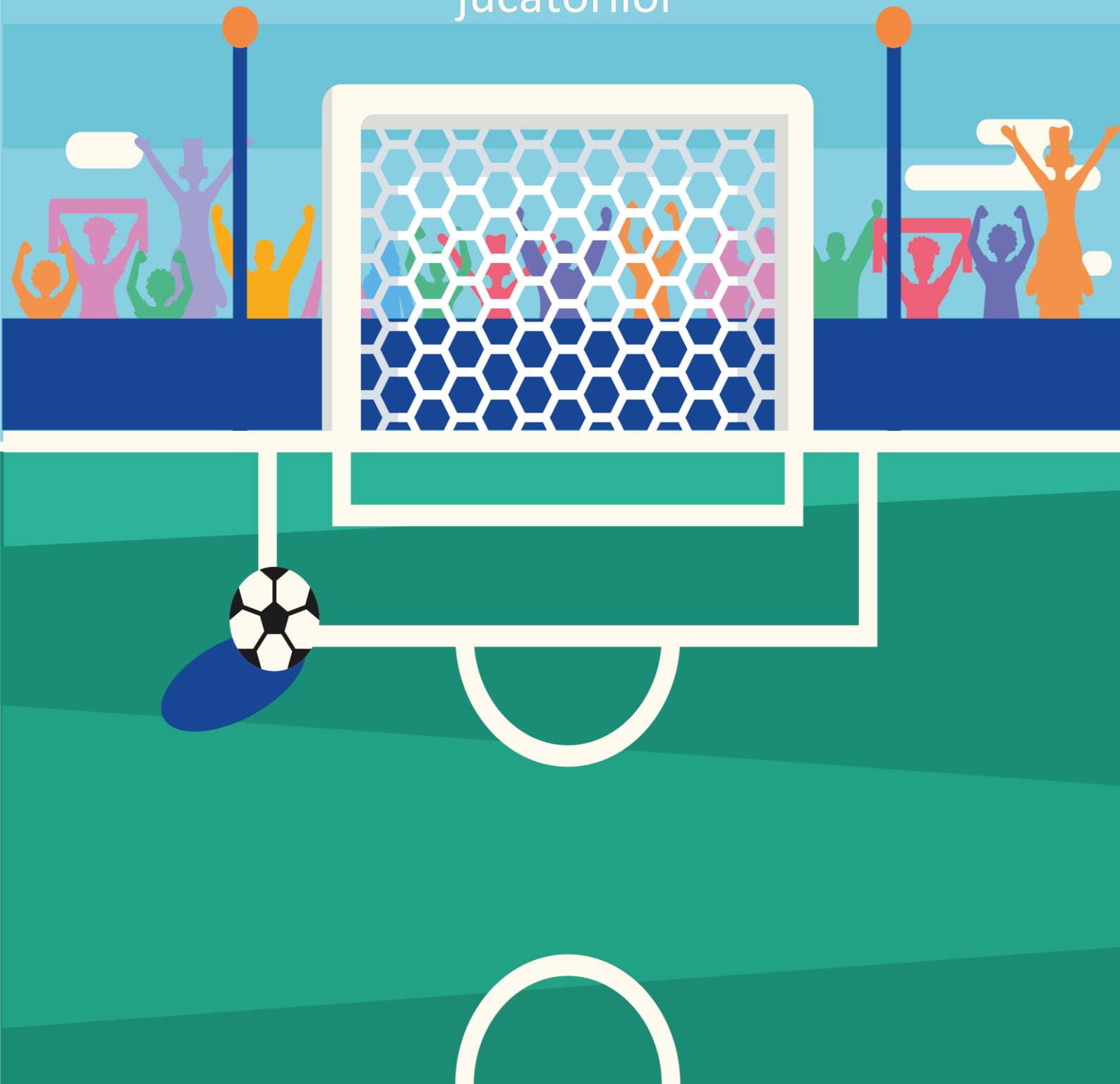


## Modulul 5

# Reziliența și dezvoltarea caracterului jucătorilor





## Planul lecției

<b>Titlul modului</b>	Reziliența și dezvoltarea caracterului jucătorilor
<b>Grup țintă</b>	<b>Antrenori de fotbal, oficiali de fotbal, personal al clubului de fotbal de bază, părți interesate</b>
<b>Obiectivele planului de lecție</b>	<p>La finalul acestui plan de lecție, cursanții dvs. ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• să folosească metode care să sprijine și să motiveze jucătorii, la nivel personal, să depășească obstacolele și să le dezvolte rezistența la adversități;</li><li>• să aplice practici prin care își pot sprijini jucătorii în dezvoltarea caracterului și rezilienței lor;</li><li>• să aleagă condiții care îmbrățișează o cultură a schimbării pozitive, raționament moral, judecată morală și comportamente proactive în cluburile lor, comunitățile locale și europene.</li></ul>
<b>Durata</b>	2 ore
<b>Subiecte</b>	Reziliență; Intervenția observatorului; Imputernicire; Empatie
<b>Pregătirea</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>o Parcurgeți Modulul 5 al Curriculumului</li><li>o Adunați materialul necesar pentru training/workshop</li><li>o Faceți aranjamente pentru cafea/catering pentru participanți.</li></ul>





## Planul de lecție pentru învățarea față în față

Nr.	Subiecte și subteme	Activități de învățare	Durăță	Metode	Materiale/ Echipamente necesare
1	Introducere	<p>Prezentare</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Folosind o prezentare PowerPoint, oferiți o scurtă prezentare generală a atelierului, a obiectivelor acestuia și a temelor pe care le va acoperi</li></ul> <p>Oferiți participanților oportunitatea de a împărtăși grupului așteptările lor de la atelier și orice idei și opinii inițiale pe care le au asupra subiectului și temelor care vor fi tratate</p>	10 minute	Prezentare-Discuție	<ul style="list-style-type: none"><li>Prezentare PowerPoint</li><li>Laptop/PC</li><li>Proiector</li></ul>
2	Reziliență și <b>motivație</b>	<p><u>Prezentare</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Folosind o prezentare PowerPoint, prezentați participanților definițiile rezilienței și a motivației.</li><li>Cereți participanților să împărtășească exemple de reziliență și motivație la care au fost martori în fotbal (Puteți folosi exemplele ilustrate în Modulul 5 pentru a începe conversația)</li><li>Discutați cu grupul exemplele pe care le-au împărtășit, cerându-le să-și spună părerea despre ceea ce îi face să iasă în evidență, efectul și importanța lor</li></ul> <p><u>Discuție</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Cereți participanților să-și împărtășească gândurile despre <u>cum își pot dezvolta rezistența jucătorilor la rasism</u></li></ul>	20 minute	Prezentare - Discuție	<ul style="list-style-type: none"><li>Power point</li><li>Laptop</li><li>Proiector</li><li>Flipchart/Tabla</li><li>Markere</li></ul>





		<ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Notati sugestiile și gândurile lor pe o tablă/flipchart</u><ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Încheiați această sesiune cu o scurtă prezentare prin care prezentați pașii/conceptele de informare ilustrate în Modulul 5 Capitolul 1</u></li></ul></li></ul>			
3	<p><b><u>Intervenția observatorului</u></b></p> <p><b><u>a) Concept – Actiuni întreprinse</u></b></p> <p><b><u>b) Factori care stimulează/opresc indivizii de la intervenție (inclusiv Difuzarea responsabilității, Teoria comportamentului planificat, Teoria normelor sociale)</u></b></p>	<p>Activitate de grup</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Informați participanții despre definiția și importanța „observatorului activ”, adică „a fi conștient de când comportamentul cuiva este inadecvat sau amenințător și a alege să-l provoace”. Observatorii activi sunt susținători pentru prevenirea răului suplimentar față de ceilalți prin luarea de măsuri.”</li><li>• Împărțiți participanții în două grupuri. Fiecare grup trebuie să discute și să noteze pe o coala A3 gândurile și opiniile lor cu privire la următoarele întrebări:<ul style="list-style-type: none"><li>o Acțiunile pe care le pot întreprinde martorii incidentelor rasiste pentru a acționa ca observatori activi</li><li>o Factorii care vor împuternici sau descuraja o persoană să fie un spectator activ într-un incident de rasism</li></ul></li><li>• Un reprezentant din fiecare grup va prezenta „plenului” punctele de vedere și sugestiile notate de grupul lor. Odată ce prezentările sunt finalizate, ar trebui să oferiți participanților oportunitatea de a-și împărtăși opiniile cu privire la ceea ce s-a discutat și de a adăuga la prezentările colegilor lor.</li></ul>	20 min	Prezentare	<ul style="list-style-type: none"><li>- Laptop</li><li>- Microfon</li><li>- Prezentare PowerPoint</li><li>- Tabla pentru proiector</li><li>- Video proiector</li><li>- Markere</li><li>- Coli tip A3</li></ul>





		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menționați pe scurt câteva dintre punctele ilustrate în Modulul 5 Capitolul 1 și nu au fost abordate de grupuri și discuții. Cereți participanților să studieze în continuare modulul</li> </ul>			
4	<b>Pauza de cafea</b>		<i>10 minute</i>		
5	<p><b><u>Rolul sportului în dezvoltarea rezilienței și a motivației</u></b></p> <p><b><u>a) Oportunitățile oferite</u></b></p> <p><b><u>b) Provocări posibile</u></b></p>	<p>Activitate de grup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Împărțiți participanții în grupuri de 5 și oferiți-le post-it-uri în două culori și pixuri. Cereți grupurilor să discute și să scrie opiniile lor despre următoarele: <ul style="list-style-type: none"> <li>o Ce oportunități oferă sportul pentru dezvoltarea atât a rezilienței, cât și a motivației? De ce sportul constituie un domeniu ideal pentru a cultiva reziliența și motivația?</li> <li>o Ce provocări pot apărea în sport, care ar putea pune în pericol reziliența cu succes și cultivarea motivației</li> </ul> </li> <li>• Cereți participanților să folosească diferite culori de post-it pentru fiecare întrebare. Fiecare post-it va include o idee/concept. La sfârșitul sesiunii de lucru, cereți echipelor să-și împărtășească ideile, lipindu-și post-it-urile pe tablă.</li> <li>• Odată finalizat procesul, adăugați la ideile menționate mai sus orice concepte relevante care nu au fost menționate și sunt prezentate în Curriculum și/sau în bibliografia relevantă (prezentarea PowerPoint este opțională).</li> </ul>	<i>25 mins:</i>	<p>Activitate de grup și prezentare</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Post-it-uri (2 culori diferite – 1 pentru provocări, 1 pentru oportunități)</li> <li>- Pixuri</li> <li>- banda adeziva (optional)</li> <li>- Tablă albă</li> <li>- Laptop</li> <li>- Prezentare PowerPoint</li> <li>- Tabla pentru proiector</li> <li>- Video proiector</li> </ul>
6	<p><b><u>Empatie</u></b></p> <p><b><u>a) Terminologie</u></b></p> <p>a) <b><u>b) Abordări cheie</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezențați pe scurt definiția (definițiile) empatiei și ideile cheie care vor ajuta participanții să înțeleagă conceptul</li> <li>• Împărțiți participanții în 3 grupuri – fiecare i-a atribuit o temă/abordare specifică pentru a promova și a preda</li> </ul>	<i>25 min</i>	<p>Prezentare</p> <p>Activitate de grup</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Flipchart sau Tablă</b></li> <li>• <b>Markere</b></li> <li>• <b>Coli tip A3</b></li> </ul>





		<p>empatia în echipa sa, adică modelarea rolului, lauda și ascultarea empatică). Fiecare grup ar trebui să discute și să noteze într-o lucrare A3 ce înțeleg prin termen și să identifice două exemple (unul pozitiv și unul negativ) ale abordării conceptului respectiv (exemplele lor pot fi din experiența lor ca antrenori sau ceva la care au fost martori/citit)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Un reprezentant din fiecare grup va prezenta „plenului” definiția și exemplele notate de grupul lor. Odată ce prezentările sunt finalizate, ar trebui să oferiți participanților oportunitatea de a-și împărtăși opiniile cu privire la ceea ce s-a discutat și de a adăuga la prezentările colegilor lor.</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>• Pixuri</li></ul>
7	<b>Reflecție</b>	<p>Reflecție</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cereți participanților să împărtășească grupului gândurile și opiniile lor cu privire la ceea ce sa discutat în timpul atelierului</li></ul> <p>Cereți-i să se gândească la toate lucrurile discutate în timpul atelierului, indiferent dacă cred că „Rasismul sau excluderea sunt compatibile în vreun fel cu valorile sportului sau cu poziția și efectul fotbalului în societate”</p>	5 Min	Discuție – Reflecție	
8	<b>Feedback</b>	Distribuiți formularele de evaluare a atelierului și cereți participanților să le completeze	5 min		
<b>Durata Modulului</b>			2 ore		





<b>Material de instruire pentru învățarea F2F (enumerați orice material de care un trainer va avea nevoie pentru a oferi instruirea)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Laptop</li><li>- Prezentare PowerPoint</li><li>- Tabla pentru proiector</li><li>- Video proiector</li><li>- Flip-chart</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Coli</li><li>- Pixuri/Evidențiatoare</li><li>- Post-it-uri (diferite culori)</li><li>- Bandă adeziva</li><li>- Tablă albă</li></ul>
<b>Sources – Additional Reading</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Prevenirea extremismului violent prin sport: Ghid tehnic. <a href="https://www.unodc.org/documents/dohadeclaration/Sports/PVE/PVE_TechnicalGuide_EN.pdf">https://www.unodc.org/documents/dohadeclaration/Sports/PVE/PVE_TechnicalGuide_EN.pdf</a></li><li>○ Proiectul anti-rasism al observatorilor. Recuperate de la <a href="https://www.westernsydney.edu.au/challengingracism/challenging_racism_project/our_research/bystander_anti-racism">https://www.westernsydney.edu.au/challengingracism/challenging_racism_project/our_research/bystander_anti-racism</a></li></ul>	



