

Vă prezintă
**Punți spre
Incluziune**



*Activități care dau curaj
diferențelor să existe*



Centrul Județean de Resurse
și Asistență Educațională Iași

Punți spre incluziune,

Ghid de activități incluzive inspirate din experiențe europene

Autori

Irina-Ramona **VARVAROI**

Cristina Elena **DORCU**

Sorin Daniel **PRICOP**

Profesori-consilieri școlari & Călători Erasmus



Management și Coordonare

Director CJRAE Iași: Anca HARDULEA

Coordonator servicii de consiliere școlară: Ana-Camelia TAMAȘ

Coordonator proiect Erasmus+: Dana ROBOTĂ

Informații Finanțare și Identificare Proiect

Prezenta lucrare a fost elaborată în urma participării la fluxul de mobilitate din cadrul proiectului ERASMUS+, desfășurat în noiembrie 2025, în Barcelona, Spania.

Titlu curs de formare: *Inclusive Education - All children are special*

Trainer EUROMENTOR: Elana **SHYONG**

Cod proiect: 2025-1-RO01-KA121-ADU-000321628

ID Mobilitate: 21628-MOB-0005



CUPRINS

Cuvântul autorilor.....	4
I. Înțelegerea barierelor.....	5
II. UDL – O singură lecție, mai multe căi de succes.....	6
III. VTS – Dezvoltarea gândirii critice prin artă.....	10
IV. Metoda ROSE, THORN, BUD.....	11
V. Metoda GLOW & GROW	13
VI. Monitorizarea stării de bine.....	15
VII. Gândirea hexagonală (Hexagonal Thinking).....	16
VIII. Metoda Freeze Frame & Thought Tap (Imaginea Înghețată și Baterea pe Umăr).....	18
IX. Metoda Goldilocks: Nivelul Optim de Provocare.....	20
X. Metoda Think-Pair-Share	22
XI. Concluzii	24



**„Am plecat căutând soluții pentru elevii 'dificili'
și ne-am întors înțelegând că nu există elevi dificili,
ci doar nevoi neîmplinite.”**

Dragi colegi,

Ne-am întors din mobilitatea Erasmus+ cu un rucsac plin. Nu doar cu metode, fișe de lucru sau certificate, ci cu o perspectivă nouă care ne-a reamintit de ce am ales această profesie: **pentru a construi punți acolo unde alții văd ziduri.**

În zilele petrecute în Barcelona, Spania, am observat un adevăr simplu, dar profund: **incluziunea nu este un set de reguli administrative, ci o stare de spirit.** Nu este despre a „tolera” prezența unui elev diferit în clasă, ci despre a crea un spațiu în care acel elev simte că vocea lui contează, că dificultățile lui sunt înțelese și că succesul lui este posibil. La fel ca voi, știm cum e să te simți neputincios în fața unei clase eterogene, unde nevoile par infinite și resursele limitate. Știm cum e să cauți cheia potrivită pentru elevul care refuză să comunice sau pentru cel care pare că „strică” dinamica grupului. Tocmai de aceea, am creat acest ghid.

Ce veți găsi în aceste pagini? Nu veți găsi teorii grele. Am selectat pentru voi acele „pastile de empatie” (sau cum le numim noi „punți spre incluziune”), strategii concrete pe care le-am învățat acolo și care pot fi adaptate mâine în clasele noastre. Sunt idei care nu cer prea mult timp suplimentar, ci doar o mică schimbare de unghi.

Incluziunea începe în momentul în care încetăm să mai privim un copil prin prisma diagnosticului sau a comportamentului său disruptiv și începem să-i căutăm potențialul ascuns sub acele straturi de auto-apărare.

Vă invităm să răsfoiți acest jurnal de bord nu ca pe o sarcină de serviciu, ci ca pe o invitație la dialog. Haideți să facem din școala noastră un loc unde fiecare copil, indiferent de punctul din care pleacă, să simtă că a ajuns „acasă”.





I. Înțelegerea barierelor

➤ Nu există elev "problemă", ci bariere de învățare

Pentru a fi incluzivi, trebuie să identificăm ce îi oprește pe elevi. Barierele nu sunt în copil, ci în mediul nostru:

- **Bariere Fizice:** Accesibilitate, probleme senzoriale (văz/auz).
Sfat: Verifică dacă lumina sau zgomotul din clasă perturbă elevii cu hipersensibilitate.
- **Bariere Cognitive:** ADHD, dislexie, dificultăți de procesare.
Sfat: Oferă instrucțiuni în pași mici.
- **Bariere Emoționale:** Anxietate, bullying, lipsa încrederii.
Sfat: Folosește „Check-in-ul emoțional” (vezi pag. 12).
- **Bariere Culturale:** Diferențe de limbă sau valori.

De ce contează?

Când profesorul elimină bariera, potențialul elevului devine vizibil. Identificarea barierelor este primul pas spre **Echitate**, nu doar Egalitate.



II. UDL – O singură lecție, mai multe căi de succes



- **Conceptul:** *Designul Universal pentru Învățare* (UDL) este o abordare de predare care își propune să ofere șanse egale de învățare pentru toți elevii prin crearea unor medii de învățare flexibile care pot fi personalizate pentru a satisface nevoile fiecărui individ.
- UDL nu este o metodă de predare, ci un cadru de proiectare a lecției astfel încât să răspundă nevoilor tuturor din start, nu prin adaptări ulterioare.

🚦 Cei 3 Piloni UDL:

1. Implicarea (The "Why" of Learning) - Rețeaua Afectivă:

- **Scop:** Să facem elevii dornici să învețe.
- **Aplicare:** Oferă-le posibilitatea de a alege tema proiectului sau mediul de lucru (ex. singur sau în grup). Minimizați distragerile.

2. Reprezentarea (The "What" of Learning) - Rețeaua de Recunoaștere:

- **Scop:** Cum prezentăm informația.
- **Aplicare:** Nu doar text scris! Folosește video-uri, diagrame, obiecte palpabile sau software care transformă textul în voce (Speech-to-Text).

3. Acțiunea și Exprimarea (The "How" of Learning) - Rețeaua Strategică:

- **Scop:** Cum demonstrează ei ce au învățat.
- **Aplicare:** Permite-le să dea un test oral, să facă un poster, un clip despre lecție sau un eseu clasic.



În clasa TRADIȚIONALĂ

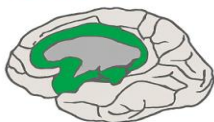
- X Predarea se concentrează pe conținutul informațional.
- X Profesorul decide cum este predat materialul.
- X Sala de clasa are o organizare fixă.
- X Notele sunt folosite pentru a măsura performanța.

În clasa UDL

- ✓ Predarea se concentrează pe *ce și cum* se predă.
- ✓ Profesorul și elevul decid împreună modul de predare.
- ✓ Sala de clasă are o organizare flexibilă.
- ✓ Notele sunt folosite pentru a întări obiectivele și progresul.



Rețele motivate: DE CE ÎNVĂȚĂM



1. Implicare (Afectiv):
mobilizarea motivației
intrinseci și
extrinseci.

Rețele de recunoaștere: CE ÎNVĂȚĂM



2. Reprezentare (Cognitiv):
diversificarea
modalităților de
prezentare a
informației.

Rețele strategice: CUM ÎNVĂȚĂM



3. Acțiune și
Exprimare (Executiv):
multiple forme
de demonstrare
a înțelegerii.

1. Oferiți mai multe mijloace de reprezentare (WHAT)

- Prezentați informațiile și conținutul în moduri diferite pentru a răspunde diferitelor stiluri de învățare.
- Exemplele includ utilizarea textului, audio-ului, video-ului, elementelor vizuale și oferirea diferitelor moduri de interacțiune.
- Acest lucru îi ajută pe elevi să dobândească informații și cunoștințe din conținutul curriculumului.

2. Oferiți mai multe mijloace de acțiune și exprimare (HOW)

- Permiteți elevilor să demonstreze ceea ce știu în diverse moduri.
- Oferiți opțiuni privind modul în care elevii se pot exprima, cum ar fi prin scris, vorbire, materiale video sau alte forme de comunicare.
- Acest principiu încurajează o gamă largă de evaluări și oportunități frecvente de feedback.

3. Oferiți mai multe mijloace de implicare (WHY)

- Stimulați interesul și motivația pentru învățare oferind diverse modalități de interacțiune cu materialul.
- Aceasta include oferirea de opțiuni privind modul în care elevii abordează și interacționează cu materialele de învățare și crearea de oportunități de autorefecție.
- Ajută la dezvoltarea autonomiei cursanților și răspunde diferitelor interese.



WHAT

- ✓ Se referă la **modul de predare**, explicații, materiale, acces la conținut.
- Folosește suporturi vizuale, cum ar fi hărți conceptuale sau diagrame
- Adaugă subtitrări sau transcrieri pentru videoclipuri
- Utilizează povestirea, analogiile sau exemplele din viața reală pentru a explica concepte abstracte
- Oferă versiuni audio ale textelor pentru a putea fi ascultate
- Folosește modele pentru a preda idei abstracte
- Prezintă informațiile-cheie atât oral, cât și în scris
- Utilizează situații din viața reală care au legătură cu experiențele elevilor
- Pune la dispoziție liste de vocabular cu imagini și traduceri

HOW

- ✓ Se referă la **modalitățile de răspuns, evaluare și exprimare.**
- Permite elevilor să demonstreze ce au învățat prin afișe, videoclipuri sau rapoarte scrise
- Oferă șabloane sau începuturi de propoziții pentru a sprijini procesul de scriere
- Permite dictarea vocală sau răspunsuri audio în locul sarcinilor scrise
- Oferă organizatori grafici pentru planificarea eseurilor sau a proiectelor
- Permite prezentări orale, scenete sau artă vizuală ca formă de evaluare
- Utilizează rubrici de evaluare cu criterii clare de succes pentru autoevaluare

WHY

- ✓ Se referă la **alegeri, interes, emoții, motivație.**
- Permite elevilor să aleagă între a lucra individual sau în perechi
- Oferă teme diferite de proiect care să fie legate de interesele sau culturile elevilor
- Include pauze active sau activități de mișcare în timpul lecțiilor
- Folosește elemente de joc (puncte, niveluri, competiții prietenoase)
- Creează rutine care să includă verificări emoționale la începutul orei
- Oferă niveluri diferite de dificultate și permite elevilor să își aleagă nivelul potrivit

PARAZITE

- Acestea **NU** se încadrează în **WHAT / HOW / WHY**, fiind exemple de **practici non-UDL:**
- Cere ca toți elevii să completeze aceeași fișă, în același mod
- Permite doar eseuri scrise de mână pentru proiectele finale
- Susține un test fulger fără avertisment sau pregătire
- Cere tuturor elevilor să copieze notițele cuvânt cu cuvânt de pe tablă, fără discuții





III. VTS (*Visual Thinking Strategies*) – Dezvoltarea gândirii critice prin artă

Este o metodă de facilitare a discuțiilor folosind imagini, care dezvoltă spiritul de observație și argumentarea.

Ghidul Facilitatorului: Ca profesor/prof. consilier, folosești doar **3 întrebări magice:**

1. „*Ce se întâmplă în această imagine?*”
(Deschide discuția)
2. „*Ce te face să spui asta?*”
(Cere dovezi, argumentare)
3. „*Ce altceva mai putem găsi?*”
(Încurajează explorarea continuă)



Rolul tău în timpul orei:

- **Parafrazarea:** Repetă ce spune elevul ("Deci, tu vezi o stare de tristețe în ochii personajului...").
- **Arătarea:** Indică fizic pe imagine elementul menționat de elev.
- **Neutralitatea:** Nu spune "Corect" sau "Greșit". Toate opiniile argumentate sunt valide.

Cui se adresează și de ce este importantă?

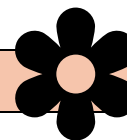
- **Elevii cu dificultăți de învățare (CES):** Deoarece se bazează pe imagine, nu pe text, le oferă succes imediat în exprimare.
- **Elevii timizi sau anxioși:** Metoda creează un mediu sigur (safe space) unde orice opinie este validată de profesor.
- **Toți elevii:** Dezvoltă gândirea critică, argumentarea bazată pe dovezi și toleranța față de opiniile diferite ale colegilor.

Rezultate Așteptate:

- **Dezvoltarea limbajului:** Elevii învață cuvinte noi prin parafrazarea făcută de profesor.
- **Colaborare:** Elevii încep să clădească pe ideile colegilor („Sunt de acord cu ce a spus Maria, dar aș mai adăuga că...”).
- **Stimă de sine crescută:** Când un elev vede că observația lui este parafrazată de profesor, se simte valorizat.

Sfat practic: Nu folosiți imagini prea evidente sau comerciale. Alegeți imagini care au o doză de ambiguitate, care permit interpretări multiple. Puteți folosi VTS nu doar pe tablouri, ci și pe fotografii istorice, diagrame biologice sau ilustrații din cărți de povești.

IV. Metoda ROSE, THORN, BUD



- **Rose (Trandafirul):** Un succes al zilei. („Mi-a plăcut cum am lucrat în echipă”).
- **Thorn (Țepul):** O dificultate întâmpinată. („Nu am înțeles instrucțiunile la exercițiul 2”).
- **Bud (Bobocul):** O idee sau oportunitate pentru mâine. („Vreau să învăț mai mult despre cum să folosesc Canva”).

Pentru ce tipuri de elevi o folosim?

Această metodă este **universală**, dar are beneficii majore pentru categorii specifice:

- **Elevii cu dificultăți de auto-reglare și ADHD:** Structura clară și scurtă îi ajută să își organizeze gândurile fragmentate și să se concentreze pe aspecte punctuale, fără a se simți copleșiți de o analiză lungă.
- **Elevii cu stimă de sine scăzută:** Forțându-i să identifice un "Rose" (succes), îi ajutăm să recunoască propriile merite, lucru pe care deseori îl ignoră, fiind focalizați doar pe eșecuri ("Thorn").
- **Elevii perfecționiști sau anxioși:** Metoda normalizează "Spinul" (dificultatea). Învățând că fiecare trandafir are spini, acești elevi înțeleg că obstacolele sunt o parte firească a procesului de învățare, nu un capăt de drum.
- **Elevii cu CES (nevoi speciale):** Fiind o metodă vizuală și metaforică, este mult mai ușor de înțeles decât un chestionar de evaluare abstract.

De ce o folosim?

- **Echilibru emoțional:** Oferă un cadru sigur în care elevul poate verbaliza nemulțumirea (Spinul) fără a fi judecat, dar este obligat să caute și potențialul (Bobocul).
- **Dezvoltarea Metacogniției:** Îi învață pe elevi să „învețe cum să învețe”. Ei devin conștienți de ceea ce le-a pus probleme și de oportunitățile de viitor.
- **Personalizarea învățării:** Îți permite ție, ca profesor sau consilier, să afli exact unde are nevoie fiecare elev de sprijin, transformând feedback-ul într-o intervenție țintită.

Ce rezultate avem?

Prin aplicarea consecventă la finalul unei ore, al unei săptămâni sau al unui proiect, vei observa:

- **Transformarea mentalității (Growth Mindset):** Elevii nu se mai blochează la „nu pot”, ci încep să vadă în dificultăți „Boboci” (oportunități de a învăța ceva nou).

- **Îmbunătățirea climatului clasei:** Când elevii își împărtășesc "Spinii" și "Bobocii", crește gradul de coeziune. Ei realizează că și alții au dificultăți similare, ceea ce scade sentimentul de izolare.
- **Claritate în evaluare:** Pentru profesor, metoda oferă un tablou rapid și real al clasei. Dacă 80% din elevi pun același subiect la "Thorn", este un semnal clar că acea lecție trebuie repredată diferit (aplicând UDL).
- **Autonomie sporită:** Elevii devin mai capabili să își gestioneze propriile proiecte, deoarece învață să anticipeze unde pot apărea „spini” și cum să îngrijească „bobocii”.





V. Metoda GLOW & GROW

Metoda GLOW and GROW (Strălucește și Crește) este o strategie de feedback extrem de eficientă, care transformă evaluarea clasică într-un dialog constructiv. Dacă Rose, Thorn, Bud este o metodă de auto-reflecție, Glow and Grow este instrumentul ideal prin care tu, ca profesor sau consilier, comunică progresul către elev.

Pentru ce tipuri de elevi o folosim?

Deși este benefică pentru toată clasa, metoda este critică pentru:

- **Elevii demotivați sau cu stimă de sine scăzută:** Acești copii sunt obișnuiți să vadă doar note mici sau observații negative. Secțiunea "**Glow**" (ceea ce strălucește) le validează efortul și le oferă „combustibilul” emoțional necesar pentru a continua.
- **Elevii cu performanțe înalte (Supradotați):** Adesea, acești elevi primesc doar laude generice („Bravo, ești bun”). Secțiunea "**Grow**" îi provoacă să nu stagneze, oferindu-le obiective specifice pentru a-și depăși nivelul actual.
- **Elevii cu dificultăți de învățare:** Pentru ei, feedback-ul clasic poate fi copleșitor. *Glow and Grow* simplifică informația: „Uite ce ai făcut bine” și „Uite exact care este următorul pas mic pe care trebuie să-l faci”.

De ce o folosim?

- **Echilibru între Validare și Dezvoltare:** Spre deosebire de critica simplă, această metodă nu lasă elevul să se simtă descurajat. Începe cu succesul, ceea ce deschide creierul către învățare (reduce defensiva emoțională).
- **Specificitate (Feedback Activ):** În loc de termeni vagi ca „mai ai de lucrat”, secțiunea "Grow" oferă instrucțiuni clare. (Ex: „Data viitoare, încearcă să folosești mai multe adjective în descriere”).
- **Parteneriat:** Elevul înțelege că profesorul nu este un judecător, ci un „antrenor” care observă punctele forte și indică direcția de creștere.

Ce rezultate avem?

- **Creșterea Rezilienței:** Elevii învață să accepte sugestiile de îmbunătățire fără să le ia ca pe un atac personal. Ei înțeleg că „Grow” nu înseamnă „Greșit”, ci „Evoluție”.

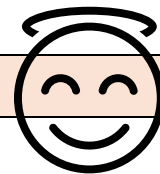
- **Claritate în Procesul de Învățare:** Rezultatul imediat este că elevul știe exact ce are de făcut a doua zi. Nu mai există confuzia de tipul: „Am luat 7, dar nu știu ce să fac să iau 9”.
- **Îmbunătățirea Relației Profesor-Elev:** Feedback-ul devine un moment de conexiune. Elevul se simte *văzut* (prin Glow) și *susținut* (prin Grow).
- **Eficiență în Consiliere:** Poți folosi această metodă pentru a monitoriza progresele de comportament. (Ex: „Glow: Astăzi ai reușit să îți păstrezi calmul în pauză. Grow: Data viitoare, încearcă să folosești 'mesajele la persoana I' când ești supărat pe un coleg”).

Exemplu de aplicare:

- **Feedback Tradițional:** „Lucrare slabă, atenție la ortografie!”
- **Feedback Glow & Grow:** „**Glow:** Ideile tale despre protejarea mediului sunt foarte creative și originale. **Grow:** Verifică textul la final pentru a corecta acordurile gramaticale.”



VI. Monitorizarea stării de bine

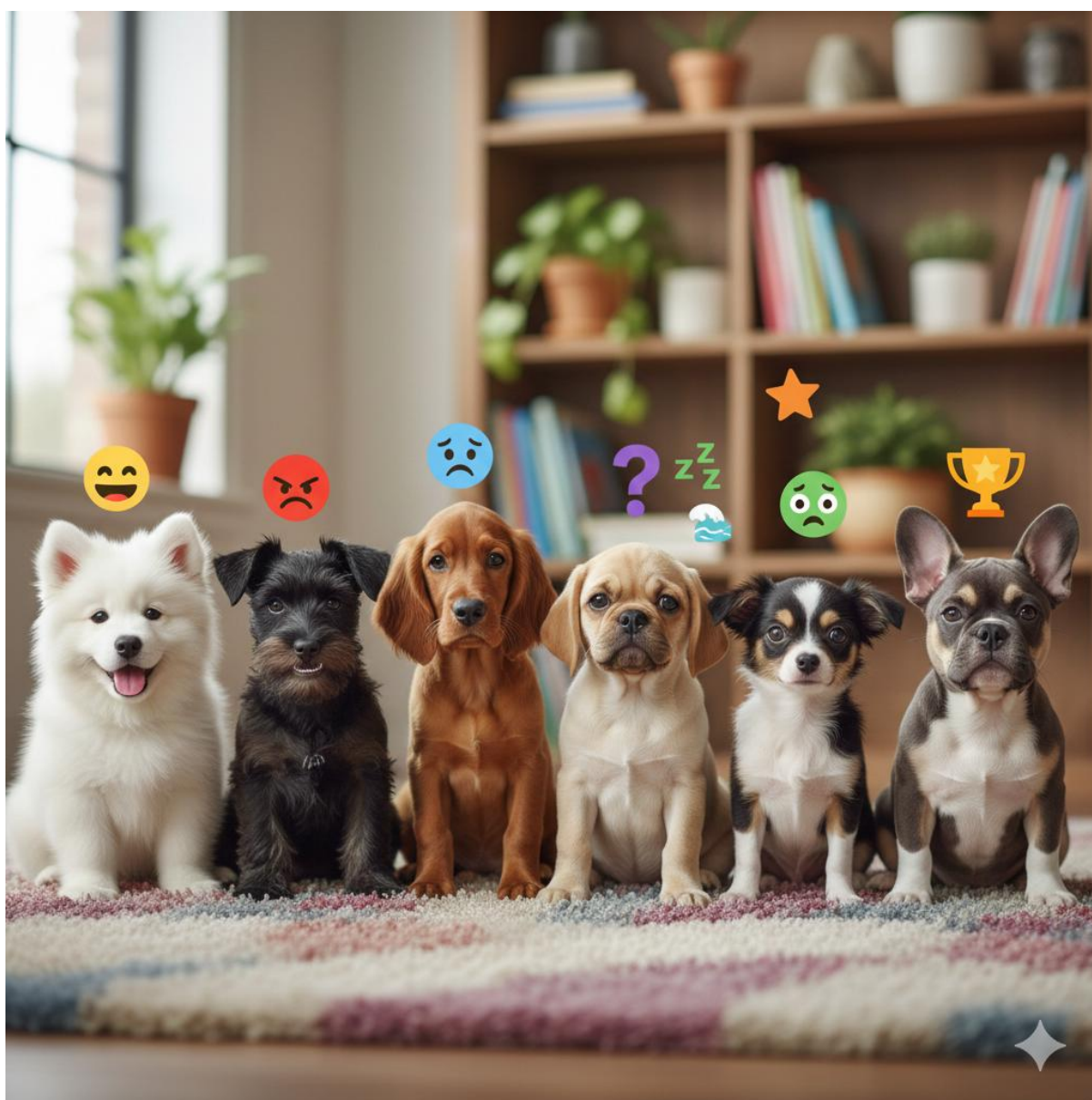


Titlu: Cum ne simțim înainte de a învăța?

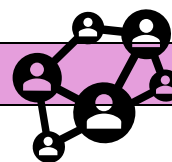
Activitate practică

Înainte de orice lecție dificilă, folosește scări vizuale de emoții.

- *Exemplu:* „Pe o scară de la 1 la 9, ce cățeluș/personaj ești astăzi?”.
- *Utilitate:* Dacă un elev este la „nivelul 9 - furios/trist”, creierul lui nu poate procesa informații cognitive. Ca profesor, știi că ai nevoie de 2 minute de reglare emoțională înainte de a preda.



VII. Gândirea hexagonală (Hexagonal Thinking)



Ce este și cum funcționează?

Gândirea hexagonală este o metodă de **conectare a ideilor**. Elevii primesc hexagoane pe care sunt scrise concepte, nume, evenimente sau imagini. Deoarece un hexagon are 6 laturi, fiecare latură reprezintă o oportunitate de a face o conexiune cu un alt concept.

Procesul: Elevii așază hexagoanele pe masă, făcând laturile să se atingă doar dacă pot justifica o legătură între cele două idei.

Rezultatul: Se creează o „rețea” unică de cunoștințe, care arată diferit pentru fiecare grup de elevi.

Pentru ce tipuri de elevi o folosim și de ce?

- **Elevii vizuali și kinestezici:** Aceștia pot „vedea” și „atinge” relațiile dintre idei, ceea ce face învățarea mult mai concretă.
- **Elevii care au dificultăți în structurarea eseurilor:** Metoda îi ajută să organizeze argumentele vizual înainte de a scrie.
- **Elevii cu dizabilități (inclusiv deficiențe cognitive):** Oferă o structură clară. În loc să lucreze cu o foaie albă, ei manipulează piese gata făcute, ceea ce reduce anxietatea de performanță.
- **Grupuri mixte (incluziune etnică și socială):** Fiind o activitate de grup, încurajează dialogul. Elevii trebuie să negocieze: „De ce punem *Libertatea* lângă *Revoluție*?”. Fiecare voce contează.

Ce rezultate avem?

- **Dezvoltarea gândirii critice:** Nu există un singur răspuns corect. Elevii trebuie să argumenteze fiecare latură care se atinge.
- **Identificarea conexiunilor complexe:** Elevii descoperă relații la care profesorul poate nu s-a gândit (gândire laterală).
- **Creșterea angajamentului:** Activitatea seamănă cu un puzzle sau un joc de societate, ceea ce crește motivația intrinsecă.
- **Sinteză profundă:** Este metoda ideală de recapitulare la finalul unei unități de învățare.

🚦 **Exemplu practic**

Tema: Solidaritatea

Hexagon A: Prietenie

Hexagon B: Ajutor

Hexagon C: Empatie

Sarcina: „Lipiți hexagonul *Empatie* de *Ajutor*. Explicați de ce se ating.”



VIII. Metoda Freeze Frame & Thought Tap (Imaginea Înghețată și Baterea pe Umăr)



Ce este și cum funcționează?

Este o tehnică în doi pași care „oprește timpul” pentru a analiza ce se întâmplă în interiorul personajelor:

- **Freeze Frame (Imaginea Înghețată):** Elevii, lucrând în grupuri mici, creează o „statuie vie” sau un tablou nemișcat care reprezintă o scenă (de exemplu: un moment de conflict în curtea școlii sau o scenă dintr-o poveste). Nimeni nu se mișcă, nimeni nu vorbește.
- **Thought Tap (Baterea pe Umăr / Gândul rostit):** Profesorul trece printre „statui” și atinge ușor pe umăr un elev. În acel moment, elevul „prinde viață” doar pentru o secundă și rostește cu voce tare **ce gândește sau ce simte** personajul său în acea imagine, apoi „îngheață” la loc.

Pentru ce tipuri de elevi o folosim și de ce?

- **Elevii cu nevoi educaționale speciale (CES):** Deoarece nu necesită memorarea unui text lung sau abilități complexe de citire/scriere, este o metodă foarte accesibilă. Se bazează pe expresia corporală.
- **Elevii timizi sau cu bariere lingvistice (inclusiv copii de etnie rroma care pot fi reticenți la expunerea verbală lungă):** „Gândul rostit” este scurt și la obiect, ceea ce reduce presiunea de a vorbi în fața clasei.
- **Elevii cu dizabilități motorii:** Pot participa prin expresii faciale sau gesturi adaptate, fiind parte integrantă a „tabloului” grupului lor.

Ce rezultate avem?

- **Dezvoltarea Empatiei:** Elevii sunt forțați să „între în pielea” altcuiva. Un elev care joacă rolul celui lăsat singur în pauză va înțelege mult mai bine izolarea atunci când îi rostește gândul: „Mă simt invizibil”.
- **Siguranță Emoțională:** Deoarece elevul vorbește în numele *personajului*, el se simte în siguranță să exprime emoții dificile (furie, tristețe, teamă) fără a fi judecat personal.
- **Analiza Conflictelor:** Este o metodă excelentă pentru rezolvarea problemelor de bullying în clasă. „Înghețarea” momentului permite clasei să observe postura agresorului, a victimei și a martorilor.

EXEMPLU:

Scenariu: Un elev nou intră în clasă și nimeni nu îl salută.

- **Freeze Frame:** Grupul mimează scena.
- **Thought Tap (Elevul nou):** „Mi-aș dori să am un prieten aici.”
- **Thought Tap (Martorul):** „Vreau să îl salut, dar mi-e teamă că ceilalți vor râde de mine.”

Sfat practic:

Încurajează elevii să folosească „mesaje la persoana I” în timpul etapei de *Thought Tap*. Aceasta îi ajută să își asume emoția în mod direct.



IX. Metoda Goldilocks: Nivelul Optim de Provocare



Ce este și cum funcționează?

Numele vine din povestea *Fata cu bucle de aur* (Goldilocks). În educație, această strategie presupune oferirea de **opțiuni multiple pentru aceeași sarcină**, astfel încât elevul să poată alege nivelul de dificultate care i se potrivește cel mai bine în acel moment.

- **Opțiunea 1 (Prea ușor/Accesibil):** Suport maxim, pași clar fragmentați.
- **Opțiunea 2 (Exact cum trebuie):** Sarcina standard, cu provocări moderate.
- **Opțiunea 3 (Provocator):** Sarcini de extindere, care necesită gândire critică avansată.

Pentru ce tipuri de elevi o folosim și de ce?

- **Elevii cu dizabilități sau CES:** Aceștia pot alege varianta care le permite să demonstreze ce au învățat fără a fi blocați de bariere tehnice (de exemplu, pot alege să răspundă prin desene sau scheme în loc de eseu).
- **Elevii supradotați:** De multe ori, aceștia se plictisesc la sarcini standard. Metoda Goldilocks le oferă „porția” de dificultate care îi menține angajați.
- **Elevii din medii defavorizate (inclusiv etnie rroma):** Metoda reduce frica de eșec. Elevul prinde încredere alegând inițial o sarcină mai ușoară, trecând ulterior la nivele superioare pe măsură ce se simte stăpân pe subiect.

Ce rezultate avem?

- **Autoreglare:** Elevii învață să își evalueze singuri propriul nivel de competență („Unde sunt eu astăzi?”).
- **Creșterea Motivației:** Atunci când o sarcină este „exact cum trebuie”, creierul eliberează dopamină, ceea ce menține dorința de a învăța.
- **Echitate, nu doar Egalitate:** Toți elevii lucrează la același obiectiv de învățare (ex: *Înțelegerea personajului*), dar prin căi diferite de exprimare.
- **Reducerea Anxietății:** Elimină sentimentul de a fi „copleșit” de o sarcină prea grea.

Exemplu de Aplicare (Acțiune & Expresie):

Dacă sarcina este să prezinte rezumatul unei povești:

- **Nivelul Verde:** Aranjează 5 imagini în ordinea corectă și scrie câte o propoziție sub fiecare.
- **Nivelul Galben:** Scrie un text de 10 rânduri despre peripețiile personajului principal.
- **Nivelul Albastru:** Creează un dialog între două personaje care nu s-au întâlnit în poveste, rezumând astfel conflictul.

Sfat:

Folosește simboluri (ex: un fulg de nea pentru „ușor”, un soare pentru „moderat” și o flacăra pentru „provocator”) pentru a face opțiunile vizuale și ușor de recunoscut de către toți elevii.





X. Metoda Think-Pair-Share

Ce este și cum funcționează?

Strategia se desfășoară în trei pași distincți și rapizi:

1. **Think (Gândește):** Profesorul adresează o întrebare provocatoare. Timp de 1-2 minute, elevii se gândesc singuri la răspuns, fără să vorbească. (Pot nota idei pe o foaie).
2. **Pair (Formează o pereche):** Elevii se întorc către colegul de bancă și își discută ideile. Este momentul în care își pot verifica ipotezele într-un mediu sigur, de 1 la 1.
3. **Share (Împărtășește):** Profesorul invită perechile să spună întregii clase ce au discutat. De multe ori, elevii spun: „Noi am crezut că...” sau „Colegul meu a avut o idee interesantă...”.

2. Pentru ce tipuri de elevi o folosim și de ce?

- **Elevii introvertiți sau anxioși:** Aceștia se simt copleșiți dacă trebuie să răspundă imediat în fața a 30 de persoane. Pasul „Pair” le oferă „plasa de siguranță” necesară pentru a-și testa ideea înainte de a o rosti public.
- **Elevii cu bariere lingvistice:** Dialogul cu un singur coleg este mult mai puțin intimidant. Această etapă le permite să își exerseze vocabularul și să își clarifice conceptele într-un cadru informal.
- **Elevii cu ADHD:** Timpul scurt de așteptare și schimbarea rapidă de la reflecție la dialog îi ajută să rămână concentrați pe sarcină.
- **Elevii cu dificultăți de procesare:** Pasul „Think” le oferă timpul vital de care au nevoie pentru a-și organiza gândurile fără a fi întreruși de colegii care răspund mai repede.

3. Ce rezultate avem?

- **Creșterea participării:** Numărul elevilor care ridică mâna crește considerabil după ce au avut ocazia să discute cu un coleg.
- **Calitatea răspunsurilor:** Deoarece ideile sunt „filtrate” prin discuția în pereche, răspunsurile finale sunt mai bine articulate și mai complexe.

- **Construirea comunității:** Elevii învață să se asculte reciproc și să valorizeze perspectivele colegilor.
- **Evaluare formativă rapidă:** Profesorul poate „monitoriza” discuțiile din perechi trecând printre bănci, identificând rapid neînțelegerile.

Sfat practic:

Folosește un cronometru vizual pe tablă pentru fiecare etapă. De exemplu: 1 minut pentru *Think*, 2 minute pentru *Pair*. Acest lucru oferă predictibilitate, aspect esențial pentru elevii cu nevoi speciale.





CONCLUZII

Implementarea strategiilor prezentate în acest ghid nu reprezintă doar o simplă adăugare de tehnici pedagogice, ci o schimbare fundamentală de paradigmă: trecerea de la o educație centrată pe „media clasei” la una centrată pe nevoile reale, diverse și unice ale fiecărui elev. Metodele explorate formează un ecosistem educațional complet, care sprijină profesorul în misiunea sa de a crea un mediu sigur, echitabil și performant.

Fundația: Siguranța Emoțională și Monitorizarea

Utilitatea generală a instrumentelor de monitorizare a stării de bine și a acceptării principiului că „Toate emoțiile sunt OK!” rezidă în crearea unui spațiu de siguranță psihologică. Un elev care nu își poate gestiona emoțiile nu poate învăța eficient. Prin utilizarea pictogramelor și a asocierii emoțiilor cu cifre), profesorul primește un „termometru” instantaneu al climatului din clasă. Această monitorizare constantă ajută la prevenirea conflictelor și la integrarea copiilor care, din cauze socio-culturale sau dizabilități, au dificultăți în a-și exprima verbal trăirile.

Construcția: Conexiuni și Empatie prin Drama și Structură

Metodele active, precum Gândirea Hexagonală, transformă învățarea abstractă într-una tactică. Ea permite profesorului să observe cum gândesc elevii, nu doar ce memorează, oferind o voce celor cu stiluri de învățare vizuale sau kinestezice. În completare, tehnicile de dramă, precum Freeze Frame și Thought Tap, acționează ca un pod către empatie. Acestea sunt vitale în comunitățile diverse, permițând elevilor să „simtă” perspectivele colegilor lor fără presiunea unui discurs formal, demontând barierele de comunicare și combaterea fenomenului de bullying.

Performanța: Personalizarea și Colaborarea

Esența incluziunii se regăsește în Principiul Goldilocks și în pilonul Acțiunii și Expresiei din UDL. Prin oferirea de sarcini diferențiate (marcate prin simboluri intuitive precum Fulgul, Soarele sau Flacăra), profesorul elimină frustrarea eșecului pentru elevii cu nevoi speciale și plictiseala pentru cei capabili de performanță înaltă. Această abordare transformă evaluarea dintr-o sentință într-o oportunitate de creștere. În final, strategia Think-Pair-Share asigură că nicio voce nu rămâne neauzită. Ea structurează dialogul, oferind „timp

de gândire” celor care procesează informația mai lent și un mediu sigur de testare a ideilor pentru cei timizi.

Impactul asupra activității profesorului

Pentru cadrele didactice, aceste metode nu sunt sarcini suplimentare, ci instrumente de eficientizare. Ele reduc timpul alocat gestionării comportamentelor disruptive, deoarece elevii sunt mai angajați și se simt înțeleși. Profesorul devine un facilitator al învățării, un arhitect care oferă opțiuni, nu doar un transmițător de informații.

Acest ghid propune o școală în care diversitatea nu este o problemă care trebuie rezolvată, ci o resursă care trebuie gestionată cu inteligență și compasiune. Folosind acest mix de strategii – de la reglarea emoțională la gândirea critică și colaborare – putem asigura că fiecare elev, indiferent de bagajul cu care vine în clasă, găsește o cale de a reuși, o pereche cu care să discute și o provocare care să i se potrivească „exact cum trebuie”.

