

PROIECTAREA UNITĂȚII DE ÎNVĂȚARE (MODEL*)

Unitatea de învățământ:

Anul școlar: 2011-2012

Cadrul didactic:

CLASA a III-a**UNITATEA DE ÎNVĂȚARE: MINIHANDBAL – ciclul tematic I**

Număr de lecții alocate: 18 lecții

Săptămâna de aplicare: 4-6; 8-13

Nr. lecției	Săpt. de aplicare	Obiective de referință	Conținuturi supuse instruirii	Activități de învățare	Resurse		Tip de evaluare/ instrumente de evaluare
					Timp alocat	Materiale utilizate	
01.	02.	03.	04.	05.	06.	07.	08.
1-2	4	3.1 3.3	- ținerea – aruncarea și prinderea mingii; - poziții și deplasări - driblingul simplu și multiplu - întreceri și jocuri pregătitoare - informații sportive	* receptarea corectă a demonstrațiilor și exersarea: - ținerii mingii cu două mâini la piept - pasarea mingii cu o mână de deasupra umărului la perete crescând progresiv distanța de aruncare. - prinderea stabilă * vizionarea unei planșe specifice * exersarea driblingului pe loc, din mers, și ușoară alergare modificând unghiul de împingere a mingi în sol. * aplicarea procedeeleor de pasare și dribling în cadrul unor ștafete de complexitate progresivă.	20 min	- o minge la doi elevi; - cretă; - chinograma	- formativă
3-4	5	3.1 3.3 5.2	- pasa și driblingul - aruncarea la poartă.	* vizionarea exercițiilor de pasare și dribling efectuate de profesori; * exersarea pazei în doi pe loc și din deplasare crescând progresiv viteza de deplasare, ștafete - explicații, demonstrații, corectări	20 min	- minge la doi elevi - marcare cu creta; - 4 porți improvizate - pieptărașe	- predictivă
5-6	6	3.1 3.3 5.2	- aruncare la poartă din dribling - structuri motrice cuprinzând: pasarea – dribling și aruncare la poartă. - joc pregătitor	* exersarea de pe loc și precedată de dribling; * exersarea în perechi a procedeeleor de: aruncare – prindere – aruncare la poartă cu viteză crescută progresiv în prezența unui apărător semiactiv. * „, huștiuluc,,	20 min	- idem -	- formativă
7-8	8	3.1 3.3 5.2	- pasarea mingii din deplasare cu variații de ritm, alergare - aruncare la poartă din dribling în prezența unui apărător semiactiv. - aruncare la poartă (în perechi), crescând progresiv viteza de deplasare. - transmiterea principalelor noțiuni de regulament (pași, dubludribling, fault).	* vizionarea demonstrațiilor în condiții diferite: fără și în prezența unor apărători. * demarcajul, pe poziții viitoare * asumarea răspunderi de aruncare la poartă în condiții favorizante pregătitoare aplicând procedeele tehnice însușite * asumarea de elevi: arbitru, căpitan de echipă.	20 min	- idem -	- formativă

01.	02.	03.	04.	05.	06.	07.	08.
9-10	9	3.1 3.3 5.2	- pasa în doi din alergare și aruncare la poartă. - sistemul de joc 6: 0 - transmiterea regulilor: fault, semicerc, minge condusă, pași.	* exersarea aruncării la poartă în prezența unui unic apărător. * recepția documentațiilor de profesor * aplicarea în joc a procedurilor specifice jucătorilor din apărare la semicerc.	20 min	- idem -	- formativă
11-12	10	3.1 3.3 5.2	- consolidarea pasării mingii. - aruncarea la poartă din alergare și din dribling respectând regulamentul de joc. - cunoștințe de regulament și comportament util echipei.	* exersarea procedurilor de pasare a mingii (de la umăr, din lateral – de jos, în perechi) în prezența unui apărător fictiv. * exersare în perechi; în 3 și 5 jucători în prezența unei formații de apărare 6: 0. * asumare de roluri: conducător de joc; căpitan de echipă; arbitru. * joc bilateral aplicând regulile de joc predate.	20 min	- idem -	- formativă
13-14	11	3.1 3.3 5.2	- driblingul din alergare - aruncare la poartă din alergare respectând regulamentul de joc.	* exersarea driblingului din alergare sub formă de ștafetă simplă urmat de pasarea mingiei la următorul jucător. * demonstrație, corectări * joc bilateral aplicând regulile de joc predate(dublu dribling, pași)	20 min	- o minge la doi elevi;	- formativă
15-16	12	3.1 3.3 5.2	- marcajului și demarcajului prin joc pregătitor - noțiuni de regulament	* explicație – demonstrație * exersarea marcajului – demarcajului cu ajutorul jocului „ oglinda, ,, comandă inversă,, * jocul „cine ține mingea mai mult” cu aplicarea regulilor cunoscute și a marcajului și demarcajului. * joc bilateral cu temă: aplicarea marcajului și demarcajului. * corectări generale și individuale.	20 min	- minge la doi elevi	- formativă
17-18	13	3.1 3.3 5.2	- joc bilateral cu aplicarea procedurilor însușite. respectarea regulilor de joc însușite.	* explicație * exersarea jocului bilateral cu temă: aplicarea în joc a tuturor procedurilor însușite. * corectări și recomandări.	15 min	- mingi handbal	- formativă

- Profesorul stabilește cerințele de evaluare sumativă cu sau fără notare cu aplicarea unor exigențe diferențiate pentru băieți.

***)NOTĂ:**

01. „Proiectarea unității de învățare” este un exemplu dat pentru anul școlar 2011-2012, considerându-se că unitatea de învățământ are condiții optime de lucru: bază sportivă în aer liber, sală de sport, dotare minimă cu instalații și aparatură sportivă.
02. Acest document de planificare este un „model” pe care cadrele didactice îl pot folosi așa cum este elaborat sau pe care îl pot adapta condițiilor de lucru existente în unitatea de învățământ.
03. Cadrele didactice au obligația să elaboreze astfel de documente pentru toate unitățile de învățare existente la nivelul clasei a III-a.

PROIECTAREA UNITĂȚII DE ÎNVĂȚARE
(MODEL*)

Unitatea de învățământ:

Anul școlar: 2011-2012

Cadrul didactic:

CLASA a III-a**UNITATEA DE ÎNVĂȚARE: MINIHANDBAL – ciclul tematic II**Număr de lecții alocate: **34 lecții**Săptămâna de aplicare: **22-29; 33-41**

Nr. lecții	Săpt. de aplicare	Obiective de referință	Conținuturi supuse instruirii	Activități de învățare	Resurse		Tip de evaluare/ instrumente de evaluare
					Timp alocat	Materiale utilizate	
01.	02.	03.	04.	05.	06.	07.	08.
1-2	22	3.1 3.3	- prinderea, ținerea și pasarea mingiei cu o mână de la umăr, de pe loc. - întreceri	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea prinderii, ținerii și transmiterii mingiei; * exersarea pasei cu o mână de deasupra umărului de pe loc, la perete și în perechi de la distanțe variabile; * demonstrații executate de profesor. * ștafete cu utilizarea pasei de pe loc, precedat de deplasare.	20 min	- mingi	- predictivă
3-4	23	3.1 3.3 5.2	- driblingul simplu și multiplu	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea driblingului pe loc, din mers, și ușoară alergare modificând unghiul de împingere a mingii în sol. * aplicarea procedeelelor de pasare și dribling în cadrul unor ștafete de complexitate progresivă.	20 min	- mingi handbal	- formativă
5-6	24	3.1 3.3 5.2	- pasa și driblingul multiplu	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea pasei și a driblingului sub formă de ștafetă simplă și dublă * exersarea driblingului printre jaloane din mers și din alergare. * exersarea driblingului din alergare – oprire – pas * joc pregătit: apărarea cetății (în cerc cu un jucător)	20 min	- mingi, jaloane	- formativă
7-8	25	3.1 3.3 5.2	- pasa din alergare - driblingul din alergare - aruncare la poartă din dribling. - structuri motrice cuprinzând: pasarea – dribling și aruncarea la poartă	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea pasei din alergare în perechi și în cerc cu schimb de locuri * exersarea pasei în doi din alergare crescând progresiv viteza de deplasare. * exersarea driblingului din alergare sub formă de ștafetă simplă urmat de pasarea mingiei. * exersarea în perechi a procedeelelor de: aruncare – prindere – aruncare la poartă cu viteză crescută progresiv în prezența unui apărător.	20 min	- o minge la doi elevi; - marcaje cu cretă	- predictivă

01.	02.	03.	04.	05.	06.	07.	08.
9-10	26	3.1 3.3 5.2	- joc pregătitor	* „huștiuluc,, * jocul „cloșca își apără puii” și „leapșa cu ghemuire” * „ oglinda,, * „ comanda inversă,, * „ cine ține mai mult mingea,,	20 min	- mingi, fluier	- formativă
11-12	27	3.1 3.3 5.2	- aruncare la poartă (în perechi), crescând progresiv viteza de deplasare - transmiterea principalelor noțiuni de regulament (pași ,dubludribling,fault)	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea aruncării la poartă în condiții favorizate * exersarea aruncării la poartă din alergare * exersarea aruncării la poartă de pe loc precedată de dribling pe distanță de 3- 4 metri. * jocuri pregătitoare aplicând procedeele tehnice învățate.	20 min	- o minge la doi elevi - marcaje; - pieptărașe	- formativă
13-14	28	3.1 3.3 5.2	- demarcajul - pasa în doi din alergare și aruncare la poartă - aruncare la poartă din alergare	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea alergării cu schimbări de direcție (demarcajul) * exersarea pasei în doi intercalată cu deplasări specifice * exersarea pasei în doi cu creșterea progresivă a distanței dintre parteneri și a vitezei de deplasare * exersarea pasei sub formă de suveică intercalată cu pasă la intermediar * aruncare la poartă din alergare	20 min	- o minge la doi elevi - marcaje; - pieptărașe	- formativă
15-16	29	3.1 3.3 5.2	- pasa în doi din alergare și aruncare la poartă - sistemul de joc 6:0 - joc bilateral cu aplicarea procedeelelor însușite	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea pozițiilor de apărare și a deplasărilor specifice pe semicerc * exersarea pasei în doi și aruncarea la poartă în prezența unui apărător * joc bilateral cu temă: retragerea pe semicerc și efectuarea acțiunilor specifice apărării 6:0 * arbitraj asigurat de profesor cu intervenții pe parcurs și corectări.	20 min	- o minge la doi elevi - marcaje - fluier - pieptărașe	- formativă
17-18	33	3.1 3.3 5.2	- așezarea pe teren în cadrul sistemului de atac în semicerc – aruncare la poartă din dribling - joc cu temă - transmiterea regulilor: fault,semicerc, pași.	* explicații, demonstrații, corectări. * exersarea în formație de atac în semicerc și amenințarea porții * exersarea apărării 6: 0 * demonstrație efectuată de profesor * corectări generale și individuale * aruncare la poartă în prezența unui apărător fictiv * corectări * joc bilateral cu temă: atac în semicerc, apărare 6: 0 * respectarea regulilor: dublă, semicerc, pași	20 min	- mingi - fluier; - pieptărașe - porți cu plasă	- formativă
19-20	34	3.1 3.3 5.2	- joc bilateral cu aplicarea procedeelelor însușite. respectarea regulilor de joc însușite.	* explicație * exersarea jocului bilateral cu temă: aplicarea în joc a tuturor procedeelelor însușite. * corectări și recomandări.	20 min	- mingi handbal	- formativă
21-22	35	3.1 3.3 5.2	- joc pregătitor	* „huștiuluc,, * jocul „cloșca își apără puii” și „leapșa cu ghemuire” * „ oglinda,, * „ comanda inversă,, * „ cine ține mai mult mingea,,	20 min	- mingi - fluier; - pieptărașe - porți cu plasă	- formativă

01.	02.	03.	04.	05.	06.	07.	08.
23-24	36	3.1 3.3 5.2	- demarcaj – aruncare la poartă din alergare - transmiterea regulilor: intrare forțată, fault în atac. * joc bilateral	* explicații, demonstrații, corectări. * demarcaj – cu schimbare de direcție primirea pasei și aruncare la poartă din alergare * demonstrație efectuată de profesor - joc bilateral cu temă: apărare 6:0 (retragerea rapidă la semicerc)	20 min.	- mingi - fluier; - pieptărașe	- formativă
25-26	37	3.1 3.3 5.2	- joc pregătitor - transmiterea regulilor: „intrare forțată,, sau,, fault în atac,, aruncare de la 7 m	- jocul „huștiuluc” - explicarea regulilor jocului - învățarea „intrare forțată” sau „fault în atac”; la început se joacă fără reguli specifice handbalului, scopul jocului fiind depunerea mingii într-un cerc pe linia de fund a terenului * aruncare de la 7 m; exersarea aruncării de la 7 m. * explicații,demonstrații, corectări	20 min.	- mingi - fluier; - pieptărașe	- formativă
27-28	38	3.1 3.3 5.2	- - joc pregătitor - transmiterea regulilor: „intrare forțată,, sau,, fault în atac,, aruncare de la 7 m	- jocul „huștiuluc” - explicarea regulilor jocului - învățarea „intrare forțată” sau „fault în atac”; la început se joacă fără reguli specifice handbalului, scopul jocului fiind depunerea mingii într-un cerc pe linia de fund a terenului * aruncare de la 7 m; exersarea aruncării de la 7 m. * explicații,demonstrații, corectări	20min	- mingi, fluier	- predictivă
29-30	39	3.1 3.3 5.2	- joc bilateral cu aplicarea procedeelelor însușite. respectarea regulilor de joc însușite.	* explicație * exersarea jocului bilateral cu temă: aplicarea în joc a tuturor procedeelelor însușite. * corectări și recomandări	15 min	- mingi, fluier	- formativă
31-32	40	3.1 3.3 5.2	- joc bilateral cu aplicarea procedeelelor însușite. respectarea regulilor de joc însușite.	* explicație * exersarea jocului bilateral cu temă: aplicarea în joc a tuturor procedeelelor însușite. * corectări și recomandări	15 min	- mingi, fluier	- formativă
33-34	41	3.1 3.3 5.2	- joc bilateral cu aplicarea procedeelelor însușite. respectarea regulilor de joc însușite.	* explicație * exersarea jocului bilateral cu temă: aplicarea în joc a tuturor procedeelelor însușite. * corectări și recomandări	15 min	- mingi, fluier	- formativă

- Profesorul stabilește cerințele de evaluare sumativă cu sau fără notare cu aplicarea unor exigențe diferențiate pentru băieți.

***)NOTĂ:**

- 04.** „Proiectarea unității de învățare” este un exemplu dat pentru anul școlar 2011-2012, considerându-se că unitatea de învățământ are condiții optime de lucru: bază sportivă în aer liber, sală de sport, dotare minimă cu instalații și aparatură sportivă.
- 05.** Acest document de planificare este un „model” pe care cadrele didactice îl pot folosi așa cum este elaborat sau pe care îl pot adapta condițiilor de lucru existente în unitatea de învățământ.
- 06.** Cadrele didactice au obligația să elaboreze astfel de documente pentru toate unitățile de învățare existente la nivelul clasei a III-a.