

TITLUL		
LECȚIEI		
Disciplina	Educație fizică și sport	
Informații despre elevi?		
Clasa	A V-A	
Intervalul de vârstă și nivelul elevilor	10 – 12 ani	
Caracteristici speciale ale elevilor	-	
Autor profesor		
Nume și prenume¹	Sandu Irinel	
Școala	Școala Gimnazială „Minerva Alexandrescu”, Comuna Șoimari	
Accentul în învățare al lecției?		
Subiectul lecției	GIMNASTICĂ: Învățarea elementului acrobatic cumpăna pe un picior FORTĂ: Dezvoltarea forței membrilor inferioare prin joc: “Cursa într-un picior”	
Obiective operaționale	-să execute cât mai corect elementul acrobatic -să execute corect alergarea și săriturile. -să respecte regulile de execuție a elementului acrobatic -să respecte regulile jocului, să nu trișeze. -să se bucure când reușește să alerge mai repede decât coechipierii -să fie fair-play.	
Cuvinte cheie	Conversația, explicația, demonstrația	
Metode	Aplicarea informațiilor, metodelor și mijloacelor specifice educației fizice și sportului pentru dezvoltarea capacității motrice proprii.	
Descrierea resursei	Descriere narativă	
	Scopul și obiectivele resursei	Dezvoltarea și captarea atenției

		Timp estimat
Descrierea narativă a activităților de învățare din lecție - pas cu pas organizare și structură	Organizarea colectivului de elevi	3 min
	Pregătirea organismului pentru efort	7 min
	Influențarea selectivă a aparatului locomotor pentru efort	8 min
	Tema 1	15 min
	Tema 2	12 min
	Revenirea organismului după efort	3 min
	Concluzii și aprecieri	2 min
		50 min

¹ Declar pe propria răspundere că această resursă este originală

Cum voi evalua elevii?

Metode de evaluare Evaluare sumativă

Care sunt nevoile elevilor pentru a putea atinge obiectivele învățării?

Cunoștințe anterioare Calități motrice de bază

Spațiu și materiale Sala de sport, teren de sport, mingii, copete, jaloane, fluier, cronometru, table interactive

Ce instrumente sunt necesare pentru a introduce resursa?

Aplicații implicate Obligatoriu Sisteme de management ale învățării, Curriki, Geogebra

Opțional

Infrastructură / echipament

Obligatoriu

Table interactive, module educaționale

Opțional

Tip de resurse de învățare

-planuri de lecție;
-prezentări;
-cărți/ manuale;
-pachete cu diverse materiale;
-chestionare;
-fișe de lucru;
-activități și jocuri educative;

Resurse de Timp / Spațiu Materiale multimedia, jocuri

Alte aspecte care trebuie luate în considerare

BIBLIOGRAFIE: Programa Școlară Pentru Disciplina Educație Fizică și Sport Clasele a V-a – a VIII-a