

# Napo pentru cadre didactice



Ai grijă de corpul tău împreună cu Napo - Spatele

Scene URL: <https://napofilm.net/ro/learning-with-napo/napo-for-teachers/be-body-wise-napo-back>

## Introductory text

Acest set de instrumente prezintă importanța protejării pielii și a spatelui împotriva unor riscurilor simple, cu care ne confruntăm în fiecare zi. Printr-o serie de sarcini și activități, setul de instrumente își propune să ajute copiii să recunoască riscurile pentru sănătatea și securitatea lor fizică din comportamentele care trebuie evitate, să anticipeze riscuri similare în situații noi și să explice modul în care pot fi evitate acestea.

## Obiective didactice

Recunoașterea riscurilor pentru sănătatea și securitatea fizică

Anticiparea riscurilor similare în situații noi

Explicarea modului în care astfel de riscuri pot fi evitate

## Activitate introductivă

### 5 minute

Activități posibile:

- Prezentarea unei imagini sau a unei fotografii a unui schelet

Elevii trebuie să ofere un răspuns estimativ la întrebarea: Câte oase sunt în corpul uman?

(răspuns: 280 de oase)

- Discutați cu copiii dacă s-au confruntat vreodată cu probleme de spate (ei înșiși sau părinții lor).

## Activități

### 40/45 de minute

Pentru această sesiune, vizionați scenele cu Napo din filmulețul: [„Reduceți efortul!”](#)

Divide și controlează

Nu uita să te miști

Ține-mă strâns

Scena cu calculatorul

- Discuții despre corpul uman și despre cât de vulnerabil este acesta la vătămare prin acțiuni de

# Napo pentru cadre didactice



## Ai grijă de corpul tău împreună cu Napo - Spatele

ședere sau de ridicare greșit efectuate ori printr-o poziție verticală incorectă. Gândeți-vă la modalități prin care ne putem proteja spatele de probleme prin evitarea acestor riscuri. Pe șablonul în formă de corp uman, plasați avertismente cu privire la riscurile pentru spate și sfaturi cu privire la modalități de a ne menține sănătoși.

## ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ - Vacanța periculoasă a lui Napo:

- Scrieți sau interpretați o poveste despre vacanța lui Napo, în care acesta află lucruri noi despre riscurile la care este expus corpul său, cu referire specifică la spate.

Aceasta ar putea include:

- Ridicarea unei valize grele
- Petrecerea unei perioade de timp îndelungate jucând jocuri pe calculator

## Evaluare

Fiecare elev spune clasei ce înseamnă să fi i înțelept în legătură cu corpul tău, cu referire specifi că la spate și oferind exemple.

Verifi cați măsura în care elevii au îndeplinit obiectivele didactice folosind criteriile de mai jos.

Învățătorul și elevii evaluează cunoștințele dobândite folosind acest instrument:

- **Aur:** Pot explica cel puțin trei tipuri de riscuri pentru spate și modalități de a le evita.
- **Argint:** Pot explica două tipuri de riscuri pentru spate și modalități de a le evita.
- **Bronz:** Pot explica un tip de risc pentru spate și modalități de a-l evita.

## Resurse necesare

- șablonul pentru corpul uman
- Hârtie albă și creioane
- Semne de avertizare, de exemplu, nu sta îndoit la calculator
- Un sfat bun de lipit pe șablonul în formă de corp, de exemplu, „Stai drept pe scaun!”
- Fișă ajutătoare pentru învățători: riscuri pentru spate
- [Ai grijă de corpul tău împreună cu Napo - Spatele](#)

Pentru a descărca resursele disponibile, accesați: [Biblioteca de resurse](#)

## Legături cu alte materii/cu programa de învățământ

### Educație personală, socială și sanitară

Reguli și modalități de păstrare a siguranței

# Napo pentru cadre didactice



Ai grijă de corpul tău împreună cu Napo - Spatele

Recunoașterea modului în care comportamentul personal poate afecta alte persoane

Evaluarea riscurilor pentru sănătatea proprie și limitarea lor în cazurile în care este posibil

## **Educație fizică**

Evaluarea riscului aferent oricărei activități fizice și oferirea de modele de comportament preventiv

## **Științe**

Recunoașterea semnelor de avertizare și observarea acestora

## **Educație civică**

Recunoașterea pericolelor, evaluarea riscurilor aferente și controlul acestora

## **Limbi străine/limba maternă**

Scrierea unor propoziții simple în vederea realizării unei compuneri cu o structură care cuprinde o parte introductivă, un cuprins și un final.