

FORMAREA ABILITĂȚILOR ELEVILOR DE DESCRIERE A MODIFICĂRILOR CORPORALE ÎN PUBERTATE, ÎN DEPENDENȚĂ DE PARTICULARITĂȚILE DE GEN

*Liliana Saranciuc-Gordea, conf. univ., dr.,
Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău,
Alina Branîșter, învățătoare,
IP Școala primară „Spiridon Vangheli” or. Ungheni*

TRAINING STUDENTS' SKILLS TO DESCRIBE BODY CHANGES DURING PUBERTY, DEPENDING ON GENDER PARTICULARS

*Liliana Saranciuc-Gordea, PhD, Assoc. Prof.,
„Ion Creanga” State Pedagogical University of Chisinau,
ORCID:0000-0001-6815-782X
gordea.liliana@upsc.md
Alina Branîșter, teacher,
„Spiridon Vangheli” primary school form Ungheni
ORCID:0009-0007-9886-9503
alinabrinister1987@gmail.com*

CZU: 373.3:613

DOI: 10.46727/c.v2.24-25-03-2023.p303-308

Abstract. The given article elucidates some scientific, normative and applied aspects with a view to training students' abilities to describe body changes during puberty, depending on gender characteristics at the primary level of education - strategies for healthy lifestyle education during childhood: strategy based on individual approach, ecological strategy, high risk strategy. An example of a projective, personalized approach is proposed to train the students' abilities to describe bodily changes during puberty, depending on the particularities of gender in the discipline „Personal Development” in cl. IV.

Keywords: puberty, preadolescence, early schooling, health education, healthy lifestyle skills, healthy lifestyle education strategies in early childhood, constructivist methodology.

Formarea abilităților elevilor de descriere a modificărilor corporale în pubertate, în funcție de particularitățile de gen (cl. IV) reprezintă unitatea de competență 3.1. (UC 3.1.) la modulul 3 „Modul de viață sănătos” (M3) în clasa IV-a [1, p. 195] – constituent al competenței specifice 3 „Adoptarea modului de viață sănătos în contexte variate, demonstrând interes și implicare în activități de menținere a sănătății proprii și a celor din jur” (CS3) [1, p. 179] în actualul curriculum pentru învățământul primar din Republica Moldova (RM în continuare) la disciplina școlară „Dezvoltarea personală” (DP în continuare). Astfel, UC 3.1., care facilitează formarea CS3 prin M3, ghidează elevii în aspectele educaționale ce țin de sănătatea fizică, emoțională, fiind condiții primare în dezvoltare [2, p. 3]. Iar M3 este reperat de mai multe concepte dintre cele ce fundamentează direcția cercetată - particularitățile dezvoltării fiziologice și emoționale în perioada copilăriei. În sensul dat, învățătorul, după O. Dandara (2019), prin strategii constructiviste:

- formează la elevi o cultură a sănătății prin atitudine grijulie și responsabilă față de sănătatea proprie și a celorlalți;
- oferă posibilități elevilor de a achiziționa abilități de viață spre binele personal (termeni, concepte, fenomene etc.) la nivelul atitudinilor și al comportamentului privind modul de viață sănătos [3, p. 11].

Din perspectiva dată, cadrul didactic este obligat să dispună de competențe profesionale desprinse din actualele Standarde (2018) la [4, p. 7]:

**Domeniul de competență 3: Procesul Educațional.*

**Standard: Cadrul didactic asigură realizarea procesului educațional de calitate.*

**Indicator 3.1. Descriptori: 3.1.1. și 3.1.2.*

Pubertatea, ca o caracteristică a vârstei școlare mici, este prima *fază* de accentuare a caracterelor secundare, ce se manifestată prin continuitate, în creșterea și dezvoltarea elevului, debutând pe la vârsta de 9-10 ani până la 10-12 ani - numită *etapa preadolescenței* (U. Șchiopu, E. Verza, D. Stănculeanu). Etapa dată înregistrează mai multe caracteristici particulare [apud, 5, pp. 11-12]:

- nu vizează gândirea și modul de procesare informative, dar începe cu condiția somatică;
- se dezvoltă abstractizarea gândirii la disciplinele curriculare, dar nu sunt dezvoltate solicitările menținute de interacțiunile cu mai multe cadre didactice din cadrul școlii;
- se confruntă cu situații specifice pentru această vârstă, caracterizate prin schimbări ale comportamentului, manifestate cu tensiuni și frustrări;
- se produc restructurări majore în câmpul relațiilor în familie, la școală și în afara școlii;
- manifestă o atracție deosebită față de grupurile extrașcolare etc.

Astfel, prin prisma acestor accente științifice și normative, de care cadrul didactic este obligat să le cunoască și să se focalizeze la formarea CS3 în cadrul disciplinei DP prin M3 cu caracter integrator, învățătorul îi va ghida pe elevi în aspecte care țin de sănătatea fizică, emoțională, igienă personală, alimentația sănătoasă, contracararea viciilor etc. [6, p. 231]

Procesul de formare a abilităților elevilor de descriere a modificărilor corporale în pubertate, în funcție de particularitățile de gen (cl. IV), se prefigurează clar în sursele de specialitate, care detaliază specificul educației pentru un mod sănătos de viață la nivelul primar de învățământ atât mondial (OMS), cât și național (începând cu anii 1996-1997, marcați de „promovarea unui stil de viață sănătos”) [7, pp. 21-28] prin reflectarea:

- strategiilor utilizate pentru educația privind stilul de viață sănătos în perioada copilăriei (A. Friedman-Krauss, W. Steven Barnett, M. Deschesnes, C. Martin, AJ. Hill, D. Allensworth, L. Kolbe etc.) [apud, 8, pp. 29-30]: strategia bazată pe demersul individual, strategia ecologică și cea de risc înalt;
- „Modelului stadiilor schimbării” (Prochaska și DiClemente) [ibidem, 8, p. 36];
- metodelor de educație în pubertate (S. Briceag) [9, pp. 215-217];
- metodologiei constructiviste: pragmatică, centrată pe rezolvarea de probleme, puternic angajată social din considerentul „a ști”, completată cu „a ști să acționezi”, accentuând învățarea prin acțiune, care vizează formarea și perfecționarea capacităților psiho-motorii, a deprinderilor practice, de acțiune directă fie cognitiv, instrumental sau reflexiv [10, p. 71-73].

Din perspectiva abordărilor de mai sus, propunem un exemplu de demers proiectiv, personalizat, de formare a abilităților elevilor de descriere a modificărilor corporale în pubertate, în funcție de particularitățile de gen cu secvențe de lecție la disciplina DP în cl. IV.

I. Determinarea și stabilirea demersurilor curriculare raportate la UC3.1. M3 cl. IV - DP [1, p. 194]:

- *Modificări corporale la pubertate*. Modificări fiziologice, stări emoționale, particularități de gen.

II. Elaborarea subiectelor de lecție raportate la demersurile curriculare stabilite anterior:

- *Subiect*: Elev în cl. IV – preadolescent. *Demers curricular*: Modificări fiziologice, stări emoționale;
- *Subiect*: Fetele și băieții - particularități de gen la elevii din cl. I-IV. *Demers curricular*: Modificări corporale la pubertate, particularități de gen.

III. Proiectarea secvențelor de lecție. În continuare, vom detalia secvențele de lecție la subiectul „Elev în cl. IV-preadolescent”. Ținem să menționăm că la proiectarea secvențelor de lecție ne-am ghidat de sursele de specialitate din domeniu (N. Garștea, T. Callo, L. Granaci (2011); L. Chirev, N. Gandrabur, G. Leșco, V. Cuciuc (2012); L. Handrabura, V. Goraș-Postică (2016) etc.). De asemenea, accesând și sursa de specialitate online „Modificările corporale la pubertate. Modificări fiziologice, stări emoționale, particularități de gen” [11].

Subiect: Elev în cl. IV – preadolescent. *Tipul lecției*: mixtă, cadrul de învățare ERRE. *Demers curricular*: Modificări fiziologice, stări emoționale.

Obiective pentru etapa lecției „Evocare” pasul „Implică-te!”: la sfârșitul lecției elevul va fi capabil să identifice caracteristicile personale pozitive și negative în baza fișei de lucru.

Desfășurare: Se propune elevilor să acceseze fișa de lucru individual în care sunt eșalonate cuvinte care desemnează caracteristici personale pozitive și negative, după exemplul propus:

harnic

X

Se solicită elevilor, timp de 5 minute, să marcheze cu X în dreptul cuvintelor care îi descriu cel mai bine; să decidă care dintre aceste caracteristici sunt negative și care - pozitive; să însușească caracteristicile pozitive și pe cele negative și să facă raportul dintre ele.

Întrebări conversative: Care dintre voi a bifat mai multe caracteristici pozitive și care mai multe negative? De ce unii bifează mai multe adjective pozitive, iar alții - mai multe negative? Cum îi putem ajuta pe cei care au imaginativitate negativă despre ei înșiși să se vadă într-o lume mai bună? Ce semnificație pot avea situațiile în care imaginea pe care o avem despre noi diferă mult de imaginea pe care o au ceilalți despre persoana noastră?

Feedback: În trăsăturile enumerate de voi în fișă se pot regăsi o mare parte dintre semenii și adolescenții pe care îi cunoașteți. Este foarte important ca fiecare să-și cunoască și să accepte atât caracteristicile pozitive, cât și cele negative. Asemenea caracteristici le sesizați în și pe corpul vostru care sunt diferite și în permanentă schimbare atât la fete, cât și la băieți.

Mesaj informațional pentru etapa lecției „Realizarea sensului” pasul „Informează-te!”: Organismul uman traversează mai multe schimbări din copilărie până la maturitate. Aceste schimbări sunt atât fiziologice, cât și emoționale, îndeosebi sesizate și vizualizate de voi la vârsta dată de 9-10/12-15 ani. Vârsta dată este numită vârsta preadolescentă sau pubertate, care reprezintă o perioadă a schimbărilor fizice și emoționale, parcurse de toți copiii în procesul creșterii și maturizării. Schimbările care au loc în corpul vostru sunt rapide și vă pot uneori deranja, dar asta este drumul spre maturitate. Pe parcursul pubertății corpul vostru suferă modificări fizice și hormonale. La vârsta voastră unele părți ale corpului se modifică în volum: la nivelul organelor interne, la nivelul pieptului - sânilor, mușchilor. La nivel hormonal: acnee, transpirație urât mirositoare, schimbarea glasului etc.

Tot în această etapă apar schimbări emoționale: schimbări de dispoziție bruște, stimă de sine scăzută, agresivitate, depresie, uneori te simți diferit de colegii din clasă, mai atenți față de lumea din jurul vostru, poate apărea interes pentru activități noi.

Astfel, pubertatea are propriul orar biologic. La cineva vârsta pubertară începe de la 8 ani, la cineva la 12, 15 ani și nimeni nu poate controla când începe. Pubertatea începe, de obicei, mai devreme la fete decât la băieți. Pentru majoritatea fetelor, pubertatea începe în jurul vârstei de 11 ani. Pentru băieți pubertatea începe între 10 și 14 ani, media fiind pe la 12. Fiecare trebuie să cunoască aceste schimbări pentru a duce un mod de viață sănătos.

Obiective pentru etapa lecției „Realizarea sensului” pasul „Procesează informația”: să identifice schimbările fiziologice și emoționale care se produc în organismul uman din copilărie până la maturitate.

Desfășurare. Se propune elevilor vizionarea filmelor didactice: „Pubertatea: Schimbările de dispoziție” [12] și „Pubertatea: aflând cine ești” [13]. Se organizează un asalt de idei despre schimbările din organismul uman din copilărie până la maturitate, cu prezentarea de exemple din viața personală.

Se propune elevilor să formeze perechi de lucru, apelând la fișa de lucru individual din „Evocare”, dezvoltând-o prin numirea schimbărilor fiziologice și emoționale produse în organismul uman din copilărie până la maturitate;

harnic | Schimbări fiziologice | Schimbări emoționale

Obiective pentru etapa lecției „Reflecție” - pasul „Comunică și decide”: să găsească deosebiri între schimbările fiziologice și cele emoționale, în baza fișei de lucru (desfășurare prin continuarea sarcinii din „Realizarea sensului” pasul „Procesează informația”) expusă mai jos:

Harnic	Schimbări fiziologice	Schimbări emoționale
Emotive		
<i>Fișa Deosebiri între schimbările fiziologice și cele emoționale</i>		

La finele sarcinii, se solicită perechilor de lucru, în fața clasei, să prezinte colegilor, la nivel de mimică, o schimbare emoțională și fiziologică din organismul uman din copilărie până la maturitate, identificată în fișa de lucru, iar colegii de clasă să ghicească ce schimbare a prezentat perechea.

La sarcina dată elevii se informează despre faptul că au dreptul să adreseze întrebări și să răspundă prin DA sau NU. Iar dacă cei care au ghicit au descoperit o altă schimbare decât cea notată, au dreptul să-și completeze cu ea spațiul organizatorului tabular din fișă. Activitatea continuă până sunt ghicite toate schimbările (emoționale și fiziologice din organismul uman din copilărie până la maturitate) notate pe fișa perechilor de lucru.

Feedback: Schimbările fiziologice și cele emoționale marchează specificul pubertății unui elev din clasa IV: pubertatea: perioada creșterii rapide; apar schimbări atât fiziologice cât și emoționale.

Obiective pentru etapa lecției „Reflecție” - pasul „Apreciază”: să descrie în cuvinte proprii schimbările fiziologice și cele emoționale din organismul uman din copilărie până la maturitate.

Desfășurare. Debriefing: Cum v-ați simțit în cadrul activității? Care este deosebirea dintre schimbările fiziologice și cele emoționale? Care schimbări v-a fost ușor să le identificați? Ce ați aflat nou despre organismul uman? Cum veți reacționa la apariția unor schimbări în organismul vostru? Ce considerați că este o reacție normală la schimbările de acest ordin?

Obiective pentru etapa lecției „Extindere” - pasul „Acționează”: la sfârșitul lecției elevul va fi capabil să justifice schimbările în corpul propriu pentru perioada pubertară.

Desfășurare. Se solicită elevilor să reflecteze împreună cu părinții subiectul abordat la lecție. Se propune elevilor să acceseze fișa de lucru „Corpul meu”. Se cere elevilor să justifice prin desen sau scris în fișă, pe rând, pentru fiecare parte a corpului:

- ce schimbare desemnează în vârsta pubertară (fiziologică sau emoțională);
- cum poate fi îngrijită fiecare parte a corpului (reguli de igienă);
- cu ce mecanism întâlnit în viața cotidiană se aseamănă (Ex.: creierul seamănă cu miezul de nucă sau cu un computer programat să coordoneze activitatea unei fabrici imense);
- cu galben să coloreze partea corpului care este solicitată de activitățile lui preferate;
- cu roșu să coloreze partea corpului care se îmbolnăvește cel mai mult;
- cu verde să coloreze partea corpului care este cea mai sănătoasă.

Concluzii:

1. Formarea abilităților elevilor de descriere a modificărilor corporale în pubertate, în funcție de particularitățile de gen (cl. IV) în contextul EPS la nivel formal transversal și transdisciplinar, reprezintă UC 3.1. M3 în clasa IV-a – constituent al competenței specifice
3. „Adoptarea modului de viață sănătos în contexte variate, demonstrând interes și implicare în activități de menținere a sănătății proprii și a celor din jur” (CS3) [1, p. 179] în actualul curriculum pentru învățământul primar din RM la disciplina școlară DP focalizat pe „Modelul stadiilor schimbării” și metodologia constructivistă de educație pentru un mod sănătos de viață.
2. Metodologia de educație pentru un mod sănătos de viață – nivelul primar de învățământ - este o metodologie constructivistă, pragmatică, centrată pe rezolvarea de probleme, puternic angajată social, accentuând învățarea prin acțiune cu formarea și perfecționarea capacităților psiho-motorii, a deprinderilor practice, de acțiune directă fie cognitiv, instrumental sau reflexiv la elevi.

BIBLIOGRAFIE

1. Curriculum Național. Învățământul primar. Chișinău: MEC, 2018. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/curriculum_primare_site.pdf (vizitat 16.03.2023)
2. Repere metodologice de organizare a procesului educațional la disciplina școlară Dezvoltare Personală în anul de studii 2018-2019. Chișinău: MEC, 2018. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/28_dezvoltare_personaa_2018-2019_final_suplinit.pdf (vizitat 16.03.2023)
3. DANDARA, O., Disciplina „Dezvoltare personală”, un răspuns la realitățile sociale și o provocare pentru cadrele didactice. În *Didactica Pro...*, nr.4-5 (116-117) octombrie 2019. Disponibil: http://dspace.usm.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/2482/Dandara_O_Disciplina_Dezvoltare_personala.pdf?sequence=3&isAllowed=y (vizitat 16.03.2023)
4. Standardele de competență profesională ale cadrelor didactice din învățământul general. Chișinău: ME CC, 2018. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/standarde_de_competenta_profesionala_ale_cadrelor_didactice_din_invatamantul_general.pdf (vizitat 16.03.2023)
5. PALADI, A., *Psihologia adolescentului și adultului: Suport de curs*. Chișinău: CEP USM. ISBN 978-9975-71-981-0. 159.923(075.8) p. 14, 2018. Disponibil: <http://dspace.usm.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1701/Paladi.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (vizitat 16.03.2023)
6. Ghid de implementare a curriculumului pentru învățământul primar, Chișinău, 2018. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_curriculum_primare_rom_5.pdf
7. COJOCARI, L., *Teorii și metodologii avansate în didactici particulare (sănătate și motricitate). Suport de curs*. Chișinău: Tipogr. „Garomont-Studio”, 2019. ISBN 978-9975-134-44-6
8. Ghid de intervenție pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli. București: Proiectul „Intervenții la mai multe niveluri pentru prevenția bolilor netransmisibile (BNT)

- asociate stilului de viață în România”, 2016. Disponibil: https://www.edu.ro/sites/default/files/_fi%C8%99iere/Invatamant-Preuniversitar/2016/prescolar/ghiduri/Ghid%20pentru%20alimenta%C8%9Bie%20s%C4%83n%C4%83toas%C4%83%20%C8%99i%20activitate%20fizic%C4%83%20%C3%AEEn%20gr%C4%83dini%C8%9Be%20%C8%99i%20%C8%99coli.pdf (vizitat 16.03.2023)
9. BRICEAG, S., *Psihologia vârstelor . Curs universitar*. Bălți: Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți. 2017. ISBN 978-9975-50-196-5. Disponibil: http://dspace.usarb.md:8080/jspui/bitstream/123456789/3735/1/Briceag_psih_vir.pdf (vizitat 16.03.2023)
 10. PETROVSCHI, N., *Tendințe moderne în didactica disciplinelor școlare. Suport de curs*. Chișinău: Garomont Studio, MECC, IȘE, 2021. ISBN 978-9975-3506-6-2. CZU 373.02 P 60. Disponibil: https://ise.md/uploads/files/1640596048_garomont_petrovschi_tendinte_web-1.pdf (vizitat 16.03.2023)
 11. Educație Online. Școala altfel „Modificările corporale la pubertate. Modificări fiziologice, stări emoționale, particularități de gen”. Chișinău: DGETS mun. Chișinău, 2021. Disponibil: <https://educatieonline.md/details?e6513ccc0bc14017a2b7f1a42d52a2d4>(vizitat 16.03.2023)
 12. Pubertatea: Schimbările de dispoziție. Disponibil: <https://www.youtube.com/watch?v=-kPL0yw4LkKE> (vizitat 16.03.2023)
 13. Pubertatea: aflând cine ești. Disponibil: <https://www.youtube.com/watch?v=7I-Bpmad5po> (vizitat 16.03.2023)