

Lecție: „Lumea albastră – Autismul: Înțelegere, Empatie și Incluziune”

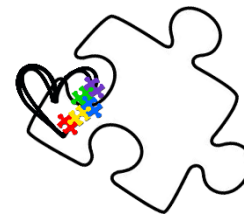
(V–VIII)

Durata: 120 minute

Tema: Ziua Internațională de Conștientizare a Autismului (2 aprilie)

Obiective:

1. Elevii înțeleg ce este autismul și demontează mituri comune.
2. Elevii dezvoltă empatie și propun strategii de incluziune.
3. Elevii creează un mesaj vizual și scris de solidaritate prin banner/poster.



plan de întâlnire structurat pe etape, cu activitate, metodă, timp și materiale – gata de utilizare ca ghid pentru facilitator:

Etapa	Activitate	Metode	Timp	Materiale
1	Introducere și activare emoțională	Discuție ghidată, întrebări deschise, interacțiune vizuală	10 min	Proiector/tabla, imagini albastre, panglici albastre, foi pentru notițe
2	Vizionarea secvenței din film	Vizionare video, observație ghidată	15 min	Proiector, laptop, clip video scurt cu personaj cu autism
3	Discuție ghidată – Observație și empatie	Întrebări de reflecție, discuții în grupuri mici și împărtășire în plen	10 min	Slide-uri cu întrebări, foi pentru notițe
4	Activitate de empatie „Zgomotul care copleșește”	Simulare experiență suprastimulării, reflecție verbală, ancorare simbolică	15 min	Difuzor, surse de sunet, fișe de lucru, panglici albastre, markere/pixuri
5	Informații esențiale despre autism	Prezentare de slide-uri, discuție interactivă	10 min	Slide-uri, proiector/tabla interactivă
6	Exercițiu de rol – „Cum să fii un coleg empatic”	Activitate practică în grupuri, joc de rol, discuție și feedback	10 min	Cartonașe cu situații sociale, spațiu pentru prezentare
7	Crearea bannerului de solidaritate	Activitate practică în grup, colaborare creativă, prezentare și feedback	40 min	Hârtie kraft/foi mari, markere, creioane, panglici albastre, abțibilduri, simbol puzzle
8	Încheiere și pregătire concurs „Povestea unui prieten special”	Discurs motivațional, explicații pentru activitatea individuală	10 min	Panglici albastre, foi și pixuri pentru creația literară

Desfășurarea lecției

🗨️ Introducere și activare emoțională

Scop: Crearea unui cadru de apartenență și motivație

Instrucțiuni facilitator:

-Salută elevii cu entuziasm:

„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?”

-Colectează răspunsurile elevilor și validează-le scurt.

-Continuă: „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!”

-Exemplu de motivare: „Anul trecut, peste 11.000 de elevi din România au arătat că pot fi prieteni buni pentru copiii diferiți. Anul acesta, ne alăturăm și noi! Școala noastră devine parte din această echipă albastră!”

-Activare vizuală: „Cine poartă astăzi ceva albastru?” → aplauze, validare și încurajare.

🎬 Vizionarea secvenței din film

Scop: Observarea unui personaj cu autism și identificarea reacțiilor specifice

Instrucțiuni facilitator:

- Proiectează un clip de 3–5 minute cu un personaj cu autism.
 - Alege secvențe în care personajul:
 - Interacționează cu colegi sau familie
 - Experimentează situații provocatoare
 - Arată reacții specifice autismului (sensibilitate la zgomot, rutine, gesturi repetitive)
-

💬 Discuție ghidată – Observație și empatie (20–30 minute)

Scop: Analiză, reflecție și generarea de strategii de incluziune

Instrucțiuni facilitator:

-Pune întrebări deschise:

- „Ce observați la comportamentul personajului?”
- „Ce lucruri fac dificilă comunicarea sau interacțiunea?”
- „Cum ar fi putut colegii să-l ajute?”

- „Ce emoții ați simțit urmărind secvența?”

-Activitate de grup: elevii discută în grupuri mici și notează 2–3 idei pentru a crea o clasă empatică și incluzivă.

-Fiecare grup împărtășește concluziile cu clasa.

4 Activitate de empatie – „Zgomotul care copleșește” (V–VIII, 15 minute)

Scop: Experiență controlată a suprastimulării pentru dezvoltarea empatiei

Instrucțiuni facilitator:

Etapa 1 – Pregătire și context (1–2 min):

- Introdu activitatea:

„Uneori, lucruri care pentru noi sunt obișnuite — sunete, schimbări neașteptate — pot fi greu de gestionat pentru copii cu autism. Astăzi vom simula puțin această experiență.”

- Elevii se pregătesc: foi, pixuri/markere pentru sarcina inițială.

Etapa 2 – Sarcină inițială (2 min):

- Elevii primesc o sarcină ușoară dar care necesită concentrare: puzzle, exercițiu logic sau fișă de lucru.
- Profesorul: „Încercați să vă concentrați și să terminați sarcina cât mai bine.”

Etapa 3 – Suprastimulare simulată (3–4 min):

- Pornește simultan mai multe surse de sunet: zgomot de recreație, muzică ritmică, sunete intermitente (claxon, bătăi din palme).
- În paralel, adaugă sarcini verbale sau scrise cu voce parțial acoperită.
- Observații așteptate: dificultate de concentrare, confuzie, întrebări repetate.

Etapa 4 – Pauză și liniște (1 min):

- Oprește brusc sunetele.
- Moment de reflecție conștientă.

Etapa 5 – Discuție și reflecție (3–4 min):

- Întrebări: „Cum v-ați simțit? Ce a fost greu? Ce v-ar fi ajutat?”
- Validare: „Este normal să fi fost confuzi sau deranjați. Aceasta ne arată cum se simt unii colegi cu autism.”

Etapa 6 – Legătura cu autismul (2 min):

- Explică conexiunea: sunetele pot fi mult mai intense, de aceea copiii cu autism pot: acoperi urechile, retrage atenția sau repeta gesturi pentru calm.

Etapa 7 – Ancorare și simbol (1 min):

- Elevii primesc panglică albastră ca simbol al solidarității și empatiei.

Etapa 8 – Transfer și aplicare (2 min):

- Întrebări: „Ce putem face pentru un coleg care se simte copleșit?”
 - Exemple răspunsuri: vorbim mai încet, oferim timp, nu forțăm, ajutăm.
-

☑ Informații esențiale despre autism (30–40 minute)

Slide 1 – Titlu: „Autismul – Înțelegere, Empatie și Incluziune”

Instrucțiuni facilitator:

- Salută elevii: „Acum vom învăța mai multe despre autism și cum putem fi colegi empatici.”
- Prezintă agenda: definiție, caracteristici, mituri și adevăruri, strategii de incluziune.
- Pune întrebarea de pornire: „Ce înseamnă autismul?” – colectează câteva răspunsuri scurte.

Metodă: discuție interactivă, brainstorming.

Slide 2 – Ce este autismul?

Conținut:

- Autismul = mod diferit de a percepe lumea.
- Nu este o boală, nu se transmite de la un copil la altul.
- Persoanele cu autism pot vedea, auzi și simți lumea diferit.

Instrucțiuni facilitator:

- Explică cu exemple concrete: „Un copil cu autism poate fi foarte atent la detalii pe care noi le observăm greu, sau poate fi deranjat de zgomote pe care noi le ignorăm.”
- Întreabă: „Cine a observat vreodată că un coleg se retrage când e prea mult zgomot?” → discuție scurtă.

Metodă: prezentare + exemple reale.

Slide 3 – Caracteristici comune

Conținut:

- Interese intense și foarte concentrate (ex.: trenuri, stele, calculatoare).
- Nevoia de rutină și reguli clare pentru a se simți în siguranță.
- Sensibilitate la stimuli: lumini, sunete, mirosuri, atingeri.
- Ritm diferit de comunicare: vorbesc mai mult sau mai puțin, uneori nu răspund imediat.

Instrucțiuni facilitator:

- Folosește exemple ludice: „Dacă colegul vostru are nevoie să facă lucrurile într-o anumită ordine, nu e capriciu – e felul lui de a se simți în siguranță.”
- Pune întrebări de reflecție: „Cum v-ați simți dacă la școală ar fi zgomot foarte tare și nu ați ști ce urmează să facă profesorul?”
- Arată imagini sugestive (copil care organizează jucării, liste de sarcini, colț liniștit).

Metodă: prezentare + discuție + imagini vizuale.

Slide 4 – Mituri și adevăruri

Conținut tabel:

Mit

Autismul este o boală

Copiii cu autism nu vor prieteni

Toți copiii cu autism sunt la fel

Autismul se poate „vindeca”

Adevăr

Autismul nu este o boală

Copiii cu autism își doresc prieteni ca toți ceilalți

Fiecare copil cu autism este unic

Autismul nu se vindecă, dar incluziunea și sprijinul ajută enorm

Instrucțiuni facilitator:

- Prezintă fiecare mit și întreabă: „Ce credeți, este adevărat sau fals?” → interacțiune rapidă cu ridicare de mâini.
- Validează răspunsurile și explică: „Este important să nu credem tot ce auzim și să ne informăm corect.”

Metodă: quiz interactiv + discuție.

Slide 5 – Strategii de empatie și incluziune în școală**Conținut:**

- Vorbește clar și calm.
- Dă timp pentru răspunsuri și participare.
- Respectă nevoia de liniște sau spațiu personal.
- Invită la joacă sau activități de grup.
- Explică regulile jocului / activității.
- Nu râde și nu judeca comportamentele diferite.
- Încurajează prietenia și cooperarea.

Instrucțiuni facilitator:

- Oferă exemple practice:
„Dacă un coleg se retrage în colțul liniștit, îi putem spune: ‘Te aștept să vii când vrei.’”
„Dacă cineva nu răspunde imediat, îi dăm timp și nu îl forțăm.”
- Cere elevilor să propună și alte idei pentru a ajuta colegii cu autism în școală.
- Notează sugestiile lor pe tablă pentru a fi folosite ulterior în banner.

Metodă: prezentare + brainstorming interactiv.

Slide 6 – Concluzii și legătura cu activitatea practică**Conținut:**

- Diferențele fac clasa și lumea mai bogate.
- Prietenia și empatia pot transforma experiențele copiilor cu autism.
- Tot ce am discutat poate fi aplicat în activitățile noastre practice și în bannerul de solidaritate.

Instrucțiuni facilitator:

- Rezumă punctele cheie.

- Leagă discuția de următoarea activitate de rol și banner.
- Întreabă: „Cine vrea să împărtășească o idee de cum putem fi mai empatici cu colegii?”

Metodă: recapitulare + discuție finală.

6 Exercițiu de rol – „Cum să fii un coleg empatic” (40–50 minute)

- Elevii primesc cartonașe cu situații sociale complexe: colegul nu vorbește, este copleșit de zgomot, nu înțelege regulile jocului.
 - Grupurile creează un scurt rol demonstrativ, aplicând strategii de empatie și incluziune.
 - Fiecare grup prezintă rolul, iar facilitatorul facilitează discuția: ce a funcționat, ce poate fi îmbunătățit.
-

7 Crearea bannerului de solidaritate (50–60 minute)

Scop: Transformarea concluziilor și mesajelor în element vizual pentru Ziua Autismului

Instrucțiuni facilitator:

- Dimensiune recomandată: 1,5–2 m
 - Titlu mare: „ALBASTRU PENTRU SOLIDARITATE – 2 APRILIE 2026”
 - Grupuri de 4–5 elevi lucrează pe zone diferite ale bannerului
 - Fiecare grup prezintă scurt mesajele și elementele grafice realizate
 - Bannerul poate fi expus în școală, folosit în activități dedicate Zilei Autismului și înscris la **concursul național**.
-

8 Încheiere și pregătire pentru concursul „Povestea unui prieten special” (55–60 minute)

Cadru emoțional:

„Astăzi am învățat să fim colegi empatici și să respectăm diferențele. Am simțit puțin cum se poate simți un copil cu autism și am transformat ideile noastre într-un banner al solidarității. Dar aventura nu se oprește aici! Acum vă provoc să creați «Povestea unui prieten special» – o lucrare literară care să vorbească despre incluziune, prietenie și înțelegere.”

Instrucțiuni:

- Lucrările sunt individuale: poezie, eseu, povestire sau alt tip de creație scrisă
- Tema: incluziunea și prietenia cu persoanele cu TSA
- Elevii se pot inspira din activitățile din clasă: video, exercițiu de empatie, discuții, banner

Îndemn motivațional:

„Gândiți-vă la un coleg special sau la un personaj imaginar și scrieți o poveste cu impact emoțional. Luați-vă panglica albastră ca simbol al solidarității și lăsați-vă imaginația să vorbească!”

Final:

„Acum că știți mai multe despre autism și despre cum putem fi mai buni cu colegii noștri, vă provoc să scrieți, să creați și să arătați că fiecare copil merită să fie văzut și înțeles. Mâine arătăm lumii că suntem o echipă albastră!” 