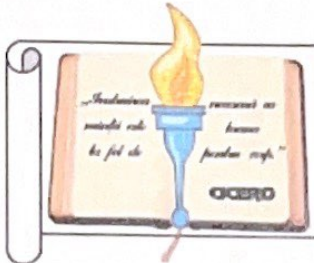


Hr. înregistrare: 3478/06.09.2024



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.scoala-gheorghe-corneliu-domnesti.ro

PLANIFICARE ANUALA A UNITATILOR DE ÎNVĂȚARE

Unitatea de învățământ: Școala Gimnazială 'Gheorghe Corneliu' Domnești
Profesor: Mare Tania-Andrada
Clasa II D
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	1- 2
Elemente de organizare a activităților motrice		L	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Elemente ale dezvoltării fizice armonioase		e	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Capacit ăți motrice	Viteza de reacție și de execuție, de deplasare	c	I	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
	Coordonarea acțiunilor motrice realizate individual	i	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
	Forța dinamică segmentară	l	~	I	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
	Rezistența generală la eforturi aerobe	a	I	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
	Mobilitate și stabilitate articulară	d	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Deprinderi de locomoție, de manipulare și de stabilitate		s	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Igienă și protecție individuală		p	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
Deprinderi motrice specifice disciplinelor sportive	Specifice atletismulu i	Alergarea de rezistență	o	x	x	x	x										
		Alergarea de viteză cu start din picioare	z														
	Aruncarea mingii de oină de pe loc, la distanță	ț															
	Specifice gimnasticii acrobatice, ritmice, aerobice	i															
Jocuri dinamice și preg specifice minibaschetului		a															
Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate		p	x	I	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Evaluare		r	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	
		e	I	I													
		s															
		o															
		r															
		u															
		i															

S A P T A M A N A A L T F E L

V A C A N T A

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