



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

# CUM POT FI MOTIVAȚI ELEVII CARE NU SUNT IMPLICAȚI FRECVENT ÎN ACTIVITĂȚI FIZICE

*Ghid pentru Profesorii de Educație Fizică*

Index	
<u>Introducere</u>	
1.	<u><a href="#">Observarea elevilor – Context</a></u>
2.	<u><a href="#">Comunicarea cu elevii</a></u>
3.	<u><a href="#">Crearea de abordări de succes în predarea disciplinei Educație Fizică</a></u>
4.	<u><a href="#">Stabilirea de sarcini și scopuri adecvate – Folosirea perspectivei pozitive a sportului</a></u>
5.	<u><a href="#">Exploatarea beneficiilor dezvoltării de competențe prin activități fizice și sport</a></u>
6.	<u><a href="#">Organizarea de activități extra-curriculare</a></u>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

## Introducere

Ghidul a fost elaborat și testat între parteneri, ținând cont de abordări diferite a educației fizice în sistemele școlare și încercând să se ofere profesorilor o oportunitate pentru discuții și dezbateri.

Profesorii de educație fizică la nivel secundar au o influență mai mare asupra obiceiurilor atitudinale ale elevilor-sportivi decât în orice alt moment al carierei lor atletice.

Motivarea elevilor este sarcina cea mai dificilă a profesorilor de educație fizică. Sunt foarte multe variabile de luat în calcul atunci când vorbim despre menținerea motivației elevilor, astfel încât poate unii antrenori reușesc să îi implice pe elevi în activitatea, dar partea cu adevărat provocatoare este menținerea implicării.

Abilitățile necesare profesorilor ce lucrează cu tinerii, ce îi formează în domenii diferite sunt variate, dar pentru a fi eficienți trebuie să țină cont de nivelul motivației ce poate fi obținut în rândul elevilor. Profesorii de educație fizică detin un instrument deosebit ce poate fi folosit cu succes în creșterea implicării elevilor: jocul, ce, dacă este structurat cu reguli bine definite, se poate numi sport.

“A fost dovedit faptul că prin educație fizică și sport elevii se identifică cu școala, crește nivelul motivației, se promovează comportamente sociale dezirabile în cadrul școlii și se dezvoltă abilitățile de lider și cele civice/ sociale.”

Stead & Neville 2010.

“Copiii ce se află într-o formă fizică bună, au dovedit o bună funcționare a creierului, obțin performanță școlară mult peste nivelul celor care nu se află într-o formă fizică tocmai bună”.

Caddock 2012.

Studiile longitudinale sugerează că este o conexiune directă între performanța școlară și implicarea în activitățile sportive. Strategiile ce implică folosirea programului de educație fizică la nivelul întregii școli funcționează atunci când:

- Conducerea este implicată în planificare și implementare;
- Oamenii și personalul sunt atent selecționați;
- Atât profesorii de educație fizică și sport cât și cei de alte discipline colaborează în vederea dezvoltării strategiilor și resurselor; și
- Metoda de evaluare este stabilită încă din etapa de planificare.

The Youth Sport Trust (YST) a colaborat cu școlile din UK pentru a identifica modul în care programul de educație fizică poate produce modificări la nivelul standardelor școlii, într-un mod reproductibil și durabil. Astfel am dezvoltat un spațiu pe care școlile îl pot folosi pentru a identifica strategii ce pot fi aplicate diferitelor grupuri sau contexte.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

## Observarea elevilor- Contextul relevant

Este un fapt general acceptat ca susținerea lecțiilor în contexte reale poate îmbunătăți motivația și implicarea elevilor. Contextele reale sunt familiare și interesante pentru tineri și pot fi introduse cu ușurință în activitatea didactică. De exemplu, folosirea informațiilor din viața reală pentru ilustrarea conceptelor matematice. Aceasta conduce la utilizarea sportului în activitatea trans-curriculară. Necesită efort din partea școlii pentru a incorpora ideile în predarea tradițională, dar este folositoare în creșterea motivației și implicării elevilor la lecții.

Pe parcursul activității, elevii dezvoltă relații, iar profesorul de educație fizică trebuie să observe cu atenție pentru a stabili modul de abordare și abilitățile individuale.

Atunci când efectuează o ANALIZĂ A NIVELURILOR INITIALE, profesorul ar trebui să detecteze abilitățile motorii: coordonarea și condiția.

Lucrul în echipă este important pentru a observa abilitățile de socializare și gradul de responsabilitate.

La acest nivel, profesorul poate folosi instrumente diferite pentru a identifica nivelul inițial al elevilor. Observația poate fi folosită liber pentru a identifica abilitățile de mișcare/ coordonare. Observarea este faza incipientă către comunicare (urmată de dialoguri colective, dar și individuale).

## Obiective de învățare

Scopul acestui subiect este de a le oferi profesorilor de educație fizică sugestii de observare eficiente și de a înțelege complexitatea motivației în activitățile sportive.

## Resurse online

### [Observarea elevilor](#)

Acest website oferă o varietate de instrumente pentru profesori, Te ajută să descoperi tipuri de sarcini care pot conduce la performanță.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

## Comunicarea cu elevii

Comunicarea directă este elemental cheie în stabilirea unei relații puternice.

Este foarte important să discutați cu fiecare elev. Îndrumările sunt apreciate de tineri și chiar și anumite remarci negative sunt preferabile în locul ignorării. Cu toate acestea "Efectul unui bun compliment poate ține o lună", așa dar asigurați-vă că îi încurajați tot timpul și să sărbătoriți împreună succesul.

Felul în care comunicați este la fel de important cu ce anume comunicați. Priviți mereu elevii în ochi atunci când discutați, și spuneti-le pe nume deoarece ei simt nevoia aprecierii.

Comunicarea este formată din 2 etape: vorbitul și ascultatul. Ambele sunt la fel de importante. Profesorii de educație fizică nu sunt ascultători prea buni, dar atunci când identificați o problemă, ar trebui să încercați să ascultați cu atenție și să înțelegeți problema. Ascultați ideile și lamentările deoarece mai presus de acestea poate fi identificată adevăratele motive pentru care un elev nu dorește să participe la orele de educație fizică.

## Obiective de învățare

Scopul acestui subiect este de a oferi profesorilor de educație fizică sugestii de comunicare eficientă cu elevii și de a crește motivația și participarea elevilor la orele de educație fizică..

## Resurse Online



### [Motivatia pentru orele de educatie fizica](#)

Acest articol prezintă o descriere a stilurilor de comunicare interpersonală a profesorilor și relația cu motivația elevilor.



### [Comunicarea eficienta in scoli](#)

Acest capitol prezintă un curs online ce abordează tematica comunicării eficiente și studii de caz pentru identificarea stilurilor de comunicare.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

## Dezvoltarea unor metode de predare ce au fost implementate cu succes in PE

Modelele folosite in PE sunt adesea caracterizate (din punct de vedere pedagogic) prin:

- a) Buna folosirea a tehnicilor de mentorat si coaching;
- b) Dezvoltarea abilitatilor de lucru in echipa;
- c) Demonstratii de calitate;
- d) Obortunitati nenumarate de a invata practic;
- e) Folosirea in mod constructiv a situatiilor competitive;
- f) Folosirea a activitatilor bazate pe jocuri pentru a dezvolta anumite abilitati; si
- g) Stabilirea obiectivelor si monitorizarea progresului intr-un mod inagresiv.

## Obiective de invatare

Scopul acestui subiect este de a oferi sugestii pentru o comunicare eficienta in relatia profesor elev si de a creste motivatia spre activitatile fizice.

Toate aceste strategii pot fi folosite si la alte discipline, dar sunt foarte diferite de cele traditionale. Prin urmare, pot fi folosite patru strategii la nivelul intregii scoli , nerezumandu-se doar la programul de activitati fizica si sport. Aceaste strategii, daca sunt folosite pe termen lung, pot produce schimbari majore in practica scolara, profesorii devin increzatori si pot incerca idei noi, elevii sunt mai implicati in propriul process de invatare.

- <http://www.bbc.co.uk/news/uk-scotland-24608813>
- [www.betterevidence.org/uk-edition/issue-10/using-physical-education-and-sport-to-raise-school-standards](http://www.betterevidence.org/uk-edition/issue-10/using-physical-education-and-sport-to-raise-school-standards)
- [http://www.youthsporttrust.org/media/7864224/2014\\_conference\\_-\\_ri\\_leaflets\\_006.pdf](http://www.youthsporttrust.org/media/7864224/2014_conference_-_ri_leaflets_006.pdf)

## Resurse Online

### ● [Motivatia in orele de educatie fizica](#)

Acest articol prezinta o scurta descriere a stilurilor individuale si relatia cu motivatia elevilor.

### ● [Comunicarea eficienta in scoli](#)

Acest capitol prezinta un curs online ce abordeaza tematica comunicarii eficiente si studii de caz pentru identificarea stilurilor de comunicare.

## Aprofundari

- Stead R, and Neville M (2010), Impactul educatiei fizice si a sportului asupra performantei scolare. *O revizuire a literaturii. Institutul de Tineret si Sport, Universitatea Loughborough.* Chaddock L et al (2012), *Aerobicul si fitnessul timpuriu pot prezice performantele cognitive dupa un an, Jurnalul de Stiinte Sportive*, 30, 421–430.
- [Imbunatatirea jocului](#) Sportul poate fi folosit pentru imbunatatirea abilitatilor de a vorbi in limba engleza, pentru imbunatatirea matematicii si stiintei. Science.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

## Stabileste ini si scopuri potrivite- folosind valoarea pozitiva a sportului

Elevii sunt mult mai motivate sa participe la activitatile sportive daca sarcinile sunt potrivite. O sarcina trebuie sa fie provocatoare, dar nu prea usoara sau prea dificila, astfel motivatia elevilor va scadea imediat.

De asemenea, poti face o diferenta intre sarcinile pe termen lung si cele pe termen scurt. Scopurile pe termen lung pot fi privite initial ca imposibile, dar daca acestea au un plan impartit in pasi gradali, motivatia elevilor poate fi in continua crestere.

Este un lucru normal ca nu toti elevii sa detina aceleasi abilitati sau dezvoltate la acelasi nivel. Pentru aceste cazuri putem folosi aceste 2 strategii

- 1) Invatarea prin invitatie
- 2) Variatii intre sarcini

Invatarea prin invitatie este atunci cand fiecare elev este invitat sa schimbe sarcina dupa cum doreste, dar cu toate acestea unii elevi pot alege sa nu schimbe sarcina. (Graham, Holt/Hale, & Parker, 2010).

Variatiile intre sarcini implica schimbarea sarcinii pentru un elev sau un grup de elevi (Graham, Holt/Hale, & Parker, 2010). Aceasta strategie este utila atunci cand sarcina este potrivita pentru majoritatea elevilor dar pentru un elev sau un grup mic de elevi este prea grea sau prea usoara. In aceasta situatie, pentru a-i motiva pe elevi sa isi continue sarcina si sa continue sa invete se pot da sarcini diferite.

Programul de activitate fizica si sport dezvolta calitati importante pentru dezvoltarea personala la nivel holistic. Acestea includ incredere, ambitie, stima de sine, aspiratii, respect pentru reguli, abilitatile necesare pentru a gestiona castigul si infrangerea, formarea unor relatii pozitive, determinarea, curajul etc. Daca aceste calitati sunt prezente, tinerii se simt in siguranta, isi pot asuma riscuri in invatare, pot accepta sarcini mai dificile, astfel isi imbunatatesc abilitatile. Scolile au gasit multe metode inovative pentru promovarea acestor valori folosind programul de educatie fizica si sport.

## Obiectiv de invatare

Scopul acestui subiect este de a le oferi profesorilor de educatie fizica sugestii pentru desemnarea sarcinilor corecte.

## Resurse Online

- [Survive and Thrive as a Physical Educator](#)

Cartea "Survive and Thrive as a Physical Educator" ofera sprijin in vederea intampinarii provocarilor profesorilor.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

## Dezvoltand si beneficiind de abilitatile dezvoltate de programele de educatie fizica si sport

Activitatile sportive dezvolta abilitati ce sunt necesare si in alte arii ale curriculumului. Aici putem include abilitatile de observatie, analiza, de conducere, lucru in echipa si comunicare. Este ceva obisnuit pentru elevi sa arate ca detin aceste abilitati in contextual sportului, dar nu si in celelalte domenii curriculare. Acest fapt poate fi vazut ca o risipa a talentului si in mod clar nu contribuie la dezvoltarea personala. Lucrul in mod concret cu abilitatile dezvoltate in programul de educatie fizica si sport, intr-o gama variata de domenii sau situatii necesita strategii complexe, scoala trebuie sa dezvolte abilitatile elevilor intr-un mod coordonat, cu o buna comunicare intre profesori. Cu toate acestea, scolile care au aplicat aceste strategii au observat o crestere a abilitatilor si a increderii in randul elevilor, dar si o reducere a timpului alocat studierii unor subiecte repetitive intre discipline.

## Obiective de invatare

Scopul acestui subiect este de a le oferi profesorilor de educatie fizica sugestii de imbunatatire a comunicarii cu profesorii de alte discipline, pentru a-l implica in activitati legate de sport si dezvoltare fizica.

## Resurse Online

**Noi propunem doua instrumente utile pentru profesori:**

- **[Obtinerea excelentei in PE, Sportul in Scolii si Activitati Fizice – Pentru dezvoltarea viziunii scolilor](#)**

Instrumentul va ajuta sa atineti rezultatele propuse in programul Educatie fizica si sportul in scolii., de asemenea te va ajuta sa identifici prioritatile la nivelul scolii. Este usor de folosit – raspundeti la fiecare intrebare si acest instrument va va oferi raspunsurile la intrebarile cheie.

[www.sportengland.org/media/353630/Primary-Spaces-activity-sheets-landscape.pdf](http://www.sportengland.org/media/353630/Primary-Spaces-activity-sheets-landscape.pdf).

- **[Dezvoltarea la nivelul scolilor sau a departamentelor a viziunii PE, sport si activitate fizica- Pland de Actiune](#)**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Număr Proiect: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SC

### Organizarea activitatilor extra-curriculare (interviuri, revista scolii)

Activitatile fizice ce ii implica pe elevi nu ii epuizeaza, iar acest aspect este foarte important deoarece activitatea fizica presupune mai mult decat sport.

In acest stadiu pot fi prezentate elevilor urmatoarele oportunitati:

- Planuieste o cercetare despre desenul graphic, cum ar fi o scurta istorie a jocurilor Olimpice dintr-o perspectiva grafica- studierea logoului, intelegerea design-ului.
- Pregateste a expozitie de fotografie cu tema activitatile sportive scolare
- Realizeaza chestionare pentru a afla nivelul de satisfactie si pentru a identifica nevoile elevilor implicati in activitatile sportive scolare.
- Realizarea unei brosure care sa promoveze abilitatile sportive
- Mentineti legatura cu elevii prin folosirea unui ziar online

### Obiective de invatare

Scopul acestui subiect este de a le oferi profesorilor de educatie fizica sugestii in planificarea activitatilor extra-curriculare astfel incat sa ii implice sa fie implicati si profesorii de discipline diferite, pentru a dezvolta participarea activa.

### Resurse Online

- [Centrul de resurse pentru profesorii de educatie fizica \(si nu numai\) implicati la nivelul liceal](#)

Aceste resurse pot fi folositoare pentru profesori, pot fi o sursa de inspiratie oferind idei noi pentru imbunatatirea ramului de educatie fizica.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.