



Ministerul Educației, Culturii
și Cercetării al Republicii Moldova

ORDIN

24.03.2020 nr. 375

mun. Chișinău

**cu privire la continuarea la distanță
a procesului educațional în Școlile Sportive**

În conformitate cu prevederile art. 140 alin. (1) al Codului educației nr. 152/2014, având în vedere prevederile pct. 1 din Dispoziția nr. 1 din 18 martie 2020 a Comisiei pentru Situații Excepționale și ale ordinului 292/2020, în scopul asigurării continuității procesului educațional în instituțiile sportive,

ORDON:

1. A aproba *Metodologia privind continuarea procesului educațional de antrenament la distanță în perioada de carantină, pentru instituțiile sportive (se anexează)*.
2. Direcția Sport (dl Petru Mutruc):
 - 2.1 va aduce la cunoștința Organelor locale de specialitate în domeniul învățământului și instituțiilor sportive din subordinea Ministerului prevederile prezentului ordin.
 - 2.2 va monitoriza respectarea *Metodologiei privind continuarea procesului educațional de antrenament la distanță în perioada de carantină, pentru instituțiile sportive*.
3. Organele locale de specialitate în domeniul învățământului și directorii instituțiilor sportive din subordine :
 - 3.1 vor aduce la cunoștința tuturor instituțiilor sportive din unitatea administrativ - teritorială prevederile prezentului ordin.
 - 3.2 vor asigura punerea în aplicare a *Metodologiei privind continuarea procesului educațional de antrenament la distanță în perioada de carantină pentru instituțiile sportive*, din data emiterii prezentului Ordin.
 - 3.3 vor desemna persoana responsabilă la nivel de instituție care va coordona organizarea procesului educațional la distanță, în conformitate cu prevederile Metodologiei.
 - 3.4 vor informa săptămânal Ministerul despre organizarea procesului educațional la distanță în instituțiile sportive din subordine, la adresa electronică (petru.mutruc@mecc.gov.md).
4. Responsabilă de punerea în aplicare a prezentului ordin se desemnează Direcția Sport (dl Petru Mutruc).
5. Controlul asupra executării prezentului ordin i se atribuie dlui Ivan Gheorghiu, Secretar de Stat.

Igor ȘAROV
Ministru

MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA

Aprobată prin Ordinul MECC

nr. 375 din 24.03.2020

METODOLOGIA

**privind continuarea procesului de instruire și antrenament la distanță în condiții de
carantină pentru instituțiile sportive**

Chișinău, 2020

COORDONATOR:

Ivan GHEORGHIU, Secretar de Stat în domeniul tineretului și sportului, MECC

GRUPUL DE LUCRU:

1. Natalia GRÎU, Secretar de Stat în domeniul educației, MECC
2. Valentin CRUDU, dr., șef Direcție Învățământ general, MECC
3. Mariana MARIN, dr., conf.univ., MECC
4. Petru MUTRUC, șef Direcție, MECC
5. Teodor GRIMALSCHI, dr., prof. univ., USEFS
6. Natalia REABOI, dr., director adjunct, Școala Sportivă a Rezervelor Olimpice
7. Andrei GROSU, director Școala Sportivă Specializată de box, luptă liberă și kickboxing
8. Tatiana ISACOV, Șef Direcție Sisteme Informaționale, Centrul Tehnologii Informaționale și Comunicaționale în Educație

CUPRINS:

DISPOZIȚII GENERALE.....	4
I. CONCEPTUL METODOLOGIC SPORTIV.....	4
1.1. Noțiuni generale de utilizare a metodologiei.....	4
1.2. Principii metodologice.....	5
1.3. Metode de învățământ.....	6
1.4. Forme de organizare.....	6
1.5. Proceduri de securitate online.....	6
II. MANAGEMENTUL ÎNVĂȚĂMÂNTULUI LA DISTANȚĂ.....	7
2.1. Atribuțiile Ministerului Educației, Culturii și Cercetării.....	7
2.2. Atribuțiile Organelor locale de specialitate în domeniul învățământului.....	7
2.3. Atribuțiile personalului de conducere.....	8
2.4. Atribuțiile instructorilor-metodiști.....	8
2.5. Atribuțiile personalului didactic.....	9
2.6. Atribuțiile părinților/reprezentanților legali ai copiilor.....	9
III. DESFĂȘURAREA PROCESULUI EDUCAȚIONAL LA DISTANȚĂ.....	10
3.1. Prevederi generale.....	10
3.2. Activitatea antrenorului.....	10
3.3. Colaborarea cu familia/ reprezentantul legal al copilului.....	11
IV. SUPORTUL TEHNIC AL ÎNVĂȚĂMÂNTULUI LA DISTANȚĂ.....	12
DISPOZIȚII FINALE.....	12
ANEXE.....	13
Anexa nr. 1. Tehnologii informaționale.....	13

DISPOZIȚII GENERALE

1. Metodologia privind continuarea procesului educațional în domeniul sportului în condiții de carantină, pentru instituțiile sportive este elaborată în temeiul:
 - Codul Educației al Republicii Moldova Nr. CP152/2014 din 17.07.2014, art. 36, art. 37. și art. 53;
 - Regulamentul de organizare și funcționare a școlilor sportive, HG nr. 31 din 30.01.2019;
 - Legea nr. 330/1999 cu privire la cultura fizică și sport;
 - Hotărârea Guvernului Nr. 212 din 05-04-2017 pentru aprobarea Planului de acțiuni privind promovarea siguranței pe Internet a copiilor și adolescenților pentru anii 2017-2020;
 - Ordinul MECC nr. 292 din 10.03.2020 cu privire la suspendarea procesului educațional în instituțiile de învățământ;
 - Ordinul MECC nr. 294 din 10.03.2020 cu privire la situația epidemiologică a infecției COVID-19;
2. Metodologia stabilește modul de continuare a procesului educațional în instituțiile sportive în condiții de carantină, când prezența fizică a elevilor în instituție (sălile de sport/ stadioane/ terenuri sportive/ bazine sau alte locuri pentru antrenamente în grup) este imposibilă, scopul principal fiind menținerea performanțelor sportive dobândite anterior.
3. Metodologia are menirea de a reglementa activitatea managerială și didactică în vederea organizării procesului de instruire și antrenament în instituțiile sportive în condiții de carantină.
4. Prevederile Metodologiei sunt obligatorii pentru Organele locale de specialitate în domeniul învățământului (OLDSÎ), cadrele de conducere, cadrele didactice, elevii și părinții/ reprezentanții legali ai acestora.
5. Organizarea și desfășurarea procesului educațional în condiții de carantină se bazează pe utilizarea mijloacelor instruirii asistate de calculator și metodelor de instruire la distanță. Interacțiunile dintre OLDSÎ, cadrele de conducere, cadrele didactice, elevii și părinții/ reprezentanții legali ai acestora se realizează prin mijloacele tehnice și de program oferite de tehnologia informațiilor și comunicațiilor.
6. Deciziile referitoare la mijloacele tehnice și de program pentru organizarea și desfășurarea procesului educațional la distanță se iau de către instituțiile sportive și OLSDÎ/ fondatorul instituției, în funcție de: gradul de asigurare cu mijloacele respective, nivelul de stăpânire de către cadrele de conducere și cele didactice a competențelor digitale conform standardelor în vigoare, posibilitățile elevilor și părinților/ reprezentanților legali ai acestora de a accesa și utiliza mijloacele respective.
7. În organizarea și desfășurarea procesului educațional la distanță, se asigură respectarea necondiționată și în volum deplin a cerințelor privind protecția datelor cu caracter personal, siguranța în mediul online, protecția sănătății în timpul lucrului cu echipamentele digitale etc

I. CONCEPTUL METODOLOGIC SPORTIV

1.1. Noțiuni generale de utilizare a metodologiei

8. În sensul prezentei metodologii, noțiunile utilizate semnifică:
 - a. *Conceptul metodologic al procesului de instruire sportivă* — vizează modalitățile teoretice

și tehnico-tactice de valorificare a metodelor-procedeelelor-mijloacelor didactice în vederea eficientizării și optimizării permanente a procesului de pregătire sportivă.

- b. *Proces de instruire și antrenament la distanță* – formă alternativă de instruire și antrenament în cadrul căreia se asigură continuarea procesului educațional în condiții de carantină, prin intermediul instrumentelor de comunicare la distanță.
- c. *Comunicare la distanță* — ansamblu de acțiuni și procese mediate de tehnologii de comunicații, care asigură interacțiunile cadrelor de conducere, cadrelor didactice, elevilor și părinților/ reprezentanților legali ai acestora în cadrul procesului educațional la distanță;
- d. *Mediu virtual de instruire și antrenament* — ansamblu de condiții în care se desfășoară instruirea la distanță, asigurat cu ajutorul diferitor instrumente de comunicare la distanță, resurse informaționale, etc.;
- e. *Forme de comunicare la distanță:*
 - *sincronă* — desfășurată într-un mediu virtual de instruire, cu participarea simultană a elevilor, a cadrelor didactice, eventual și a părinților/ reprezentanților legali ai acestora;
 - *asincronă* — desfășurată într-un mediu virtual de instruire, la care elevii și cadrele didactice nu sunt conectați simultan;
 - *mixtă* — se desfășoară atât sub formă sincronă, cât și asincronă;
- f. *Resurse informaționale digitale* — resurse educaționale aplicabile în procesul de instruire la distanță, inclusiv fișiere cu text, imagini, secvențe video/ audio, obiecte ale realității virtuale și modelării interactive, etc.

1.2.Principii metodologice

- 9. Fiind subordonat interesului superior al elevilor, procesul de instruire și antrenament la distanță în condiții de carantină necesită respectarea unui sistem unitar de principii specifice:
 - a. *Principii psihopedagogice:* încrederea în cadrele didactice, accesul la procesul de instruire și antrenament, securitatea online, nondiscriminarea, etica în comunicarea la distanță, crearea unei conexiuni pozitive cu elevul, consecvența comportamentală și a disciplinării, gestionarea situațiilor de criză educațională.
 - b. *Principii didactice generale:* asigurarea interrelațiilor predare-învățare-evaluare, colaborarea cu familiile/ reprezentanții legali ai elevilor, participarea conștientă și activă a elevului, flexibilitatea și individualizarea actului educațional, interactivitatea, accesibilitatea și rezolvabilitatea, sistematizarea și continuitatea, concordanța conținutului didactic cu cerințele activității practice, diversificarea resurselor informaționale și procesului de antrenament, feedback-ul, mentoratul și ghidarea.
 - c. *Principii didactice specifice:* adaptarea progresivă a organismului la tipul de solicitare programat, relația optimă efort-odihnă, programarea pe termen lung al antrenamentului și performanței, continuitatea procesului de instruire și antrenament, ciclicitatea și dinamizarea efortului fizic, multilateralitatea pregătirii fizice generale și speciale, motivația, individualizarea programului de antrenament.
 - d. *Principii metodice ale pregătirii sportive:* orientarea spre performanțe, unității dintre pregătirea generală și specială în condițiile create, continuității pregătirii psihofizice, caracterul treptat al creșterii efortului, profilaxia stării de sănătate cu fundamentare medico-biologică.
 - e. *Principii metodico-științifice de dirijare a procesului de pregătire sportivă:* competența instrumentală de a cunoaște și a utiliza instruirea asistată de calculator, modelarea

autoperfecționării pregătirii fizice și funcționale în dezvoltare evolutivă; autoantrenament pentru formarea unor deprinderi sportive adecvate obiectivelor didactice, utilizarea calculatorului/ telefonului în procesul de instruire și antrenament la distanță bazat pe relație antrenor-sportiv.

1.3. Metode de instruire

10. Organizarea și desfășurarea procesului de instruire și antrenament la distanță se va realiza prin următoarele metode:
 - a. *Metoda pedagogică generală*: verbală și demonstrativă (imagini, modele), de rezolvări de situații-problemă (la domiciliu, interpretare a sarcinilor efectuate), de evaluare a rezultatelor obținute, administrare a unor teste de pregătire motrice și funcționale;
 - b. *Metode de învățământ specifice*: exerciții reglementate de programa de clasificare sportivă – antrenorul oferă anumite informații (reguli de acțiuni, tehnici, tactici), sportivul învață practicând afectiv aplicarea corectă a acestora.
 - c. *Metode suplimentare, special elaborate pentru cerințele practicii sportive pe genuri de pregătire* – sunt elemente de bază ale strategiilor didactice, în strânsă relație cu mijloacele antrenamentului sportiv și cu modalitățile de lucru a sportivilor.

1.4. Forme de organizare

11. Formele principale de desfășurare a procesului de instruire sînt:
 - a. *Teoretice*: activitate individuală la nivelul unor strategii diferențiate a instruirii, păstrând distanța psihologică dintre antrenor și sportiv;
 - b. *Practico-metodice*: verificarea și controlul a volumului de efort, a intensității, a formelor biomecanice, controlul permanent și verificarea componentelor psiho-emoționale și a stării sportivelor, somato-funcționale, motorii (pregătirii fizice, tehnice) și altele.

1.5. Proceduri de securitate online

12. Pentru a evita posibile pericole, cadrele didactice și părinții/reprezentanții legali ai copiilor trebuie să cunoască și să-i informeze pe elevi despre tehnicile sigure de căutare și procedurile de apelare a serviciilor specializate:

<https://siguronline.md>

<http://telefonulcopilului.md>

<https://onlinesafety.info>

<https://mecc.gov.md/ro/content/siguranta-copiilor-interne/>

<https://contentfiltering.info>

<https://safeinternet.org>

<http://lastrada.md>

<https://www.itu.int/en/cop>

13. Securitatea elevilor în mediul online se asigură prin implicarea activă a cadrelor de conducere, cadrelor didactice, elevilor și părinților/ reprezentanților legali ai acestora, și a celor care au acces și sunt utilizatori ai sistemelor informaționale/ digitale atât în instituție, cât și în afara ei.
14. Directorul instituției monitorizează informarea și instruirea tuturor membrilor în vederea asigurării unei instruirii de calitate și a siguranței în mediul online. Directorul și administrația instituției stabilesc modul de implementare/ monitorizare a activităților pentru prevenirea și minimizarea riscurilor asociate utilizării mediului virtual. Datele cu caracter personal se înregistrează, se prelucrează, se transferă și se pun la dispoziție în conformitate cu legislația în vigoare.
15. Majoritatea politicilor de securitate în rețelele virtuale specifică vârsta de 13 ani ca vârstă

minimă permisibilă pentru crearea unui cont, având nevoie pentru aceasta de acordul informat al unui părinte/ reprezentant legal al elevului. În cazul elevilor sub 13 ani, se va utiliza contul creat de părinte/ reprezentantul legal.

II. MANAGEMENTUL PROCESULUI DE INSTRUIRE ȘI ANTRENAMENT LA DISTANȚĂ

2.1. Atribuțiile Ministerului Educației, Culturii și Cercetării

16. În vederea realizării managementului instruirii și antrenamentelor la distanță la nivelul național, Ministerul Educației, Culturii și Cercetării:
- Informează comunitatea educațională despre deciziile adoptate la nivel central privind regimul de activitate al instituțiilor din subordine;
 - Elaborează calendarul activităților de formare a cadrelor didactice privind organizarea învățământului la distanță;
 - Organizează formarea cadrelor didactice privind utilizarea resurselor digitale informaționale pentru desfășurarea procesului de instruire și antrenament la distanță;
 - Stabilește formatul și perioadele de raportare a instituțiilor din subordine privind organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță;
 - Monitorizează, în baza rapoartelor instituțiilor din subordine, continuarea procesului de instruire și antrenament la distanță.

2.2. Atribuțiile Organelor locale de specialitate în domeniul învățământului:

17. În vederea realizării managementului procesului de instruire și antrenament la distanță la nivelul local, OLSDÎ:
- Sunt responsabile de activitatea instituțiilor de învățământ din subordine;
 - Evaluează starea reală a capacității/ formelor/ nivelului de dotare cu TIC a instituțiilor din subordine în vederea organizării procesului de instruire și antrenament la distanță;
 - Stabilesc nivelul de alfabetizare tehnologică a antrenorilor pe ramuri de sport și instituții;
 - Desemnează responsabili de organizarea procesului de instruire și antrenament în instituțiile de învățământ pentru:
 - organizarea online a formării antrenorilor;
 - asistența tehnică a organizării procesului educațional la distanță, inclusiv activitatea de formare a antrenorilor;
 - asistența metodică a procesului de instruire și antrenament la distanță, inclusiv a activității de formare a antrenorilor.
 - Desemnează responsabili de contextul organizațional al procesului de instruire și antrenament la distanță pentru unitatea administrativ-teritorială;
 - Monitorizează organizarea regulamentară a învățământului la distanță în instituțiile din subordine prin:
 - utilizarea unui mecanism electronic de colectare a datelor cu referire la organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță;
 - stabilirea periodicității raportării către OLSDÎ;
 - Identifică soluții pentru rezolvarea dificultăților în organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță (prin cooptarea antrenorilor din alte instituții, accesibilizarea instituției la platformele, formele organizate la nivel național);

- h. Raportează Ministerului Educației, Culturii și Cercetării despre organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță în instituțiile din subordine, conform formatului și termenilor stabiliți;
- i. Solicită feedbackul elevilor referitor la accesul și calitatea procesului educațional și țin cont de acesta în proiectarea și facilitarea demersului educațional la distanță.

2.3. Atribuțiile personalului de conducere

18. În vederea realizării managementului procesului de instruire și antrenament la distanță la nivelul instituției, cadrele de conducere:
 - a. Informează elevii și părinții/ reprezentanții legali ai acestora despre:
 - modalitatea de organizare a procesului de instruire și antrenament la distanță pentru perioada respectivă, inclusiv orarul lecțiilor de antrenament.
 - b. Precizează, prin intermediul instructorilor-metodiști/antrenori, accesul elevilor la diverse platforme/ mijloace TIC și disponibilitatea lor de utilizare;
 - c. Desemnează persoanele responsabile de organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță;
 - d. Estimează abilitatea de comunicare electronică a antrenorilor pe probe sportive și, în caz de imposibilitate a anumitor cadre didactice de a realiza procesul educațional mediat de TIC, delegă această atribuție unui alt antrenor de profil din instituție;
 - e. Stabilesc, la nivelul instituției, de comun acord cu antrenorii:
 - orarul lecțiilor de antrenament pe etape de instruire;
 - platformele, aplicațiile, modalitățile utilizate;
 - formatul și periodicitatea înregistrării activităților/ lecțiilor în Registru de evidență;
 - modalitatea de raportare cu referire la realizarea demersului educațional proiectat;
 - f. Elaborează un program individual pentru elevii care nu au acces la utilizarea TIC în cadrul procesului de instruire și antrenament la distanță, și iau decizia cu referire la organizarea procesului educațional pentru acești elevi (perioada, forma de organizare și modul desfășurării aparține instituției);
 - g. Încurajează colaborarea între cadrele didactice, schimbul de bune practici prin intermediul platformelor TIC;
 - h. Raportează către MECC/ OLSDÎ despre formatul de realizare a procesului educațional la distanță în cadrul instituției, conform termenilor stabiliți.

2.4. Atribuțiile instructorilor-metodiști

19. În vederea realizării managementului procesului de instruire și antrenament la distanță la nivelul etapelor de instruire, instructorii - metodiști:
 - a. Coordonează activitatea antrenorilor;
 - b. Oferă consiliere antrenorilor;
 - c. Mențin comunicarea (la necesitate) cu părinții/ reprezentanții legali ai elevilor;
 - d. Colaborează cu antrenorii pe ramuri de sport în vederea asigurării participării elevilor în procesul educațional la distanță;
 - e. Intervin în soluționarea unor situații specifice activităților desfășurate la distanță și pentru toate aspectele care vizează procesul instructiv-educativ, în care sunt implicați antrenorii și elevii.

2.5. Atribuțiile personalului didactic

20. În vederea realizării managementului procesului de instruire și antrenament la distanță la nivelul etapelor de instruire, cadrele didactice:

- a. Informează conducerea instituției despre tehnologiile aplicate pentru organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță în perioada de referință (platforme, aplicații, modalități etc.) și orarul lecțiilor stabilit de comun acord cu elevii și părinții/ reprezentanții legali ai acestora, conform etapelor de instruire;
- b. Precizează disponibilitatea sportivilor la de a accesa diverse platforme/ mijloace TIC, în scopul identificării mijloacelor utilizate în procesul educațional la distanță;
- c. Stabilesc, prin coordonare cu administrația instituției:
 - modalitatea de raportare cu referire la realizarea demersului educațional proiectat;
 - formatul și periodicitatea de înregistrare a activităților/ lecțiilor în Registru de evidență;
 - modalitatea de organizare a programului individual pentru elevii care nu au acces la resursele procesului de instruire și antrenament;
- d. Stabilesc timpul de lucru pentru o lecție de antrenament în regim sincron sau asincron (conform duratei lecției de antrenament pentru fiecare etapa de instruire), durata intervențiilor sincron (Hangouts, Viber video, conferințe Messenger, conferințe Skype, aplicația ZOOM, etc.).

2.6. Atibuțiile părinților/ reprezentanților legali ai copiilor

21. În corespundere cu prevederile art. 138 din Codul Educației al Republicii Moldova, părinții/ reprezentanții legali ai elevilor au obligația să colaboreze cu instituția de învățământ pentru a contribui la realizarea obiectivelor educaționale și să urmărească, în colaborare cu administrația instituției și cadrele didactice, situația și comportamentul elevului. În cadrul procesului de instruire și antrenament la distanță, părinții/ reprezentanții legali ai copiilor:

- a. Creează un mediu fizic prietenos, sigur și protectiv pentru elev, de asemenea creează o atmosferă plăcută în timpul antrenamentelor individuale;
- b. Mențin comunicarea cu antrenorul;
- c. Asistă copilul în procesul comunicării la distanță sau asigură suportul de către un adult de încredere;
- d. Asigură participarea elevului la procesul de instruire, la selectarea materialelor și echipamentelor necesare pentru desfășurarea antrenamentelor, urmărind încadrarea în timpul alocat și alternarea activităților intelectuale cu cele motrice și de dezvoltare fizică, emoțională, socială, spirituală;
- e. Promovează un comportament pozitiv și suportiv, apreciază orice progres al elevului, încurajează și motivează în permanență elevul pentru a-l responsabiliza de propria formare.

III. DESFĂȘURAREA PROCESULUI DE INSTRUIRE ȘI ANTRENAMENT LA DISTANȚĂ

3.1. Prevederi generale

22. Antrenorii stabilesc la propria decizie căile de comunicare la distanță cu sportivii în procesul educațional: Viber, Messenger, E-mail, Google Classroom, Grupe de facebook, aplicația ZOOM, Google Forms, Survey Monkey, Kahoot, ProProfs, Hot Potatoes, Quizalize, Triventy, Quizizz, etc.
23. Materialele didactice utilizate în procesului de instruire și antrenament la distanță se bazează

pe planul anual și individual aprobat la nivel de instituție și prezentat MECC, care pot fi utilizate în format digital în cadrul activităților de antrenament online. Se folosesc ghiduri, resurse informaționale digitale, sisteme automatizate de testare și alte materiale specifice care pot fi difuzate prin intermediul platformelor online de partajare (rețele de socializare (Facebook, Instagram, etc.), bloguri, Viber, Google Drive, etc.).

24. Materialele didactice trebuie să fie accesibile pe diferite periferice (calculator, tabletă, telefon mobil, etc.), dar și prin utilizarea diverselor aplicații acceptate de instituția de învățământ.
25. Elevul primește sarcini de instruire independente în contextul lecțiilor de antrenament. Se dau sarcini suplimentare (după caz).
26. În cazul în care elevul nu poate participa nemijlocit în activitatea sincron/ asincron, antrenorul ia suplimentar legătura cu elevul sau părintele/ reprezentantul legal al acestuia și oferă sarcini de învățare în mod individual, fără a-i considera absența.
27. Este necesar să se promoveze cultura organizării învățării psihofizice în condiții de casă prin autoorganizare și autodisciplină, strategii de metacogniție (de autoevaluare, automotivare și autodezvoltare).

3.2. Activitatea antrenorului

28. Antrenorul proiectează demersul educațional la distanță din perspectiva teoriei culturii fizice și sportului:
 - a. Elaborează/ adaptează/ selectează resurse informaționale digitale/ suporturi didactice pentru lecțiile de antrenament la distanță conform planului de lungă durată curent (aprobat la începutul anului școlar), pe baza Regulamentului școlar aprobat de fondator, ținând cont de specificul resurselor umane și materiale;
 - b. Scenarizează/ proiectează planul conspect al lecțiilor la distanță, nu elaborează proiecte didactice de scurtă durată propriu-zise, dar asigură succesiunea secvențelor instrucționale specifice și dozarea timpului în lecția la distanță;
 - c. Elaborează/ adaptează/ selectează instrumente de evaluare aplicabile la distanță în situația concretă, în conformitate cu proiectul didactic de lungă durată, respectând rigorile programului de antrenament al probei sportive, regulamentelor și metodologiilor aprobate de MECC.
29. Cadrul didactic realizează la distanță un proces calitativ de predare-învățare-evaluare, asumându-și:
 - a. Rolul de mediator: organizează condiții optime pentru ca toți elevii să se includă în procesul de instruire și antrenament la distanță în condițiile respectării cadrului legal privind securitatea și sănătatea elevilor. Creează și/sau administrează mediul virtual de instruire, stabilește regulile și normele de comunicare și interacționare în mediul virtual de de instruire și antrenament. Demonstrează comunicare didactică eficientă, respectând etica mediilor virtuale, asigură feedback-ul, inclusiv privind comunicarea și interacționarea în mediul virtual de instruire și antrenament;
 - b. Rolul de facilitator: acordă, la necesitate, ajutor/ sprijin individualizat/ diferențiat pentru ca procesul instruirii la distanță să devină confortabil și facil pentru fiecare, monitorizează respectarea de către elevi a orarului activităților, dezvoltă relații de parteneriat cu membrii familiilor/ reprezentanții legali ai elevilor în vederea sporirii

calității procesului educațional la distanță;

- c. Rolul de tutore: ghidează și activează sportivii în procese de predare și învățare, stimulând motivația, autonomia și responsabilizarea subiecților pentru propria formare. Realizează procesul de evaluare conform cadrului regulamentar și metodologic în vigoare, favorizând reflecția și oferind remediere în vederea sporirii performanțelor. Completează, respectând cerințele respective Registrul de evidență al procesului de instruire și antrenament.
30. În realizarea procesului educațional la distanță, cadrul didactic abordează elevul ca subiect al educației sportive:
- a. Combină activități de predare sincron cu activități de predare asincron, activități ghidate, semi-ghidate, lucru individual.
 - b. Folosește o varietate de metode și tehnici de predare interactivă, centrate pe sportiv, pe interesele și nevoile acestuia și nu doar oferă sarcini;
31. Cadrul didactic își gestionează propria dezvoltare profesională continuă:
- a. Participă la activități instituționale/locale etc. de formare profesională în domeniul instruirii la distanță, realizate online;
 - b. Își dezvoltă permanent competențele necesare realizării rolurilor profesionale în condițiile instruirii la distanță.

3.3. Colaborarea cu familia/ reprezentantul legal al copilului

32. Calitatea procesului de instruire și antrenament la distanță este determinată de dezvoltarea și menținerea unui parteneriat durabil și a unei relații bazate pe respect reciproc cu fiecare dintre cei implicați în acest proces.
33. Familia toți membrii procesului educativ trebuie să dezvolte experiențe pozitive și să-și asume angajamente pentru a maximiza oportunitățile de cunoaștere ale elevilor și pentru a-i asigura fiecare încrederea că în spatele calculatorului sunt adevărate cadre didactice, iar alături — un sprijin de încredere.
34. Elevii minori vor fi supravegheați și susținuți pe parcursul antrenamentelor de către un părinte sau adult responsabil, care va colabora strâns cu cadrul didactic în vederea planificării și petrecerii procesului educațional. Gradul de supraveghere și susținere a elevului depinde de vârsta, regimul de instruire și nevoile individuale de instruire ale acestuia.

IV. SUPORTUL TEHNIC AL PROCESULUI DE INSTRUIRE ȘI ANTRENAMENT LA DISTANȚĂ

35. Procesul de instruire și antrenament la distanță trebuie să aibă o bază tehnico-materială modernă și eficientă. Baza tehnico-materială a sistemului de instruire și antrenament la distanță la nivel de instituție se constituie din următoarele componente:
- a. Mijloace tehnico-materiale: echipament audio/ video, tehnică de calcul, telefon, echipamente și altele prevăzute pentru crearea resurselor pentru instruirea și antrenamentul la distanță;
 - b. Platforme Web necesare pentru desfășurarea procesului de instruire și antrenament la distanță.
 - c. Instrumente și platforme informaționale care pot fi utilizate pentru organizarea procesului educațional, în funcție de resursele tehnice disponibile (pot fi consultate în Anexa 1).

- d. Administrația instituției, în limitele posibilităților sale, intervine în vederea asigurării cu tehnică necesară a cadrelor didactice și/sau a elevilor cu tehnica necesară.
- e. Este recomandabilă colaborarea la distanță cu școlile/ cluburile la nivel național și internațional.

V. EVIDENȚA, MONITORIZAREA ȘI EVALUAREA

- 36. Evidența procesului de instruire și antrenament la distanță în perioada de referință se realizează în Registrul de evidență al frecvenței și rezultatelor elevilor.
- 37. Registrul de evidență se perfectează de către cadrele didactice la fiecare antrenament.
- 38. Cadrele didactice vor prezenta Registrul pentru a fi verificat directorului-adjunct. Acest lucru se poate face și utilizând comunicarea online (periodicitatea se va stabili în comun cu Administrația).
- 39. Se acceptă abateri de la planul-grafic de instruire elaborat la începutul anului școlar și de la planul-grafic de activitate, reieșind din posibilitățile tehnologice, utilajul și inventarul pe care îl are fiecare elev.
- 40. Pentru evidența corectă în Registru a antrenamentelor care vor avea loc cu abateri de la planul de instruire și cel de activitate în perioada de referință, la rubricile "Planul-grafic de instruire", "Planul-grafic de activitate" și "Conținutul materialului", va fi efectuată mențiunea "Modificat" (nu este necesară modificarea planurilor-grafice de instruire și de activitate).
- 41. Normativele de control vor fi modificate și adaptate la condițiile de carantină.

VI. DISPOZIȚII FINALE

- 42. Responsabilitatea pentru organizarea procesului de instruire și antrenament la distanță pe durata suspendării procesului educațional revine conducerii instituției de comun cu cadrele didactice, elevii și părinții/ reprezentanții legali ai acestora.
- 43. Către revenirea la programul regulamentar de activitate, instituțiile din subordine, sunt în drept să decidă cu referire la instituționalizarea unor mecanisme/ forme de organizare ale activităților educative suplimentare.
- 44. În cazul prelungirii la nivel național a termenului de suspendare a procesului educațional, instituțiile din subordine se vor conforma deciziilor organelor ierarhic superioare privind organizarea procesului educațional în funcție de specificul orarului/ regimul de activitate, etc.
- 45. Lecțiile de antrenament desfășurate conform prezentei metodologii nu necesită refacerea/ recuperarea ulterioară în sălile de sport.

Tehnologii informaționale

Tehnologiile informaționale moderne oferă o gamă largă de aplicații, resurse educaționale deschise, medii virtuale de învățare, precum și diferite instrumente oferite de Web 2.0, acestea reprezentând un potențial enorm în prestarea educației, construirea cunoașterii și a procesului de antrenament. Există foarte multe instrumente și resurse Web 2.0 care pot fi utilizate în sistemul educațional, cu scopul de a realiza managementul conținutului procesului de instruire în diverse contexte și de a oferi metode inovatoare în procesul de predare-învățare.

Exemple de platforme/soluții utilizate în procesul de instruire online:

1. **Soluția Skype:** simplă în utilizare, permite conversații multiple, administrarea și managementul închiderii microfoanelor, managementul înregistrărilor, chat în format text și în același timp, partajare de fișiere, partajare de ecran cu alți participanți. Disponibil pentru diferite sisteme de operare și dispozitive.
2. **Soluția WebEx:** Tutorial video în română de la crearea conturilor până la crearea și gestionarea sălilor virtuale: <https://cisco.app.box.com/s/47x9iruepz0ivs0mt6svwqxc3iaoczq>. Soluția respectivă oferă un plan gratuit cu până la 100 de participanți per sesiune. WebEx permite de asemenea, partajarea fișierelor, înregistrarea prezentărilor, planificarea întâlnirilor precum și statistici integrate pe partea de curs. Soluția este disponibilă atât pentru mobil cât și pentru Desktop.
3. **Soluția Adobe Connect:** conferințe video/audio cu maxim 100 participanți, forum pentru discuții, arhivă de fișiere pentru a putea plasa documente, partajare de fișiere. Utilizată de instituțiile de învățământ membre a comunității eTwinning Moldova. La acest link în română se poate găsi, Ghidul de utilizare a portalului eTwinning și a instrumentelor TIC asociate: <http://alem.aice.md/alem/wp-content/uploads/2017/10/GhideTwinningROM-2016out-FINAL.pdf>
4. **Soluția WhatsApp sau Viber:** este, de asemenea, destul de accesibil de utilizat și luăm în calcul că mulți părinți folosesc deja această soluție, pentru a interacționa cu cadrele didactice în scopul verificării procesului de instruire. Poate fi utilizată varianta mobilă cât și Desktop.
5. **Video offline:** în cazul în care comunicarea video în timp real nu este posibilă datorită conexiunilor de viteză mică la Internet sau întârzierilor în timp, emoțiilor din cauza noutății formei de instruire, profesorii pot alege varianta înregistrării offline a prezentării unei teme sau subiect de la clasă și apoi încărcarea acestuia pe platforme dedicate, exemplu Youtube. Sunt foarte multe instrumente pentru desktop recording, inclusiv se poate face acest lucru cu

un simplu telefon mobil.

6. **Kahoot:** platforma Kahoot! a fost utilizată de peste un miliard de oameni din lumea întreagă de la lansarea în mediul online în anul 2013, fiind utilizată atât de către cadrele didactice pentru a desfășura procesul de instruire. Aveți posibilitatea să creați testul și să-l faceți public pentru toți sau să transmiteți link-ul, iar copii au nevoie doar să se logheze pe Kahoot.com ca elevii de la un calculator sau orice dispozitiv mobil și să acceseze testul dvs, acționând „Play”;
7. **Google Classroom:** dintre soluțiile gratuite la acest moment pe piață, Google Classroom este una considerată ca o eficientă și rapidă soluție pentru a accede la managementul conținutului educațional. Fiecare profesor, folosind un Google Account poate să își creeze propria clasă virtuală în mod gratuit folosind tehnologiile web.
8. **Google Drive** - un instrument util în care puteți adăuga lecții teoretice sau practice, fie în format word, ppt și să le dați acces copiilor să le studieze, după care pot rezolva anumite sarcini și să le adauge tot în același Drive, iar dvs. aveți posibilitatea să le verificați.
9. **Cisco Networking Academy:** <https://www.netacad.com> - este un portal dedicat, instructorilor și elevilor, care include instrumentele necesare pentru managementul claselor și utilizatorilor, precum și conținutul cursurilor și evaluările. Această platformă este utilizată în special de instituțiile de învățământ din R.Moldova în cadrul cărora au fost formați instructori pentru cursurile în domeniul IT: Cisco IT Essentials, Cisco CCNA Routing & Switching, etc.
10. **Facebook Live:** este un instrument care permite interacționarea cu elevii în timp real într-un mod imediat, autentic și interactiv. Intruirea poate fi livrată cu opțiunea ”screen share”, adică partajare de ecran, iar antrenorul poate ghida elevii cu ajutorul unei prezentări power point, a unui manual în format pdf, a unui document Word sau a unui website. Elevii audiază profesorul, citesc suportul partajat și răspund la întrebările acestuia în opțiunea comentarii, astfel participând la lecție în timp real, postând întrebări, sugestii, propuneri direct pe Facebook. Lecția predată astfel este salvată online, iar elevii care nu au fost prezenți la lecție o vor putea viziona ulterior. Profesorul poate evalua postările elevilor din comentarii (producere scrisă), deci poate fi și un instrument de evaluare.