

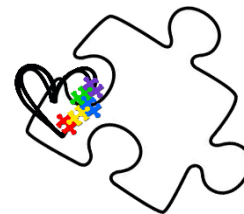
Activitate educativă: „Lumea albastră”

Data: 1 aprilie 2026

Durata: 90 minute

Grup țintă: clasele I-IV

Context: Campania Națională de Conștientizare a Autismului „Albastru pentru Solidaritate”, Ziua Internațională de Conștientizare a Autismului



Scop

Dezvoltarea empatiei și a comportamentelor incluzive față de copiii cu autism, prin activități experiențiale, reflecție ghidată și exprimare creativă.

Obiective de învățare

Elevii vor putea:

- explica, în termeni simpli, ce este autismul;
- recunoaște situații în care un coleg are nevoie de sprijin;
- manifesta comportamente empatic;
- transmite mesaje de solidaritate;
- înțelege simbolul culorii albastre.

Concepte cheie

autism • empatie • incluziune • diversitate • prietenie • solidaritate • stimuli senzoriali • respect

Planul întâlnirii

Etapa	Activitate	Metode	Timp	Materiale
1	Introducere – conectare, sens, apartenență	conversație, activare, brainstorming	7 min	-
2	Activitate de empatie „Zgomotul care copleșește”	experiment, observație, reflecție ghidată	15 min	telefon/laptop, boxă, sunete, puzzle/fișe
3	Poveste interactivă „Toma și trenurile albastre”	narațiune, conversație euristică	13 min	text poveste
4	Informații esențiale despre autism (slide-uri)	explicație, dialog, exemplificare	10 min	laptop, proiector, prezentare
5	Activitate creativă – bannerul solidarității	lucru în grup, învățare prin creație	40 min	banner, markere, culori, abțibilduri

Etapa	Activitate	Metode	Timp	Materiale
6	Încheiere – reflecție și angajament	reflecție, exprimare verbală	5 min	banner, panglici albastre

Notă pentru facilitator

Activitatea urmează logica:

👉 trăiesc → reflectează → înțeleg → aplică

Este important:

- să creezi pauze de reflecție;
- să nu grăbești răspunsurile;
- să valorifici emoțiile copiilor;
- să menții echilibrul între joc și învățare.

DESCRIEREA ACTIVITĂȚILOR

📌 Introducere – Conectare, sens și apartenență

Profesorul creează un cadru emoțional și de apartenență: „Bună, prieteni! Astăzi este 1 aprilie... dar nu este o zi obișnuită. Mâine, pe 2 aprilie, în toată lumea, oamenii vor purta albastru. Știți de ce?”

(se colectează răspunsuri)

Profesorul continuă: „Pentru că mâine este **Ziua Internațională de Conștientizare a Autismului**.

Este o zi în care spunem:

💙 *Te vedem*

💙 *Te acceptăm*

💙 *Suntem alături de tine*

Și mai este ceva important... Noi facem parte dintr-o echipă mare!”

Profesorul adaugă cu entuziasm: „Anul trecut, în campania **„Albastru pentru Solidaritate”**, peste **11.000 de elevi din toată țara** au învățat, au creat și au arătat că sunt prieteni buni pentru copiii diferiți.

Anul acesta... **ni se alăturăm și noi! Și școala noastră devine parte din această echipă albastră!”**

👉 Activare: „Cine poartă astăzi ceva albastru?”

(Se creează energie pozitivă, se validează răspunsurile)

Profesorul concluzionează: „Mâine vom arăta și noi că suntem o echipă care înțelege și sprijină.”

🔄 **Tranziție către activitatea de empatie**

Profesorul schimbă ușor tonul, spre reflecție:

„Dar ca să putem fi cu adevărat parte din această echipă... nu este suficient doar să purtăm albastru. Trebuie să învățăm ceva mult mai important...

👉 **să înțelegem cum se simt ceilalți.**

Uneori, colegii noștri trăiesc lumea diferit față de noi.

Lucruri care pentru noi sunt normale... pentru ei pot fi greu de suportat.”

(pauză scurtă, creează curiozitate)

„Vreți să experimentăm împreună cum se poate simți uneori un copil?”

👉 Se trece natural în activitatea de empatie.

📌 **Activitate de empatie – „Zgomotul care copleșește”**

Profesorul introduce, cu ton calm și curios: „Uneori, lucruri care pentru noi sunt obișnuite — cum ar fi zgomotele sau vocile din jur — pot deveni foarte puternice și greu de suportat pentru alți copii. Haideți să vedem împreună cum se poate simți acest lucru.”

Etapa 1 – Sarcina inițială

Elevii primesc o sarcină simplă:

👉 puzzle / desen / fișă de lucru ușoară

Profesorul spune clar: „Încercați să lucrați cât mai bine și să vă concentrați.”

Etapa 2 – Suprastimulare

Se pornesc simultan mai multe sunete:

- zgomot de recreație
- muzică
- claxon / alte sunete puternice

🔊 Volumul crește treptat (nu brusc, pentru a crea tensiune progresivă)

👉 În același timp, profesorul oferă o nouă sarcină, dar **vocea este parțial acoperită de zgomot**

Se observă:

- neliniște
- pierderea atenției
- confuzie
- solicitări de repetare

Etapa 3 – Oprire și liniște

Sunetele se opresc brusc.

Profesorul nu vorbește imediat.

👉 Se creează un moment de **liniște conștientă**

Etapa 4 – Reflectare ghidată

Profesorul ghidează discuția, cu întrebări progresive:

- ◆ „Cum v-ați simțit în acel moment?”
- ◆ „A fost ușor sau greu să vă concentrați?”
- ◆ „Ați înțeles tot ce v-am spus?”
- ◆ „Ce sarcină v-am mai dat pe parcurs?”
- ◆ „Cum v-ați simțit când nu ați putut auzi clar?”
- ◆ „Ce v-ar fi ajutat să vă fie mai ușor?”

👉 Profesorul validează răspunsurile:

„Este în regulă să vă fi simțit confuzi / deranjați / obosiți.”

Etapa 5 – Legătura cu autismul

Profesorul face conexiunea clară și empatică:

„Pentru unii copii cu autism, lumea poate arăta exact așa... sau chiar mai intens.

Sunetele pot fi prea puternice.

Vocile se pot amesteca.

Este greu să își dea seama ce este important și ce nu.

De aceea, uneori:

- își acoperă urechile
- se retrag
- par că nu ascultă

Dar, de fapt, ei încearcă să se protejeze.”

Etapa 6 – Ancorare emoțională

Profesorul oferă fiecărui elev o panglică albastră:

„Această panglică este un simbol. Ne amintește că am înțeles cum se poate simți un coleg și că putem fi mai atenți.”

Etapa 7 – Reflecție și transfer

„Acum că ați trăit această experiență...

👉 Ce putem face pentru un coleg care se simte copleșit?”

Elevii formulează idei:

- vorbim mai încet
- îi oferim timp
- nu îl forțăm
- îl ajutăm

Profesorul concluzionează:

„Empatia înseamnă să nu râdem, să nu judecăm... ci să încercăm să înțelegem.”

3 Poveste interactivă – Învățare prin emoție

Profesorul citește povestea, folosind ton diferit pentru dialoguri și emoții:

„Toma și trenurile albastre”

Toma are 8 ani și autism.

Când sună clopoțelul, își acoperă urechile – zgomotul îl lovește ca un tunet.

În recreație, colegii aleargă și strigă, dar Toma preferă să stea singur și să aranjeze mașinuțele și trenurile în linie perfectă.

Alex, un băiat vesel, îl observă:

— „Vrei să te joci cu mine?”

Toma răspunde:

— „Acum nu pot. Zgomotul e prea mare.”

A doua zi, Alex întrebă învățătoarea:

— „Doamna, de ce Toma nu vorbește cu noi?”

Învățătoarea explică:

— „Creierul lui Toma e ca un tren rapid – merge pe șine speciale. Lui îi plac trenurile și le știe pe toate! Dar are nevoie de liniște și timp.”

Alex aduce o cutie cu trenuri albastre și îl invită pe Toma într-un loc liniștit.

Toma zâmbește:

— „Acesta e trenul TGV, merge cu 320 km/h!”

De atunci Alex și Toma au devenit prieteni.

Discuție ghidată

- Ce a făcut Alex bine?
- Cum s-a simțit Toma?
- Ce ai face tu în locul lui Alex?

👉 Mesaj:

„Prietenii adevărați înțeleg diferențele și le transformă în super-puteri!”

📄 Informații esențiale despre autism – slide-uri

Profesorul proiectează slide-urile și explică pe rând, discutând cu elevii:

Slide 1 – Fiecare copil este special

- Uneori colegii noștri pot fi diferiți, dar asta este minunat!
- Autismul înseamnă că un copil are un mod diferit de a gândi, înțelege și simți lumea.

Slide 2 – Ce este autismul

- Autismul este o modalitate diferită prin care funcționează creierul unei persoane.
- Copiii cu autism pot:

- să vorbească mai mult sau mai puțin decât ceilalți copii;
- să fie foarte pasionați de un anumit lucru;
- să aibă nevoie de reguli și program clar;
- să reacționeze diferit la sunete, lumini sau situații noi.

Slide 3 – Cum simt lumea copiii cu autism

- Un zgomot obișnuit poate părea prea tare.
- Lumina poate deranja.
- Schimbările neașteptate pot fi greu de înțeles.
- Când vin prea mulți stimuli, se pot retrage sau face gesturi repetitive (balansare, bătăi din palme) pentru a se calma.

Slide 4 – Prietenia și respectul

- Vorbește clar și calm.
- Ai răbdare.
- Invită-l la joacă.
- Explică regulile jocului.
- Respectă dacă are nevoie de o pauză.
- Fii bun și înțelegător.

Slide 5 – Mituri și adevăruri

- Adevărat: autismul nu este o boală, copiii cu autism vor prieteni, fiecare este unic, autismul nu se vindecă.
- Fals: autismul este o boală, copiii cu autism nu vor prieteni, toți copiii cu autism sunt la fel, autismul se vindecă.

Slide 6 – Mesaj final

💙 Fiecare copil este special! Diferențele fac lumea mai frumoasă și mai interesantă. Împreună suntem mai puternici!

📄 Activitate creativă – Bannerul solidarității

Profesorul explică:

„Acum vom crea un banner pentru 2 aprilie.”

Elevii contribuie cu:

- desene
- mesaje
- simboluri albastre


👉 Profesorul încurajează colaborarea

🕒 Încheiere – Angajament (55–60 min)

Cerc în jurul bannerului

Fiecare elev:

„Promit să fiu un prieten bun.”

 Fotografie

Mesaj final: „Astăzi am învățat să simțim, să înțelegem și să fim mai buni. Măine arătăm lumii că suntem o echipă albastră!” 