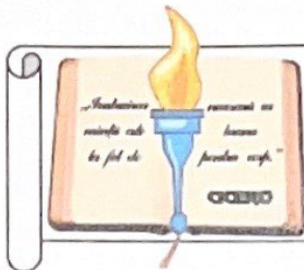


Hr. înregistrare: 3478/06.05.2024



ROMÂNIA  
 MINISTERUL EDUCAȚIEI  
 INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN ILFOV  
 ȘCOALA GIMNAZIALĂ „GHEORGHE CORNELIU” DOMNEȘTI  
 COMUNA DOMNEȘTI, ȘOS. AL. I. CUZA NR. 85, JUDEȚ  
 ILFOV  
 TEL/FAX:021/352.51.70 E-mail: scoaladomnesti@yahoo.com  
[www.scoalageorghecorneliudomnesti.ro](http://www.scoalageorghecorneliudomnesti.ro)

PLANIFICARE ANUALA A UNITATILOR DE INVATARE



Unitatea de învățământ: Școala Gimnazială 'Gheorghe Corneliu' Domnești  
 Profesor: Mare Tania-Andrada  
 Clasa II A  
 An școlar: 2024-2025  
 Disciplina: Educație Fizică și Sport

Unitatea de învățare	Modu lul	MODULUL I							MODULUL II									
		luna	Septembrie			Octombrie				Noiembrie				Decem bri e				
			săpt.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	8
				lecția	1	2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2	1- 2
Elemente de organizare a activităților motrice		L	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Elemente ale dezvoltării fizice armonioase		e	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Capacități motrice	Viteza de reacție și de execuție, de deplasare	c	I	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
	Coordonarea acțiunilor motrice realizate individual	t	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
	Forța dinamică segmentară	i	~	I	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	▲	~	~	
	Rezistența generală la eforturi aerobe	a	I	~	~	~	~	~	▲	~	~	~	~	~	~	~	~	
Mobilitate și stabilitate articulară		d	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Deprinderi de locomoție, de manipulare și de stabilitate		i	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Igienă și protecție individuală		s	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Deprinderi motrice specifice disciplinelor sportive	Specifice atletismului	Alergarea de rezistență	p	x	x	x	x											
		Alergarea de viteză cu start din picioare	o															
	Aruncarea mingii de oină de pe loc, la distanță	z																
	Specifice gimnasticii acrobatice, ritmice, aerobice	i																
Jocuri dinamice și preg specifice minibaschetului		ț																
Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate		a																
Evaluare		p	x	I	x	x	x	x	x									
		r	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
		o																
		r	I	I					▲									
		u																
		l																
		u																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																
		o																
		r																
		u																
		l																
		i																
		e																
		s																



Evaluare		I				▲	▲	I				▲		▲	I		▲			▲
----------	--	---	--	--	--	---	---	---	--	--	--	---	--	---	---	--	---	--	--	---

**Legenda:**

**X:** temă principală

**~ :** elemente de conținut ce vor fi abordate în relație cu temele de lecție/ teme secundare

**I :** evaluare inițială   **▲ :** evaluare sumativă