

## PROIECT DIDACTIC

**Unitatea de învățământ:** Liceul Tehnologic "Vasile Juncu", Miniș

**Profesor:** CORAȘ FLORIN-MARIUS

**Data:** 10.03.2025

**Clasa:** a VII-a (Efectiv: 20 elevi, din care 2 elevi cu CES – diagnostic: Tulburare de conduită/opoziționism)

**Disciplina:** Educație fizică și sport

**Unitatea de învățare:** Jocul de fotbal

**Subiectul:** Consolidarea conducerii mingii și a pasei cu latul

**Tipul lecției:** Consolidare și formare de priceperi și deprinderi

### I. ANALIZA RESURSELOR

#### 1. Obiective motrice (pentru întreaga clasă):

- **OM.1:** Să execute conducerea mingii printre jaloane, păstrând contactul cu mingea la maxim 1 metru de corp;
- **OM.2:** Să paseze cu latul piciorului către un partener aflat la 5-7 metri, cu o precizie de minim 70%;
- **OM.3:** Să coordoneze mișcarea brațelor cu cea a picioarelor în timpul alergării cu mingea.

#### 2. Obiective psihopedagogice (Focus CES):

- **OP.1 (Integrare):** Elevii cu CES vor fi integrați în grupe de lucru mixte, fără a fi izolați;
- **OP.2 (Autoreglare):** Diminuarea comportamentelor perturbatoare (întreruperea explicațiilor, părăsirea spațiului de joc) prin tehnica "contractului vizual";
- **OP.3 (Social):** Reducerea reactivității la eșec prin reîncadrarea greșelii ca "pas spre învățare".

#### 3. Resurse:

- **Materiale:** 20 mingi fotbal (diferențiate ca greutate), 15 jaloane conice neon, 4 porți mici, veste colorate, fluier, panou cu pictograme "Regulile clasei", jetoane verzi/galbene;
- **Spațiale:** Sala de sport a liceului.

## II. SCENARIUL DIDACTIC (STRUCTURA PE MOMENTE)

### 1. Organizarea colectivului (3 min)

- **Activitate:** Alinierea în linie pe un rând, raportul, salutul;
  - **Strategie CES:** Profesorul stabilește contact vizual direct cu cei doi elevi. Se prezintă "Orarul vizual" al orei pe un panou: (1. Încălzire -> 2. Exerciții -> 3. Joc -> 4. Evaluare);
- Notă:** Se explică clar consecința încălcării regulilor: „*Dacă ești agitat, mergi în zona de liniștire 2 minute, apoi revii*”.

### 2. Pregătirea organismului și influențarea selectivă (12 min)

- **Activitate:** Variante de mers, alergare ușoară, deplasări laterale. Exerciții de gimnastică (segmentare);
- **Focus CES:** Pentru a preveni plictiseala (declanșator de haos), se schimbă varianta de mișcare la fiecare 30 de secunde;
- **Tehnică:** Cei doi elevi sunt numiți "șefi de grupă" la exercițiile de brațe (pentru a le satisface nevoia de control într-un mod constructiv).

### 3. Consolidarea deprinderilor – Lucrul pe stații (25 min)

#### Stația A: Conducerea mingii (Dribling)

- **Sarcina:** Slalom printre 6 jaloane;
- **Metodologie:** Elevii lucrează în coloană;
- **Intervenție CES:** Pentru a evita conflictele la rând, elevii cu CES sunt plasați la distanță unul de celălalt (unul la stația A, celălalt la stația B). Jaloanele pentru ei sunt de altă culoare, oferindu-le un traseu clar vizual;

#### Stația B: Pasa și Recepția (Cooperare)

- **Sarcina:** Pase în doi, cu latul, peste o bancă de gimnastică răsturnată (pentru a forța ridicarea ușoară a mingii sau precizia);
- **Intervenție CES:** Se folosește metoda "Tutoratului": elevul cu CES este pus în pereche cu un elev calm, empatic (model pozitiv). Profesorul stă fizic mai aproape de această pereche pentru a valida succesul imediat: "*Bravo, X! Ai dat o pasă perfectă lui Y!*".

### 4. Joc bilateral adaptat (10 min)

- **Format:** Joc 5 la 5 pe teren redus.
- **Reguli de aur (Fair-Play):**

1. Orice protest la decizia arbitrului (profesorul) atrage o eliminare de 1 minut;
  2. Un gol marcat de un elev cu CES după o pasă primită valorează 2 puncte (stimulează colegii să îi paseze).
- **Managementul Conflictului:** Dacă unul dintre elevii cu CES devine agresiv (împinge, jignește), profesorul folosește fluierul scurt și îl invită în "**Zona Neutrală**" (o saltea în afara terenului) unde trebuie să respire de 5 ori adânc înainte de a reintra.

### 5. Evaluare și Încheiere (5 min)

- **Activitate:** Mers de relaxare, exerciții de respirație (tehnica balonului);
- **Analiza comportamentului:** Nu se evaluează doar execuția tehnică;
- **Feedback CES:** Profesorul le oferă celor doi elevi câte un jeton verde dacă au reușit să finalizeze ora fără eliminări. „*Sunt mândru că azi ai controlat mingea și emoțiile!*”.

### III. FIȘA DE OBSERVAȚIE (ANEXĂ PENTRU CES)

Elev	Comportament țintă	Realizat	Observații
Elev 1	Acceptarea deciziilor (fără replici)	[ ] Da / [ ] Nu	S-a enervat la min. 20, dar s-a reglat singur.
Elev 2	Colaborarea cu perechea	[ ] Da / [ ] Nu	A pasat de 4 ori, progres față de ora trecută.

### IV. SFATURI PENTRU PROFESOR

1. **Limbajul nonverbal:** Folosiți semne de mână pentru a comunica cu elevii cu CES în timpul jocului, pentru a nu-i expune verbal în fața clasei!
2. **Predictibilitatea:** Nu schimbați regulile în timpul jocului; acest lucru îi destabilizează și generează explozii de furie!
3. **Misiunea Specială:** Dacă simțiți că un elev este pe punctul de a "exploda", cereți-i ajutorul: "*Vino să mă ajuți să numărăm pasele echipei albastre*". Această pauză cognitivă îi salvează de la un comportament agresiv!