**MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA**

Discutat la Ședința Comisiei Metodice \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ APROBAT \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Șeful Comisiei metodice

***PROIECT DIDACTIC DE LUNGĂ DURATĂ LA DISCIPLINA ȘCOLARĂ***

***EDUCAȚIE PFIZICĂ***

(elaborat de Grupul de lucru, conform ordinului MEC nr.1544/2023, în baza Curriculumului la *Educație pentru Societate*, aprobat prin Ordinul MEC nr.906/2019)

***Clasa a VI-a***

**Anul de studii: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Instituția de învățământ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Localitatea \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Numele, prenumele cadrului didactic\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Grad didactic \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Competențe specifice:**

1. Explicarea efectelor activităților motrice și sportive, manifestând gândire critică și pozitivă în conexarea diferitor domenii de studiu, activitate și valori umane.
2. Explorarea potențialului motrice în activități educaționale și cotidiene, dând dovadă de autocontrol în vederea dezvoltării fizice armonioase.
3. Gestionarea abilităților specifice probelor sportive în activități competitive și recreative, demonstrând respect și grijă față de participanți, responsabilitate pentru succesul comun.

**Resurse bibliografice:**

* Curriculum la disciplina *Educație fizică*, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019.
* Ghidul de implementare a curriculumului la disciplina *Educație fizică*, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019.

**Administrarea disciplinei**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr. modulului** | **Module** | **Nr. ore** | **Evaluări** | | |
| **EI** | **EF** | **ES** |
| **1** | **Atletism** | **12** | **1** | **1** | **1** |
| **2** | **Badminton** | **8** | **1** | **1** |
| **3** | **Volei** | **11** | **1** | **1** |
| **1** |  |  |
| **Total semestrul I** | | **32** | **3** | **3** | **1** |
| **4** | **Baschet** | **15** | **1** | **1** | **1** |
| **5** | **Gimnastica** | **12** | **1** | **1** |
| **6** | **Turism pedestru** | **10** | **1** | **1** |
| **1** |  |  |
| **Total semestrul II** | | **38** | **3** | **3** | **1** |
| **Total anual** | | **70** | **6** | **6** | **2** |

**Notă:**

**Cadrul didactic la disciplină** are libertatea de a personaliza proiectarea de lungă durată la disciplină, în funcție de potențialul și particularitățile de învățare ale claseiși de resursele educaționale disponibile, în conformitate cu prevederile curriculumului la disciplină (ediția 2019).

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa a VI-a**  **Modulul 1**  **Atletism- 12 ore**  **Semestrul I** | | **Nivelul începător A2**  **Unități de competență:**  1. 1. Descrierea beneficiilor practicării atletismului din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.  1. 2. Conformarea la regulile de securitate și normele de igienă în cadrul practicării atletismului.  1. 3. Demonstrarea comentată a mișcărilor locomotorii specifice atletismului.  1. 4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din atletism. | | | |
| **Resurse** | | TIC, postere, spațiu pentru alergări, cronometru, fișe, fluier, spațiu pentru sărituri, obstacole orizontale și verticale, ruletă, cretă, mingi mici pentru aruncare, bastoane de ștafetă, fișe de evaluare și autoevaluare etc. | | | |
| **Nr.** | **Data** | **Detalieri de conținut** | **Ev** | **Activități de învățare** | **Obs.** |
|  | Pe parcursul lecțiilor | **Conținuturi cognitive:**  *Tema inter/transdisciplinară:* **Indicii pregătirii motrice și fizice a elevului**  Beneficiile practicării atletismului; reguli de securitate;  **Conținuturi specifice:**  ***Alergări****:* cu pași adăugați, cu pași încrucișați. ***Sărituri****:* în lungime, în înălțime, în adâncime. ***Aruncări:*** la țintă, la distanță, pe loc și cu elan**.** |  | Workshop: schimb de bune practici privind performanțele motrice individuale specifice probelor atletice. |  |
| **Subiectele lecției:** | | | |
|  |  | Reguli de tehnică a securității în cadrul lecțiilor de educație fizică |  |  | |
|  |  | Variante de exerciții speciale ale alergătorului | **EI** | * Observarea, demonstrarea și explicarea diferitor mișcări specifice atletismului, a deosebirilor și asemănărilor lor în diferite activități motrice, eventual cu suport video/digital; * Perfecționarea deprinderilor motrice specifice probelor atletice prin aplicarea varietativă a mijloacelor sportive și utilitar aplicative; * Practicarea diferitor roluri (ajutor de profesor, lider de grup etc.) în activități specifice. |  |
|  |  | Alergare de viteză pe distanțe scurte, startul de sus |  |  |
|  |  | Mers în tempo rapid pe teren accidentat, alergare de suveică |  |  |
|  |  | Alergare de rezistență în tempo uniform și variat |  |  |
|  |  | Exerciții speciale ale săritorului |  |  |
|  |  | Săritura în lungime de pe loc cu extensie, cu forfecarea picioarelor, cu ridicarea genunchilor la piept |  |  |
|  |  | Săritura din elan cu trecerea diferitor obstacole |  |  |
|  |  | Exerciții speciale ale aruncătorului |  |  |
|  |  | Aruncarea mingii mici de pe loc în ținta orizontală/verticală |  |  |
|  |  | Aruncarea mingii mici din elan la distanță |  |  |
|  |  | ***Atletism. Evaluare formativă***  **Produsele evaluate:** Alergare de viteză, alergare de rezistență în tempo uniform și variat; Săritura în lungime de pe loc; Aruncarea mingii mici în țintă; Agenda motrice: practicarea alergărilor, săriturilor, aruncărilor pe parcursul modulului atletism. | **EF** |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa a VI-a**  **Modulul 2**  **Badminton-8 ore**  **Semestrul I** | | **Nivelul începător A2**  **Unități de competență:**  2. 1. Descrierea beneficiilor practicării badmintonului din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.  2. 2. Conformarea la regulile de securitate și normele de igienă în cadrul practicării badmintonului.  2. 3. Demonstrarea comentată a mișcărilor locomotorii specifice badmintonului.  2. 4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din badminton. | | | |
| **Resurse** | | Fileu, rachete, fluturași de badminton, fișe didactice, planșe, creioane, cretă, copete, conuri, fișe de evaluare și autoevaluare. | | | |
| **Nr.** | **Data** | **Detalieri de conținut** | **Ev** | **Activități de învățare** | **Obser-vații** |
|  | Pe parcursul lecțiilor | **Conținuturi cognitive:**  *Temă inter/transdisciplinară***: Activități motrice în familie**  Beneficiile practicării. Reguli de securitate  **Conținuturi specifice:**  ***Reguli de joc:*** terenul de joc, fileul, serviciul și punctul, setul, meciul. |  | Proiect individual: **„*Activități motrice în familie”,*** practicarea regulată a activităților motrice în familie (în formă grafică/digitală). |  |
| **Subiectele lecției:** | | | |
|  |  | Poziția fundamentală | **EI** | * Observarea, demonstrarea și explicarea poziției și mișcărilor segmentelor corpului la îndeplinirea elementelor și procedeelor tehnice specifice jocului de badminton, eventual cu suport video/digital; * Practicarea și demonstrarea elementelor și procedeelor tehnice specifice jocului de badminton în diferite poziții și cu îmbinarea diferitor mișcări ale corpului; * Învățarea prin sarcini de lucru: evaluarea progreselor proprii de însușire a elementelor și a procedeelor tehnico-tactice specifice jocului sportiv. |  |
|  |  | Deplasări |  |  |
|  |  | Priza rachetei |  |  |
|  |  | Exerciții de acomodare cu racheta și fluturașul |  |  |
|  |  | Lovitura din dreapta și din stânga |  |  |
|  |  | Serviciul înalt depărtat |  |  |
|  |  | Serviciul scurt apropiat |  |  |
|  |  | ***Badminton. Evaluare formativă***  **Produsele evaluate:** Lovituri alternative din dreapta/ stânga; serviciul înalt la precizie; Proiect individual: **„**Activități motrice în familie”. | **EF** |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa a VI-a**  **Modulul 3**  **Volei- 11 ore**  **Semestrul I** | | **Nivelul începător A2**  **Unități de competență:**  3. 1. Descrierea beneficiilor practicării jocului de volei din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.  3. 2. Conformarea la regulile de securitate și normele de igienă în cadrul practicării jocului de volei.  3. 3. Demonstrarea comentată a mișcărilor locomotorii specifice jocului de volei.  3. 4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din jocul de volei. | | | |
| **Resurse** | | Fileu, mingi de volei, copete, conuri, fluier, coardă, cronometru, tablă, fișe, planșe, proiector, fișe de evaluare și autoevaluare. | | | |
| **Nr.** | **Data** | **Detalieri de conținut** | **Ev** | **Activități de învățare** | **Obser-vații** |
|  | Pe parcursul lecțiilor | **Conținuturi cognitive:**  *Tema inter/transdisciplinară:* **Formele de practicare a exercițiilor fizice. Activități motrice competitive și recreative.**  Beneficiile practicării jocului de volei, reguli de securitate  **Conținuturi specifice:**  ***Reguli de joc:*** schimbarea terenurilor de joc, lovirea dublă, mingea ținută. ***Procedee tehnice:*** pasa, preluarea, serviciu. |  | Workshop: ,,***Influența activităților motrice asupra formării posturii și atitudinii corporale corecte”,*** webinar. |  |
| **Subiectele lecției:** | | | |
|  |  | Poziții fundamentale, deplasări |  |  | |
|  |  | Pasa cu ambele mâini de sus și de jos, pe loc | **EI** | * Observarea, demonstrarea și explicarea poziției și mișcărilor segmentelor corpului, factorilor-cheie, la îndeplinirea elementelor și procedeelor tehnice specifice jocului de volei, în funcție de caracteristicile spațio - temporale, eventual cu suport video/digital; * Practicarea elementelor de posesie și manipulare a mingii de volei prin exerciții, ștafete, jocuri de mișcare, pregătitoare și convenționale; |  |
|  |  | Pasa cu ambele mâini de sus și de jos, urmată de deplasare |  |  |
|  |  | Pasa de sus cu diferite traiectorii |  |  |
|  |  | Preluarea mingii de sus și de jos, în mișcare |  |  |
|  |  | Preluarea mingii de jos, în deplasare |  |  |
|  |  | Serviciul de jos, din față cu diferite traiectorii |  |  |
|  |  | Serviciul de jos, din față la țintă |  |  |
|  |  | ***Volei. Evaluare formativă***  **Produsele evaluate**: Pasa cu două mâini de sus la precizie;serviciul de jos. | **EF** |  |
|  |  | Pasa cu două mâini de sus la precizie |  |  |
|  |  | ***Evaluare sumativă.***  **Produsele evaluate:** Traseu aplicativ alcătuit din elemente studiate în semestrul I;  Test de cunoștințe. | **ES** |  |
|  |  | Acțiuni tehnico-tactice compuse din preluare, pasă şi transmitere peste fileu |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa a VI-a**  **Modulul 4**  **Baschet- 15 ore**  **Semestrul II** | | **Nivelul începător A2**  **Unități de competență:**  4. 1. Descrierea beneficiilor practicării jocului de baschet din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.  4. 2. Conformarea la regulile de securitate și normele de igienă în cadrul practicării jocului de baschet.  4. 3. Demonstrarea comentată a mișcărilor locomotorii specifice jocului de baschet.  4. 4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din baschet. | | | |
| **Resurse** | | Teren de baschet, panou, coș, mingi de baschet, copete, conuri, fluier, coardă, cronometru, tablă, fișe, planșe, proiector, fișe de evaluare și autoevaluare. | | | |
|  | **Data** | **Detalieri de conținut** | **Ev** | **Activități de învățare** | **Obs.** |
|  | Pe parcursul lecțiilor | **Conținuturi cognitive:**  *Tema inter/transdisciplinară:* **Comportamentul și conduita sportivă (fairplay)**  Beneficiile practicării jocului de baschet; reguli de securitate;  **Conținuturi specifice:**  ***Reguli de joc:*** teren, durata jocului, minut de întrerupere. ***Procedeele tehnice ale:*** pasării, prinderii, aruncării, driblingului, deplasărilor. ***Acțiuni tehnico-tactice:*** depășirea și pătrunderea. |  | Poster publicitar: „***Comportamentul și conduita sportivă (fair- play)”***. Reguli de comportament în cadrul activităților extrașcolare.  (în formă grafică/digitală). |  |
|  |  | **Subiectele lecției:** | | | |
|  |  | Poziții fundamentale |  | * Observarea, demonstrarea și explicarea diferitor mișcări specifice jocului de baschet, a deosebirilor și asemănărilor lor în diferite activități motrice, eventual cu suport video/digital; * Perfecționarea deprinderilor motrice specifice jocului de baschet prin aplicarea varietativă a mijloacelor sportive și utilitar aplicative; * Practicarea diferitor roluri (ajutor de profesor, lider de grup etc.) în activități specifice. |  |
|  |  | Deplasări, oprirea în doi pași, pivotarea | **EI** |  |
|  |  | Prinderea și pasarea mingii cu două mâini de la piept, de pe loc |  |  |
|  |  | Prinderea și pasarea mingii cu două mâini de la piept, în mişcare |  |  |
|  |  | Prinderea și pasarea mingii cu o mână la umăr |  |  |
|  |  | Dribling pe loc |  |  |
|  |  | Dribling în deplasare |  |  |
|  |  | Dribling cu ocolirea obstacolelor |  |  |
|  |  | Aruncarea la coş după oprire |  |  |
|  |  | Aruncarea la coş după oprirea prin săritură |  |  |
|  |  | Acțiuni tactice individuale: marcajul, demarcajul |  |  |
|  |  | Acțiuni tactice în atac |  |  |
|  |  | Acțiuni tactice în apărare |  |  |
|  |  | Acțiuni tactice în atac și în apărare |  |  |
|  |  | ***Baschet. Evaluare formativă***  **Produsele evaluate:** Pasa mingii cu o mână de la umăr; dribling cu ocolirea obstacolelor; test de cunoștințe. | **EF** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa a VI-a**  **Modulul 5**  **Gimnastica- 12 ore**  **Semestrul II** | | | **Nivelul începător A2**  **Unități de competență:**  5. 1. Descrierea beneficiilor practicării gimnasticii din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.  5. 2. Conformarea la regulile de securitate și normele de igienă în cadrul practicării gimnasticii.  5. 3. Demonstrarea comentată a mișcărilor locomotorii specifice gimnasticii.  5. 4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din gimnastică. | | | |
| **Resurse** | | | Saltele de gimnastică, bancă de gimnastică, scară de gimnastică, corzi, cercuri, greutăți, mingi medicinale, bastoane, bară fixă, „capră”, podeț. | | | |
| **Nr.** | | **Data** | **Detalieri de conținut** | **Ev** | **Activități de învățare** | **Obs.** |
|  | | Pe parcursul lecțiilor | Conținuturi cognitive:  *Temă inter/transdisciplinară:* **Mișcarea - factor important în menținerea sănătății**  Beneficiile practicării gimnasticii. **Reguli de securitate:** Asigurarea partenerului |  | Flash mob: „***Mișcarea- stil de viață sănătoasă”***. Promovaraea practicării mișcării în timpul liber, realizarea unui flash mob, postat pe pagina web a gimnaziului/liceului. |  |
|  | |  | **Subiectele lecției:** | | | |
|  |  | | Regrupări în coloane pe loc și în deplasare; desfășurări și strângeri: desfășurare prin arcuire înainte și înapoi |  | * Perfecționarea și practicarea diverselor mișcări fundamentale ale corpului prin elemente acrobatice, ritmice, de dans și prin complexe de 3-6 elemente; * Crearea complexelor de 2-3 elemente acrobatice/ ritmice/de dans; * Dezvoltarea fizică și armonioasă a calităților motrice (elasticitatea, coordonarea mișcărilor, ritmicitatea) prin mijloace specifice/îmbinate, parcursuri aplicative, ștafete și jocuri motrice; * Practicarea diferitor roluri (de conducere, de asigurare, de model) în activități specifice gimnasticii la nivel de grup/clasă; * Realizarea proiectului individual/de grup/colectiv: afiș/ poster/banner publicitar despre gimnastică (în formă grafică/digitală). |  |
|  |  | | Parcursuri aplicative cu elemente de mers, alergări, sărituri, târâri, cățărări și escaladări în perechi | **EI** |  |
|  |  | | Elemente acrobatice: stând pe mâini cu balansul unui picior și bătaie cu celălalt |  |  |
|  |  | | Elemente acrobatice: rostogolire înainte în lungime, de pe loc; răsturnare laterală |  |  |
|  |  | | Elemente acrobatice: echilibru pe un picior, stând pe omoplați, podul |  |  |
|  |  | | Combinații acrobatice din 4-6 elemente însușite |  |  |
|  |  | | Elemente de ritmică și dans: pași ritmici de bază; întoarceri și sărituri |  |  |
|  |  | | Gimnastica aerobică: complexe de exerciții fără obiecte |  |  |
|  |  | | Sărituri cu sprijin: săritura cu picioarele îndoite peste „capra” de gimnastică |  |  |
|  |  | | Acrosport: elemente acrobatice în perechi |  |  |
|  |  | | Acrosport: poziții statice în doi |  |  |
|  |  | | ***Gimnastică. Evaluare formativă***  **Produsele evaluate**: element acrobatic; combinație acrobatică din 4-5 elemente;  test de cunoștințe; Proiect de grup: „Mișcarea - factor important în menținerea sănătății”. | **EF** |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa a VI-a**  **Modulul 6**  **Turism pedestru-**  **10 ore**  **Semestrul II** | | **Nivelul începător A2**  **Unități de competență:**  6. 1. Descrierea beneficiilor practicării turismului pedestru din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.  6. 2. Conformarea la regulile de securitate și normele de igienă în cadrul practicării turismului pedestru.  6. 3. Demonstrarea comentată a mișcărilor locomotorii specifice turismului pedestru.  6. 4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din turismul pedestru. | | | |
| **Resurse** | | Fișe, planșe, materiale foto/video, teren cu obstacole natural/improvizat, echipament turistic individual, hartă turistică, busolă, rucsac turistic, cort, carabine, funii, mănuși, echipament turistic, grilă de evaluare, fișe de evaluare reciprocă, proiector, computer. | | | |
| **Nr.** | **Data** | **Detalieri de conținut** | **Ev** | **Activități de învățare** | **Observații** |
|  | Pe parcursul lecțiilor | **Conținuturi cognitive:**  *Tema inter/transdisciplinară:* **Influența activităților motrice asupra formării posturii și a atitudinii corporale corecte.**  Beneficiile practicării înotului; reguli de securitate.  **Conținuturi specifice:**  Beneficiile practicării turismului pedestru  Reguli de securitate în cadrul activităților turistice pedestre |  | Întrebări răspunsuri, victorină. |  |
| **Subiectele lecției:** | | | |
|  |  | Echipamentul turistic colectiv și individual | **EI** | * Observarea, demonstrarea și explicarea elementelor specifice turismului, îndeplinirea elementelor și a procedeelor tehnice specifice, eventual cu suport video/digital; * Practicarea și demonstrarea elementelor și a procedeelor specifice turismului pedestru în condiții special adoptate; * Practicarea diferitor roluri (mentor/profesor, model, lider etc.) în secvențe ale lecției la nivel de grup/clasă; * Învățarea prin sarcini de lucru: identificarea condițiilor sigure, a modalităților de protecție personală și a celor din jur în timpul practicării turismului pedestru în cadrul activităților de învățare. |  |
|  |  | Echipamentul turistic special |  |  |
|  |  | Orientare după busolă, hartă |  |  |
|  |  | Orientare după busolă, elemente ale naturii |  |  |
|  |  | Tehnica deplasării şi traversării obstacolelor naturale |  |  |
|  |  | Tehnica deplasării şi traversării obstacolelor artificiale |  |  |
|  |  | ***Turism pedestru. Evaluare formativă***  **Produsul evaluat**: orientarea după obiectele din teren | **EF** |  |
|  |  | Legarea nodurilor |  |  |
|  |  | ***Evaluare sumativă.***  **Produsele evaluate:** Traseu aplicativ alcătuit din elemente studiate în semestrul II; Test de cunoștințe. | **ES** |  |
|  |  | Marş turistic de explorare |  |  |
|  |  | Marş turistic de explorare |  |  |

**Produse și criterii de succes pentru clasa a VI-a**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Semestrul I** | | | |
| **Modulul atletism** | | | |
| **Produsul:**  **Alergare de viteză**  **Alergare de rezistență în tempo uniform și variat** | **Produsul:**  **Aruncarea mingii mici la țintă** | **Produsul:**  **Săritură în lungime de pe loc** | **Produsul:**  **Agenda motrice: practicarea alergărilor, săriturilor, aruncărilor pe parcursul modulului atletism** |
| **Criterii de succes**  1. Respect pozițiile startului  2. Îndeplinesc comenzile  3. Respect tehnica alergării  4. Depun efort pentru rezultat  5. Execut în timp alergarea  5. Finisez în viteză | **Criterii de succes**  1. Respect priza și poziţia inițială  2. Îndeplinesc elanul corect  3. Respect tehnica finalizării aruncării  4. Respect regulile competiționale  5. Depun efort pentru rezultat  6. Respect regulile de securitate | **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  3. Depun efort pentru rezultat  4. Respect tehnica de execuție  5. Respect regulile de securitate | 1. Prezint în formă grafică/digitală  2. Creez design personalizat și plăcut agendei  3. Structurez conținutul  4. Explic și argumentez conținutul  5. Formulez propuneri, deduc concluzii |
| **Modulul badminton** | | | |
| **Produsul:**  **Lovituri alternative din dreapta/ stânga** | **Produsul:**  **Serviciul înalt la precizie** | **Produsul:**  **Proiect individual** |  |
| **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire | **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire | **Criterii de succes**  1. Prezint titlul, activitățile realizate  2. Descriu consecutiv unele informații, relatări culese independent, imagini create/selectate  3. Explic unele idei/fenomene cercetate  4. Exprim aprecieri și propria atitudine  5. Formulez concluzii |  |
| **Modulul volei** | | | |
| **Produsul:**  **Pasa cu două mâini de sus la precizie** | **Produsul:**  **Serviciul de jos** |  |  |
| **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire | **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire |  |  |
| **Evaluare sumativă, semestrul I** | | | |
| **Produsul:**  **Traseu aplicativ** | | **Produsul:**  **Test de cunoștințe** | |
| **Criterii de succes**  1. Îndeplinesc elementele succesiv și corect din punct de vedere tehnic  2. Manifest capacități coordinative  3. Execut eficient traseul  4. Execut traseul în timpul stabilit  5. Respect reguli de îndeplinire | | **Criterii de succes**  1. Analizez, înțeleg itemii testului  2. Scriu testul  3. Acumulez punctaj suficient  4. Mă încadrez în timp | |
| **Semestrul II** | | | |
| **Modulul baschet** | | | |
| **Produsul:**  **Pasa mingii cu o mână de la umăr** | **Produsul:**  **Dribling cu ocolirea obstacolelor** | **Produsul:**  **Test de cunoștințe** |  |
| **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire | **Criterii de succes**  1. Respect poziția inițială  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire | **Criterii de succes**  1. Analizez, înțeleg itemii testului  2. Scriu testul  3. Acumulez punctaj suficient  4. Mă încadrez în timp |  |
| **Modulul gimnastică** | | | |
| **Produsul:**  **Element acrobatic** | **Produsul:**  **Combinație acrobatică din 4-5 elemente** | **Produsul:**  **Proiect de grup** |  |
| **Criterii de succes**  1. Percep elementul  2. Respect pozițiile corpului  3. Respect și explic tehnica îndeplinirii  4. Îndeplinesc elementul  5. Păstrez echilibrul  6. Manifest curaj  7. Urmez regulile de securitate | **Criterii de succes**  1. Înțeleg combinația  2. Am idee clară despre succesiunea elementelor  3. Explic tehnica  4. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  5. Respect pozițiile inițiale și finale  6. Păstrez echilibrul  7. Mă conformez regulilor de securitate  8. Îndeplinesc pe fundal muzical | **Criterii de succes**  1. Prezint titlul, activitățile realizate  2. Descriu consecutiv unele informații, relatări culese independent, imagini create/selectate  3. Explic unele idei/fenomene cercetate  4. Exprim aprecieri și propria atitudine  5. Formulez concluzii  6. Cooperez cu membrii grupului |  |
| **Modulul turism pedestru** | | | |
| **Produsul:**  **Orientarea după obiectele din teren** | **Produsul:**  **Proiect individual** |  |  |
| **Criterii de succes**  1. Respect regulile de concurs  2. Respect succesiunea îndeplinirii actelor motrice  3. Îndeplinesc corect din punct de vedere tehnic  4. Manifest capacități coordinative  5. Execut rezultativ elementul  6. Respect reguli de îndeplinire | **Criterii de succes**  1. Prezint titlul, activitățile realizate  2. Descriu consecutiv unele informații, relatări culese independent, imagini create/selectate  3. Explic unele idei/fenomene cercetate  4. Exprim aprecieri și propria atitudine  5. Formulez concluzii  6. Cooperez cu membrii grupului |  |  |
| **Evaluare sumativă, semestrul II** | | | |
| **Produsul:**  **Traseu aplicativ** | | **Produsul:**  **Test de cunoștințe** | |
| **Criterii de succes**  1. Îndeplinesc elementele succesiv și corect din punct de vedere tehnic  2. Manifest capacități coordinative  3. Execut eficient traseul  4. Respect reguli de îndeplinire | | **Criterii de succes**  1. Analizez, înțeleg itemii testului  2. Scriu testul  3. Acumulez punctaj suficient  4. Mă încadrez în timp | |