

Activități interdisciplinare pentru elevii cu CES în cadrul lecțiilor de *Educație fizică și sport*

Mișcare și cunoaștere

Autor: Prof. CORAȘ FLORIN-MARIUS
Liceul Tehnologic „Vasile Juncu”, Miniș

Acest document servește ca resursă metodică pentru cadrele didactice care lucrează cu elevi cu Cerințe Educaționale Speciale (CES). Obiectivul principal este integrarea conceptelor teoretice în activități motrice pentru a facilita învățarea prin experiență senzorială și kinestezică.



I. INTRODUCERE

Educația contemporană se fundamentează tot mai mult pe principiile incluziunii, echității și individualizării învățării, ceea ce presupune adaptarea permanentă a demersului didactic la diversitatea nevoilor elevilor, în special în cazul celor cu cerințe educaționale speciale (CES), pentru care accesul real la educație nu se rezumă doar la prezența în mediul școlar, ci implică participarea activă, valorizarea potențialului individual și dezvoltarea armonioasă a personalității, iar în acest context, disciplina Educație fizică și sport ocupă un loc deosebit de important, deoarece, prin specificul său practic și interactiv, oferă oportunități autentice de integrare, socializare și dezvoltare a abilităților motrice, emoționale și sociale, contribuind astfel la creșterea stimei de sine și la consolidarea sentimentului de apartenență la grup, însă pentru ca aceste beneficii să fie atinse în mod eficient, este necesară adoptarea unor strategii didactice adaptate și flexibile, în care activitățile interdisciplinare joacă un rol esențial, întrucât acestea permit corelarea educației fizice cu alte arii curriculare, precum consilierea școlară, educația pentru sănătate, artele sau chiar limbajul și comunicarea, facilitând o abordare globală a dezvoltării copilului, astfel încât intervenția educațională nu mai este fragmentată, ci devine un proces coerent și integrator, în care toate componentele învățării contribuie la atingerea succesului școlar și personal, în același timp, prin integrarea elevilor cu CES în activități sportive adaptate, bazate pe colaborare și sprijin reciproc, se promovează valori fundamentale precum toleranța, respectul, solidaritatea și acceptarea diversității, ceea ce transformă ora de educație fizică într-un spațiu educațional incluziv și formativ, capabil să răspundă atât nevoilor individuale ale elevilor, cât și cerințelor unei societăți moderne, orientate spre incluziune și dezvoltare durabilă.

II. ACTIVITĂȚI INTERDISCIPLINARE ÎN LUCRUL CU ELEVII CU CES ÎN CADRUL ORELOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Activitățile interdisciplinare reprezintă o modalitate eficientă de organizare a demersului didactic, prin care conținuturile și competențele specifice mai multor discipline sunt integrate într-o abordare unitară, adaptată nevoilor reale ale elevilor, iar în cazul elevilor cu cerințe educaționale speciale (CES), această abordare capătă o importanță deosebită, deoarece permite personalizarea învățării și valorificarea potențialului individual în contexte variate și motivante, în acest sens, disciplina Educație fizică și sport oferă un cadru ideal pentru implementarea activităților

interdisciplinare, datorită caracterului său dinamic, practic și deschis către colaborare, facilitând astfel nu doar dezvoltarea motrică, ci și pe cea cognitivă, emoțională și socială a elevilor.

Integrarea interdisciplinară în cadrul orelor de educație fizică presupune corelarea exercițiilor și jocurilor motrice cu elemente provenite din alte domenii ale cunoașterii, ceea ce conduce la crearea unor situații de învățare complexe, în care elevii sunt implicați activ și își dezvoltă competențe multiple simultan, de exemplu, asocierea activităților sportive cu elemente de educație pentru sănătate contribuie la formarea unor comportamente responsabile legate de stilul de viață, igienă și alimentație, în timp ce integrarea consilierii școlare în cadrul jocurilor de echipă facilitează dezvoltarea abilităților socio-emoționale, precum cooperarea, respectul reciproc și gestionarea emoțiilor, aspecte esențiale pentru elevii cu CES, care se pot confrunta frecvent cu dificultăți de relaționare și adaptare socială. Un alt aspect esențial al abordării interdisciplinare îl constituie colaborarea dintre cadrele didactice, profesorul de educație fizică lucrând în echipă cu profesorul de sprijin, consilierul școlar și chiar cu familia elevului, pentru a adapta activitățile la nivelul de dezvoltare și la particularitățile fiecărui copil, astfel încât sarcinile să fie accesibile, dar în același timp stimulative, în acest context, strategiile didactice utilizate includ jocuri adaptate, trasee aplicative diferențiate, exerciții de coordonare integrate cu sarcini cognitive simple (cum ar fi recunoașterea culorilor, numărarea sau asocierea), precum și activități ritmice sau expresive care valorifică dimensiunea artistică și contribuie la dezvoltarea creativității. De asemenea, interdisciplinaritatea facilitează evaluarea globală a progresului elevilor cu CES, prin utilizarea unor metode variate, centrate nu doar pe performanța fizică, ci și pe implicare, cooperare și progres individual, ceea ce contribuie la creșterea motivației și la consolidarea încrederii în sine, elevii fiind încurajați să participe activ, fără teama de eșec sau de comparație, ceea ce transformă ora de educație fizică într-un spațiu sigur și incluziv, în care fiecare copil are șansa de a reuși.

Prin urmare, activitățile interdisciplinare în cadrul lecțiilor de Educație fizică și sport nu reprezintă doar o soluție metodologică modernă, ci o necesitate în lucrul cu elevii cu CES, deoarece acestea asigură coerența intervenției educaționale, valorifică diversitatea și contribuie la realizarea unei educații autentice, centrată pe elev, în care dezvoltarea armonioasă și succesul școlar devin obiective realizabile pentru toți copiii, indiferent de particularitățile lor.

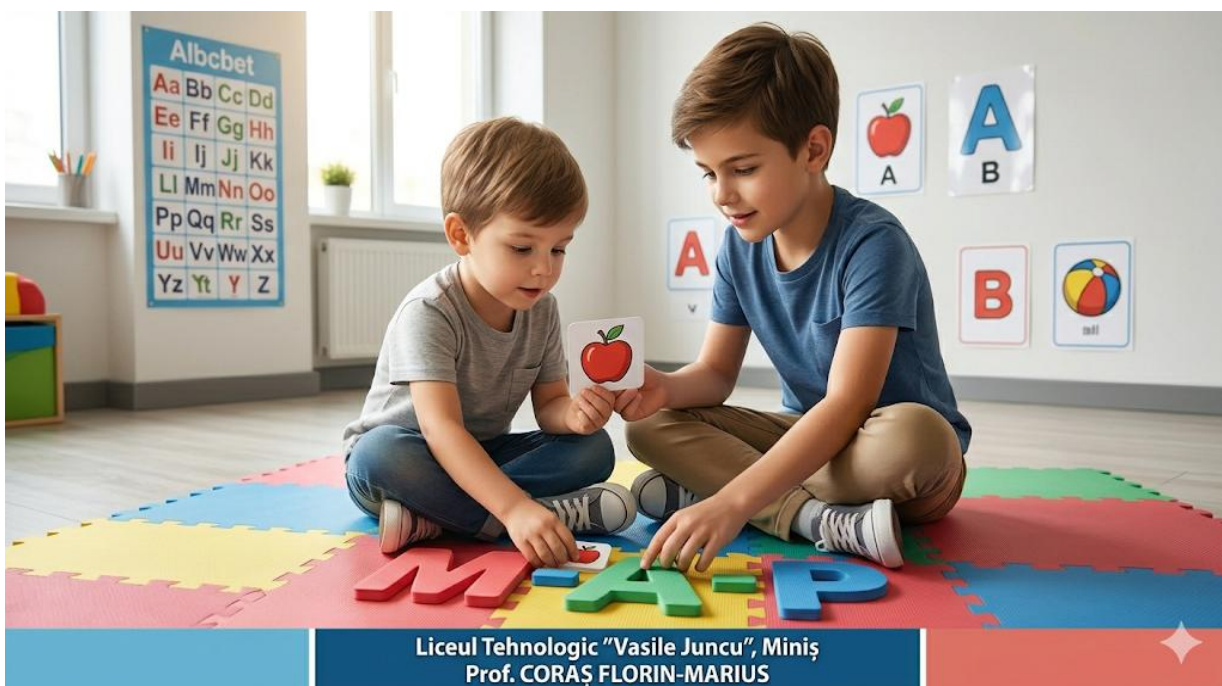
III. EXEMPLE DE ACTIVITĂȚI INTERDISCIPLINARE ADAPTATE ELEVILOR CU CES ÎN CADRUM ORELOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

În vederea eficientizării intervenției educaționale și a facilitării integrării reale a elevilor cu cerințe educaționale speciale, activitățile interdisciplinare desfășurate în cadrul orelor de Educație fizică și sport pot fi concepute astfel încât să îmbine dimensiunea motrică cu cea cognitivă, emoțională și socială, oferind contexte variate de învățare adaptată și incluzivă, de exemplu, o activitate interdisciplinară poate fi realizată prin organizarea unor jocuri de tip traseu aplicativ, în care elevii parcurg diferite stații ce includ atât exerciții motrice (sărituri, aruncări, echilibru), cât și sarcini cognitive simple inspirate din matematică sau limbaj, precum recunoașterea numerelor, asocierea imaginilor sau formularea unor propoziții, această activitate contribuind simultan la dezvoltarea coordonării, atenției și capacității de concentrare, fiind adaptată în funcție de nivelul fiecărui elev, în același timp, integrarea educației pentru sănătate poate fi realizată prin jocuri tematice precum „Circuitul stilului de viață sănătos”, unde elevii învață, prin mișcare, despre importanța alimentației echilibrate, a igienei și a activității fizice regulate, iar pentru elevii cu CES, aceste informații sunt prezentate în mod vizual și practic, facilitând înțelegerea și aplicarea lor în viața de zi cu zi, o altă activitate interdisciplinară valoroasă poate fi realizată în colaborare cu disciplina Arte, prin exerciții ritmico-motrice desfășurate pe muzică, în care elevii sunt încurajați să exprime emoții și stări prin mișcare, ceea ce contribuie la dezvoltarea expresivității și a încrederii în sine, în timp ce jocurile de echipă adaptate, precum „Ștafeta prieteniei” sau „Jocul cooperării”, pot integra elemente de consiliere școlară, urmărind dezvoltarea abilităților sociale, a spiritului de echipă și a respectului reciproc, fiind deosebit de utile pentru elevii care întâmpină dificultăți de relaționare, de asemenea, în cadrul acestor activități, profesorul poate introduce sarcini diferențiate, oferind sprijin suplimentar elevilor cu CES prin explicații clare, demonstrații vizuale și feedback pozitiv constant, ceea ce contribuie la creșterea motivației și la reducerea anxietății legate de performanță, iar evaluarea acestor activități se realizează într-un mod flexibil, punând accent pe progresul individual, implicarea activă și capacitatea de colaborare, nu pe performanța fizică propriu-zisă, ceea ce creează un climat educațional pozitiv și incluziv, în care fiecare elev are șansa de a reuși, demonstrând astfel că activitățile interdisciplinare nu doar îmbogățesc procesul de predare-învățare, ci devin instrumente esențiale în sprijinirea dezvoltării armonioase și a succesului școlar al elevilor cu CES

1. Matematică: Geometria în mișcare

Conceptele abstracte precum formele geometrice sau numerele pot fi interiorizate mai ușor prin parcurgerea lor fizică.

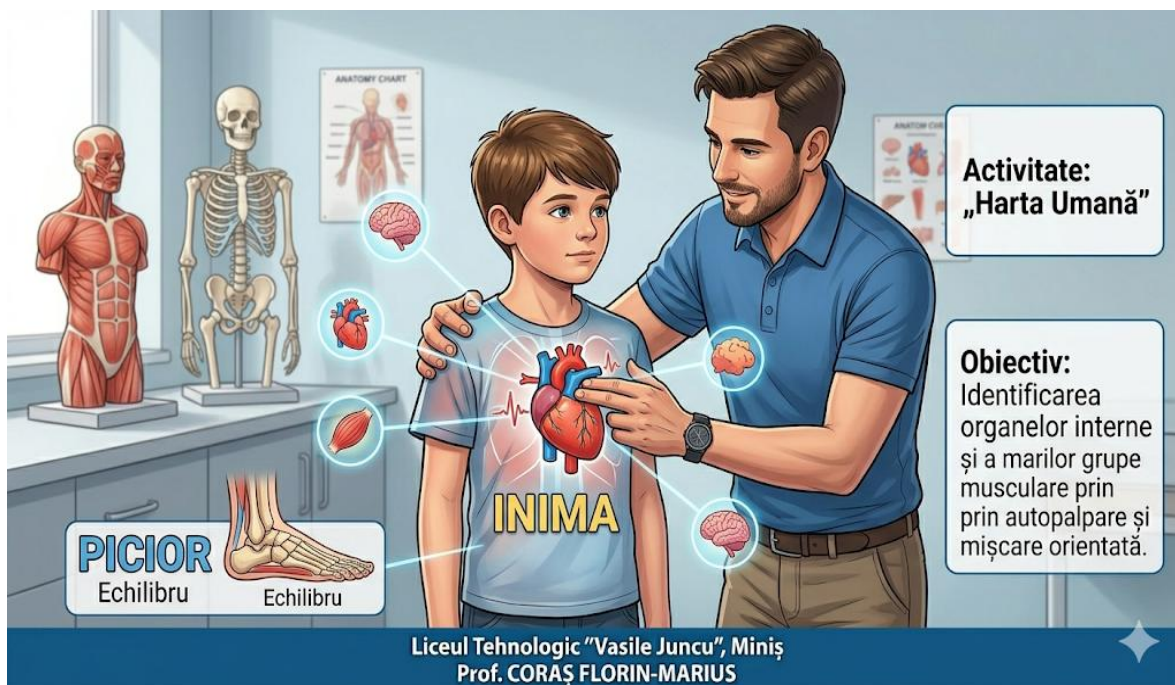
| Activitate | Descriere | Adaptare CES |
|-------------------------|---|--|
| Traseul Formelor | Parcurgerea conturului unor forme (cerc, pătrat, triunghi) trasate pe sol prin mers în echilibru. | Utilizarea corzilor groase pentru feedback tactil la nivelul tălpilor (pentru elevii cu deficiențe de vedere). |
| Calcul cu Popice | Doborârea unui număr de popice corespunzător rezultatului unui calcul matematic simplu. | Folosirea numerelor mari, contrastante și a feedback-ului verbal imediat după reușită. |



2. Limbă și comunicare: Alfabetul motric

Dezvoltarea abilităților de alfabetizare prin mișcare reduce anxietatea și crește gradul de retenție a informației.

- **Vânătoarea de Litere:** Colectarea literelor din spumă împrăștiată în sală pentru a forma cuvinte scurte.
- **Verbele în Acțiune:** Executarea unei sarcini motrice care corespunde verbului extras de pe un bilețel (ex: „a sări”, „a se târî”).



3. Științe și biologie: Corpul ca laborator

Învățarea despre sănătate și anatomie prin observarea propriilor reacții fiziologice la effort.

- **Activitate propusă: „Pulsul și ritmul inimii”:** Elevii realizează un exercițiu fizic de intensitate moderată, după care își verifică pulsul prin autopalpare, pentru a observa ritmul bătăilor inimii. Ulterior, se poartă o discuție despre funcționarea inimii și rolul sângelui în timpul efortului, utilizând explicații accesibile și exemple ușor de înțeles.



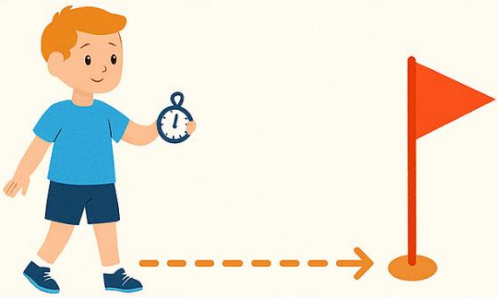
4. Geografie: Orientarea în spațiu

Dezvoltarea schemei corporale și a orientării față de punctele cardinale folosind reperele sălii de sport.

| Punct Cardinal | Repere Vizuale (Cod Culori) | Activitate |
|----------------|-----------------------------|--|
| Nord | Albastru (Gheață/Frig) | Deplasare rapidă spre peretele nordic la semnal sonor. |
| Sud | Galben (Soare/Căldură) | Mers lateral spre poarta de fotbal din sud. |

GEOGRAFIE: ORIENTAREA ÎN SPAȚIU

| | |
|---------------------|--|
| Activitate | Orientarea cu busola |
| Descriere | Elevii folosesc busola pentru a ajunge la diferite repere indicate. |
| Adaptare CES | Utilizarea unui clasor de imagini pentru reprezentarea grafică a reperelor |






5. Arte: Expresivitate prin mișcare

Integrarea artei dezvoltă creativitatea și exprimarea emoțională.

| Activitate | Descriere | Adaptare CES |
|--------------------|---|---|
| Dansul emoțiilor | Elevii exprimă emoții (bucurie, tristețe) prin mișcări pe muzică. | Alegerea unor ritmuri lente și repetitive pentru elevii cu dificultăți de coordonare. |
| Desen după mișcare | Elevii desenează o mișcare realizată anterior. | Furnizarea de șabloane și modele pentru elevii cu dificultăți grafice. |

ARTE: EXPRESIVITATE PRIN MIȘCARE


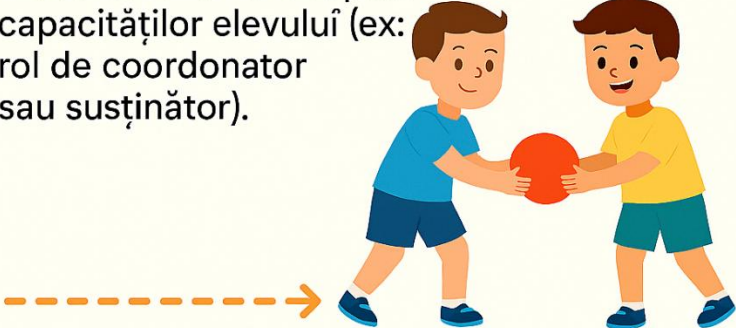
| | |
|---------------------|--|
| Activitate | Dansul emoțiilor  |
| Descriere | Elevii exprimă emoții (bucurie, tristețe) prin mișcări pe muzică.  |
| Adaptare CES | Alegerea unor ritmuri lente și repetitive pentru elevii cu dificultăți de coordonare. |

6. Consiliere și dezvoltare personală: Jocuri de cooperare

Activitățile sprijină integrarea socială și lucrul în echipă.

| Activitate | Descriere | Adaptare CES |
|--------------------|---|--|
| Ștafeta prieteniei | Activitate pe echipe în care elevii trebuie să coopereze pentru finalizarea sarcinii. | Alocarea unui rol adaptat capacităților elevului (ex: rol de coordonator sau susținător). |
| Cercul încrederii | Elevii își pasează mingea, spunând un lucru pozitiv despre coleg. | Oferirea de exemple și sprijin verbal pentru elevii care întâmpină dificultăți de exprimare. |

CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ: JOCURI DE COOPERARE

| | |
|--|---|
| Activitate | Ștafeta prieteniei |
| Descriere | Activitate pe echipe în care elevii trebuie să coopereze pentru finalizarea sarcinii. |
| Adaptare CES  | Alocarea unui rol adaptat capacităților elevului (ex: rol de coordonator sau susținător).  |

5. Strategii metodice de implementare

- **Evaluarea inițială:** Adaptarea fiecărei activități conform Planului de Intervenție Personalizat (PIP).
- **Fragmentarea sarcinii:** Descompunerea activităților complexe în pași mici pentru a evita suprasolicitarea cognitivă.
- **Întărirea pozitivă:** Utilizarea recompenselor imediate (sociale sau simbolice) pentru fiecare mic progres.

„Sportul este limbajul universal prin care fiecare copil, indiferent de bariere, poate învăța să spună: 'Eu pot!'" — Prof. Coraș Florin-Marius