

**PROIECTAREA UNITĂȚII DE ÎNVĂȚARE
(MODEL*)**

Unitatea de învățământ:

Anul școlar: 2011-2012

Cadrul didactic:

CLASA a IV-a

Număr de lecții alocate: 10 lecții

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE: DEPRINDERI MOTRICE SPORTIVE ELEMENTARE – SPECIFICE GIMNASTICII

Săptămâna de aplicare: 11-15

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. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- rulare pe spate - rostogolire înapoi din ghemuit în depărtat - rostogolire înainte din depărtat în ghemuit - întreceri	- exersarea rularilor înapoi - exersarea rostogolirilor înainte și înapoi din ghemuit în depărtat și din depărtat în ghemuit - demonstrații, corectări - întreceri între băieți și fete	15 min	- fluiet - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- rulare pe spate - rostogolire înapoi din ghemuit în depărtat - rostogolire înainte din depărtat în ghemuit - întreceri	- exersarea rularilor înapoi - exersarea rostogolirilor înainte și înapoi din ghemuit în depărtat și din depărtat în ghemuit - demonstrații, corectări - întreceri între băieți și fete	15 min	- fluiet - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- cumpăna pe un picior - semisfoara - rostogolire înainte și înapoi din ghemuit în depărtat și din depărtat în ghemuit - podul de jos cu sprijin	- exersarea cumpenei pe un picior - demonstrații, corectări - acordarea ajutorului - exersarea semisfoarei; corectări - exersarea structurii: cumpăna pe un picior, rostogolire înainte din depărtat în ghemuit, rost. înapoi din ghemuit în depărtat - demonstrații, corectări - exersarea podului de jos - demonstrații, corectări	15 min	- fluiet - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- cumpăna pe un picior - semisfoara - rostogolire înainte și înapoi din ghemuit în depărtat și din depărtat în ghemuit - podul de jos cu sprijin	- exersarea cumpenei pe un picior - demonstrații, corectări - acordarea ajutorului - exersarea semisfoarei; corectări - exersarea structurii: cumpăna pe un picior, rostogolire înainte din depărtat în ghemuit, rost. înapoi din ghemuit în depărtat - demonstrații, corectări - exersarea podului de jos - demonstrații, corectări	15 min	- fluiet - saltele gimnastică	- formativă

01.	02.	03.	04.	05.	06.	07.	08.
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- cumpăna pe un picior - semisfoara - rostogolire înainte și înapoi din ghemuit în depărtat și din depărtat în ghemuit - podul de jos cu sprijin	- exersarea cumpenei pe un picior - demonstrații, corectări - acordarea ajutorului - exersarea semisfoarei; corectări - exersarea structurii: cumpăna pe un picior, rostogolire înainte din depărtat în ghemuit, rost. înapoi din ghemuit în depărtat - demonstrații, corectări - exersarea podului de jos - demonstrații, corectări	15 min	- fluier - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- stând pe omoplați - rulare pe spate - podul de jos cu sprijin - rost. înapoi din ghemuit în ghemuit	- exersarea cumpenei pe un picior - demonstrații, corectări - acordarea ajutorului - exersarea semisfoarei; corectări - exersarea structurii: cumpăna pe un picior, rostogolire înainte din depărtat în ghemuit, rost. înapoi din ghemuit în depărtat - demonstrații, corectări - exersarea podului de jos - demonstrații, corectări	15 min	- fluier - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	stând pe omoplați - rulare pe spate - podul de jos cu sprijin - rost. înapoi din ghemuit în depărtat stând pe omoplați - rulare pe spate - podul de jos cu sprijin - rost. înapoi din ghemuit în depărtat - rostogolire înainte din depărtat în ghemuit	- exersare linie acrobatică: rulare pe spate, rost. înapoi din ghemuit în ghemuit, cumpăna pe un picior, sfoara, podul de jos, stând pe omoplați - legarea elementelor învățate în linie acrobatică - corectări permanente - exersarea rostogolirii înapoi din ghemuit în depărtat - exersarea rostogolirii înainte din depărtat în ghemuit - legarea elementelor învățate în linie acrobatică - corectări permanente	15 min	- fluier - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- pregătire diferențiată a probelor de evaluare potrivit disponibilităților elevilor	- exersarea individuală a elementelor însușite anterior pentru a fi evaluate în mod singular sau legate ca linie acrobatică; linia cuprinde obligatoriu elementele acrobatice învățate	15 min	- fluier - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	- pregătire diferențiată a probelor de evaluare potrivit disponibilităților elevilor	- exersarea individuală a elementelor însușite anterior pentru a fi evaluate în mod singular sau legate ca linie acrobatică; linia cuprinde obligatoriu elementele acrobatice învățate	15 min	- fluier - saltele gimnastică	- formativă
		1.2. 1.3. 2.1. 3.2. 4.1.	pregătire diferențiată a probelor de evaluare potrivit disponibilităților elevilor	- EVALUARE SUMATIVĂ - a elementelor acrobatice însușite anterior, în mod singular sau ca linie acrobatică (linia va cuprinde obligatoriu elementele acrobatice învățate).	35 min	- fluier - saltele gimnastică	- sumativă

***)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 IV-a.