc.) și după fluierul de pornire, un concurent din fiecare echipă va alerga la viteză maximă până la mijlocul unde sunt coșurile de mâncare.



Fiecare concurent trebuie să caute produsul necesar în coșul echipei, să alerge înapoi și apoi să renunțe la minge în coșul echipei sale. După ce părăsesc elementul, următorul concurent are dreptul să înceapă cursa pentru următoarea piesă. Doar o singură minge poate fi preluată dintr-o dată. Câștigătorul va fi prima echipă care aduce produsele alimentare necesare. Echipa câștigătoare poate pierde, totuși, dacă unul dintre colegi alege un alt element alimentar decât este necesar.

2. Pentru a complica jocul, putem folosi următorul model: câteva etape vor fi plasate în fața fiecărei echipe; concurenții vor trebui să treacă prin conuri și apoi să aleagă orbește una din bilele care are imaginea unui produs alimentar. Apoi, concurentul numește mâncarea și spune dacă aduce sau nu vitaminele în timp ce se întoarce printre reperele pentru a pune mingea în coșul echipei. Câștigătorul acestui test este declarat că echipa răspunde corect și aduce în coșul propriu mai multe produse alimentare sănătoase, într-o perioadă fixă de timp.

Rolul profesorului: profesorul trebuie să explice regulile pentru dezvoltarea corectă a jocului și, cel mai important, să informeze copiii cu privire la obiceiurile alimentare care determină sănătatea și starea fizică a noastră, pentru a face alegeri mai inteligente cu privire la ceea ce folosim pentru a ne hrăni " mașina vie "a chemat corpul uman să rămână energizat în timpul zilei.

El sau ea laudă echipa care funcționează cel mai bine și cea care păstrează informațiile despre o nutriție adecvată. Mai mult, el sau ea evidențiază obiectivele și scopurile care trebuie îndeplinite de studenți și joacă rolul unui arbitru care poate recompensa sau "pedepsește".

Rolul studenților: Rolul studenților este să înțeleagă că dieta joacă un rol important în procesul de desfășurare a diferitelor activități fizice, de a colabora, de a juca prin reguli, de a-și atinge obiectivele, aducând astfel cât mai multe puncte posibil echipei în urmărirea premiului.



Obiective pedagogice: Clasa de educație fizică nu poate fi singura sursă de activitate fizică recomandată pentru un stil de viață sănătos. Avem nevoie de vitamine, minerale și alți nutrienți pentru a face ca "mașina vie", așa cum numim corpul uman, să funcționeze corect. Și de unde putem obține aceste substanțe nutritive benefice pentru corpul nostru? Din mâncare! Alegerile dvs. de zi cu zi privind alimentele vă afectează sănătatea, adică modul în care vă simțiți azi, mâine și în viitor. Propunând aceste jocuri, vrem să accentuăm beneficiile activităților fizice în aer liber și să consolidăm cunoștințele studenților despre modalitatea sănătoasă de a ne hrăni corpul, de a-i oferi energia necesară în timpul zilei și de a asigura o funcționare optimă. Aceste jocuri declanșează calități precum atenția, viteza de reacție și spiritul concurenței echitabile.

Abilități fizice și sociale antrenate: capacitatea de orientare în spațiu și timp, de a face schimbarea bruscă în direcția mișcării, de a pregăti reacții rapide și dexteritate, de a obține informații despre o alimentație sănătoasă pentru buna funcționare a corpului și punerea în mișcare fizică și mental.







SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI PENTRU SĂNĂTATE

- **Țară:** România.
- **Subiect:** educație pentru sănătate**.**
- **Denumirea instrumentului:** "Vasul de fructe".
- **Tip de activitate:** joc de concurs despre manipularea ștafetei într-un traseu practic.
- **Participanți:** copii cu vârsta cuprinsă între 10 și 14 ani, numărul de participanți variind între 10 și 30 de studenți.

Resurse și materiale necesare: pentru dezvoltarea jocului avem nevoie de imagini de diferite tipuri de fructe, legume, mingi și fluier.



Descrierea scurtă a activității: Jocul constă în formarea unui cerc care va reprezenta un bol de către toți copiii. Fiecare copil va alege să fie un fruct sau o legume. Acestea rămân la fața locului până când sunt chemați în centrul bolului, conform rețetei pronunțate de bucătarul-șef, care este profesor. În centru, ei spun ceea ce știu despre acele produse alimentare pe care le reprezintă. La comanda "se amestecă salata", copiii încep să se amestece în timp ce bate bilele la sol până când se aude semnalul următor (fluierul). Cine scapă mingea este în afara jocului. Câștigătorii jocului vor primi un castron adevărat de salată.





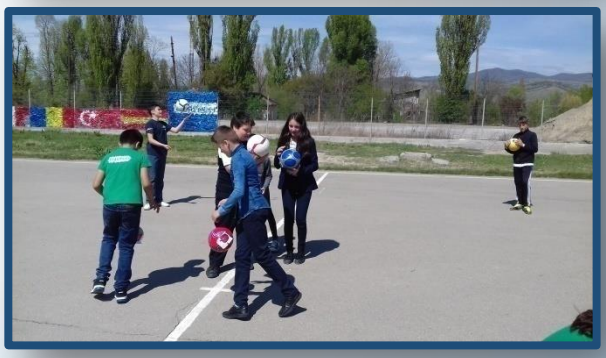
Rolul profesorului: profesorul conduce jocul, chemând în mijlocul cercului "fructele" sau "legumele", la alegerea lor. El sau ea poate oferi explicații cu privire la rolul produselor alimentare în organism atunci când este cazul; poate verifica elevii prin apelarea unor lucruri neadecvate, cum ar fi un măr într-o salată de legume și așa ceva.

Rolul elevilor: rolul elevilor este acela de a deține informații specifice conținutului și efectelor fructelor și legumelor, juca mingea, trece și se deplasează fără să-și piardă controlul și, în general, să reacționeze corect la cerințele profesorului pentru a fi competitiv.

Obiective pedagogice: Jocul se concentrează pe învățarea prin a face într-un mod copilăresc, vesel, calea proiectului nostru. Copiii practică să facă rețete sănătoase de fructe și legume prin mișcare în timp ce concurează. Câștigurile sunt atât psihice, cât și fizice, pe măsură ce participanții trebuie să dovedească cunoașterea vitaminei și a mineralelor, pe de o parte, și abilitățile jucătorilor de coș, cum ar fi manipularea mingii, orientarea, viteza și reacția, pe de altă parte. La fel ca în orice joc sau element sportiv, spiritul fair-play-ului trebuie să fie prezent, împreună cu atenția, voința și luarea deciziilor.

Abilități fizice și sociale antrenate: capacitatea de clasificare a mineralelor și a vitaminelor, identificarea beneficiilor fructelor și legumelor, munca în echipă, abilitățile legate de mișcare, manipularea mingii, fair play, concentrarea în competiție, dezvoltarea mușchilor și a agilității.







SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI BUNĂ
PENTRU PROMOVAREA EDUCAȚIEI PENTRU SĂNĂTATE

- **Țară:** România.
- **Subiect:** educație pentru sănătate.
- **Denumirea instrumentului**: "Mai inteligent, mai sănătos, mai rapid".
- **Tip de activitate:** concurs de atenție.
- **Participanți:** Copii în vârstă de 11-12 ani; numărul de participanți începând de la 10 la 15 elevi.

Resurse și materiale necesare: Pentru a juca jocul avem nevoie de imagini cu cifre, bile de diferite mărimi, coșuri, un bol, cipuri digitale, o bandă de semnalizare și o fluieră.

Scurtă descriere a activității: Jocul propus va avea două provocări. Echipa care respectă regulile jocului și încheie testul câștigă.

Pentru acest joc, copiii vor fi împărțiți în două rânduri egale, formând perechi de două. Cei din primul rând vor avea în mână o minge care va fi marcată cu o figură; le vom număra de la 1 la 5. Următorul rând va fi plasat la o distanță suficient de mare pentru ca elevii să vadă ce figura este (scrisă pe fiecare minge). Când copiii din al doilea rând au păstrat atât cifrele, cât și colegii lor care le țin, vor fi rugați să-și întoarcă spatele. Copiii din primul rând vor fi amestecați și își vor sprijini coechipierii. Apoi, copiii din al doilea rând (colegii de echipă) vor extrage o figură dintr-un castron. La semnalul dat de profesor, trebuie să alerge la copiii din primul rând și să găsească pe cei care au bilele corespunzătoare biletelor extrase. După ce vor găsi bilele potrivite, vor trebui să ruleze cu ei la coșurile de la sfârșitul unui traseu, coșurile având aceleași numere.



Ca o variantă, traseul va avea un tip de labirint. Copilul cu mingea va avea maximum trei încercări de a ajunge în coș cu figura corespunzătoare. După ce l-au lăsat în coș, trebuie să se întoarcă pe aceeași rută și să alerge până la copilul de unde au luat mingea cu cifra corespunzătoare biletului său.

Cel care termină cu succes testul câștigă. Jocul va fi repetat și cu copiii care au fost în prima poziție.

Rolul profesorului: Profesorul are rolul de a asigura condițiile optime de joc, asigurarea încălzirii corespunzătoare a corpului înainte de joc și explicarea regulilor jocului pentru buna sa dezvoltare. El apreciază fiecare elev verbal și joacă rolul unui arbitru.



Rolul elevilor: să respecte regulile și să depună toate eforturile pentru a-și îndeplini sarcinile.

Obiective pedagogice: Educația fizică este o parte necesară a educației minții.

Educația morală este cea pe care o primim pentru a ne forma din punct de vedere moral, ne formăm caracterul conform unor principii solide ale vieții care să ne recomande mai departe, dar acest tip de educație este, de asemenea, completat / susținut de educația fizică, deoarece nu putem avea o minte cu adevărat sănătoasă dacă organismul nu practică mișcarea, exercițiul.



Aceste două elemente sunt complementare pentru a construi persoane puternice echilibrate. Nici un creier nu poate fi limpede și capabil să funcționeze în cele mai bune condiții până când nu este alimentat cu sânge curat / reîmprospătat.

Oamenii pot fi foarte bine definite în primul rând ca mecanisme intelectuale înzestrate cu un al doilea mecanism de nutriție, asupra căruia primul guvernează. Nici o ființă umană nu poate oferi societății ceea ce știu, din punct de vedere intelectual, dacă organismul nu funcționează bine. Corpul uman îndeplinește funcțiile de nutriție, asimilare, disociere și utilizare a alimentelor.

Dacă numai una din funcțiile nutriționale nu funcționează corect, creierul, care este organul minții, de asemenea, nu funcționează corect, cu consecințe dezastruoase.

De aceea propunem un joc care necesită atât contribuția corpului cât și a minții.

Abilități fizice și sociale antrenate: Abilitatea de a orienta spațiul și timpul, activarea memoriei vizuale pe care o dovedesc în joc, agilitatea fiecăruia și practica vitezei de reacție.







SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER
PENTRU PROMOVAREA TOLERANȚEI

- **Țara:** Spania.
- **Topic:** Promovarea Toleranței.
- **Nume instrument:** jocuri senzoriale.
- **Tip de Activitate**: atelier.
- **Participanți:** 4 grupe de 4, vârste între 14 și 15 ani

Resurse și materiale necesare: măști de dormit și materiale auxiliare.

Scurtă descriere a activității: În primul rând, elevii studiază pe Internet realitatea refugiaților și fac o hartă a minții. Apoi, ei participă la discuțiile invitaților despre problema refugiaților. În cele din urmă, ei propun soluții și fac un poster.

Rolul profesorului: Ghid și canapea pentru studenți.

Rolul elevilor: Elevii sunt personajele principale ale atelierului.

Obiective pedagogice: În acest tip de ateliere, scopul principal este de a spori valorile elevilor ca solidaritate, empatie, toleranță și cooperare prin experiența și mărturiile ghicitului și prin întreaga imersiune în subiect.

Abilități sociale antrenate: solidaritate, empatie, toleranță și cooperare.







SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER
PENTRU PROMOVAREA TOLERANȚEI

- **Țara:** Spania.
- **Topic:** Promovarea Toleranței.
- **Nume instrument:** jocuri senzoriale.
- **Tip de Activitate**: atelier.
- **Participanți:** 4 grupe de 4, vârste între 14 și 15 ani

Resurse și materiale necesare: măști de dormit și materiale auxiliare.

Descrierea scurtă a activității: Pot fi jucate în perechi sau în grupuri de câte 4. În primul caz se pune masca, iar celălalt îl ghidează prin obstacole. În cel de-al doilea caz, trei sunt mascate și al patrulea acționează ca un ghid. Cei care nu atinge obstacolele câștigă.



Rolul profesorului: să controleze studenții astfel încât să nu se rănească singuri.

Rolul elevilor: elevii trebuie să se bazeze pe ghidul lor și ghidul trebuie să fie responsabil pentru ei.



Obiective pedagogice: În acest tip de joc, scopul principal este de a spori valorile studenților ca solidaritate, empatie, toleranță și cooperare prin experiența de a simți orbirea. Pe de altă parte, încurajează dezvoltarea simțurilor și încrederea în celălalt.



Abilități sociale antrenate: solidaritate, empatie, toleranță, incluziune și cooperare pentru persoanele nevăzătoare și cu dizabilități.

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER
PENTRU PROMOVAREA TOLERANȚEI

- **Țara:** Spania.
- **Subiect:** Promovarea Toleranței.
- **Numele instrumentului:** parașute**.**
- **Tip de activitate:** activitate de joc**.**
- **Participanți:** 2 grupe de câte 10, cu vârste cuprinse între 16 și 17 ani.

Resurse și materiale necesare: Parașute curcubeu în diametru de 6m.

Scurtă descriere a activității: În primul rând, elevii se dispun în jurul parașutei ținând-o cu mâinile. Apoi, există diferite posibilități de a juca. De exemplu, două mingi sunt plasate pe parașuta fiecărei echipe. Echipa trebuie să încerce să introducă mingea în gaura parașutei și să blocheze mingea adversarului. În cele din urmă, echipa care a primit mingea, câștigă.

Rolul profesorului: Ghidarea elevilor.

Rolul elevilor: Elevii formează o echipă.

Obiective pedagogice: În acest joc, scopul principal este de a spori valorile elevilor ca solidaritate, empatie, toleranță și cooperare prin experiența jocului în echipă și bucuria jocurilor.

Abilități sociale antrenate: solidaritate, empatie, toleranță, incluziune și cooperare. În acest joc este foarte importantă simbolismul culorilor curcubeului de parașută, ca simbol al includerii și toleranței.







SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER ÎMPOTRIVA AGRESIVITĂȚII ȘI VIOLENȚEI

- **Țara:** Islanda**.**
- **Subiect:** SOA împotriva agresivității, a violenței și a agresiunii**.**
- **Denumirea instrumentului**: întâlniri la nivel de clasă.
- **Tip de activitate:** activitate de grup și discuții**.**
- **Participanți:** numărul între 2 și 30 sau mai mult, vârsta cuprinsă între 6 și 16 ani.

Resurse și materiale necesare: suficient spațiu pentru a face un cerc.

Descrierea scurtă a activității: Folosim opt blocuri pentru întâlniri de clasă eficiente și sunt: să formeze un cerc, să dea complementarități și aprecieri reciproce, să creeze o agendă, să dezvolte abilități de comunicare, să învețe despre realități separate, joc de rol și brainstorming, să recunoască cei patru motive fac oamenii ceea ce fac și găsesc soluții non-punitive.

Iată un exemplu de întâlnire la clasă:

1.Copiii dau complimente și recunoștință;

2.Ei revizuiesc întâlnirea anterioară și ce decizii au fost luate;

3.Împărtășiți emoțiile și opiniile, în timp ce altele ascultă sau discută fără a rezolva sau cere alte soluții;

4.Alte probleme și sarcini;



Rolul profesorului: predarea elevilor modul corect de a avea o întâlnire eficientă în clasă și de a fi acolo pentru sprijin în timpul întâlnirii.

Rolul elevilor: elevii trebuie să fie ascultători activi, precum și participanți activi.

Obiective pedagogice: Procesul de întâlnire de clasă oferă elevilor noștri instrumentele necesare pentru a-și dezvolta potențialul maxim și pentru a aplica cunoștințele academice pe care le obțin în școală. Întâlnirile de clasă abordează toate abilitățile de inteligență emoțională, cum ar fi empatia, cooperarea, persuasiunea, intuirea sentimentelor, controlul impulsurilor și mâniei, abilitatea de a vă liniști și de a vă menține, de a rezolva și de a spera în fața eșecurilor.



Abilități sociale antrenate: empatie, cooperare, persuasiune, intuire a sentimentelor, controlul impulsurilor și mâniei, abilitatea de a vă liniști și de a vă menține, de a rezolva și de a spera în fața eșecurilor.

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER ÎMPOTRIVA AGRESIVITĂȚII ȘI VIOLENȚEI

- **Țara:** Islanda**.**
- **Subiect:** SOA împotriva agresivității, a violenței și a agresiunii.
- **Numele instrumentului:** Rezolvarea problemelor**.**
- **Tip de activitate:** Discuție**.**
- **Participanți:** numărul de la 2 la 8, vârsta de la 6 la 16 ani.

Resurse și materiale necesare: mese și scaune pentru toată lumea să stea.

Descrierea scurtă a activității: Sugestiile de rezolvare a problemelor pe care le folosim sunt:

a.Ignora. Este nevoie de mai mult curaj de a pleca decât de a rămâne într-o luptă. Găsiți un loc unde să vă răcoriți

b.Vorbește-o cu respect. Fiecare elev le spune celorlalți cum se simte și ascultă cum se simte celălalt. Apoi, fiecare împărtășește ceea ce crede că a făcut pentru a contribui la această problemă.

c.Acceptați împreună o soluție. Elevii pot elabora un plan de împărtășire sau de reînnoire sau oferă scuze.

d.Întreabă pentru ajutor. Dacă elevii nu pot rezolva această problemă între ei, ei o pot pune pe agenda întâlnirii de clasă, astfel încât întreaga clasă poate ajuta. Sau pot vorbi cu profesorul sau părinții lor.





Rolul profesorului: Profesorii trebuie să ia timp pentru a oferi studenților instrumentele potrivite pentru a fi soluționarea eficientă a problemelor, precum și pentru a le oferi oportunități de a-și exercita competențele. Iată exemple de instrumente pe care trebuie să le gândim cadrele didactice:

Îmbunătățiți problemele ca oportunități de a practica abilitățile de rezolvare a problemelor.

Nu mai spune și începi să te întrebi. Elevii învață abilități de rezolvare a problemelor atunci când profesorii cer "cum sa întâmplat?" "Ce credeți că l-au cauzat? Ce încercați să realizați? Cum te simți despre ce sa întâmplat? Ce ai învățat din asta?

Aveți încredere în elevi să fie minunatele rezolvatori de probleme care pot fi

Oferiți o zonă de rezolvare a problemelor în clasă sau pe coridor, cu o diagramă care să prezinte sugestiile.

Rolul elevilor: Fiți ascultători activi, respectați ceilalți studenți și învățați să vă puneți în alte pantofi.

Obiective pedagogice: Rezolvarea problemelor presupune ca profesorii să ia timp pentru a oferi studenților instrumentele potrivite pentru a fi soluționarea eficientă a problemelor, precum și pentru a le oferi oportunități de a-și exercita competențele. Acești elevi se pot implica activ în toate aspectele, de la ajutarea colegilor de clasă cu nevoi speciale de prevenire a violenței pe terenul școlar. Simțim că acești studenți sunt mai bine pregătiți pentru viitor, deoarece vor ști cum să empatice, cum să caute soluții care să satisfacă pe toată lumea și cum să tratăm oamenii cu respect.



Abilități sociale antrenate: empatie, cooperare, persuasiune, citirea sentimentelor și controlul impulsurilor și furiei.

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER ÎMPOTRIVA AGRESIVITĂȚII ȘI VIOLENȚEI

- **Țara:** Islanda**.**
- **Subiect:** SOA împotriva agresivității, a violenței și a agresiunii.
- **Denumirea instrumentului:** programul prietenului special.
- **Tip de activitate:** Jocuri.
- **Participanți:** nelimitat.

Resurse și materiale necesare: terenul școlii.

Descrierea scurta a activitatii: In acest proiect, prieteni speciali, in clasa a IV-a si a Xa, sunt selectati pentru a organiza si monitoriza jocuri si activitati in timpul noptii. Toată lumea poate participa și cei care întâmpină dificultăți în a găsi ceva distractiv sunt încurajați de către profesorul lor să participe la aceste activități.

Elevii din fiecare clasă sunt selectați pentru a fi un prieten special și joacă această parte pentru un semestru la un moment dat sau până când sunt selectați noi prieteni speciali. Programul continuă pe tot parcursul anului școlar. Programul încurajează elevii să participe mai multe activități în timpul vacanței și, prin urmare, să creeze un spirit școlar mai bun. Elevii au acum o selecție mai largă de activități, astfel încât toată lumea să găsească ceva care le place. Scopul proiectului este că toți elevii sunt încântați să meargă la școală în fiecare zi.



Rolul profesorului: Un profesor în fiecare școală trebuie să joace rolul de conducător al programului. Ei trebuie să organizeze un curs de jocuri și să organizeze întâlniri pentru prietenii speciali. Cursul de jocuri se desfășoară în fiecare semestru pentru noul prieten special selectat. În timpul cursului, copiii învață noi jocuri și cum să-i facă pe alți copii implicați în jocuri. Cursul durează aproximativ șase ore.

Alți profesori trebuie să-i ajute pe elevi să numească persoana potrivită din fiecare clasă pentru a acționa ca un prieten special.

Rolul elevilor: Elevii selectați a fi un prieten special trebuie: să organizeze, să participe și să ajute la activități în timpul vacanței, să arate elevilor tineri un interes deosebit, precum și elevilor care sunt singuri, să spună cineva dacă crede că un elev este singur sau dacă este martor la agresiune sau la alte lucruri care ar putea provoca primejdie, Participați la un seminar de o zi de joc și primiți sprijin și îndrumare de la șeful proiectului prietenului special în școala noastră.





Obiective pedagogice: Programul de prieteni special încurajează elevii să participe mai mult la activități în timpul vacanței și, prin urmare, să creeze un spirit școlar mai bun.

Abilități sociale antrenate: cooperare, empatie, observare și toleranță.

SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU RECUNOAȘTEREA COMUNITĂȚILOR LOCALE PRIN SPORT

- **Țara:** Lituania**.**
- **Subiect:** SOA pentru recunoașterea comunităților locale prin sport**.**
- **Numele instrumentului:** Zilele Comunității**.**
- **Tipul de activitate:** SOA pentru membrii comunității**.**
- **Participanți:** Elevii, părinții, personalul școlii, membrii comunității locale, partenerii sociali.

Resurse și materiale necesare: Ele pot varia în funcție de activitățile sportive și în aer liber practicate.

Scurtă descriere a activității: inițiativele comunității pot fi preluate pentru a organiza diferite tipuri de SOA (Sport și Activități în Aer liber) și competiții pentru membrii comunității școlare și locale, de exemplu:

"Ziua Tineretului" - o zi comunitară organizată de o școală, unde echipele din diferite școli și organizații de tineret din regiune se reunesc pentru a concura, a juca jocuri sportive, a-și îndeplini sarcinile creative, pentru a găsi noi prieteni și pentru a se distra împreună. Toți sunt incluși în ciuda vârstei (copii, adolescenți, tineri), abilități fizice sau mentale, abilități sau talente.



"Mama, tata si cu mine - o familie sportiva" - o competitie a activitatilor fizice vesele desfasurate si a sarcinilor logice rezolvate, care urmareste sa impartaseasca ideile vietii sanatoase intre elevi, familiile lor si alti membri ai comunitatii.

În mod obișnuit, astfel de competiții au două etape: concursuri locale organizate în școli, unde concurează familiile elevilor și competiții regionale, în care familiile care au devenit câștigătoare la concursurile locale concurează ulterior în regiune și o familie este nominalizată cel mai mult o familie sportivă a tuturor.

"O zi comunitară" - o zi comunitară este o sărbătoare foarte populară organizată de o comunitate locală / comună, unde membrii comunității - familii, personalul școlii, localnici și partenerii sociali se reunesc pentru a sărbători un festival național sau pentru a comemora o tradiție anuală eveniment.

Este o sărbătoare nu numai pentru localnici, ci și pentru mulți oameni din celelalte comunități, sate și orașe care ajung să își petreacă timpul împreună.

În astfel de zile, copiii și adulții concurează în diverse competiții sportive, joacă jocuri tradiționale, interpretează piese, cântece și dansuri, demonstrează meșteșugurile, gătesc și gustă feluri de mâncare locale și se distrează în aer liber. Astfel de evenimente aduc împreună membrii comunității și le unește.

Rolul profesorului: un profesor este un organizator, un supraveghetor, un consultant și un participant activ, de asemenea, împărtășind bunele practici, arătând exemple personale, îndeplinind sarcini, motivând ceilalți membri ai comunității să nu rămână în afară, ci să fie dornici să includă ele însele în activitățile organizate.



Rolul elevilor: Elevii observă, practică și învață noi abilități. Cooperează și colaborează cu colegii, părinții, profesorii și membrii comunității locale. De obicei nu participă doar la evenimente, dar ajută și ei în mod voluntar să-i pregătească și să le organizeze, făcând astfel o contribuție imensă în construirea unei comunități și întărirea relațiilor reciproce.

Obiective pedagogice:

Pentru a activa membrii comunității școlare și comunității locale - studenți, părinți, personalul școlii, membrii comunității locale și partenerii sociali, să ia inițiative în cooperare pentru a atinge obiectivele educaționale obișnuite.

Să încurajeze școlile să caute și să dezvolte noi forme de cooperare între comunități, să consolideze relația, comunicarea și cooperarea dintre comunități și partenerii sociali și să disemineze bunele practici.

Să introducă noi metode de recreare activă și să împărtășească experiențe originale, creative și inovatoare, pentru a crea un mediu comunitar școală pozitiv, în care toată lumea este importantă - copii, părinți, profesori și alte persoane.

Abilități fizice și sociale antrenate: o incluziune a comunității școlare este promovată prin diverse activități sportive și în aer liber, creând oportunități egale pentru toți, pentru a îmbunătăți comunicarea și colaborarea, conducerea, toleranța și loialitatea, munca în echipă, responsabilitatea, stima de sine și sprijinul propriu. Datorită diferitelor tipuri de activități sportive practicate, membrii comunității își dezvoltă abilitățile fizice.



SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU RECUNOAȘTEREA COMUNITĂȚILOR LOCALE PRIN SPORT

- **Țara:** Lituania.
- **Subiect:** SOA pentru recunoașterea comunităților locale prin sport**.**
- **Numele Instrumentului:** Un Festival de Sport Școlar "Împreună Putem Totul".
- **Tip de activitate:** Jocuri de echipă**.**
- **Participanți:** O echipă formată din copil, mamă și tată**.**

Resurse și materiale necesare: Ele pot varia în funcție de jocurile jucate: unele conuri, mingi de baschet, foi de hârtie / carton de dimensiune A3, cartonașe de mici litere, hârtie, pixuri.

Scurtă descriere a activității: Echipele concurează între ele în cursurile releu, rezolvând sarcini logice și jucând jocuri sportive. Mai jos sunt prezentate câteva exemple:

1. O cursă releu "Un lanț de bile": fiecare echipă va avea nevoie de 2 mingi de baschet și un con. Toți membrii unei echipe stau într-un rând în spatele celuilalt: mama, copilul și tatăl. Jucătorii trebuie să țină bine mingile de baschet între spate și piept. Mâinile se pun pe talie. Când se dă semnalul de pornire, membrii echipei trebuie să ruleze toți împreună, de-a lungul sala de sport sau de joacă (în cazul în care concursul este ținut în afara), încercând să nu-și piardă bilele până când nu ajung la conul stând în spatele sala de gimnastică.

Aceștia trebuie să se miște în jurul conului și să se întoarcă la linia de start cât mai repede posibil. Dacă o minge cade, echipa trebuie să o ia și să continue cursa. Câștigătorul este echipa care face cel mai mic număr de greșeli și este mai rapidă.



2. O cursă releu "Nu-ți uda picioarele!": Fiecare echipă va avea nevoie de 2 foi de hârtie / carton de dimensiune A3 și un con. Toți membrii unei echipe stau într-un rând în spatele celuilalt: un copil, o mamă și un tată. Când se dă semnalul de pornire, un copil pune o foaie de hârtie / carton în fața lui, traversează cu ambele picioare și apoi pune a doua foaie în față la o distanță atât de mare încât să poată ajunge și să stea pe ea ("fără a avea picioarele ude").

După atingerea celei de-a doua coli, copilul pune din nou prima foaie în fața lui și astfel se mișcă înainte până când ajunge la conul marcând spatele sală de gimnastică.

Apoi, jucătorul trebuie să ia ambele foi în mâini, să se miște în jurul conului și să se întoarcă rapid în echipa sa pentru a trece foile la cel de-al doilea jucător etc. Câștigătorul este echipa care vine pe primul loc și nu face greșeli.

3. O cursă logică de sarcină "Construiește un cuvânt!": Fiecare echipă va avea nevoie de cartonașe de mici litere, o foaie de hârtie și un stilou. Toți membrii unei echipe stau la linia de start într-o astfel de ordine: tată, copil și mamă. Când se dă semnalul de start, membrii echipei, ținându-se unul pe celălalt cu mâinile, se îndreaptă spre masa / banca care se află la o distanță îndepărtată de linia de start. De îndată ce se apropie de ea, trebuie să întoarcă cartonașele cu litere amestecate, să facă un cuvânt și să o scrie pe foaia de hârtie. După ce copilul ia o hârtie cu un cuvânt scris, tatăl își ia copilul de armpits și mama îl ia pe copil cu picioarele.

Părinții trebuie să alerge și să transporte copilul la linia de start. Când echipa termină, copilul trebuie să ridice foaia și să afișeze cuvântul. Câștigătorul este echipa care vine primul și construiește un cuvânt corect.

Rolul profesorului: Profesorul îi motivează și îi determină pe elevi și pe familiile lor să devină participanți activi la viața școlară și să participe la evenimentele sociale organizate la școală.

Creând o colaborare reciprocă adecvată, el / ea ajută la construirea unor relații puternice între studenți, părinți și comunitatea școlară.

Rolul elevilor: Un elev trebuie să-și încurajeze părinții să se implice în viața comunității școlare și să fie un participant activ însuși.

El trebuie să ofere un ajutor versatil profesorului de a organiza evenimentele comunității și de a reduce diferența dintre școală și familia sa.

Obiective pedagogice:

Pentru a consolida relațiile, cooperarea și colaborarea dintre școală și familiile studenților, întărirea relațiilor reciproce dintre elevi și părinții lor.

Pentru a motiva studenții și membrii familiilor acestora să fie activi fizic și capabili să conducă un stil de viață sănătos.

Dezvoltarea abilităților de a petrece în mod semnificativ timpul liber, îmbunătățind nevoile de a vă deplasa prin bucurie, satisfacție, entuziasm și emoții pozitive.

Abilități fizice și sociale antrenate: participanții își dezvoltă abilitățile de gândire logică, creativitate, fairplay, responsabilitate, comunicare și colaborare, agilitate, viteză și tenacitate, abilitatea de a lucra într-o echipă și de a fi membru al comunității.







SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU RECUNOAȘTEREA COMUNITĂȚILOR LOCALE PRIN SPORT

- **Țara:** Lituania.
- **Subiect:** SOA pentru recunoașterea comunităților locale prin sport**.**
- **Denumirea instrumentului:** Construirea de parteneriate de familie, școală și comunitate prin intermediul sportului.
- **Tipul de activitate:** Tutorială.
- **Participanți:** elevi, părinți, alți membri ai comunității locale.

Resurse și materiale necesare: Diverse, în funcție de sport și jocuri practicate.

Descrierea scurtă a activității: Una dintre metodele de includere a părinților, rudelor sau a altor persoane în viața comunității școlare este coaching-ul echipelor sportive. Toți elevii claselor individuale sau chiar mai mulți elevi din fiecare clasă pot forma o echipă care are un antrenor voluntar - unul dintre părinții sau bunicii lor, un frate sau soră mai mare, un unchi sau mătușă sau chiar un vecin sau alt membru al comunitatea locală.

De obicei acești oameni obișnuiau să practice un fel de sport în mod activ atunci când erau copii ei înșiși sau ca hobby în prezent, să participe la unele cursuri în timpul lor liber etc. și, prin urmare, cunosc foarte bine regulile și cunosc cum antrenorul ar trebui să se comporte. Cu toate acestea, principiul de bază este că nu are nicio legătură primară cu sportul.



Practica de formare poate fi organizată seara sau la sfârșit de săptămână la sală de gimnastică sau la loc de joacă. Uneori, comunitatea bisericii locale sau municipalitatea poate oferi o sală pentru practica de formare a echipelor. Când echipele sunt gata să concureze, organizează concursurile sportive comunitare pentru cea mai bună echipă, un premiu special, un grant sau un premiu.

În timpul acestor evenimente, antrenorii echipelor pot deveni ei înșiși arbitrii sau pot invita și ceilalți membri ai comunității în acest scop.

Toți ceilalți sunt fani și sprijină echipele lor preferate. De obicei, oamenii de afaceri locali sponsorizează meciul. Reprezentanții presei regionale, ai autorităților locale și ai comunităților de vecinătate sunt invitați să participe, de asemenea.

Scopul este de a arăta membrilor comunităților cât de ușor pot face sportul și activitatea fizică o parte din viața lor de zi cu zi - vieți care sunt împărtășite cu alții, indiferent de fundal. Desigur, sportul este de a te distra, de a fi sanatos si de a te simti bine despre tine. Dar este vorba despre ceva mult mai mare. Sportul și activitatea fizică aduc împreună oameni din medii diferite, contribuind la crearea de prietenii și construirea de comunități.

Rolul profesorului: Un profesor devine un observator, consilier sau motivator care oferă ajutor atunci când este necesar.

Rolul elevilor: Un elev este un participant foarte activ în practica de formare și evenimente sportive și încurajează, de asemenea, părinții săi, rudele și alți membri ai comunității să se implice în viața comunității școlare.



Obiective pedagogice:

Sportul contribuie la identitatea comunității, ca punct principal pentru interacțiunea personală și implicarea comunității.

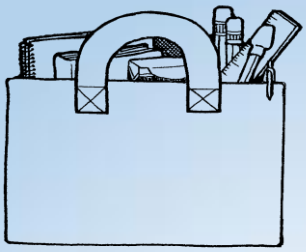
Sportul poate fi folosit pentru a aborda inegalitățile și dezavantajele sociale.

Sportul are potențialul de a ajunge la o secțiune largă a membrilor comunității.

Sportul poate fi folosit pentru a susține oportunitățile de conducere ale oamenilor într-o serie de roluri nerecomandate - arbitri, administratori, antrenori, formatori etc.

Abilități fizice și sociale instruite: Sportul ajută la strângerea comunității și la crearea de noi relații între grupurile sociale disparate. Își aduce oamenii împreună pentru a juca, a vorbi și a împărtăși experiențe. Activitățile voluntare îmbogățesc viața oamenilor și îmbunătățesc legăturile lor în cadrul comunității mai largi. Participarea elevilor la sport poate contribui la performanțele lor academice, poate învăța aptitudini valoroase de viață, leadership, competență socială și integrare, controlul greutății, învățarea abilităților de rezolvare a problemelor și de autoevaluare.





MATERIALE DEZVOLTATE ȘI UTILIZATE ÎN TIMPUL PROIECTULUI

Există o mulțime de materiale suplimentare care se referă la diferitele etape ale activităților noastre. Acesta a fost destinat să ofere o imagine completă a încercării noastre de a atinge obiectivele proiectului, arătând bucuria și implicațiile copiilor. Materialul poate fi găsit pe site-urile școlilor participante, precum și pe:

TWINSPACE

https://twinspace.etwinning.net/11187/home



FACEBOOK

https://www.facebook.com/groups/1631537980440400/?fref=nf



Acest ghid este ilustrativ pentru munca în echipă a tuturor participanților la proiect, elevi, profesori și comunități. Forma sa scrisă a fost posibilă datorită expertizei și angajamentului următorilor colegi:

Adma Baltutiene
Adriana Rinciog
Alina Raducu
Anna Maria Atzori
Anna Maria Mura
Anna Rita Farina
Antonina Pinna
Audrone Ezerskiene
Audrone Ezerskiene
Barbara Carboni
Barbara Spazziani
Beyza Sari
Birna Guðrún Baldursdóttir
Caterina Palomba
Cerasela Podoreanu
Dan Popescu
Diana Dimitrova
Diana Raycheva
Dino Trebini
Duygu Yildirim
Eva Caminal
Fabiana Casula
Florin Falnicu
Francesca Bianco
Francesca Fois
Gabriel Florin Macsim
Giorgia Bella
Giovanna Emilia Cabizzosu
Giovanni Antonio Carta
Giuseppina Lungheu
Gloria Posada
Gratiela Popescu
Guðríður Sigurðardóttir
Hasan Huseyn Gulmez
Helga Halldórsdóttir
Ina Stankeviciute
Iulia Cristian
Karen Jóhannsdóttir
Krasimira Ivanova
Lorenza Pinna
Madalina Mirea
Margherita Goffi
Maria Teresa Villanueva
Marina Keremedchieva
Marisa Balzani
Mehmet Durmus
Miranda Tarvydiene
Nedka Stavreva
Paola Sini
Petruta Popescu
Roberta Alessandra
Carla Frau
Rosalina Panijhel
Rositsa Sokolova
Rossana Lay
Rossella Ghio
Sabrina Giacoboni
Sonay Sahin
Stefania Manca
Tiziana Secchi
Tony Nicolae
Vaida Sarkauskiene
Valeria Grassi
Valeria Grassi
Vanya Doykova
Viliute Vindzigelskiene
Viliute Vindzigelskiene
Vilma Nevardauskiene
Virginija Gecaite
Vittorio Sanna

ISBN 978-606-663-514-1

