

**MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII  
AL REPUBLICII MOLDOVA**

**ARIA CURRICULARĂ**

***SPORT***

**DISCIPLINA**

**EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI FOTBAL**

**Clasele I-IV**

***Ghid de implementare***

**Chișinău 2019**

## CUPRINS:

### **Preliminarii**

#### **1. Referințe conceptuale/ teoretice ale curriculumului la disciplina educație fizică și fotbal**

- 1.1. Conceptul de curriculum la disciplina „Educație fizică și fotbal” pentru învățământul primar
- 1.2. Argumentarea implementării curriculumului disciplinar „Educație fizică și fotbal”

#### **2. Referințe proiective ale curriculumului la disciplina Educație fizică și fotbal**

- 2.1. Curriculumul la disciplina Educație fizică și fotbal ca proiect didactic.
- 2.2. Proiectarea didactică de lungă durată.
- 2.3. Proiectarea didactică de scurtă durată.

#### **3. Referințe metodologice și procesuale ale curriculumului la disciplina educația fizică și fotbal**

- 3.1. Strategii didactice de predare-învățare specifice disciplinei Educație fizică și fotbal
- 3.2. Mijloace ale jocului de fotbal pentru formarea competențelor specifice disciplinei.
- 3.3. Strategiile și instrumentarul de evaluare criterială prin discriptori a rezultatelor învățării. Orientări generale

### **Bibliografie:**

## Preliminarii

Prezentul ghid face parte din sistemul de produse ale Curriculumului național și reprezintă un document de reper în implementarea curriculumului la disciplina „Educație fizică și fotbal” în învățământul primar, clasele I-IV.

Ghidul se adresează cadrelor didactice din învățământul gimnazial și managerilor în educație, dar și altor specialiști în didactica educației fizice.

În consensul dat, ghidul propune:

- repere conceptuale și teoretice referitoare la educația fizică a elevilor în contextul politicilor educaționale în clasele primare;
- orientări generale și repere metodologice privind proiectarea curriculară: proiectarea de lungă și de scurtă durată;
- sugestii metodologice și strategii de predare-învățare-evaluare pentru disciplina „Educație fizică și fotbal”.

Sub aspectul metodologiei de predare-învățare-evaluare, conținutul lucrării promovează conceptele-cheie ale curriculumului: orientarea spre învățarea activă, spre a învăța să înveți, spre formarea de competențe, formarea și dezvoltarea personalității elevului în unitatea dimensiunilor socio-psiho-motrice.

Prin acest suport metodologic tindem să promovăm demersurile diversificate și personalizate ale cadrelor didactice în vederea implementării curriculumului la disciplina „Educație fizică și fotbal” în învățământul primar. Drept condiții pentru o implementare eficientă, evidențiem:

- managementul eficient al implementării curriculumului în învățământul primar la disciplina „Educație fizică și fotbal”;
- crearea unui climat psihologic și relațional favorabil;
- crearea mediilor de învățare cu eficiență înaltă;
- crearea unui cadru motivațional pentru cadre didactice și elevi;
- acceptarea conștientă de către subiecții procesului educațional a schimbărilor în cadrul curricular;
- parteneriatul eficient cu părinții și cu reprezentanții comunității.

### Autorii:

**Bragarenco Nicolae** (coordonator grup), doctor în științe pedagogice, USEFS

**Japalău Vladimir**, directorul Școlii Federale de Antrenori al Federației Moldovenești de Fotbal, Licența PRO UEFA

# 1. REFERINȚE CONCEPTUALE / TEORETICE ALE CURRICULUMULUI LA DISCIPLINA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI FOTBAL

## 1.1 Conceptul de curriculum la disciplina „Educație fizică și fotbal” pentru învățământul primar

Scopul prioritar al procesului educațional la disciplina educație fizică în învățământul primar este dezvoltarea armonioasă a organismului elevilor, creșterea capacității de muncă fizică și intelectuală, educarea sentimentelor de mândrie patriotică, perfecționarea capacităților de adaptare a organismului la solicitările crescânde, impuse de dezvoltarea rapidă a societății.

Conceptul și funcția de bază a Curriculumului de Educație fizică constă în inițierea și ghidarea permanentă a elevilor în scopul formării unui sistem bine corelat de cunoștințe, motivații, priceperi și deprinderi de a utiliza sistematic, conștient, independent, mijloacele educației fizice, precum și de a avea un mod de viață sănătos atât în perioada școlarizării, cât și pe parcursul întregii vieți.

Conceptul și funcția de bază a Curriculumului disciplinar „Educație fizică și fotbal” pentru clasele I – IV, constă în inițierea și ghidarea permanentă a elevilor în scopul formării unui sistem bine corelat de cunoștințe, motivații, priceperi și deprinderi de a utiliza sistematic, conștient, independent mijloacele educației fizice în general cât și orientarea, inițierea și fundamentarea deprinderilor și priceperilor în jocul de fotbal, în special, precum și de a avea un mod de viață sănătos atât în perioada școlarizării, cât și pe parcursul întregii vieți.

**Curriculum la disciplina Educația fizică și fotbal ca structură** include următoarele elemente: preliniari, concepția disciplinei, administrarea disciplinei, competențe specifice disciplinei, programa curriculară (cu elementele de unități de competențe, unități de conținut, activități de învățare și finalități de studiu), reperi metodologice de predare-învățare-evaluare, bibliografie.

**Curriculum la disciplina Educația fizică și fotbal ca concept teoretic:** stabilește conexiunea și interconexiunea dintre elementele curriculare identificând statutul și funcțiile fiecăruia (conexiunea și interconexiunea dintre elementele: concepția, competențele specifice, unități de competențe, unități de conținuturi, activități de învățare, activități de evaluare etc., competențele – integrează cunoștințe, capacități, atitudini etc.); este privită ca o teorie pedagogică abordată psihocentrist și sociocentrist, acordând rolul prioritar finalităților educaționale; corespunde cu funcția și specificul fiecărui document structurată într-o consecutivitate logică; conținuturile reprezintă mijloc de formare/ dezvoltare a competențelor elevilor; perspectiva procesuală include două categorii de procese: de concepere și funcționare a curriculumului (de predare-învățare-evaluare); stabilește clar reperi de proiectare a finalităților educaționale care satisfac nevoile personale și sociale.

**Curriculum la disciplina Educația fizică și fotbal ca finalitate.** Finalitățile de studiu la disciplina Educația fizică și fotbal sunt rezultatele măsurabile obținute în cadrul procesului de învățare, prin care se certifică în ce măsură și la ce nivel competențele specifice disciplinei au fost formate/ dezvoltate. Competența elevului în diferite forme ale sale de manifestare reprezintă finalitatea, care poate fi măsurată/ evaluată prin descriptorii respectivi – pre-achiziții reprezentate prin unități de competență.

**Curriculum la disciplina Educația fizică și fotbal ca conținut** este reprezentat de cunoștințe, capacități, atitudini, valori, competențe și strategii. Educația fizică ca disciplină de bază prin sistemul cunoștințelor și valorilor include: teorii și legități; noțiuni; principii, fapte și fenomene; procese și valori, de ordin general și particular care asigură dezvoltarea și autodezvoltarea elevului în raport cu particularitățile individuale ale elevului ca subiect al procesului educațional.

**Curriculum la disciplina Educația fizică și fotbal ca proces** presupune activitățile profesorului de cercetare a curriculumului (prognoză și diagnoză), de proiectare și aprobarea curriculumului (realizarea proiectării didactice de lungă și de scurtă durată), urmate de activități de implementare (prin realizarea predării-învățării-evaluării și monitorizarea acestui proces) și post implementare (realizarea conexiunii inverse și optimizarea procesului educațional).

**Curriculum la disciplina Educația fizică și fotbal ca produs** reprezintă un set de documente de tip proiectiv (proiecte didactice de lungă durată, proiectări ale unităților de învățare, proiecte

didactice de scurtă durată) și de tip metodologic (ghiduri metodologice, soft-uri educaționale, teste de evaluare și alte instrumente curriculare).

Interesul principal al didacticii educației fizice definește activitatea care valorifică sistematic ansamblul formelor de predare a exercițiilor fizice bazate pe principiile și conceptele metodologice de bază în dimensiunile strategiei pedagogice concrete de ordin cognitiv, psihomotor și afectiv la nivelul procesului de învățământ în cadrul diferitor sisteme educaționale, în scopul măririi potențialului biologic, fiziologic, psihologic, pedagogic și social al elevului. Ea include trasee specifice de organizare a procesului de învățământ în funcție de nivelul și ritmul propriu de dezvoltare intelectuală, fizică, morală, funcțională și biologică a elevului, orientare spre formarea și evaluarea cunoștințelor, a capacităților și atitudinilor.

Educația fizică în școală ca proces pedagogic, ce valorifică sistematic ansamblul formelor de practicare a exercițiilor fizice, nu reprezintă scopuri în sine, ci contribuie la realizarea finalităților generale ale educației, alături de celelalte discipline din curriculumul școlar. Preocuparea permanentă a profesorilor de educație fizică este de a asigura un conținut atractiv pentru lecțiile organizate, astfel încât educația fizică școlară să pună bazele educației fizice permanente, care înseamnă un stil de viață, un mod de a gândi și de a acționa în beneficiul propriu și în interesul societății.

Programa curriculară „Educație fizică și fotbal” se caracterizează printr-o anumită flexibilitate în sensul în care permite profesorului de educație fizică să valorifice potențialul motric și abilitățile specifice jocului de fotbal al elevului. O altă caracteristică este diversitatea de mijloace proiectate în unitățile de învățare, adaptate și modelate prin elementele specifice fotbalului, care permite învățătorilor activizarea și motivarea elevii pentru practicarea lecțiilor de educație fizică.

Finalități ale curriculumului „Educație fizică și fotbal” în învățământul primar, ca competențe ale elevului, sunt accentuate prin:

- sănătate perfectă, ce ar permite o dezvoltare fizică corectă și armonioasă;
- cunoștințe și priceperi de ordin organizatoric, pe care să le folosească în activitatea de joc din timpul liber și în cadrul celorlalte forme de practicare a activităților motrice;
- înțelegerea și conștientizarea necesității practicării sistematice a activităților motrice;
- aplicarea corectă și cu eficiență crescută deprinderile motrice de bază și utilitar-aplicative (mers, alergare, săritură, aruncare, prindere, cățărare, târâre, transport de greutate);
- stăpânirea un sistem minim de mijloace (pentru dezvoltare fizică armonioasă, de concurs, jocuri);
- cunoștințe generale și abilități tehnice de posesie a mingii specifice jocul de fotbal;
- demonstrarea calităților și capacităților motrice de bază în conformitate cu standardele de eficiență a învățării ale ciclului primar;
- demonstrarea capacităților comportamentale și de mediere a conflictelor în grup în timpul activităților motrice.

## **1.2. Argumentarea implementării curriculumului disciplinar „Educație fizică și fotbal”**

*Jocul de fotbal este ca mijloc al educației fizice școlare, alături de celelalte discipline/ probe de sport ale curriculumului disciplinar contribuie la realizarea obiectivelor educative, formative și de dezvoltare a elevilor de toate vârstele, realizând un echilibru între efortul intelectual și motric care intensifică necesitatea și realizează satisfacția motrică săptămânală al elevilor, fiind astfel inclus în curriculum disciplinar începând cu ciclul primar*

Disciplina **Educație Fizică și Fotbal**, va oferi condiții deosebit de favorabile pentru dezvoltarea complexă a deprinderilor și calităților motrice necesare în viață. Fiind un domeniu al activităților corporale, el înglobează acțiunile motrice ale procesului educației fizice: deprinderilor motrice de bază și a celor cu caracter utilitar aplicativ.

Practicarea mijloacelor din jocul fotbal de la vârstă timpurie contribuie la formare și perfecționarea unor mișcări coordonate, la formarea capacității de angrenare rapidă în tempoul și în

ritmul activităților sociale, prin cumulul unor influențe și efecte pozitive cu caracter sanotrofic și educativ.

Diversitatea acțiunilor motrice, influența pe care o exercită practicarea jocului de fotbal asupra sistemelor și funcțiilor organismului precum și posibilitatea desfășurării lui atât în aer liber cât și în sală, creează multiple posibilități prin care se contribuie la o dezvoltare fizică armonioasă, în deplină stare de sănătate.

#### Caracteristicile formative ale jocului de fotbal școlar sunt caracterizate de faptul că:

- Are o deosebită valoare educativă care se datorează și regulamentului de joc și disciplinar care formează la elevi un comportament demn în teren, la sportivitate - atitudine de fair-play, combativitate, stăpânire de sine, voință de a învinge, capacitatea de analiză și decizie, și alte deprinderi morale de o mare valoare;
- Cumulează efectele sanogenetice și sanofizice ale sportului și educației fizice;
- Contribuie la dezvoltarea motricității generale a celor care îl practică;
- Dezvoltă aptitudinile psiho-motrice individuale și în interdependență, abordarea specifică jocului de fotbal este unul special și diferit altor discipline;
- Este un mijloc important de recreere și agrement.

Practicarea fotbalului are asupra practicantilor influențe multiple, variate și profunde, în funcție de atitudine și de implicare, de scopul implicării, în funcție de formele de practicare a lui, dar și în funcție de cadrul organizatoric în care se desfășoară procesul educativ sau competiția de fotbal.

#### Valențele formative ale fotbalului se manifestă în trei direcții:

- Direcția recreativ-distractivă;
- Direcția compensatorie, de refacere neuro-psiho-motorică;
- Direcția formativă asupra personalității și caracterului elevilor.

Conform conceptului curriculumului școlar, fiecare dintre cele trei direcții menționate își iau forma și conținutul unor obiective specifice fotbalului, care, la rândul lor, vor determina obiectivele operaționale proprii care se vor realiza în lecția de educație fizică:

- Obiectiv recreative - distractive;
- Obiective compensatorii și de refacere;
- Obiective formative asupra personalității elevilor.

Fiecare obiectiv specific se concretizează în obiective operaționale proprii care motivează prezența jocului fotbal în toate conținuturile lecțiilor de educație fizică, astfel:

#### Obiectiv recreative – distractive:

- Satisfacerea necesităților de recreare și de distracție prin imediată a ”stării generale de bine” prin joc și mișcare;
- Satisfacerea necesității de întrecere în echipă cu reguli autoimpuse;
- Formarea și satisfacerea necesității de a câștiga prin mișcare și joc;
- Satisfacerea necesității de acțiune individual în fața colegilor de echipă sau de clasă;
- Mutarea centrilor de interes psiho-social în timpul zilei.

#### Obiective operaționale compensatorii și de refacere:

- Eliberarea și mutarea prin joc a centrilor de concentrare psihică maximă realizând refacerea neuro-psihică la nivel central, combaterea stresului;
- Combaterea sedentarismului prin joc, realizând refacerea neuro-motorie la nivel periferic;
- Activarea marilor funcțiuni ale organismului prin joc, odată cu menținerea și întărirea stării de sănătate generală;
- Combaterea stărilor psihice negative printr-un joc de mișcare autonom, autoimpus în scopul de induce cu ușurință ”starea generală de bine”

#### Obiective operaționale privind formarea caracterului și personalității:

- Formarea și consolidarea trăsăturilor pozitive de caracter și personalitate;
- Formarea și consolidarea deprinderilor de a acționa în echipă;
- Formarea liderilor, a capacității de a conduce prin funcțiile de căpitan de echipă;
- Formarea și dezvoltarea capacităților morale și de voință;
- Formarea și consolidarea obișnuinței de practicare autonomă a mișcărilor prin joc.

De asemenea, jocurile distractive cu caracter specific jocului de fotbal, aplicate în cadrul lecțiilor de Educație Fizică, contribuie la dezvoltarea anumitor grupe musculare, la formarea unor priceperi și deprinderi motrice necesare pentru realizarea obiectivelor altor ramuri sportive, precum gimnastică, atletism și unele jocuri sportive. Astfel, exercițiile și jocurile cu elemente specifice jocului de fotbal, contribuie la însușirea unui șir de elemente și procedee din următoarele ramuri de sport:

**Gimnastică și atletism:** mers, alergări, sărituri, aruncări și prinderi, târări și transportări, cățărări, escaladări și coborâri, echilibru și mișcări specifice din aerobică, ritmică și tans cu aplicarea elementelor/ mingii din/de fotbal. Jocuri și parcursuri aplicative care implică varietatea de deprinderi motrice de bază și aplicative, dar și elemente specifice jocului de fotbal.

**Jocuri sportive** (baschet, handbal, tenis și badminton, rugby, volei): elemente de manipulare a mingii; ținere, transmitere și prindere a mingii; lovituri, jonglări, preluări, plasări și direcționări ale mingii; acțiuni individuale și colective simple, acționarea și colaborarea în echipă, reguli elementare specifice jocurilor.

**Turism pedestru:** jocuri cu mingea de fotbal cu caracter recreativ și compensator.

**Formarea și dezvoltarea calităților motrice**, prevăzut de programa curriculară prevede o gamă largă de activități atractive precum: ștafete, jocuri dinamice, jocuri convenționale și prin învățarea procedeele tehnico-tactice cu următoarele obiective abordate: dezvoltarea vitezei, a rezistenței și a rezistenței în acțiuni motrice complexe; dezvoltarea vitezei de reacție și de execuție în regim de îndemânare; dezvoltarea vitezei de reacție la stimul vizual; dezvoltarea vitezei de reacție la stimul tactil; dezvoltarea vitezei de execuție în relație cu adversarul; coordonarea acțiunilor corpului în spațiu și timp; coordonarea acțiunilor în funcție de adversar; dezvoltarea forței dinamice segmentare; dezvoltarea forței explozive; dezvoltarea forței în regim de viteză; dezvoltarea forței segmentare în regim de rezistență; dezvoltarea rezistenței musculare locale; dezvoltarea rezistenței respiratorii la eforturi mixte.

Curriculumul disciplinar **Educație Fizică și Fotbal** ca proces prin realizarea predării-învățării-evaluării și monitorizarea acestuia are următoarele caracteristici: satisface necesitatea de mișcare și de practicarea unui sport pentru sporirea motivației de a duce un mod de viață sănătos, reprezintă un mod distractiv activității de mișcare, o dezvoltare armonioasă și multilaterală a personalității copilului, care previne îmbolnăvirile legate de stilul de viață sedentar, contribuie la reducerea absenteismului și contribuie la îmbunătățirea educației.

## 2. REFERINȚE PROIECTIVE ALE CURRICULUMULUI LA DISCIPLINA „EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI FOTBAL”

### 2.1. Curriculumul la disciplina „Educație fizică și fotbal” ca proiect didactic

Proiectarea didactică reprezintă activitatea complexă de concepere anticipată atât a desfășurării de ansamblu a procesului instructiv-educativ, cât și a componentelor sale, a modului în care acestea vor relaționa și se vor determina reciproc la toate nivelurile. În contextul Curriculumului la disciplina „Educație fizică” pentru învățământul gimnazial, conceptul central al proiectării curriculare este **proiectarea didactică personalizată**.

Proiectarea didactică personalizată exprimă dreptul cadrului didactic de a lua decizii asupra modalităților pe care le consideră optime în asigurarea calității procesului educațional.

Totodată, prin proiectarea didactică personalizată, profesorul își asumă responsabilitatea de a asigura elevilor parcursuri școlare favorabile adaptate la realitățile în care se desfășoară procesul educațional la disciplină.

Proiectarea demersului didactic la disciplina „Educație fizică și fotbal” solicită cadrului didactic gândirea în avans a derulării evenimentelor la clasă, o prefigurare a predării, învățării și evaluării, eșalonată pe două niveluri interconținute:

- proiectarea de lungă durată (pentru un semestru, an școlar): proiectarea unităților de învățare;
- proiectarea de scurtă durată: proiectelor de lecție.

Documentele de proiectare didactică eșalonată sunt documente administrative care transpun în mod personalizat curriculumul disciplinar (programa școlară) în condițiile concrete ale procesului educațional la clasă, în contextul alocării de resurse metodologice, temporale și materiale, considerate optime de către cadrul didactic pe parcursul vizat.

Astfel, curriculumul disciplinar constituie reperul principal, documentul reglator pentru proiectarea personalizată a activității didactice la clasă.

În acest sens, programa disciplinară pentru o clasă se lecturează urmărind interrelaționarea următoarelor elemente:

**Competențele specifice**, fiind proiectate pentru tot parcursul claselor primare, reperează **proiectarea de lungă durată** la disciplină.

**Proiectarea didactică anuală** a disciplinei se realizează conform datelor din **Administrarea disciplinei** și ținând cont de **Repartizarea orientativă a orelor pe unități de învățare**.

**Sistemele de unități de competențe proiectate pentru o unitate de învățare** sunt prevăzute integral pentru evaluarea de tip cumulativ la finele respectivei unități de învățare și selectiv – pentru evaluarea formativă pe parcurs. Aceste sisteme reperează **proiectarea didactică a unităților de învățare și proiectarea didactică de scurtă durată**.

**Sistemele de unități de competențe sintetizate la finele fiecărei clase** sunt prevăzute pentru evaluarea anuală. Aceste sisteme vor repera descrierea rezultatelor elevilor în **tabelul de performanță școlară** întocmit la finalizarea fiecăreia dintre clasele I-IV.

**Unitățile de conținut** constituie mijloace informaționale prin care se urmărește realizarea sistemelor de unități de competențe proiectate pentru unitatea de învățare dată. Respectiv, se vizează și realizarea competențelor specifice disciplinei, dar și a celor transversale/ transdisciplinare.

Unitățile de conținut includ **liste de termeni specifici disciplinei**: cuvinte/sintagme care trebuie să intre în vocabularul activ al elevului pe parcursul respectivei unități de învățare.

**Activitățile de învățare și produsele școlare recomandate** prezintă liste deschise de contexte semnificative de manifestare a unităților de competențe proiectate pentru formare/dezvoltare și evaluare în cadrul unității respective de învățare. Cadrul didactic are libertatea și responsabilitatea să valorifice această listă în mod personalizat **la nivelul proiectării și realizării lecțiilor**, în concordanță cu **proiectele unităților de învățare**, dar și să o completeze în funcție de specificul clasei concrete de elevi, de resursele disponibile etc.

## 2.2 Proiectarea didactică de lungă durată

### *Proiectul de lungă durată:*

- este un **document administrativ** care se întocmește în baza programei curriculare, de către cadrul didactic la începutul anului școlar pentru fiecare clasă și admite operarea unor ajustări pe parcursul anului, în funcție de multipli factori de impact ce țin de specificul resurselor umane, naturale și materiale;
- trebuie să constituie un **instrument funcțional** care să asigure un parcurs ritmic al conținuturilor și evaluărilor, punctat pe structura anului școlar și orientat spre realizarea finalităților curriculare de către elevii clasei;
- este oportun să poarte un **caracter personalizat**, realizând o confluență a normativității didactice cu creativitatea și competența profesională a pedagogului – benefică, întâi de toate, pentru elev; proiectările de lungă durată editate pot fi folosite doar ca repere pentru demersul personalizat.

### *Proiectul de lungă durată include:*

- antetul;
- proiectul de administrare a disciplinei;



- proiectele unităților de învățare.

**Antetul proiectului de lungă durată va include următoarele elemente obligatorii:**

**Disciplina** – se scrie denumirea disciplinei în conformitate cu Planul-cadru;

**Competențele specifice disciplinei** – se transcriu din curriculumul disciplinar;

**Bibliografie** – se listează produsele curriculare aferente disciplinei:

- *produse curriculare principale*: curriculumul disciplinar aprobat de MECC;
- *produse curriculare auxiliare*: ghidul de implementare a curriculumului la disciplina Educație fizică ciclul gimnazial, ghiduri metodice pentru cadrele didactice, instrucțiuni metodologice, softuri educaționale etc.

**Proiectul de administrare a disciplinei va avea următoarea rubricare:**

**ADMINISTRAREA DISCIPLINEI:**

	Semestrul I	Semestrul II	Anual
Nr.de ore			

Unități de învățare	Nr. ore	Evaluări	
		EI	EF

**Indicații pentru completarea rubricilor:**

- **Nr. de ore pe săptămână** – se scrie în conformitate cu Planul-cadru.
- **Nr. de ore pe semestru și an** – se calculează în funcție de structura anului școlar care este stabilită pentru fiecare an de studii în parte de către MECC al Republicii Moldova.
- **Unitățile de învățare** – pot fi eșalonate preluând denumirile unităților de conținut (modulelor) din curriculumul disciplinar sau denumirile capitolelor (modulelor) din manualul aprobat de MECC pentru anul în curs.
- **Nr. de ore pentru fiecare unitate de învățare** – se proiectează ținând cont de: recomandările din curriculumul disciplinar; conținuturile respective din manual; complexitatea conținuturilor; ritmul de învățare al elevilor etc.
- **Evaluările** – se proiectează numărul de evaluări inițiale (EI), evaluări formative (EF) în cadrul fiecărei unități de învățare și evaluări sumative (ES) la sfârșit de semestru.

Cadrul didactic are libertatea de a completa proiectul de administrare a disciplinei cu alte rubrici care îi pot facilita activitatea de proiectare. De exemplu: poate face o demarcație între semestre și totalizări la finele fiecărui semestru și la finele anului școlar; poate include rubrica *Săptămâna* destinată repartizării orientative pe săptămâni a orelor rezervate pentru parcurgerea unității de învățare.

**Proiectarea unităților de învățare:**

Proiectul unei unități de învățare va avea următoarea rubrica:

**Unitatea de învățare:** .....

**Nr. de ore alocate:** .....

Unități de competență	Nr. crt. lecție/sem.	Detalieri de conținut	Nr. ore	Data	Evaluare	Resurse	Observații
1	2	3	4	5	6	7	8

**Indicații pentru completarea rubricilor:**

- **Unitatea de învățare** – se trece numărul de ordine și denumirea unității în conformitate cu eșalonarea din proiectul de administrare a disciplinei.
- **Nr. de ore alocate** – se trece numărul corespunzător din proiectul de administrare a disciplinei.
- **Unități de competențe** – în variantă schematică, se transcriu numerele de ordine ale tuturor unităților de competențe prevăzute pentru modulul dat în curriculumul disciplinar (de exemplu: 3.1; 3.2; 3.3 etc.); dacă se consideră necesar – se transcriu din curriculum.
- **Detalii de conținut** – se eșalonează subiectele tematice pentru secvențe de 1-2 ore, care sunt preluate din lista de conținuturi din curriculumul disciplinar; apoi, în funcție de specificul disciplinei, creativitatea pedagogului și alți factori, se explicitează parcursul elevilor la fiecare lecție – mai succint sau mai desfășurat; înscrierile din această rubrică trebuie să evidențieze formulări esențializate care se vor trece în catalogul clasei la fiecare lecție.
- **Nr. ore** – se eșalonează câte o oră pentru fiecare detaliere de conținut corespunzătoare.
- **Data** – se trec datele calendaristice pentru fiecare oră, ținând cont de structura anului școlar și orarul clasei.
- **Resurse** – din suporturi didactice auxiliare, pentru fiecare oră; la discreția învățătorului, pot fi notate și alte elemente (materiale didactice, forme de organizare a activităților ș.a.); la nivelul unității de învățare nu este obligatoriu de a proiecta metodele și formele activității didactice la lecții.
- **Evaluare** – se vor indica lecțiile în cadrul cărora se proiectează: evaluarea inițială (EI); evaluarea formativă (EF); evaluarea sumativă (ES)
- **Observații** – în această rubrică se înregistrează modificările care, eventual, vor surveni pe parcursul anului școlar, la fel se pot face înregistrări privind aspectele evaluării unități de competență evaluare/produse.

**ATENȚIE! Cadrele didactice vor personaliza proiectele didactice de lungă durată, în funcție de resursele umane și materiale concrete, în conformitate cu prevederile curriculumului la disciplină.**

## **MODEL ORIENTATIV PENTRU PROIECTARE DIDACTICĂ DE LUNGĂ DURATĂ, Clasa a – I-a**

### **Competențele specifice disciplinei:**

1. Recunoașterea noțiunilor elementare specifice educației fizice și fotbalului în situații de învățare și cotidiane, manifestând interes pentru cunoașterea și dezvoltarea propriului organism, practicarea unui mod sănătos de viață.
2. Coordonarea acțiunilor motrice în vederea formării deprinderilor specifice jocului de fotbal, demonstrând curiozitate și creativitate în activități comune de învățare.
3. Aplicarea achizițiilor dobândite la disciplină în diverse activități individuale și colective, dând dovadă de interes pentru sporirea potențialului motric.
4. Adoptarea unui comportament adecvat în cadrul activităților motrice educaționale, competiționale și recreative, demonstrând implicare și dorință de a-și ajuta colegii.

### **Bibliografie:**

1. Curriculumul disciplinei Educație fizică și fotbal clasele I – IV-a. Chișinău: MECC, 2019.
2. Ghid de implementare a curriculumului Educație fizică și fotbal clasele I – IV-a.. Chișinău: MECC, 2019.
3. *Metodologia privind evaluarea criterială prin descriptori, clasele I-IV.* Chișinău: MECC, IȘE, 2019.

### **ADMINISTRAREA DISCIPLINEI**

Nr. de ore/săpt.	Nr. de ore/an
------------------	---------------

2	66
---	----

Unitățile de învățare	Nr. ore	Nr. evaluări		
		EI	EF	ES
<b>Semestrul 1</b>				
Formații în activitatea motrice	3	1		
Exerciții utilitar-aplicative	6	1	1	
Jocuri de mișcare	8	1	1	
Dezvoltarea fizică armonioasă	4	1		
Elemente acrobatice, ritmică și dans	10	1	1	1
<i>Total semestrul 1</i>				
	<i>31</i>	<i>5</i>	<i>3</i>	<i>1</i>
<b>Semestrul 2</b>				
Formații în activitatea motrice	1	1	1	
Dezvoltarea fizică armonioasă	4	1	1	
Exerciții utilitar-aplicative	6	1		
Jocuri de mișcare	8	1		
Elemente și procedee din fotbal	16	1	1	1
<i>Total semestrul 2</i>				
	<i>35</i>	<i>5</i>	<i>3</i>	<i>1</i>
<b>Total an</b>				
	<i>66</i>	<i>10</i>	<i>5</i>	<i>2</i>

## Semestrul I

Unități de competență	Nr.crt. lecție/sem.	Detalii de conținut	Nr. Ore	Data	Evaluare	Resurse	Obs.
1.1. Receptarea regulilor de securitate la lecțiile de educație fizică. 1.2. Explicarea în cuvinte proprii a importanței igienei personale în viața de zi cu zi. 1.3. Recunoașterea ținutei corecte a corpului. 3.2. Conformarea la cerințele sanitaro-igienice specifice lecțiilor de educație fizică.		<b>Conținuturi cognitive:</b> <i>Igiena personală și a echipamentului sportiv</i> <i>Reguli de securitate la lecțiile de educație fizică</i> <i>Importanța încălzirii în activitatea motrice</i> <i>Noi și exercițiul fizic</i> <i>Ținuta corectă a corpului</i> <i>Părțile corpului: cap, gât, umăr, mână, braț, trunchi, bazin, picior etc.</i> Elemente noi de limbaj specific disciplinei: <i>rulare, semisfoară, podul, fluturări, pași ritmici</i>	Pe parcursul lecțiilor		EI	Fișe, planșe, carioci, foi de flipchart, proiector, foto/video, etc.	
<b>Formații în activitatea motrice</b>							
2.1. Coordonarea acțiunilor motrice individuale în formație, la solicitarea învățătorului. 2.2. Încadrarea în activitatea comună de deplasare în coloană.		Aranjare în linie pe un rând. Aranjare în coloană. Pозиțiile: Aliniere! Drepti! Pe loc repaos! Întoarceri pe loc la stânga – la dreapta.	Sistemic		EI	Teren, marcaj, cartonașe de diferite culori, fișă de autoevaluare etc.	
	1/I	Schimbul locului formației, la comanda învățătorului	1				
	2/I	Mers pe loc. Deplasare în coloană pe cerc câte unul.	1				
	3/I	Jocuri de aranjare în formații	1				
<b>Exerciții utilitar-aplicative cu elemente din fotbal</b>							
2.1. Coordonarea acțiunilor motrice individuale în formație, la solicitarea învățătorului. 2.3. Explorarea variațiilor de mers, a alergărilor, și săriturilor, cu elemente de posesie a mingii de fotbal.	4/I	Variații de mers cu purtarea, rostogolirea, conducerea mingii.	1		EI	Obstacole, conuri, cercuri, coarde, mingi de fotbal, bastoane, fișă de autoevaluare	
	5/I	Mers cu depășirea obstacolelor cu elemente de posesie a mingii.	1				
	6/I	Alergare obișnuită, în diferite figuri la solicitarea profesorului	1				
	7/I	Alergări printre obstacole cu elemente de posesie a mingii	1				
	8/I	Sărituri pe ambele picioare și pe un picior, pe loc și în mișcare	1				
	9/I	Sărituri peste obstacole cu elemente de posesie a mingii	1		EF		P2
<b>Jocuri de mișcare</b>							
2.9. Aplicarea achizițiilor motrice în condiții de joc.	10/I	Jocuri de mișcare în formații: „Colțurile colorate”, „Comanda inversă”, „Mare - mic”	1			Obstacole,	

2.10. Încadrarea în activitatea motrică de grup. 3.3. Susținerea relațiilor pozitive interpersonale în activitatea motrice.	11/I	Jocuri de mișcare în perechi: „Oglinda”, „Prinde palma”, „Păstrează echilibru”, „Atenție la mingi”	1			conuri, cercuri, mingi de fotbal, bastoane, corzi, saci, fișă de autoevaluare	
	12/I	Jocuri de mișcare în cerc: „Acul cu ață”, „Salut prietene”	1		EI		
	13/I	Jocuri de mișcare colective: „Ursul din pădure”, „Copii veseli”, „Lupul în șanț”	1				
	14/I	Jocuri de mișcare în echipe: „Chemarea numerelor”, „Ziua și noaptea”	1				
	15/I	Jocuri de mișcare cu minge: „Mingea călătoare”, „Transmite mingea centrului”, „Nimerește în țintă”	1		EF		P6
	16/I	Ștafete cu purtarea/ transportări de mingi	1				
	17/I	Ștafete cu depășirea obstacole cu mingea de fotbal	1				
<b>Dezvoltarea fizică armonioasă</b>							
1.3. Recunoașterea ținutei corecte a corpului. 2.5. Practicarea exercițiilor fizice pentru dezvoltarea fizică armonioasă din poziții de bază ale corpului. 1.4. Executarea mișcărilor corpului și a deplasărilor la solicitarea învățătorului.		Ținuta corectă Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă cu mingea Pregătirea motrice.	Sistemic		EI	Fișe, proiector, casetofon, fișă de autoevaluare.	
	18/I	Poziții de bază în activitatea motrice	1				
	19/I	Mișcări specifice ale segmentelor corpului	1				
	20/I	Exerciții pentru dezvoltarea mușchilor segmentelor corpului	1				
	21/I	Jocuri pentru menținerea ținutei corecte a corpului	1				
<b>Elemente acrobatică, ritmică și dans</b>							
2.6. Menținerea echilibrului static în diferite poziții. 2.7. Îndeplinirea elementelor acrobatică elementare cu fixarea pozițiilor finale. 2.8. Reproducerea mișcărilor de brațe și a pașilor de bază în ritmică și dans. 3.2. Conformarea la cerințele sanitaro-igienice specifice lecțiilor de educație fizică	22/I	Echilibru static din diferite poziții cu mingea de fotbal în mâini	1		EI	Saltele de gimnastică, covorașe, scară de gimnastică, bancă de gimnastică, fișe didactice, fișă de autoevaluare	
	23/I	Rulare înapoi și revenire, din așezat, picioarele în diferite poziții	1		EF		P4
	24/I	Semisfoara: stând pe genunchiul unui picior celălalt întins pe vârf înainte, lateral și înapoi, cu și fără sprijin	1				
	25/I	Podul în sprijin pe picioare și omoplați	1				
	26/I	Podul din poziție culcat dorsal cu ajutor	1				
	27/I	Poziții de bază în ritmică și dans	1				
	28/I	Pași ritmici de bază: gimnastici, ascuțiți, alăturați, înalți	1				
	29/I	Mișcări de brațe în ritmică și dans: balansări și fluturări cu minge	1				
	30/I	Complex de gimnastică ritmică la 2 timpi cu mingea	1				
	31/I	<b>Evaluare sumativă: Jocuri de mișcare.</b>	1		ES		P6

## Semestru II

Unități de competență	Nr.crt. lecție/sem.	Detalii de conținut	Nr. ore	Data	Evaluare	Resurse	Obs.
1.2. Explicarea în cuvinte proprii a importanței igienei personale în viața de zi cu zi 1.4. Executarea mișcărilor corpului și a deplasărilor la solicitarea învățătorului, specifice jocului de fotbal. 1.5. Identificarea noțiunilor de bază ale jocului de fotbal		<b>Conținuturi cognitive:</b> <i>Reguli de securitate la lecțiile de educație fizică</i> <i>Noi și exercițiul fizic</i> <i>Mișcări specifice și deplasări</i> <i>Istoria jocului de fotbal.</i> <i>Reguli elementare de joc ale fotbalului.</i> <i>Elementele jocului de fotbal</i> Elemente noi de limbaj specific: poziție fundamentală, conducerea, lovirea mingii.	Pe parcursul lecțiilor		EI	Fișe, planșe, carioci, foi de flipchart, proiector, foto/video, etc.	
<b>Formații în activitatea motrice</b>							
2.1. Coordonarea acțiunilor motrice individuale în formație, la solicitarea învățătorului. 2.2. Încadrarea în activitatea comună de deplasare în coloană.		Aranjare în linie pe un rând. Aranjare în coloană. Pozițiile: Aliniere! Drepti! Pe loc repaos! Întoarceri pe loc la stânga – la dreapta.	Sistemic		EI	Teren, marcaj, cartonașe colorate, fișă de autoevaluare etc.	
	1/II	Schimb de formații, deplasare în coloană câte unul	1				
<b>Dezvoltarea fizică armonioasă</b>							
1.3. Recunoașterea ținutei corecte a corpului. 2.5. Practicarea exercițiilor fizice pentru dezvoltarea fizică armonioasă din poziții de bază ale corpului. 1.4. Executarea mișcărilor corpului și a deplasărilor la solicitarea învățătorului.		Ținuta corectă Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă Pregătirea motrice.	Sistemic		EI	Fișe, proiector, casetofon, mingi de fotbal, fișă de autoevaluare.	
	2/II	Poziții de sprijin în activitatea motrice	1				
	3/II	Mișcări specifice și deplasări	1				
	4/II	Exerciții pentru dezvoltarea fizică armonioasă cu minge	1		EF		P3
	5/II	Jocuri pentru poziții de sprijin	1				

Exerciții utilitar-aplicative cu elemente din fotbal							
2.3. Explorarea variațiilor de mers, a alergărilor și săriturilor.	6/II	Mers și alergări și sărituri în variații și diferite figuri, peste obstacole cu mingea de fotbal	1		EI	Mingi de tenis, suprafețe pentru urcări și coborâri, obstacole, mingi de fotbal, jaloane, bancă de gimnastică, fișă de autoevaluare	
2.4. Demonstrarea acțiunilor motrice utilitar-aplicative: aruncări, prinderi, târări, cățărări, escaladări și coborâri din diferite poziții și pe suprafețe variate.	7/II	Aruncări și prindere a mingii: în sus, de la sol, din perete	1				
	8/II	Aruncarea și prinderea mingii în perechi, în cerc, în pătrat	1				
	9/II	Cățărări și coborâri pe diferite suprafețe	1				
	10/II	Parcursuri aplicative cu târări, cu elemente de purtare a mingii	1				
	11/II	Parcursuri aplicative cu cățărări, escaladări și coborâri	1				
Jocuri de mișcare							
2.9. Aplicarea achizițiilor motrice în condiții de joc.	12/II	Jocuri de mișcare în formații: „Locomotiva și vagoanele”, „Comanda inversă”, „Mare - mic”	1		EI	Teren marcat, cartonașe colorate, mingi de fotbal de diferite dimensiuni, bastoane, cercuri, conuri, fișă de autoevaluare	
2.10. Încadrarea în activitatea motrică de grup.	13/II	Jocuri de mișcare în perechi: „Oglinda”, „Tăpușele”, „Prinde palma”, „Păstrează echilibrul”, „Atinge piciorul”	1				
3.3. Susținerea relațiilor pozitive interpersonale în activitatea motrice.	14/II	Jocuri de mișcare în cerc: „Șoarecele și pisica”, „Salut prietene”	1				
	15/II	Jocuri de mișcare colective: „Lupul în șanț”, „Pețișoara dă mâna”	1				
	16/II	Jocuri de mișcare în echipe: „Chemarea numerelor”, „Ziua și noaptea”	1				
	17/II	Jocuri de mișcare cu mingea: „Nimerește în țintă” „Țintă călătoare”	1				
	18/II	Ștafete cu depășirea obstacole	1				
Elemente și procedee din fotbal							
2.9. Identificarea elementelor și procedeele tehnice specifice jocului de fotbal 2.10. Demonstrarea capacităților de control al mingii specifice jocului de fotbal.	19/II	Exerciții de acomodare cu mingea de fotbal, pe loc și în deplasare.	1		EI	Mingi de fotbal, obstacole, jaloane, pieptărașe, porți de fotbal de diferite dimensiuni	
	20/II	Exerciții de acomodare cu mingea de fotbal, în perechi.	1				
	21/II	Poziții fundamentale în jocul de fotbal.	1				
	22/II	Deplasări în jocul de fotbal: mers, alergări, sărituri.	1				
	23/II	Conducerea mingii, tehnica îndeplinirii.	1		EF		
	24/II	Conducerea mingii pe linie dreaptă, în zigzag, pe cerc.	1				P4

3.1. Acceptarea regulilor de securitate în activitățile motrice. 3.2. Conformarea la cerințele sanitaro-igienice la lecțiile de educație fizică. 3.3. Susținerea relațiilor pozitive interpersonale în activitatea motrice.	25/II	Conducerea mingii cu ocolirea obstacolelor.	1			fișă de autoevaluare	
	26/II	Lovirea mingii, tehnica îndeplinirii.	1		EI		
	27/II	Lovirea mingii pe loc în perechi la distanțe scurte.	1				
	28/II	Lovirea mingii pe loc în cerc, în diferite direcții.	1				
	29/II	Acțiuni tactică individuală în atac: dribling - lovitură la țintă	1				
	30/II	Acțiune tactică: dribling cu ocolirea obstacolelor - lovitură la poartă	1				
	31/II	Joc convențional de fotbal 1x1 la 4 porți	1				
	32/II	Joc convențional de fotbal 2x2, 3x3	1				
	33/II	Zi de activitate transdisciplinară	1			Se completează opțional	
	34/II	Zi de activitate transdisciplinară	1				<b>PT 12</b>
	35/II	<b>Evaluare sumativă:</b> Lovirea mingii de pe loc spre poartă.	1		ES		P6

*La sfârșitul clasei I, elevul poate:*

- recepta regulile de securitate și de igienă specifice lecțiilor de educație fizică;
- identifica părțile și pozițiile de bază ale corpului, a elementelor de bază jocului de fotbal;
- executa acțiuni motrice păstrând echilibrul și ritmicitatea;
- să participe în jocuri de mișcare și pregătitoare specifice fotbalului, activități motrice de grup.

*manifestând ca atitudini și valori specifice predominante:*

- interes pentru cunoașterea și dezvoltarea propriului organism, practicarea unui mod sănătos de viață;
  - curiozitate și creativitate în activități comune de învățare;
  - interes pentru sporirea potențialului motric;
  - implicare și dorință de a-și ajuta colegii.



### 3.4. Proiectarea didactică de scurtă durată

Proiectul de lecție este un instrument de lucru și un ghid pentru profesor, oferind o perspectivă de ansamblu, globală și complexă asupra lecției. În viziunea modernă, proiectul de lecție are un caracter orientativ, având o structură flexibilă. De asemenea, este de preferat ca el să prevadă unele alternative de acțiune și chiar să solicite capacitatea profesorului de a reconsidera demersul anticipat atunci când situații neprevăzute fac necesară schimbarea, deci un comportament didactic creator.

Proiectul didactic de scurtă durată oferă o schemă rațională și **personalizată** a desfășurării lecției, pornind de la trei repere intercondiționate:

- ceea ce ne propunem să realizăm – **obiectivele lecției**;
- elementele necesare pentru a realiza ceea ce ne-am propus – **conținuturi și strategii didactice** (forme; metode, procedee și tehnici; mijloace);
- modul în care măsurăm eficiența învățării – **strategii de evaluare**.

#### *Proiectul didactic de scurtă durată include:*

- antetul;
- demersul didactic/scenariul didactic/desfășurarea lecției/activități

#### *Antetul proiectului de scurtă durată*

- **Clasa:**
- **Disciplina:** Educație fizică și fotbal
- **Nr. lecției:**
- **Tipul lecției:**
- **Unități de competență:**
- **Subiectul lecției:**
- **Obiectivele lecției :**
  - La sfârșitul lecției elevul va fi capabil:
    - O<sub>1</sub>:
    - O<sub>2</sub>:
    - etc.
- **Strategii didactice:**
  - a. Forme de organizare:
  - b. Metode și procedee:
  - c. Mijloace didactice:
- **Strategii de evaluare:**
- **Bibliografie:**
  1. Curriculum Educație fizică și fotbal pentru învățământul primar. Chișinău: MECC, 2019.
  2. Ghid de implementare a curriculumului Educație fizică și fotbal pentru învățământul primar. Chișinău: MECC, 2019.

#### **Proiectarea demersului didactic al lecției**

Proiectarea demersului didactic al lecției poate fi realizat atât în baza secvențelor instituționale eșalonate în corespundere cu tipul lecției. Gradul de desfășurare a proiectului se va decide în funcție de gradul didactic al profesorului, de comun acord cu managerul responsabil, ținând cont de performanțele cadrului didactic. În funcție de modelul de proiectare și de gradul de desfășurare, pot fi adoptate diferite variante de organizare grafică a proiectului demersului didactic.

Etapale lecției	Ob.	Conținuturi didactice	Dozarea efortului fizic, timpul	Strategii didactice			Recomandări/ indicații metodice
				Forme de organizare	Metode Procedee	Mijloace	

### Indicații pentru completarea rubricilor:

- **Nr. lecției** – se indică numărul de ordine al lecției din semestru/ an.
- **Subiectul lecției** - se transcrie din proiectul de lungă durată.
- **Tipul lecției** - se indică tipul corespunzător al lecției:
  - *Lecții introductive;*
  - *Lecția de familiarizare;*
  - *Lecția de formare a priceperilor și deprinderilor motrice;*
  - *Lecții de aplicare a cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor motrice;*
  - *Lecții de refacere/ recuperare;*
  - *Lecții complexe sau mixte;*
  - *Lecții de evaluare;*
  - *Lecții de acumulare a cunoștințelor noi.*
- **Unități de competențe** – se indică unitățile de competență prioritare pentru lecția dată; în variantă schematică, se transcriu numerele de ordine din curriculumul disciplinar (de exemplu: 3.1; 3.2; 3.3); dacă se consideră necesar – se transcriu din curriculum.
- **Obiectivele lecției** – în funcție de situația concretă, se formulează 4-6 obiective deduse din unitățile de competențe selectate pentru lecția dată, reflectând în mod adecvat domeniile:

Pentru formularea riguroasă a obiectivelor lecției, poate fi recomandată procedura de operaționalizare elaborată de R.F.Mager (1962), care presupune trei pași(acțiuni succesive)

- precizarea comportamentului final, observabil până la sfârșitul activității didactice (prin verbe de acțiune);
- descrierea condițiilor în care elevii vor demonstra că au dobândit performanța așteptată (de exemplu: în baza...; cu ajutorul...; pornind de la...; fără a utiliza...);
- indicarea nivelului (calitativ și/sau cantitativ) de realizare a performanței, necesar pentru ca să fie acceptat comportamentul dobândit. În proiectele zilnice se acceptă formulări restrânse ale obiectivelor lecției, fără explicitare riguroasă a tuturor acestor cerințe.

În formularea obiectivelor lecției, se vor evita verbe ce conduc la formulări vagi care nu pot indica ce va ști să facă elevul la sfârșitul lecției.

Verbe indezirabile:			
<b>a afla</b>	a se convinge	a-și forma	a-și lărgi
<b>a aprofunda</b>	a cunoaște	a intui	a se obișnui
<b>a asimila</b>	a se deprinde	a-și îmbogăți	a percepe
<b>a clarifica</b>	a-și dezvolta	a însuși	a pricepe
<b>a se concentra</b>	a se edifica	a înțelege	a simți
<b>a constata</b>	a se emoționa	a învăța	a se strădui
<b>a conștientiza</b>	a se familiariza	a memora	a ști

Pentru alegerea verbelor de acțiune se recomandă: taxonomia Bloom-Anderson pentru domeniul cognitiv; taxonomia lui Simpson pentru domeniul psihomotor; taxonomia lui Krathwohl pentru domeniul afectiv. Propunem în continuare selecții respective.

- **Competențe cognitive: taxonomia Bloom-Anderson**

<b>Reamintire</b>	declararea definirea descrierea enumerarea	găsirea identificarea listarea localizarea	numirea potrivirea raportarea recunoașterea	remediarea repetarea reinvestirea specificarea
<b>Înțelegere</b>	Alegerea distingerea	Explicarea exprimarea	Localizarea prezentarea	interpretarea reproducerea

	exemplificarea	ilustrarea	raportarea relatarea	traducerea transformarea
<b>Aplicare</b>	alegerea aplicarea calcularea demonstrarea desfășurarea	Estimarea executarea experimentarea folosirea ilustrarea	implementarea îndeplinirea modelarea modificarea operarea	practicarea programarea rezolvarea schițarea simularea
<b>Analiză</b>	Alegerea analizarea aprecierea aranjarea atribuirea categorisirea clasificarea compararea	Conectarea contrastarea deciderea deformarea detectarea determinarea diferențierea discriminarea	distingerea emiterea de ipoteze examinare generalizarea gruparea inspectarea inventarierea	ordonarea organizarea prezentarea punerea de întrebări rezumarea schematizarea separare
<b>Evaluare</b>	Apărarea aprecierea cântărirea conchiderea	Convingerea criticarea deducerea disputarea	emiterea de ipoteze evaluarea formularea de judecăți rânduirea	recomandare revizuirea scrutarea susținerea verificarea
<b>Creare</b>	Compunerea conceperea construirea pregătirea	Crearea dezvoltarea formularea integrarea	Inventarea înlocuirea modificarea inițierea plănuirea	Producerea proiectarea propunerea rearanjarea transformarea

• **Competențe funcțional-acționare: taxonomia lui Simpson**

<b>Perceperea</b>	Alegerea conectarea descrierea	Detectarea diferențierea discriminarea	distingerea identificarea izolarea	legarea selectarea separarea
<b>Dispoziția</b>	Declararea demararea	demonstrarea explicarea	începerea manifestarea	planificarea pregătirea reacționarea
<b>Răspunsul: ghidat Automatizat</b>	Asamblarea dezasamblarea	Executarea fixarea	măsurarea manipularea	mixarea schițarea
<b>Răspunsul manifestat complex</b>	asamblarea controlarea dezasamblarea	Fixarea manipularea măsurarea	montarea mixarea operarea	organizarea schițarea verificarea
<b>Adaptarea</b>	armonizarea conformarea	coordonarea diversificarea modificarea	racordarea rearanjarea reglarea	reorganizarea revizuirea
<b>Conceperea</b>	Aranjarea comasarea	Combinarea compunerea	conceperea construirea	crearea elaborarea proiectarea

• **Competențe afective - taxonomia lui Krathwohl**

<b>Receptarea</b>	Acceptarea Alegerea	Descrierea identificarea	localizarea recunoașterea	
-------------------	------------------------	-----------------------------	------------------------------	--

<b>Reacția</b>	Aderarea aprobarea	completarea conformarea	expunerea de opinii oferirea de răspunsuri	participarea la discuții raportarea
<b>Valorizarea</b>	Acceptarea argumentarea căutarea completarea dedicarea	demonstrarea descrierea dezbateră diferențierea	explicarea încurajarea justificarea propunerea	renunțarea selectarea susținerea urmarea
<b>Organizarea</b>	abstractizarea aranjarea armonizarea combinarea	compararea dirijarea estimarea evaluarea generalizarea	identificarea integrarea modificarea organizarea partiționarea	pregătirea referirea rezumarea sintetizarea
<b>Caracterizarea</b>	acționarea aprecierea valorică asumarea de sarcini colaborarea	Deservirea dirijarea discriminarea estimarea	evaluarea modificarea practicarea revizuirea	schimbarea soluționarea utilizarea verificarea

- **Strategii didactice** - se listează în conformitate cu demersul lecției:
  - *Forme de organizare:* frontal, individual, în grup, în perechi - pledând pentru „o grupa flexibilă și mobilă a elevilor cu treceri de la activități cu grupuri mari, la acțiuni în grupuri mici, omogene și apoi la activități individuale”
  - *Metode și procedee:* optând pentru îmbinarea armonioasă a metodelor și tehnicilor interactive moderne
  - *Mijloacele didactice:* demonstrative, individuale, distributive; mijloacele elaborate de cadrul didactic se anexează la proiect.
- **Strategii de evaluare** –se vor indica
  - tipul evaluării în contextul ECD ;
  - instrumentariul de evaluarea și produsul(ele) evaluat(e) însoțit(e) de criterii de succes;
  - procedee de autoevaluare/evaluare reciprocă

### *Model de proiectare a demersului didactic*

## **PROIECT DIDACTIC DE SCURTĂ DURATĂ LA DISCIPLINA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI FOTBAL**

**Clasa:** II-a

**Data desfășurării:** ziua\_ luna\_ anul

**Profesor:**

**Tipul lecției:** Lecție de formare a priceperilor și deprinderilor motrice

**Unitatea de conținut:** Elemente și procedee din fotbal

**Subiectul lecției:** Conducerea mingii

**Unități de competență:**

2.9. Aplicarea achizițiilor motrice specifice fotbalului în condiții de joc.

2.10. Încadrarea în activitatea motrică de grup.

**Obiectivele lecției:**

*la sfârșit de lecție elevul va fi capabil:*

O<sub>1</sub>: să identifice factorii cheie la îndeplinirea conducerii mingii în jocul de fotbal;

- O<sub>2</sub>: să distingă formele de conducere a mingii;  
 O<sub>3</sub>: să execute conducerea mingii pe linie dreaptă;  
 O<sub>4</sub>: să coordoneze pozițiile fundamentale și mișcările segmentelor corpului la îndeplinirea conducerii mingii;  
 O<sub>5</sub>: să manifeste interes și implicare în învățarea conducerii mingii.

**Strategii didactice:**

- Forme de organizare: frontal, individual, în perechi, în grup.
- Metode și procedee: explicația, demonstrația, indicația, analiza, metoda învățării separate, exersarea, metoda jocului.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, mingi de fotbal, conuri.

**Bibliografie:**

- Curriculum la disciplina *Educație fizică și fotbal*, clasele I-IV. Chișinău: MECC, 2019
- Ghidul de implementare a curriculumului *Educație fizică și fotbal*, clasele I-IV. Chișinău: MECC, 2019.
- Ghenadie Scurtul, Japalău Vladimir, Bunea Nicolae și alții. *PROIECTUL NOI*. Chișinău 2016.

Etapele lecției	Ob. op.	Conținuturi didactice	Dozarea efortului	Strategii didactice			Recomandări/ indicații metodice
				Forme de organizare	Metode, procedee	Mijloace	
Partea pregătitoare (10-12minute)		Organizarea colectivului de elevi	1-2'	Frontal			
		Anunțarea subiectelor lecției	1'	Frontal	Brainstorming		
		<b>• Exerciții speciale cu mingea de fotbal în mers:</b> - pe vârfuri mingea în ambele mâini sus; - pe călcâi mingea la spate; - pe partea exterioară a tălpii mingea după cap; - pe partea interioară a tălpii mingea sub barbă; - obișnuit cu rotirea mingii în jurul capului; - rotirea mingii în jurul trunchiului; - rotirea mingii în jurul genunchilor; - rostogolirea mingii în jurul picioarelor; - rostogolirea mingii printre picioare; - rostogolirea mingii cu piciorul drept; - rostogolirea mingii cu piciorul stâng.	câte 10 - 12m	Frontal	Demonstrarea Exersarea	Mingi de fotbal de diferite dimensiuni Conuri	Într-un rând pe o linie. Distanța 2 pași între participanți Amplitudă mare Păstrăm posesia balonului în mâini Control eficient a balonului cu piciorul
		<b>• Exerciții speciale în deplasare cu mingea de fotbal:</b> - obișnuit cu aruncarea în sus și prinderea mingii de fotbal; - cu pendularea în urmă a gambei, mingea în mâini întinse înainte; - cu ridicarea înaltă a coapsei, mingea ținută sus; - deplasare cu umărul drept înainte, mingea în fața pieptului; - aceeași umărul stâng înainte;	câte 10 - 12m	Coloane câte 2	Demonstrarea Exersarea	Mingi de fotbal de diferite dimensiuni Conuri	Într-un rând pe o linie câte doi. Distanța 2 pași între participanți Amplitudă mare Păstrăm posesia balonului în mâini

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- cu rostogolirea mingii pe sol cu mâna dreaptă/ stângă/ schimb alternativ al mâinii;</li> <li>- aceeași cu mâna stângă;</li> <li>- aceeași, cu întoarcere spre stânga/ dreapta, cu schimb de direcție.</li> </ul>					Control eficient a balonului cu piciorul
		<p><b>Joc de mișcare:</b>  <b>Atenție la minge:</b> Partenerii din pereche se poziționează cu față unul spre altul la distanța de 3 m. Mingea se află la mijloc între ei. Jucătorii execută sarcinile antrenorului: a se lua de nas, urechi, genunchi etc.. Apoi la indicația învățătorului „MINGE”. Ei trebuie să preia mingea. Câștigă acela care primul preia mingea</p>	3'	În perechi	Metode de joc	Conuri, copete, mingi, pieptărașe	Reacționează la semnalul antrenorului, respectă siguranța în preluare a mingii
Partea de bază (28-30 min)	O1	<p><b>• Tehnica conducerii mingii în jocul de fotbal.</b> Vizionarea unui materialului video</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificarea poziției și mișcărilor segmentelor corpului la îndeplinirea conducerii mingii</li> <li>2. Identifică factorilor – cheie la îndeplinirea procedului</li> <li>3. Identifică varietăți de conducere a mingii</li> </ol>	3'	Frontal	Metoda prin descoperire Analiza Conversațiile Demonstrările	Mijloace TIC Imagini video Mingi de fotbal Fișe didactice	Poziția trunchiului Insuficienta orientare a vârfului spre exterior; Glezna încordată; Poziție înaltă a centrului de greutate; Jucătorul privește doar mingea. Mișcarea segmentelor piciorului la conducere
	O2	<p><b>• Explicarea tehnicii conducerii mingii:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Este un procedeu tehnic des folosit prin care mingea este lovită succesiv cu partea interioară a labei piciorului</li> <li>- În momentul contactului cu mingea vârful piciorului care efectuează conducerea este orientat spre exterior, glezna semirelaxată, genunchiul flexat.</li> <li>- Corpul - ușor aplecat și răsucit în direcția piciorului de sprijin, poziția brațelor fiind cea naturală din alergare.</li> </ul>	2'	Frontal	Explicare Demonstrările	Mingi de fotbal	
	O3	<p><b>• Exerciții speciale pentru controlul mingii de fotbal cu piciorul:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rostogolirea mingii cu contact permanent al părții interioare al labei piciorului drept/ stâng de minge cu întoarcere la 180° spre dreapta;</li> <li>- Aceeași cu întoarcere la 180° spre stânga;</li> <li>- Aceeași cu întoarceri consecutive spre dreapta stânga;</li> <li>- Aceiași cu deplasare umărul drept înainte;</li> <li>- Aceiași cu deplasare umărul stâng înainte;</li> <li>- Aceiași cu deplasare spre înainte;</li> </ul>	5m 3-4 ori fiecare	Individual	Explicare Demonstrările Exersare Metoda învățării separate	Mingi de fotbal Conuri	Control al mingii cu partea interioară a labei piciorului Control fără desprinderi de minge Exercițiul la pas Poziția fundamentală a jucătorului

	O4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Exerciții speciale pentru învățarea tehnicii conducerii mingii:</b></li> <li>- Mers către înainte cu conducerea mingii cu piciorul drept – 3 atingeri a mingii;</li> <li>- Aceiași cu piciorul stâng;</li> <li>- Aceiași cu alternarea picioarelor;</li> <li>- Aceleași exerciții în alergare lentă . În doi, apucat de mâini – unul conduce mingea, al doilea comentează mișcările;</li> <li>- Aceeași - conducerea mingii cu schimbul piciorului de conducere la comanda colegului.</li> </ul>	10m 5-6 ori fiecar e	Individual	Explicare Demonstrare Exersare Metoda învățării integrate	Mingi de fotbal Conuri	Poziția fundamentală a jucătorului Atingeri fine a mingii Conducere cu și fără control vizual Comunicare și coordonare în perechi
	O5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Joc convențional 4X4 pe teren redus</b></li> </ul>	5'	În echipe câte 4	Metoda de joc	Mingi de fotbal Conuri Pieptărașe Poți mobile	Respectarea regulilor Reproducerea tehnicii conducerii cu laba interioară a piciorului Respect pentru coleg și adversar
Partea de încheiere(5)		Revenirea organismului după efort. Totalurile lecției. Sarcina pentru acasă. Aprecierii elevilor	2-3' 2' 1' 1-2'	Frontal	Analiza Observația Aprecierii Autoevaluarea	Fișă de autoevaluare	Sarcina pentru acasă

### 3. REFERINȚE METODOLOGICE ȘI PROCESUALE ALE CURRICULUMULUI LA DISCIPLINA EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI FOTBAL

#### 3.1 Strategii didactice de predare-învățare specifice disciplinei Educație fizică și fotbal

Există diferite clasificări ale strategiilor didactice care au la bază diferite criterii. După criteriul obiectivului operațional prioritar strategiile didactice pot fi repartizate în următoarele clase:

1. Strategii didactice care au ca obiectiv prioritar stăpânirea materiei în termeni de cunoștințe și capacități (strategia conversației euristice, strategia prelegerii problematizate, strategia demonstrației, strategia cercetării, strategia algoritmizării etc.);

2. Strategii care au ca obiectiv prioritar transferul funcțional al cunoștințelor și capacităților dobândite (strategia problematizării, strategia modelării etc.);

3. Strategii care au ca obiectiv prioritar exprimarea personalității elevului (strategia jocului, strategia lucrărilor de laborator, strategia asaltului de idei, strategia dezbaterii problematizate etc.).

Activitatea este un mijloc de formare a competenței. Trebuie reținut faptul că, pentru realizarea acestui deziderat, este necesară aplicarea a mai multor metode. Practica școlară atestă că nici o metodă nu poate fi utilizată ca o rețetă și izolat, ci ca un ansamblu de procedee, acțiuni și operații, care se structurează, în funcție de o serie de factori, într-un grup de activități.

Sistemul metodelor de predare-învățare, specifice procesului de educație fizică include în sine atât metode tradiționale (explicația, indicația, observația, demonstrația, exersarea etc.), cât și metode moderne, cu randament interactiv sporit. Metodele în educația fizică și sport ca un sistem sunt constituite sub următoarea formă:

- metode de instruire propriu-zisă;
- metode de educație;
- metode de corectare a greșelilor de execuție;
- metode de verificare, apreciere și notare;
- metode de refacere a capacității de efort.

Adoptarea unei structuri operativ-acționale a lecției aduce unele reconsiderări privitoare la tipologia lecției. Tipul de lecție poate fi considerat drept un "model" care are sarcina de a reduce un șir de lecții asemănătoare, la o structură mai simplă dar fundamentală, reprezentativă pentru întreaga categorie. Nu există o lecție tip, o lecție - model cu o structură tipică.

Structurile au menirea să indice, să definească doar evenimentele esențiale necesare și posibil de realizat. Marea diversitate a situațiilor de învățare și marea variație a structurilor posibile fac necesară integrarea lor într-o tipologie care prezintă valoarea unui instrument de lucru. Folosirea unei tipologii conferă fiecărei lecții individualitate determinată de locul ei în sistemul de lecții din care face parte.

Trebuie menținută o tipologie relativ simplă, adaptabilă, operațională. Evoluția tipologiei însoțește evoluția obiectivelor specifice procesului de predare și a modalităților de învățare.

Tipurile de lecții sunt clasificate după obiectivele didactice de bază. În educația fizică școlară putem identifica mai multe tipuri de lecții, tipuri de bază fundamentale din care pot genera și alte tipuri.

**1. Lecții introductive** – se organizează la începutul anului școlar pentru a informa elevii cu: scopul activității pentru anul de studii/ module; finalitățile instruirii; reguli de securitate și a cerințelor igienice. Se va completa tabelul nominal de protecție a muncii în 2-3 ex.

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: frontală, individuală.
- Metode și procedee: povestirea, conversația, explicația, demonstrația, indicația.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, proces-verbal.

Model Tabel nominal de protecție a muncii

Nr. tabelului nominal	Numele, prenumele elevului	Semnătura elevului				
		2019-2020	2020-2021	2021-2022	2022-2023	2023-2024

**2. Lecția de familiarizare** – se recomandă aplicarea metodelor interactive și a mijloacelor TIC, proiectarea mijloacelor practice de inițiere în formarea deprinderii și priceperii motrice.

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: frontal, individual, în perechi.
- Metode și procedee: explicația, demonstrația, indicația, metoda învățării separate, exersarea.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, inventar și utilaj sportiv.

**3. Lecția de formare a priceperilor și deprinderilor motrice** – se proiectează mijloace de învățare și formarea deprinderilor.

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: frontală, individuală, în perechi, în grupuri.
- Metode și procedee: explicația, demonstrația, indicația, analiza, algoritmizarea, metoda învățării separate, metoda învățării integrale, exersarea.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportiv.

**4. Lecții de aplicare a cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor motrice** – cu aplicarea mijloacelor complexe și combinate apropiate/ sub forma concurs specific nivelului modulului.

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: frontală, în grupuri.



- Metode și procedee: explicația, demonstrația, indicația, metoda antrenamentului în circuit, metoda de joc, metoda competițională, exersarea.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportiv.

**5. Lecții de refacere/recuperare** - care sunt direcționate spre recuperarea capacității de muncă.  
*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: frontală, individual, în grupuri.
- Metode și procedee: povestirea, explicația, comentariul, demonstrația, indicația, metoda de joc, exersarea, mediatizarea, automasajul.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportiv

**6. Lecții complexe sau mixte** – lecții în care se proiectează mai multe subiecte sau obiective operaționale de diferit nivel.

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: individuală, frontală, în perechi, în grupuri.
- Metode și procedee: explicația, demonstrația, indicația, comentariul, analiza, sinteza, metoda învățării integrale, metoda învățării integrale, metoda de joc, metoda competițională.
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportive.

**7. Lecții de evaluare.**

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: individuală, frontală, în perechi, în grupuri.
- Metode și procedee: explicația, metoda de joc, metoda competițională,
- Mijloace didactice: utilaj, inventar tehnic și sportive, fișe de arbitraj.

**8. Lecții de acumulare a cunoștințelor noi** –proiectarea demersului didactic al lecției poate fi realizat în baza fazelor lecției cadru Evocare-Realizarea sensului-Reflecție- Extindere (ERRE).

*Exemplificarea strategiei didactice:*

- Forme de organizare: frontală, în perechi, în grupuri.
- Metode și procedee: povestirea, explicația, brainstormingul, studiul de caz, problematizarea, demonstrația slide, comentariul, analiza, sinteza,
- Mijloace didactice: fișe didactice, imagini video, TIC, softuri educaționale, tabla interactivă, posterul.

Creșterea calității procesului instructiv-educativ la disciplina „Educație fizică” urmărește perfecționarea metodelor tradiționale, dar și introducerea unor metode și procedee educative moderne. Proiectarea unui demers didactic diferit de cel tradițional dă posibilitatea fiecărui profesor să-și valorifice propria experiență prin utilizarea unor metode moderne într-o abordare interdisciplinară. Formarea competențelor prin intermediul metodelor interactive de predare-învățare-evaluare reprezintă un subiect de mare importanță pentru pedagogia postmodernă, inclusiv pentru domeniul educației fizice, în care apare ca imperativ organizarea procesului educațional la toate nivelurile de învățământ, în manieră interactivă.

**Avantajele metodelor interactive utilizate în lecția de educație fizică:**

- dezvoltă gândirea critică;
- sporesc eficiența lecțiilor, stimulează interesul și curiozitatea elevilor pentru cunoașterea profundă a realității;
- cultivă spiritul de investigație ducând la o motivare superioară învățării;
- solicită o angajare proprie efectivă, o trăire personală a acțiunii;
- apelează la capacitatea elevului de a gândi și a acționa, de a-și dezvolta imaginația și creativitatea.

**Metodele moderne de predare-învățare în lecția de educație fizică vor fi:** descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, tratarea diferențiată, cooperarea, feedbackul etc.

**Metode de predare-învățare interactivă în grup:** metoda predării/ învățării reciproce, metoda învățării pe grupe mici, metoda competițională, metoda schimbării perechii, cubul etc.

*Metode de fixare/ sistematizare a cunoștințelor și de verificare:* harta cognitivă sau harta conceptuală, arborele genealogic, înscrierea spațială, cauze și consecințe, pânza de păianjen, graficul T, două culori etc.

*Metode de rezolvare de probleme prin stimularea creativității:* explozia stelară, interviul de grup, studiul de caz etc.

*Metode de cercetare în grup:* tema sau proiectul de cercetare în grup, experimentul pe echipe, portofoliul de grup etc.

*Rețineți!* Este foarte important ca prin alegerea metodei să se realizeze ambele aspecte ale procesului de învățământ – instruire și educarea.

Activitățile de învățare recomandate evidențiază formarea competențelor specifice ciclului gimnazial și sunt reflectate în continuare prin îmbinarea metodelor specifice educației fizice.

**Activități de învățare recomandate pentru unitatea de învățare  
Fotbal, unitatea de conținut - Conducerea mingii**

Tipul lecției	Metode	Activități ale elevului
<b>Familiarizarea cu elementul conducerii mingii de fotbal</b>	Instruirea prin tehnici TIC Metoda prin descoperire	Identifică pozițiile și mișcărilor segmentelor corpului la îndeplinirea conducerii mingii Identifică factorilor – cheie la îndeplinirea procedurii Identifică varietăți de conducere a mingii
	Discuție dirijată	<i>Identifică greșeli de îndeplinire:</i> - mingea este lovită prea tare - câmpul de vizibilitate redus datorită trunchiului prea aplecat - balansul corpului se află pe verticală în timpul conducerii mingii - privirea jucătorului în timpul conducerii mingii este focalizată asupra mingii
	Discuție dirijată	<i>Explică utilizarea driblingului în timpul jocului</i> - conducerea cu scopul de a iniția o acțiune - conducerea pentru protecția mingii - conducerea pentru deplasare înainte, înapoi, lateral - conducerea mingii cu schimbarea direcției pentru derutarea adversarului
	Metoda algoritimizării și exersării	<i>Exersează:</i> Conducerea mingii, cu un picior sau altul, la diferite distanțe, pe linie dreaptă Conducerea mingii din mers și din ușoară alergare

Tipul lecției	Metode	Activități ale elevului
<b>Formarea priceperilor și deprinderilor motrice specifice conducerii mingii în jocul de fotbal</b>	Brainstorming	Explică tehnică corectă conducerii mingii Exemplifică greșeli frecvente de îndeplinire a conducerii mingii Exemplifică forme de aplicare tactică a conducerii mingii
	Modelarea	Propune și îndeplinește conducerea mingii din diverse poziții față de teren Propune și îndeplinește conducerea mingii prin diverse tipuri de deplasări
		<i>Exersează:</i>

	Activitate prin sarcini de lucru/ joc	Conducerea mingii cu schimbarea alternativă a picioarelor, cu întoarceri de 90° și 180° spre stânga și spre dreapta Conducerea mingii cu ocolire de obstacole, conducerea mingii șerpuit, piruete; Conducerea mingii șerpuit printre ceilalți colegi, din mers și alergare
--	---------------------------------------	--

Tipul lecției	Metode	Activități ale elevului
<b>Aplicarea cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor motrice de conducere a mingii în activități de joc</b>	Descriere Brainstorming Modelare	Interpretează regula conducerii mingii în jocul de fotbal Revizuire tehnici ale conducerii mingii Propune jocuri cu elemente de conducere a mingii.
	Jocul de rol	Practică rolul de lider de joc, organizator de joc, arbitru
	Activitate prin joc	Participă la jocul „Pețișoara cu conducerea mingii”, individual, în perechi etc. Practică conducerea mingii în ștafete: în linie, în zig-zag, cu ocolirea obstacolelor, cu trecere peste obstacole

Tipul lecției	Metode	Activități ale elevului
<b>Aplicarea cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor motrice de conducere a mingii pentru dezvoltarea calităților motrice specifice (viteză, capacități coordinative)</b>	Ciorchine	Specifică calitățile motrice specifice jocului de fotbal Exemplifică calitățile specifice procedurii tehnice Propune exerciții pentru dezvoltarea calităților motrice cu aplicarea conducerii mingii
	Activitate individuală în perechi, în grup.	<i>Execută:</i> Traseu aplicativ: conducerea mingii cu ocolire de obstacole, șerpuit, piruete etc. Start cu conducerea mingii la semnal auditiv sau vizual, cu schimbări de direcție Alergare de suveică cu conducerea mingii

Tipul lecției	Metode	Activități ale elevului
<b>Acumularea cunoștințelor noi</b>	Workshop: schimb de bune practici privind identificarea spațiilor și jocurilor care se pot practica împreună cu prietenii/ familia Sarcini de grup	Identifică importanța practicării exercițiilor fizice în familie Selectează activitățile sportive care pot fi practicate împreună cu familia/ prietenii Promovează modul sănătos de viață prin practicarea jocurilor Creează medii de practicare a jocurilor Feedback-ul din partea colegilor

	Posterul publicitar Proiect: îmbunătățirea stării de sănătate prin participarea regulată la activitățile motrice (în formă grafică/ digitală)	Elaborează posterul publicitar ținând cont de: mărime, aspect atractiv, ilustrativ, motivațional, conținut bine structurat și redactat, succint, termeni descriptivi, concluzie Prezintă posterul sub forma: PowerPoint, imagini, schița etc. Feedback-ul din partea colegilor.
<p style="text-align: center;"><b>Învățare bazată pe sarcini de lucru și a proiectului are următoarele faze ale învățării:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Simularea realității în clasă (jocuri de rol; jocuri de luare a deciziei etc.);</li> <li>2. Explorarea unor acțiuni în situații specifice vieții reale (interviervarea unui specialist; studii de caz etc.);</li> <li>3. Rezultatul activității (prezentare; afiș; fluturaș; poster; buletin informativ; expoziție; portofoliu etc.).</li> </ol>		


### 3.2. Metode și mijloace specifice jocului de fotbal pentru formarea competențelor specifice disciplinei.

În selectarea mijloacelor, metodelor sau formele de organizare și desfășurare a lecțiilor de educație fizică specifice jocului de fotbal, se va ține cont de particularitățile morfo-funcționale ale elevilor respectivi. Activitățile de educație fizică se vor desfășura în orice perioadă a anului, cu precădere în aer liber, în vederea folosirii factorilor naturali ca mijloace de călire. Este recomandabil ca la această vârstă în procesul de învățare să fie angrenați atât băieții cât și fetele în cadrul jocurilor de mișcare, pentru stimularea plăcerii de a se juca cu mingea, chiar și cu piciorul (elemente din fotbal).

#### *La nivelul claselor primare, este prioritar ca jocul de fotbal să fie prezent prin:*

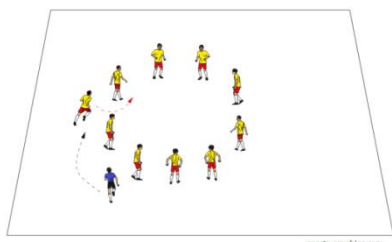
1. Jocuri de mișcare pregătitoare;
2. Dezvoltarea simțului mingii și a plăcerii de a se juca cu mingea prin exerciții de manevrare a mingii;
3. Întreceri sau jocuri (jocuri la o poartă sau două porți; întreceri de genul „cine menține cel mai mult mingea în aer”, „cine marchează mai multe goluri de la 7 m”, sau „cine transmite mai multe mingi pe un culoar”);
4. Procedee tehnico-tactice de bază ale jocului.

Formării deprinderilor motrice, a dezvoltării calităților motrice, imaginației, spiritului de colectiv, etc. la elevii claselor I-IV vor fi bazate pe jocurile de mișcare și diferite întreceri (ștafete):

<p style="text-align: center;"><b>Fura coada șopârlei</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe de culoare galbena și albastre</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Dimensiuni teren: 10x15 m, 2 echipe a câte 6 jucători. Jucătorii echipelor au la spate în sorți o vesta de aceeași culoare care vor fi ”cozile șopârlei”</p> <p><b>Scop:</b> Jucătorii caută să fure concomitent cozile adversarilor. Jucătorul fără coadă iese din joc. Echipă care prima reușește să fure cozile adversarului este învingătoare.</p>

**Indicații metodice:** Copiii trebuie să reacționeze la mișcările adversarului, să se orienteze și să se informeze pe la spate, comunicarea, lucrul individual și în echipă.

### Fii atent la coleg



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Jucătorii formează un cerc cu diametrul de 8-10 m. Jucătorul cu vesta albastră va fi conducător.

Învățătorul va alege un jucător din cerc care trebuie să fie prins de conducător.

**Scop:** Conducătorul va alerga înafara cercului pentru a prinde jucătorul. Jucătorul dacă se așază lângă un coleg ce face parte din cerc, acesta devenind alergător și trebuie să nu fie prins de conducător. Dacă conducătorul a prins jucătorul, aceștia își vor schimba rolurile.

**Indicații metodice:** Jucătorii ce sunt în afara cercului trebuie permanent să gândească și să fie atenți la ceea ce se întâmplă pe teren și să reacționeze corespunzător

### La mijloc



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Se formează cercuri de 6-8 elevi orientați cu fața spre interiorul cercului. Unul din acești elevi are o minge. În interiorul cercului se plasează doi elevi.

**Scop:** La semnalul profesorului, elevul care are mingea o transmite cu piciorul către din elev în elev sau peste centrul cercului, astfel încât cei doi elevi din cerc să nu poată intercepta mingea.

Dacă mingea este atinsă de către unul din cei doi elevi din interiorul cercului, elevul care a lovit ultima minge interceptată intră în locul celui care a intrat în posesia mingii (sau doar a atins-o).

**Indicații metodice:** În funcție de nivelul motric al elevilor, profesorul va interveni asupra mărimii cercului.

### Mingea frige



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

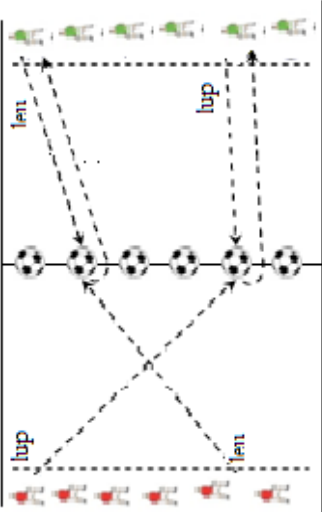
**Organizarea:** Se formează cercuri de 6-8 elevi orientați cu fața spre exteriorul cercului. Unul din elevi are o minge.

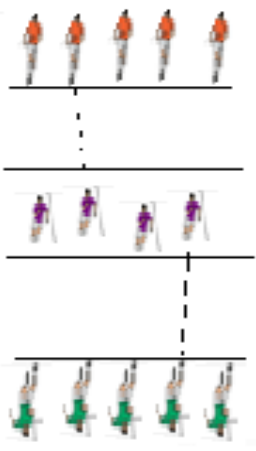
**Scop:** La semnalul profesorului, elevul care are mingea o transmite cu piciorul către unul din elevii de lângă el (1). La un alt semn al profesorului, elevul care este prins cu mingea dacă nu o transmite imediat spre alt elev este penalizat cu un punct. Dacă acesta transmite mingea imediat și elevul următor nu este atent și o primește, acesta este la rândul său penalizat cu un punct.

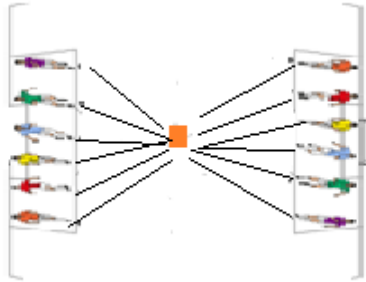
Jocul se reea în sens opus.

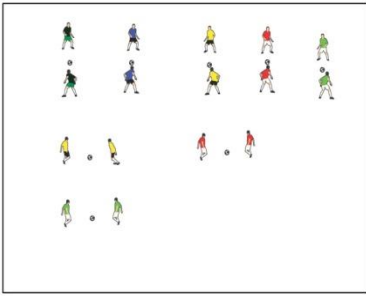
Câștigă elevii care au cele mai puține puncte de penalizare după un timp dinainte stabilit.

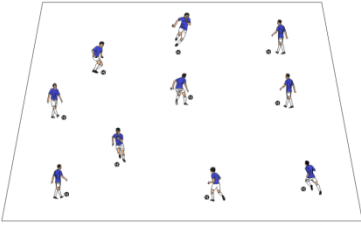
**Indicații metodice:** Se mărește numărul de elevi și astfel se micșorează distanța dintre ei, în funcție de vârsta și nivelul de pregătire al elevilor.

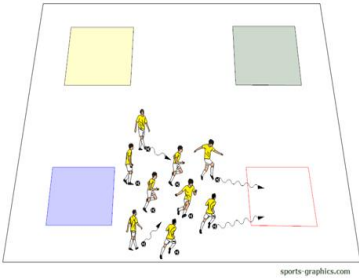

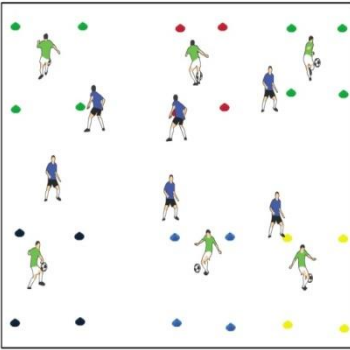
<p><b>Vânătorii la pândă</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Elevii împărțiți în mod egal pe două echipe (de exemplu: roșie și albă), se așează pe două rânduri, față în față, la o distanță de 10 - 15 metri și fiecare elev primește câte un nume al unui animal sălbatic. Aceleași nume vor fi repartizate și elevilor de pe rândul opus. La mijlocul distanței dintre ei se așează 3-5 mingi pe aceeași linie.</p> <p><b>Scop:</b> Profesorul va striga 2-4 nume de animale și indică o echipă (de exemplu: lup, urs, leu, tigru din echipa roșie). Elevii din echipa anunțată care poartă numele animalului strigat, aleargă la mingi, și le conduc, prin lovirea acestora cu piciorul, la echipa lor. În acest timp corespondenții din echipa adversă încearcă să îi prindă și să le ia mingile prin intervenție numai cu piciorul. Ei vor pleca spre adversari numai după ce aceștia au lovit pentru prima dată mingea cu piciorul. După fiecare execuție este indicat să schimbăm echipele care conduc mingea. Numărul de execuții este egal pentru ambele echipe. Câștigă echipa care reușește să ajungă cu cât mai multe mingi la echipa proprie.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Se mărește distanța dintre echipe în funcție de vârsta și nivelul de pregătire al elevilor.</p>	

<p><b>Rațele și vânătorii</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe, con înalt.</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Elevii împărțiți în mod egal pe două echipe (de exemplu: roșie și albă), se așează pe două rânduri, față în față, la o distanță de 12 - 20 metri și se vor numi „vânătorii”. Elevii din una din aceste echipe vor avea la picior câte o minge.</p> <p>La mijlocul distanței dintre cele două echipe se trasează o suprafață de 4 metri în care vor sta 3-6 elevi numiți „rațe”.</p> <p><b>Scop:</b> La semnalul profesorului, „vânătorii” încearcă prin lovirea mingii cu piciorul să atingă una din „rațe”. Dacă „rața” nu a fost lovită și mingea ajunge fără să părăsească spațiul de joc, la un alt „vânător” acesta oprește mingea cu piciorul și încearcă, la rândul său, să lovească o „rață”. Dacă mingea transmisă de „vânător” nu lovește nici o „rață” și nu poate fi oprită de alt „vânător” ieșind din spațiul de joc, mingea este socotită afară din joc și nu se mai poate folosi în acel joc. Dacă o „rață” este lovită, va transmite mingea ușor spre un „vânător” și va părăsi spațiul de joc.</p> <p>Câștigă „vânătorii” dacă reușesc să elimine toate „rațele” și să mai aibă mingi în joc sau câștigă „rațele” dacă în momentul în care nu mai sunt mingi în joc mai sunt „rațe” nelovite.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Se mărește distanța dintre echipe și se micșorează suprafața în care se deplasează „rațele” în funcție de vârsta și nivelul de pregătire al elevilor.</p>	

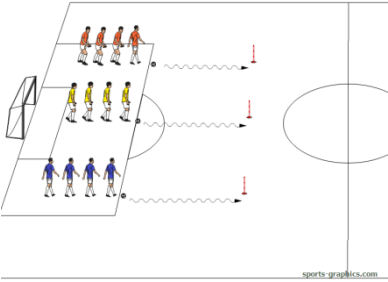
<p><b>Atacul cetății</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe, con înalt.</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Elevii sunt împărțiți în două echipe, egale ca număr, așezați față în față la o distanță de 8-10 metri, fiecare având la picior câte o minge. În fața fiecărei echipe se trasează câte o linie. La mijlocul distanței dintre cele două linii, se trasează o linie mediană pe care, central, se așează o minge mai mare (gymball), un pion sau orice fel de alt obiect cu dimensiuni relativ mari și ușor de deplasat în cazul în care este lovit cu mingile folosite de către elevi, obiect care va fi desemnat drept „cetate”.</p> <p><b>Scop:</b> La semnalul profesorului, fiecare elev transmite mingea cu piciorul către „cetate”, căutând să o deplaseze în terenul advers. După transmiterea mingii, elevii recuperează mingile venite de la adversari.</p> <p>Echipele care reușesc să deplaseze prima „cetate” în terenul advers câștigă</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> În funcție de nivelul elevilor, profesorul va modifica distanța față de „cetate”, astfel încât aceștia să nu își piardă interesul pentru joc.</p>	

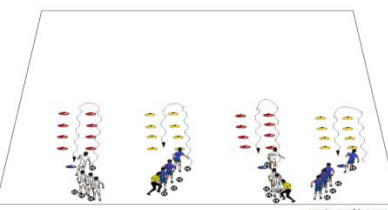
<p><b>Joc în perechi la reacție</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Jucătorii sunt divizați în perechi. Câte o minge la pereche. Partenerii din pereche se poziționează cu față unul spre altul la distanța de 3 m. Mingea se află la mijloc între ei.</p> <p><b>Scop:</b> Jucătorii execută sarcinile antrenorului: a se lua de nas, urechi, genunchi etc.. Apoi la indicația învățătorului „MINGE”. Ei trebuie să preia mingea. Câștigă acela care primește mingea.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Reacționează la semnalul antrenorului, respectă tehnica de preluare a mingii</p>	

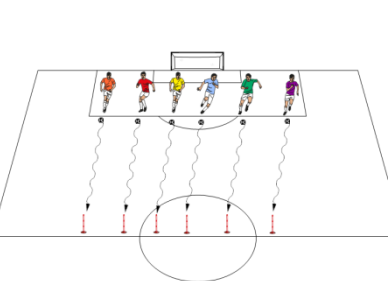
<p><b>Magicianul</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p>
	<p><b>Organizarea:</b> jucătorii au câte o minge în mână. Învățătorul va dicta exerciții și ritmuri.</p> <p><b>Scop:</b> Jucătorii sunt așezați în interiorul cercului și vor executa pașii exercițiului spre înainte sau înapoi, la comanda învățătorului. Jucătorii au în mâini câte o minge și o țin în poziția cerută de antrenor:</p> <p>Mers cu coordonare brațe-picioare braț-picior opus: pe loc; cu înaintare sau retragere.</p> <p>Joc de gleznă cu atenția pe coordonare braț-picior opus: pe loc; cu înaintare sau retragere.</p> <p>Mers cu ridicarea mai accentuată a genunchiului: pe loc; cu înaintare sau retragere.</p> <p>Alergare cu genunchii sus: pe loc; pe înaintare sau retragere.</p> <p>Mers sau alergare cu pendularea în urmă a gambei: pe loc; cu înaintare sau retragere</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> coordonare, atenție la schimbul de ritm și corectitudinea executării mișcărilor.</p>	


<p align="center"><b>“Țările”</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri de diferite culori, copete, mingi, pieptărașe</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Dimensiunea terenului: 20x20 m; Dimensiunile pătratelor din interiorul pătratelor: 4x4 m; Fiecare jucător are o minge și o conduce în teren, printre pătratele marcate. Pătrate marcate l-i se dau nume de tari (de cluburi de fotbal, de culori, etc.).</p> <p><b>Scop:</b> Când antrenorul striga numele unei tari, toți jucătorii caută sa conducă mingea în acel pătrat, cat mai repede posibil. Ultimul jucător sosit în pătrat primește 1 punct de penalitate. Câștigător este cel cu cele mai puține puncte de penalizare.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> ține mingea aproape de tine; încearcă sa atingi mingea de cat mai multe ori posibil; încearcă sa atingi mingea cu ambele picioare; mai multe atingeri ale mingii = mai bun control al ei, mingea trebuie oprita cu talpa.</p>	
<p><b>Conducerea mingii și șut la poartă</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Teren pătrat 8x8 cu poartă plasată pe o latură, ex în desen. Fiecare jucător va fi marcat cu un număr/ culoare, având câte o minge. Porta fără portari/ aparate de portari.</p> <p><b>Scop:</b> Conducerea mingii, prin interiorul pătratului îndeplinind fente la conurile plasate în teren. La indicarea profesorului a unui număr/ culori jucătorul va găsi poarta și va îndeplini șut spre spațiul porții acumulând puncte prin marcarea în poartă. Câștigă jucătorul care va acumula mai multe puncte.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Calitatea fentei, ambidextria, accelerare în spațiul liber ulterior fentei, schimbare de direcție șut la poartă etc.</p>	
<p><b>Pas si preluare cu picior diferit</b></p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p>
	<p><b>Organizarea:</b> Condiții: Jucătorii sunt împărțiți în perechi. Câte o minge pentru fiecare pereche. Distanța dintre jucători: 8 m</p> <p><b>Scop:</b> Sarcina A. Jucătorul 1 pasează jucătorului 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jucătorul 1 lovește mingea cu interiorul piciorului drept (latul)</li> <li>- Jucătorul 2 preia mingea cu interiorul (latul) piciorului stâng</li> </ul> <p>Sarcina B. Jucătorul 2 pasează jucătorului 1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jucătorul 2 lovește mingea cu interiorul piciorului drept</li> <li>- Jucătorul 1 preia și controlează mingea cu interiorul (latul) piciorului stâng, etc.</li> </ul> <p>Varianta: La fel, preluare cu dreptul și pasa cu stângul.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Preluarea: mingea trebuie sa fie preluata în fata ta, dar nu prea mult, in permanent control, menține viteza și după preluarea mingii, la următoarea mișcare. Lovirea cu latul: pasează mingea cu viteza și cu piciorul corect, anticipează bine direcția mingii, urmărește mișcarea piciorului de lovire, lovește mingea in centrul ei, tensionează piciorul.</p>	

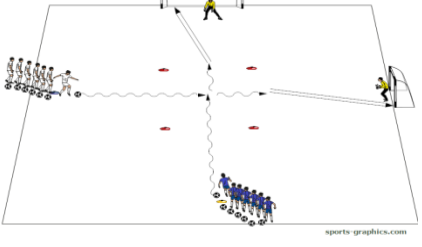


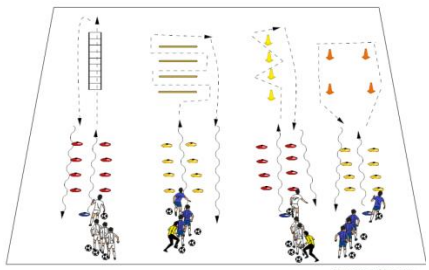
<b>Conducerea mingii in linie</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Aranjarea în coloane. La distanța de 8-10 m - conuri. Fiecare jucător are câte o minge.</p> <p><b>Scop:</b> Deplasare câte unul din fiecare coloană spre conuri și înapoi sub formă de concurs prin executarea elementelor din tehnica individuală, cel care a executat se aranjează în spatele coloanei. Deplasare prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- din alergare ușoară, împingerea mingii cu talpa, alternativ stâng-drept</li> <li>- trage mingea cu talpa orientat lateral</li> <li>- “sita” cu înaintare</li> <li>- trag mingea cu talpa, alternative, orientat cu spatele pe direcția de înaintare. Se executa sub forma de întrecere.</li> </ul>
<b>Indicații metodice:</b> Atragem atenția la corectitudinea executării mișcărilor și la rapiditatea executărilor.	

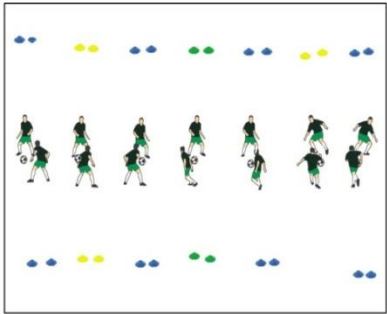
<b>Conducerea mingii prin fente</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizare:</b> Teren 40x40 m segmentat în patru culuare cu lățimea de 4 m.</p> <p><b>Condiții:</b> Conducerea mingii exersând fente prin culuare în două direcții, cu întoarceri. (Fenta Ronaldo, fenta cu schimbarea direcției (Matthew)).</p>
<b>Indicații metodice:</b> îndeplinește corect, atenție la poziția corpului, mâinilor, lucrul de picioare, etc.	

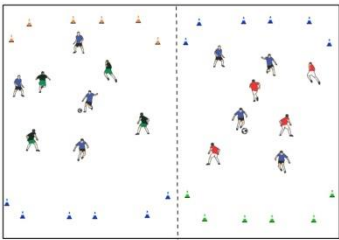
<b>Dribling în linie cu depășire a adversarului din față</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Aranjarea în rând pe o linie. La distanța de 15 m - conuri. La jumătate de distanță un con cu rol de adversar. Fiecare jucător are câte o minge. Se va deplasa cu mingea într-o direcție și alta executând acțiuni de depășire a adversarului.</p> <p><b>Scop:</b></p> <p><b>A.</b> Jucătorii conduc mingea spre conul din față cu exteriorul piciorului drept, după depășire cu celălalt.</p> <p><b>B.</b> Jucătorii executa una din următoarele tehnici în fața conului: “bicicleta” simplă; “elasticul”; fentă de șut și schimb de direcție; trage mingea cu talpa piciorului și trecerea celuilalt picior peste minge; fenta de corp spre stânga și deplasare spre dreapta; fentă cu mingea interior-exterior (duci mingea spre interior și imediat o iei cu exteriorul).</p> <p><b>C.</b> Repetarea exercițiului consecutiv în două/ patru direcții.</p>
<b>Indicații metodice:</b> atenție la poziția corpului, mâinilor, deplasărilor, joc de picioare la fente etc.	

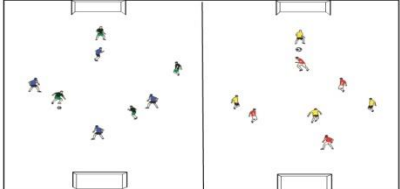
<b>Controlul mingii la semnal</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Patru coloane, față în față câte două la distanța 10-12 m. forma de « + » sau « romb », fiecare jucător are minge.</p> <p><b>Scop:</b> Îndeplinirea exercițiilor din tehnica individuală, pe direcțiile de deplasare înainte/dreapta (înainte/stânga):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- din mers, împingerea mingii cu talpa, alternativ stâng-drept;</li> <li>- “conduc” mingea cu interiorul piciorului, din mers, cu stângul o aduc în dreapta, apoi cu dreptul o aduc în stânga;</li> <li>- împingem mingea cu talpa spre înainte, din ușoară alergare</li> <li>- “sita” cu înaintare;</li> <li>- fenta de șut, oprești mingea cu talpa și o împingi ușor înainte, alternative stâng/dreptul;</li> <li>- orientat cu spatele spre înainte, jucătorul trage mingea cu talpa, alternative stâng/drept, din mers;</li> </ul>
<b>Indicații metodice:</b> executarea mișcărilor cerute de antrenor, reacționare la semnal, capul sus	


<b>«Cinci mingi».</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Două echipe aranjate și marcarea terenului identic cu cea în desen, pătratul din conuri 8m x 8m pentru exersarea fentelor.</p> <p><b>Obiectiv:</b> Jucătorii echipelor vor conduce mingea cu executarea fentei în pătrat urmat de șut pe cadrul porții. Porți aparate de portari. Dacă va găsi spațiul porții echipa va acumula un punct. Echipa câștigătoare va deveni cea care va acumula cinci puncte</p>
<b>Indicații metodice:</b> tehnica execuției fentelor, accelerare și șut în spațiul liber	

<b>Parcursuri aplicative cu elemente de posesie a mingii.</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, bastoane, scărițe, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Pe teren identic sunt amplasate scărița, bastoane, conuri în rând și conuri care formează un pătrat conform reprezentării grafice. Jucătorul conduce mingea prin diferite fente, apoi trecând prin traseu de coordonare.</p> <p><b>Scop:</b> Conducerea mingii cu executarea de fente. Apoi scărița, alergare printre bastoane, zigzag printre conuri și ocolirea lor.</p>
<b>Indicații metodice:</b> atenție la semnalul, poziția corpului, mâinilor, mișcări de picioare, tehnica îndeplinirii elementelor de posesie a mingii etc.	

<b>Joc școală 2x2</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> teren de joc 40x40 m segmentat în 4 terenuri 20x20m. Echipele formează perechi. Fiecare teren va conține 4 mini porți de 2-3m..</p> <p><b>Scop:</b> În sectoare se dispută jocuri 2x2. Pentru a înscrie puncte se vor utiliza acțiuni de depășire a adversarului. Golul este validat pentru traversarea porții. Vor fi considerați învingători jucătorii care au înscris mai multe puncte decât adversarul. La semnalul învățătorului se va face schimb de terenuri și echipe.</p>
<b>Indicații metodice:</b> Acțiuni individuale în atac, posesia, fente, accelerare în spațiul liber ulterior fentei.	

<b>Joc de instruire 4x4 la 6 porți</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Teren de joc - 25x25 m. Pe fiecare parte câte 3 porți din conuri.</p> <p><b>Scop:</b> A marca gol prin deplasare cu mingea întrând în una din porțile adversarului. Sarcina principală este de a marca mai mult decât adversarul. La semnalul învățătorului se vor schimba echipe (2-3 min fiecare). Fiecare echipă concomitent apară 3 porți ale sale și atacă 3 porți a adversarului.</p>
<b>Indicații metodice:</b> Găsirea porților libere pentru a marca puncte, reacționând la poziția adversarului. Este importantă folosirea întoarcerilor, schimb de direcții în situație de joc	

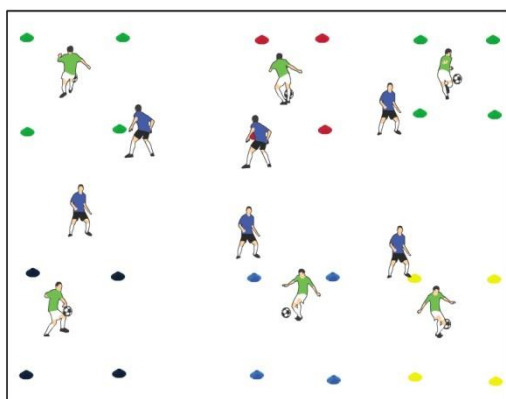
<b>Joc de instruire 4x4 la 2 porți</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Teren cu mărimea de 40x40 metri este divizat în 2 părți – 40x20 m. Joc fotbal în formă liberă.</p> <p><b>Scop:</b> de a lua decizii prin acțiuni individuale în atac, posesia mingii în condiții de joc, executarea fentelor și depășirea apărătorului. Partea finală: lovituri la poartă din penalti (3-4 minute)</p>
<b>Indicații metodice:</b> Joc liber, oferirea posibilităților de a lua decizii de unul singur, dezvoltarea controlului mingii, schimbului de direcție și a driblingului, încurajarea jocului individual	

<b>Joc 4+1 portar, contra 4 cu poarta normala și 2 porți mici</b>	<b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe
	<p><b>Organizarea:</b> Dimensiuni teren: 20/25 m. Jucătorii împărțiți în 4 echipe și se joacă pe 2 terenuri. Un teren cu 4 apărători și un portar cu o poartă normală. Un teren cu 4 atacanți cu două porți mici.</p> <p><b>Sarcina:</b> 4 atacanți caută să înscrie în poarta apărătorilor cu o poartă. Dacă apărătorii recuperează mingea, ei trebuie să înscrie în cele două porți ale terenului atacanților. Aceeași se va îndeplini și dacă atacanții vor recupera mingea de la apărători.</p>

Atacații vor crea situații de 2:1 pe tot terenul, vor păstra 2 oameni pe benzi, cat mai în margine si cat mai în adâncime posibil.  
 Apărători vor închide spațiile de pătrundere.

**Indicații metodice:** Joc liber, oferirea posibilităților de a lua decizii de unul singur, dezvoltarea controlului mingii, schimbului de direcție și a driblingului, încurajarea jocului colectiv

**Reacționează la semnal**



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Pe un perimetru de 20\*20 avem 6 pătrate de 4\*4, cu 6 jucători în interiorul pătratului și fiecare jucător din pătrat are un asistent care va fi în exteriorul pătratului.

**Sarcina:** Pătratele din cele 4 copete se numerotează de la 1 la 4 și la rostirea unui număr din cele 4, jucătorul cu mingea la picior pleacă spre capac. La semnalul antrenorului se schimbă asistentul cu jucătorul din pătrat.

**Indicații metodice:** Conducerea mingii și reacția la semnal.

**Conducerea mingii însoțit de ruperi de ritm și reacție.**



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

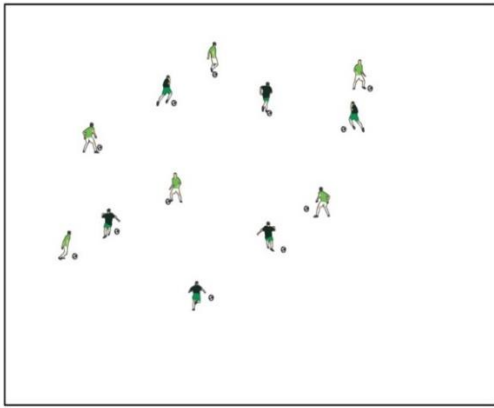
**Organizarea:** Pe un perimetru de 20\*20 divizăm cei 12 jucători în 4 grupuri, cu patru pătrate 8\*8 amplasate la o unul de altul. Cîte 3 jucători în fiecare pătrat, vom avea 3 semnale diferite, la unul din ele se pleacă spre pătratul paralel la al doilea lateral și al treilea pe diagonală.

**Sarcina:** Conducerea mingii în cadrul pătratului, reacționăm la semnal.

**Indicații metodice:** Conducere, reacție și orientare.

**Regele ringului.**

**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

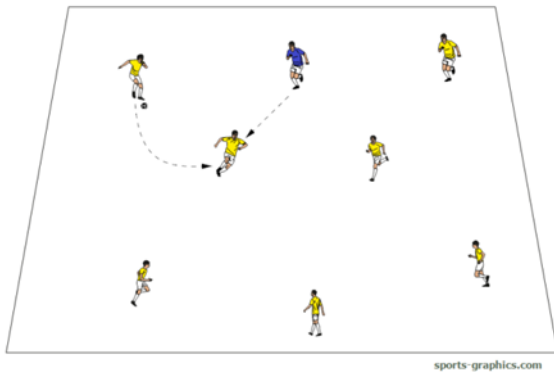


**Organizarea:** Pe un perimetru de 20\*20 fiecare jucător este în posesia unei mingi având în posesie balonul, jucătorii sunt divizați în două echipe, la semnalul antrenorului fiecare din jucători scoate mingea adversarului, la al doilea semnal se opresc din deposedare dar se continuă conducerea mingii  
**Sarcina:** Jucătorii scot din posesie balonul adversarului.

**Indicații metodice:** Reacție, orientare și control a balonului.

**Colaborare și comunicare**

**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

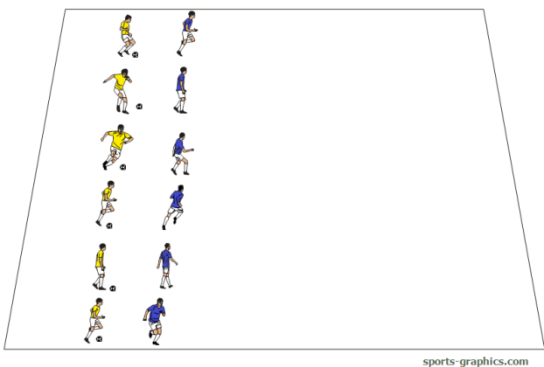


**Organizarea:** un jucător are vesta albastră și este cel care prinde. O singură minge la unul din cei roșii.  
**Condiții:** dimensiuni teren 15x15 m.  
**Sarcina:** Jucătorul albastru este cel care prinde și încearcă să prindă unul din cei roșii care aleargă prin terenul de joc și nu are o minge în mână. Un jucător roșu poate evita să fie prins dacă își pasează de către colegul care are mingea, înainte ca cel albastru să ajungă la el.

**Indicații metodice:** atenție, coordonare, susținerea colegului aflat în dificultate, conlucrarea copiilor, colaborare, luarea deciziilor, socializare etc.

**Rățele și corbii cu mingea**

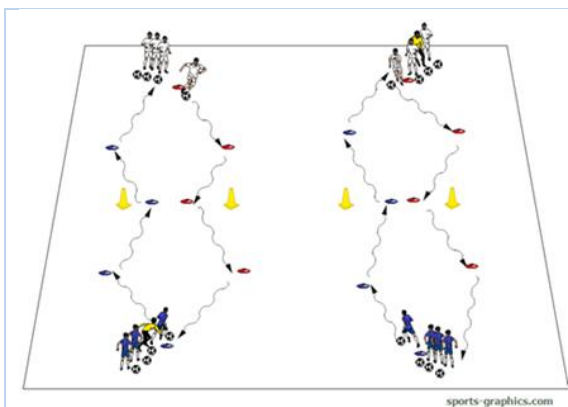
**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe



**Organizarea:** jucătorii au minge la picior și sunt așezați pe 2 linii la 2 m distanță una de cealaltă  
**Condiții:** distanța dintre terenurile de țintă 15 m.  
**Sarcina:** Grupul de jucători este împărțit în două echipe ratele și corbii, care sunt așezați pe 2 linii, spate în spate, la 2 m distanță unii de ceilalți, fiecare cu minge la picior.  
 Antrenorul strigă numele unei echipe și jucătorii trebuie să conducă mingea cât mai repede spre terenul lor de țintă. Cealaltă echipă trebuie să fie foarte atentă și să pornească imediat în urmărirea primilor, pentru a-i prinde. Pentru fiecare jucător prins primește 1 punct echipa respectivă.  
 Jucătorii revin pe pozițiile inițiale și se reia jocul.  
 Varianta:  
 - mai mulți sau mai puțini jucători în una din cele 2 echipe.

**Indicații metodice:** conducerea mingii, reacția la semnal, dezvoltarea vitezei, calități explozive etc.

**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe



**Organizarea:** Teren de 30x30 m. Jucătorii sunt divizați în 4 grupe și situați în coloane vis-a-vis lângă copete. În mijlocul sectorului sunt amplasate două conuri. În fața colanelor sunt amplasate copete de culori distincte.

**Sarcini:** Jucătorii vor conduce spre copetele de culorile stabilite de antrenor. Spre exemplu, cei cu maieuri albastre vor conduce mingea spre copetele albastre și albi respectiv spre copetele albe.

**Indicații metodice:** conducerea mingei, reacția la semnal, dezvoltarea vitezei, calități explozive etc.

**Coordonare combinată cu conducerea mingii.**



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

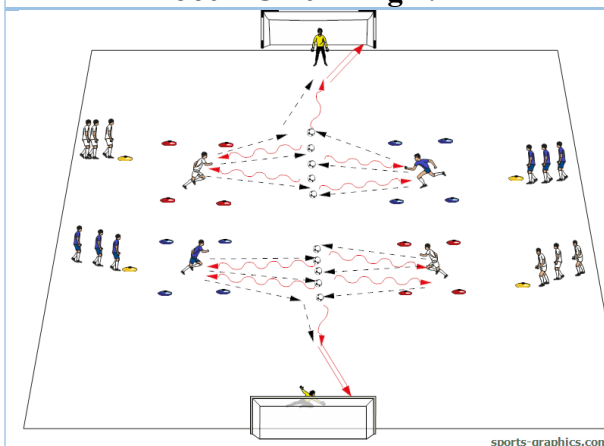
**Organizarea:** Echipa este divizată în două grupuri care se vor situa în aceleași spații ca și în exercițiul precedent.

**Condiții:** Patru coloane de jucători în pătrat. În fața la două coloane pe diagonală sunt plasate figuri geometrice, cercuri și în fața celorlalte două coloane sunt bare din polipropilenă. Lângă fiecare con sunt amplasate câte două mingi.

**Sarcini:** Executarea elementelor de coordonare, preluarea mingii și conducerea până la coloana din diagonală, astfel schimbând coloana de vis-a-vis. La semnalul antrenorului jucătorii vor schimba rolurile (cercuri sau bare).

**Indicații metodice:** Executând elementele de coordonare de atras atenția la poziționarea corpului, a capului și mișcarea mâinilor. În timpul conducerii mingii jucătorii vor ridica privirea pentru evitarea ciocnirilor.

**Joc "Cinci mingi".**



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Echipa este divizată în patru grupuri. Două grupuri exersează la o poartă 5x2 cu portar între buturi, celelalte două similar la poarta opusă.

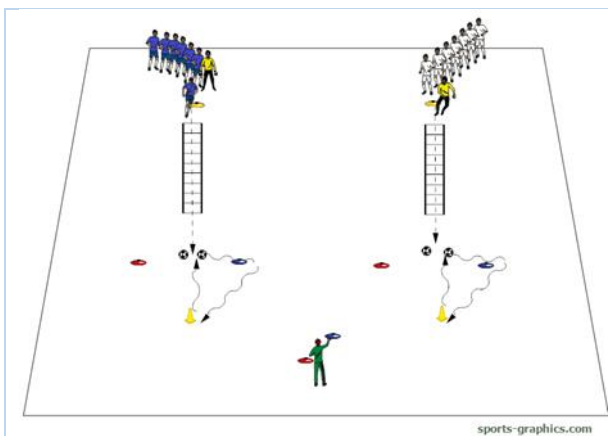
**Condiții:** La o distanță de 10 m de la poartă sunt create 2 pătrate de 5x5 m și între ele sunt 5 mingi. În pătrate vor intra câte un rival.

**Sarcini:** Jucătorii vor sprinta pentru a conduce mingile în pătratul său cu condiția preluării a unei mingi la încercare. Acel care ajunge primul la a cincea minge devine atacant și va avea șansa de a înscrie, iar al doilea este respectiv apărător și-l va împiedica să finalizeze.

**Indicații metodice:** Întoarceri cu mingea, conducerea mingii în viteză, dueluri 1x1. Competiție.

**Concentrație la scăriță / reacție.**

**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe



**Organizarea:** Echipa este divizată în două grupuri. Jucătorii vor fi situați în spatele scăriței la distanță de 3 m.

**Sarcini:** Exersare la scăriță. La ieșire de preluat mingea și conform semnelui antrenorului de condus în direcția prestabilită de culoarea jalonului și la semnalul antrenorului (la ridicarea culorii jalonului) trebuie să conducă mingea.

**Indicații metodice:** Executând elementele la scăriță vom atrage atenția la poziția trunchiului, capului și mișcarea mâinilor. La conducerea mingii privirea va fi ridicată, asigurând controlul mingei



### Selectează ruta și înscrie

**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

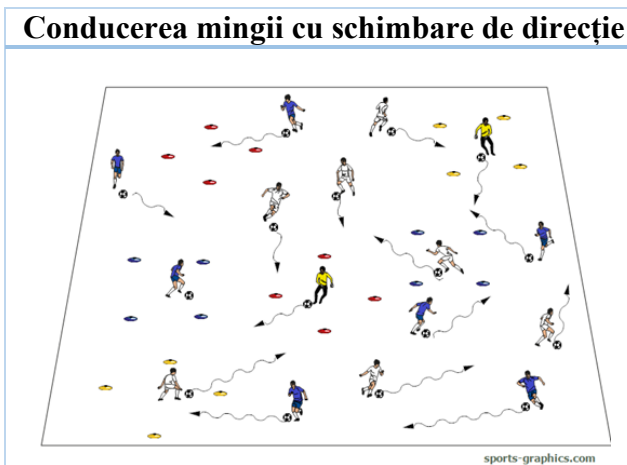
**Organizarea:** Teren de joc 30x30 m în care sunt amplasate două porți standard cu portari. Antrenorul va fi situat între porți cu copetele de diferite culori.

**Condiții:** Două coloane de jucători vor pleca din față cu mingea la picior, vezi desenul.

**Sarcini:** În dependență de culoarea jalonului ridicat de antrenor, fotbalistul va ocoli copetele de culoarea percepută, va conduce în direcția porții cu finalizare prin șut.

**Variante:** Reacționare la semnalul vizual după răsucire, rostogolire. Ștafetă.

**Indicații metodice:** Conducerea mingii cu exteriorul și interiorul labei piciorului, control permanent, privirea ridicată, calitatea șutului la poartă.

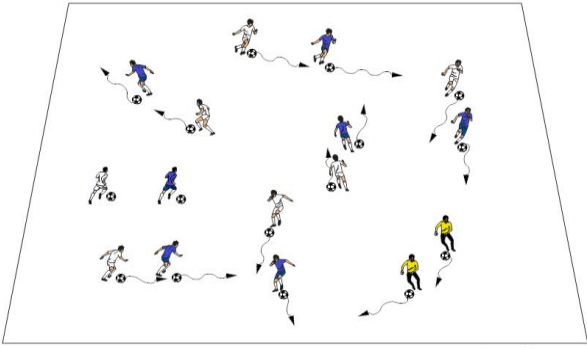


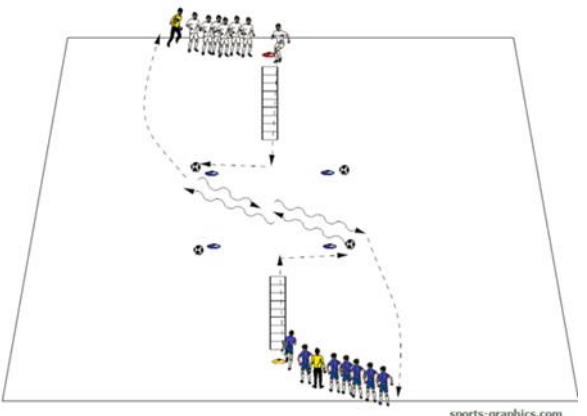
### Conducerea mingii cu schimbare de direcție

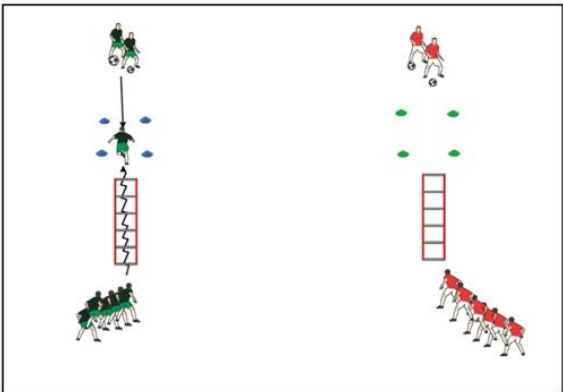
**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Pe terenul cu suprafața 40x30 m sunt marcate pătrate cu laturi de 4 m din copete. Condiții: Conducerea mingii menținând controlul balonului. Intrând în pătrat, fotbalistul va accelera în spațiul liber schimbând direcția (ieșire prin altă latură a pătratului).

**Indicații metodice:** Percepția spațiului de joc, conducerea mingii cu interiorul și exteriorul labei piciorului. Control permanent al mingii. Cap ridicat. Ambidextria. Conducerea spre spațiu liber. Accelerare. Variante: majorarea pătratului și apărător în el.

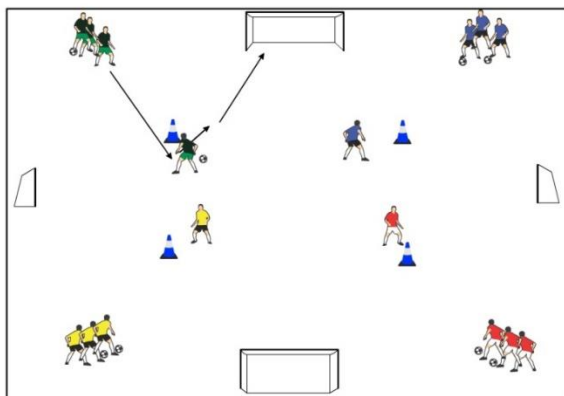
<p style="text-align: center;"><b>Joc «oglină»</b></p>  <p style="text-align: right; font-size: small;">sports-graphics.com</p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p> <p><b>Organizarea:</b> Teren de joc 40x40 m. Se formează perechi.</p> <p><b>Condiții:</b> Două mingi la pereche.</p> <p><b>Sarcina:</b> Un jucător din pereche execută fente al doilea repetând acțiunile. Schimb de roluri.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> schimbare de direcție, fente, poziția corpului, capului, reacția la mișcări.</p>	

<p style="text-align: center;"><b>Elemente de coordonare și conducerea mingii.</b></p>  <p style="text-align: right; font-size: small;">sports-graphics.com</p>	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p> <p><b>Organizarea:</b> teren de joc 25x20 m. Echipa divizată în două formații.</p> <p><b>Condiții:</b> În fața fiecărui grup sunt plasate scărițe și un dreptunghi 10x8m. Câte o minge la copetele dreptunghiului.</p> <p><b>Sarcina:</b> Exersarea elementelor la scăriță, preluarea mingii și driblarea colegului din cealaltă coloană utilizând fente și lăsarea mingii la alt copete alergând în coloana de vis-a-vis.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Elementele de alergare la scăriță nu vor fi grăbite, ci corecte. De atras atenția la mișcarea mâinilor și a picioarelor.</p>	

<p style="text-align: center;"><b>Primirea mingii pentru conducere după executarea elementelor de alergare.</b></p> 	<p><b>Inventar:</b> Conuri, copete, mingi, pieptărașe</p> <p><b>Organizarea:</b> Jucătorii sunt poziționați în două coloane. În fața fiecărei coloane, scăriță. După scăriță la distanța de 5 metri, sunt poziționați câte 2 jucători cu mingi.</p> <p><b>Sarcina:</b> Executarea elementelor de alergare la scăriță, apoi primirea mingii de la jucător, numai în direcția indicată de antrenor, și conducerea mingii spre con. Apoi ocupă locul jucătorului care ia pasat.</p>
<p><b>Indicații metodice:</b> Executarea elementelor de alergare nu rapid, dar calitativ și liber. Primirea mingii în spațiu pentru conducere.</p>	



### Șuturi la poartă după primirea mingii.



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

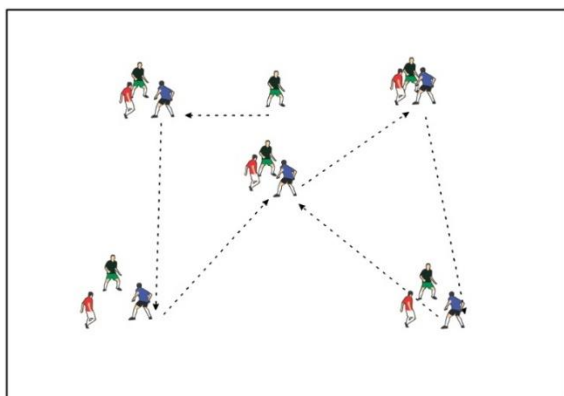
**Organizarea:** Pe teren cu mărimea 20x20 metri, la mijloc din conuri, este marcat un pătrat cu latura de 5m. Pe fiecare parte (latură) a terenului porți (posibilă marcarea din conuri)

**Condiții:** Jucătorii sunt divizați în 4 echipe, și poziționați cum este prezentat în desen.

**Sarcina:** Conducerea mingii, transmiterea mingii partenerului, în zonă. Partenerul primește mingea pentru a suta.

**Indicații metodice:** Prima atingere pentru șut. Primirea mingii cu ambele picioare. Primirea mingii cu partea exterioară a gleznei piciorului.

### Exerciții la atenție.



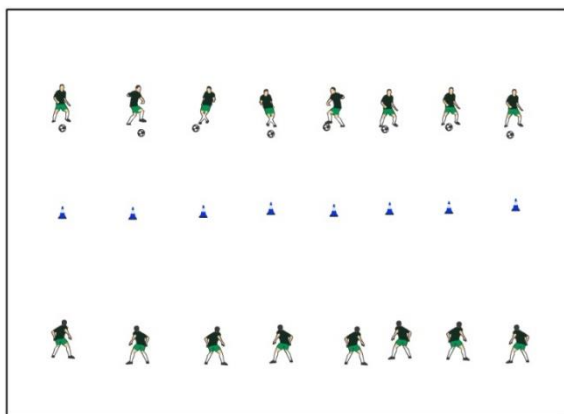
**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Jucătorii sunt divizați în grupe câte 3, în fiecare grup jucătorii sunt îmbrăcați în veste de diferite culori (galben, roșu, verde). Un jucător în plus (singur) – fără grup – conducător.

**Sarcina:** Antrenorul indică culoarea. Jucătorii cu vesta de această culoare, trebuie să se schimbe cu locurile. Conducătorul, în acest moment trebuie să ocupe locul cuiva în grup. Cine a rămas fără grup devine conducător.

**Indicații metodice:** dezvoltarea atenției.

### Joc bowling.



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

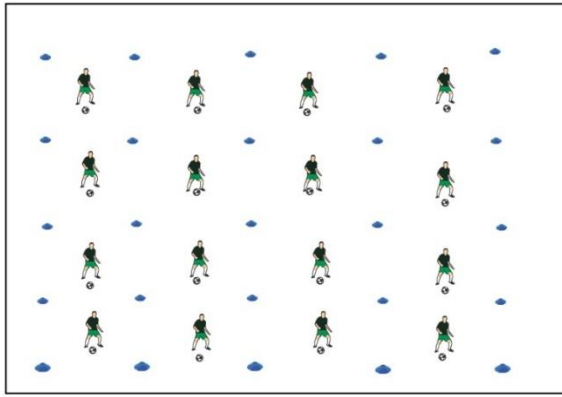
**Organizarea:** Jucătorii în perechi la distanța de 10 m unul de la altul. Între ei la mijloc este plasat un con.

**Sarcina:** A ținti conul, executând transmiterea mingii partenerului.

**Variante:** Executarea transmiterii mingii din 2 atingeri: prima atingere – primirea mingii, a doua atingere – transmiterea mingii.

**Indicații metodice:** Primirea, prima atingere cu direcționarea pentru transmitere, cu piciorul confortabil. Transmiterea (pasa): întoarcerea corectă a gleznei piciorului, plasarea piciorului de sprijin, poziția corpului. Remunerarea primirii mingii cu ambele picioare.

**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe



**Organizarea:** Pe teren cu mărimea 20x20m din jaloane sunt marcate pătrate 4x4 m pentru fiecare jucător.

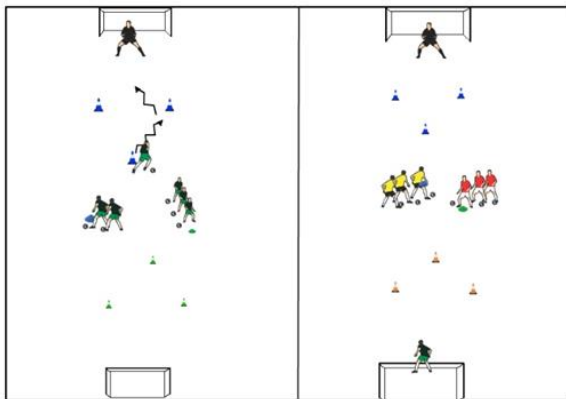
**Condiții:** Cîte un jucător cu mingea în fiecare pătrat.

**Sarcina:** Executarea fentelor și elementelor școlii de fotbal, individual:

- a) controlul permanent a mingii cu partea interioară a gleznei piciorului, stîng și drept;
- b) rostogolirea mingii de la talpă la partea interioară a gleznei piciorului, stîng și drept;
- c) rostogolirea mingii de la talpă la partea exterioară a gleznei piciorului, stîng și drept;
- d) o mică conducere, și preluarea mingii sub sine;
- e) o mică conducere, și preluarea mingii sub sine cu partea interioară a gleznei piciorului;
- f) o mică conducere, și preluarea mingii sub sine cu partea exterioară a gleznei piciorului;
- g) executarea fentelor Ronaldo, Matthew.

**Indicații metodice:** nr. mare de atingeri, controlul mingii, folosirea piciorului stîng și drept.

#### Șut după executarea fentei.



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Teren de joc 40x40 m. împărțit în 2 jumătăți egale. Pe fiecare jumătate cîte o poartă.

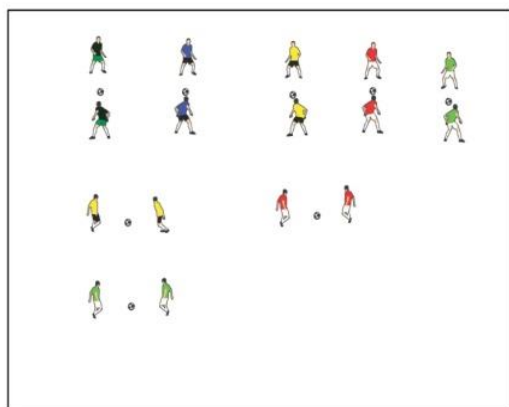
**Condiții:** La distanța de 10 m. de la poartă, sunt plasate conuri, ca în desen. Jucătorii cu mingii sunt amplasați la 20 metri de la poartă.

**Sarcina:** Conducerea mingii spre con, executarea fentei, mișcarea spre al doilea con, executarea fentei, șut la poartă.

**Indicații metodice:** Executarea fentei lent dar calitativ. Folosirea piciorului stîng și drept. Plecarea în spațiu liber după executarea fentei.

#### Exerciții la dezvoltarea balanței.

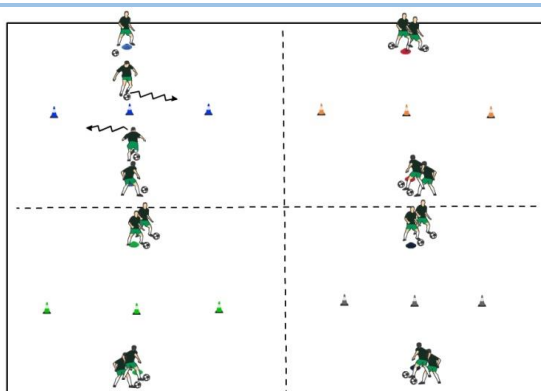
**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe



**Organizarea:** Jucătorii sunt divizați în 2 grupe. O grupă cu mingea, alta fără mingea.

**Sarcina:** Jucătorii fără mingea, pe loc, execută diferite exerciții de balanță, coordonare, agilitate. În acest timp jucătorii cu mingea execută diferite fente, conducând mingea printre jucătorii fără mingea.

**Indicații metodice:** executarea corectă a exercițiilor



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Suprafața de joc 40x40 metri, împărțit în 4 pătrate. În fiecare pătrat, sunt plasate 3 conuri într-o linie la o distanță de 5 metri fiecare și 2 conuri opuse de la conul din centru (se formează o formă de „+”)

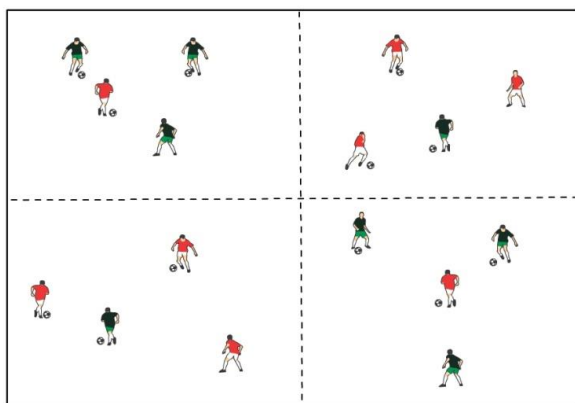
**Condiții:** În fiecare pătrat câte 4 jucători. Jucătorii din pătrat sunt divizați în perechi, câte o minge la fiecare. Jucătorii din pereche se află la conurile opuse.

**Sarcina:** Primul jucător din pereche conduce mingea spre conul central, execută mișcarea înșelătoare, și se mișcă spre conul din dreapta sau stânga.

Partenerul începe concomitent, repetă mișcarea înșelătoare, și se mișcă spre același con spre care a plecat partenerul său.

**Indicații metodice:** Executarea calitativă a mișcărilor înșelătoare. Capul ridicat. Schimb de direcții.

### Joc de-a prinselea cu mingea.



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

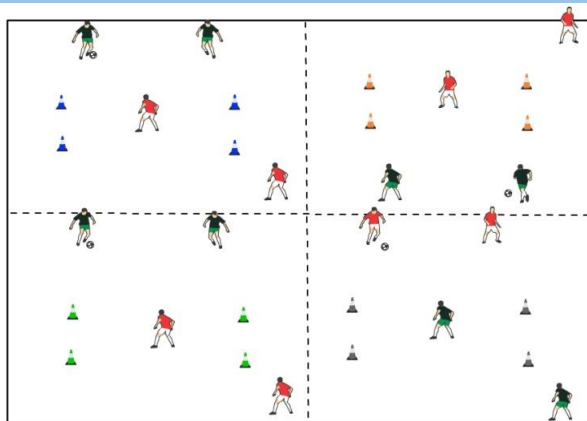
**Organizarea:** Teren cu mărimea 40x40 metri, este împărțit din jaloane în 4 părți.

**Condiții:** În fiecare pătrat câte 4 jucători.

**Sarcina:** Joc de-a prinselea cu mingea. Mingi la 2 jucători, al treilea fără mingea. Jucătorul care prinde, este cu mingea. El trebuie să se atingă de unul din restul jucătorilor, și deja acel prins devine jucător care prinde. Controlul asupra mingii nu trebuie pierdut. Jucătorul fără minge se mișcă și se deschide și se propune pentru pasă.

**Indicații metodice:** Nr. mare de atingeri, mingea permanent sub control, folosirea piciorului drept și stâng. Capul ridicat. Transmiterea mingii.

### Joc «A trece prin zonă».



**Inventar:** Conuri, copete, mingi, pieptărașe

**Organizarea:** Teren cu mărimea 40x40 metri, este împărțit în 4 pătrate. În fiecare pătrat câte 4 jucători. În fiecare pătrat este marcată o zonă 4x3 metri.

**Condiții:** Jucătorii sunt divizați în 2 echipe. O echipă este în calitate de fundași, altă echipă – atacanți. În zonă este poziționat un fundaș. Altul se odihnește și îl schimbă peste 30 secunde.

**Sarcina:** Atacanții încep câte 2 contra unui apărător. Sarcina lor este de a trece prin zona cu fundaș, fără a pierde mingea. Fundașul trebuie să-i deposedeze.

**Indicații metodice:** Conducerea mingii cu partea interioară și exterioară a gleznei piciorului. Transmiterea (pasa) mingii. Luarea deciziei în situația de 2x1. Mingea permanent sub controlul jucătorului. Folosirea piciorului stâng și drept.

### 3.3. Strategiile și instrumentarul de evaluare criterială prin descriptori a rezultatelor învățării. Orientări generale.

Conform Codului Educației al Republicii Moldova, Art. 16 (5), evaluarea rezultatelor învățării în clasele primare este criterială și se efectuează prin descriptori.

Cadrul conceptual al evaluării criteriale prin descriptori (ECD) în învățământul primar este reperat prin următoarele accepțiuni:

**Baza metodologică** a ECD este evaluarea pentru învățare.

**Obiectivul principal** al ECD rezidă în îmbunătățirea rezultatelor obținute individual sau în grup, contribuind la motivarea pentru învățare, la (auto)corectarea greșelilor, prin urmare la o evoluție a dezvoltării personalității școlarului mic.

Fiind subordonat interesului superior al copilului, procesul ECD se fundamentează pe un sistem unitar de principii:

#### **Principii psiho-pedagogice:**

- principiul centrării pe personalitatea celui evaluat (educat), pe caracteristicile sale individuale și de vârstă;
- principiul motivării pentru învățare;
- principiul confidențialității;
- principiul succesului;
- principiul transparenței și participării la procesul evaluării (copil/părinte/ reprezentant legal al copilului).

#### **Principii didactice:**

- principiul relevanței și eficienței;
- principiul integranței procesului educațional de predare-învățare-evaluare;
- principiul priorității autoevaluării;
- principiul flexibilității în alegerea instrumentelor de evaluare;
- principiul corelării evaluării formative cu cea sumativă.

**Produsul școlar** recomandat de Curriculumul Educație fizică reprezintă un rezultat școlar proiectat pentru a fi realizat de către elev și măsurat, apreciat de către cadrul didactic, elevul însuși, colegii și, eventual, părinții.

**Criteriile de evaluare/criterii de succes** sunt seturi de calități importante care se regăsesc în produsele învățării și care trebuie să se prezinte ca un sistem.

**Descriptori de performanță** reprezintă criteriile de evaluare care descriu modul de manifestare a competențelor elevului și permit determinarea gradului de realizare a acestora (minim, mediu, maxim). În conformitate cu nivelul atins, descriptorii permit acordarea de calificative (suficient, bine, foarte bine) Pentru a proiecta procesul evaluării și a elabora instrumente de evaluare, cadrul didactic trebuie să selecteze produsul(ele) relevant(e) din lista celor recomandate de curriculum. Se admite și propunerea unui produs opțional, în corespundere cu unitățile de competență(e) supusă(e) evaluării, prin corelare cu conținutul de învățare și activitățile de învățare – evaluare recomandate.

Strategiile de evaluare se concep astfel încât să solicite elevilor eforturi intelectuale, practice acționale și să-i ajute să se dezvolte și să se modeleze pe plan cognitive, spiritual, psihomotor și afectiv-motivațional.

#### **Strategiile de evaluare pot fi:**

- *instrumentale* – realizate în condiții special create ce presupun elaborarea și aplicarea unor instrumente de evaluare construite pe baza de produse (test însoțit de matrice de specificații și barem de corectare/verificare/apreciere; probă orală, scrisă, practică sau combinată etc.);

- *non-instrumentale* – realizate în circumstanțe obișnuite pe baza observării activității elevilor și a feedback-ului imediat, fără folosirea instrumentelor de evaluare, fiind destinate sensibilizării

partenerilor angajați în proces (cadrul didactic și elevii) la manifestările comportamentului performanțial al elevilor, în vederea prevenirii și combaterii dificultăților și eficientizării procesului didactic.

În procesul educațional la disciplina „Educație fizică și fotbal” profesorul va aplica:

1. *Evaluarea inițială*, care va oferi informații despre situația la începutul predării-învățării.
2. *Evaluarea formativă*, care va susține procesul de formare a competențelor prin oferire de feedback constructiv, pozitiv și prospectiv.
3. *Evaluarea sumativă*, care va constata nivelul atins.

#### **Prioritatea autoevaluării:**

- Autoevaluarea este prioritară evaluării de către cadrul didactic sau colegi.
- Înaintea evaluării de către cadrul didactic și de către colegi, se stimulează elevul pentru autoevaluare.
- Se încurajează colaborarea în echipă, precum și autonomia în învățare și evaluare.
- Cadrul didactic va crea sarcini de autoevaluare și va oferi posibilitatea elevilor de a aprecia produsul muncii lor în raport cu criteriile de evaluare.
- Cadrul didactic asigură și susține procesul de autoevaluare a personalității copilului, dezvoltând individualitatea lui irepetabilă.
- Se ia în considerare particularitățile de vârstă ale elevilor, se ține cont de temperamentul, caracterul lui și se implică în activitatea de evaluare prin acțiuni de autoevaluare.

#### **Evaluarea de către colegi și/sau cadrul didactic a produselor școlare:**

- Cadrul didactic selectează produsul/ produsele recomandate însoțite de criterii de succes.
- Criteriile de succes sunt comunicate într-un limbaj accesibil și explicate elevilor înainte de realizarea produsului sau a probei practice.
- Criterii de succes sunt valide și pentru evaluarea de proces (la fiecare lecție).
- În cadrul lecțiilor, cadrul didactic valorifică produsele școlare în contextul instrumentelor de evaluare.

#### **Corelarea dintre produse, criterii de evaluare și descriptori de performanță (Unitatea de învățare Fotbal clasa III-a)**

Unități de competență	Produse recomandabile	Criterii de evaluare	Tipuri de evaluare	Descriptori de performanță Elevul realizează produsul școlar:
<b>Reproducerea elementelor și procedeele tehnice specifice jocului de fotbal</b>	Conducerea mingii cu ocolirea obstacolelor	C1. Respectă poziția fundamentală C2. Respectă succesiunea îndeplinire actelor motrice C3. Îndeplinește tehnic corect elementul C4. Manifestă capacități de orientare în spațiu C5. Respectă reguli de îndeplinire	Inițială/ Formativă	<b>Independent:</b> corect, complet, coerent, fără ezitări <b>Ghidat:</b> cu greșeli mici, cu incompletitudini mici, cu ezitări mici ghidat. <b>Cu mai mult sprijin:</b> cu greșeli, incomplet, cu mai mult sprijin, nesigur.

#### **Instrumente de monitorizare a performanțelor:**

- Pot fi considerate: registre de înregistrare a performanțelor; fișe de observare; fișe de evaluare; scale de evaluare; diagrame de monitorizare a performanțelor; fișe de monitorizare a progresului; agende; seturi de întrebări; interviul; chestionarul; ghidul de conversație/planul de dezbatere; protocolul de observare; liste/inventare de control/raportare; portofoliul; studiul de caz; grila de

observare/evaluare; lista de control/de verificare; scara/scala de clasificare a performanțelor individuale ale elevului.

- Se vor distinge, în sensul prezentei Metodologii, două tipuri de instrumente:
  - Instrumente de monitorizare ale cadrului didactic
  - Instrumente de monitorizare ale elevului
  - MECD accentuează principiul flexibilității în alegerea instrumentelor de monitorizare a performanțelor.
- Se recomandă abordarea personalizată a instrumentelor de monitorizare, corespunzător stilului de predare, temperamentului, modalităților de lucru cu diverse dispozitive precum și cu respectarea propriului ritm de lucru.

### **Metode și tehnici de evaluare**

Metodele utilizate în activitatea de evaluare sunt diverse, în ultima perioada făcându-se distincție între metodele **tradiționale**, denumite astfel datorita faptului ca au fost consacrate în timp și sunt utilizate cel mai frecvent și **metodele complementare** care s-au impus în practica școlară mai ales în ultimii ani.

**Autoevaluarea** este o metodă prin care se urmărește construirea imaginii de sine a elevului, care astfel nu se mai reduce la judecățile de evaluare emise de către profesor.

Este folosită cu scopul de a-i ajuta pe elevi să-și cunoască dimensiunile propriei personalități și manifestările comportamentale, având totodată multiple implicații în plan motivațional și atitudinal. Ajută elevul să conștientizeze progresele și achizițiile, să-și raporteze performanțele la exigențele și sarcinile învățării, să-și elaboreze un stil propriu de muncă. Pentru a-și îndeplini rolul, este necesar ca elevul să aibă o serie de puncte de referință / criterii în baza cărora să procedeze la autoevaluarea diverselor aspecte ale devenirii sale.

**Fișa de evaluare** este un formular de dimensiunea unei coli de hârtie A4 sau A5 (în funcție de numărul și complexitatea sarcinilor programate), pe care sunt formulate diverse exerciții și probleme ce urmează a fi rezolvate de elevi în timpul lecției, de regulă după predarea de către profesor a unei secvențe de conținut și învățarea acesteia, în clasă, de către elevi.

În aceste condiții, fișa de evaluare se folosește, mai ales, pentru obținerea feedback-ului de către profesor, pe baza căruia el poate face precizări și completări, noi exemplificări etc., în legătură cu conținutul predat.

**Observarea sistematică** (înțeleasă ca metodă de cunoaștere a elevului sub diverse aspecte) poate fi folosită și ca metodă de *evaluare*, cu condiția să respecte aceleași *cerințe psihopedagogice*, ca și în cazul unei cercetări (investigații) pe o temă dată: să aibă *obiective clare* (exemplu: stimularea interesului elevilor pentru o anumită disciplină; ameliorarea rezultatelor școlare; creșterea caracterului aplicativ al predării și învățării); să se efectueze *sistematic*, pe o perioadă mai îndelungată (semestru sau an școlar); să se *înregistreze operativ*, într-o fișă specială sau într-un caiet, rezultatele observării.

Obiectul observării îl constituie: activitatea elevilor, comportamentul lor, produsele unor activități realizate în conformitate cu cerințele programelor școlare sau combinație a lor.

La începutul semestrului, profesorul stabilește lista de teme pe care elevii urmează să le abordeze cu ajutorul investigației, perioada investigației, modul de lucru, de prezentare și de valorificare a rezultatelor. Investigația se poate realiza individual sau colectiv.

Este de preferat ca rezultatele să fie analizate cu clasa de elevi, pentru ca profesorul să poată formula observații, aprecieri și concluzii. Pe baza analizei activității elevilor și a rezultatelor obținute de ei în cadrul investigației, profesorul poate acorda note, valorificând, în felul acesta, funcția evaluativă a investigației.

**Proiectul** are, de asemenea are un rol pentru învățarea unor teme mai complexe, care se pretează la abordări pluridisciplinare, interdisciplinare și transdisciplinare sau ca metodă de evaluare (pe parcursul instruirii sale) sumativă. Cu ajutorul lui elevii, pot face dovada că au capacitatea de a investiga un subiect dat, cu metode și instrumente diferite, folosind cunoștințe din diverse domenii.

Ca și în cazul investigației, profesorul stabilește lista temelor de proiect, perioada de realizare și-i inițiază pe elevi sau pe studenți asupra etapelor și a tehnicilor de lucru (individual sau colectiv). Elevii trebuie să fie orientați și îndrumați și (eventual) sprijiniți de profesor în colectarea datelor necesare (potrivit temei alese sau repartizate), iar pe parcursul realizării proiectului să beneficieze de consultații și de evaluări parțiale.

**Portofoliul** reprezintă un instrument de evaluare complet, care include rezultatele relevante obținute de elev și nu este obligatoriu. În portofoliu sunt înregistrate rezultatele la produsele evaluabile, participarea la competiții sportive, precum și sarcini specifice pentru educație fizică. El reprezintă un mijloc de valorizare a muncii elevului și un factor de dezvoltare personală a acestuia.

**Evaluarea cu ajutorul TIC** (*tehnologii ale informării și comunicării*). Utilizat în evaluare, calculatorul le oferă, atât profesorilor cât și elevilor, o mare diversitate de modalități.

Spre deosebire de metodele de evaluare tradiționale, evaluarea cu ajutorul calculatorului este debarasată de orice elemente de subiectivism, ca și de emoțiile care-i însoțesc pe cei mai mulți dintre elevi la verificările curente.

Se schimbă, deci, însuși raportul profesor-elev, prin creșterea încrederii elevilor în obiectivitatea profesorilor.

Mai mult, elevii înșiși se pot autoevalua pe parcursul muncii independente pe care o depun zilnic, beneficiind de feedback-ul atât de necesar unei învățării eficiente și performante.

Acest proces permite studiul pe bază de experiență care, asociat cu utilizarea materialului imprimat pe calculator, îi oferă elevului un mod interactiv de construire și asimilare a noilor cunoștințe, concomitent cu posibilitatea de a verifica dacă ceea ce a învățat este corect sau nu.

*Produse și criterii de succes la disciplina Educație fizică și fotbal cl. I – IV-a*

<b>CLASA I-a</b>	
<p><b>P1. Exerciții de front și formații</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cunosc diferite forme de aranjare, mișcări și deplasări de front și formații.</li> <li>2. Execut exercițiile de front și formații la comanda învățătorului.</li> <li>3. Mă încadrez în activitatea de grup.</li> <li>4. Respect regulile de acțiune (interval, direcție etc.).</li> <li>5. Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>	<p><b>P2. Exerciții pentru dezvoltarea deprinderilor motrice de bază și cu caracter aplicativ (cu elemente de posesie a mingii de fotbal).</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Înțeleg/ explic exercițiul.</li> <li>2. Execut exercițiul.</li> <li>3. Respect regulile de securitate.</li> <li>4. Manifest insistență și interes.</li> </ol>
<p><b>P3. Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă cu minge</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cunosc pozițiile inițiale.</li> <li>2. Reproduc mișcările segmentelor corpului.</li> <li>3. Respect regulile de securitate.</li> <li>4. Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>	<p><b>P4. Elemente acrobatice (echilibru în diferite poziții cu ținerea mingii în două mâini)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identific și reproduc elementul.</li> <li>2. Recunosc pozițiile și mișcările corpului.</li> <li>3. Păstrez echilibrul.</li> <li>4. Fixez poziția finală.</li> <li>5. Respect regulile de securitate.</li> <li>6. Manifest curaj.</li> </ol>
<p><b>P5. Complex de gimnastică ritmică și dans cu minge de fotbal.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identific pozițiile de bază.</li> <li>2. Reproduc pașii și mișcările de brațe în ritmul propus.</li> <li>3. Coordonez pașii și mișcările de brațe.</li> <li>4. Respect regulile de securitate.</li> </ol> <p>Manifest interes și disponibilitate.</p>	<p><b>P6. Lovirea mingii de fotbal de pe loc spre poarta</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Înțeleg tehnica de execuție</li> <li>2. Respect poziția fundamentală.</li> <li>3. Îndeplinesc corect procedeul</li> <li>4. Manifest precizie în direcționarea mingii.</li> <li>5. Respect reguli de îndeplinire a procedeului.</li> </ol>



<p><b>P7. Jocuri de mișcare/ ștafete cu elemente din fotbal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Înțeleg regulile jocului/ ștafetei.</li> <li>2. Mă încadrez în activitatea de joc, în rolul propus.</li> <li>3. Acționez și colaborez cu colegii.</li> <li>4. Respect regulile de securitate.</li> <li>5. Manifest respect pentru adversar.</li> </ol>	
--	--

### CLASA II-a

<p><b>P1. Exerciții de front și formații</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cunosc diferite forme de aranjare, mișcări și deplasări de front și formații.</li> <li>2. Execut exercițiile de front și formații în ritm susținut.</li> <li>3. Mă încadrez în activitatea de grup.</li> <li>4. Respect regulile de acțiune (interval, direcție etc.).</li> <li>5. Manifest atenție și coordonare.</li> </ol>	<p><b>P2. Exerciții pentru dezvoltarea deprinderilor motrice de bază și cu caracter aplicativ (cu elemente de posesie a mingii de fotbal.)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Înțeleg/ explic exercițiul.</li> <li>2. Execut exercițiul.</li> <li>3. Respect regulile de securitate.</li> <li>4. Manifest insistență și interes.</li> </ol>
<p><b>P3. Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă cu minge</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cunosc pozițiile inițiale și mișcările segmentelor corpului.</li> <li>2. Reproduc corect și în ritm exercițiile.</li> <li>3. Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>	<p><b>P4. Echilibru din stând pe un picior cu mingea în ambele mâini</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Recunosc pozițiile de echilibru într-un picior.</li> <li>2. Reproduc elementele.</li> <li>3. Păstrez echilibrul și coordonarea mișcărilor.</li> <li>4. Respect regulile de securitate.</li> <li>5. Manifest curaj.</li> </ol>
<p><b>P5. Elemente acrobatică</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Recunosc elementele și pozițiile inițiale.</li> <li>2. Reproduc elementele.</li> <li>3. Păstrez echilibrul și coordonarea mișcărilor.</li> <li>4. Fixez poziția finală.</li> <li>5. Respect regulile de securitate.</li> <li>6. Manifest curaj.</li> </ol>	<p><b>P6. Complex de gimnastică ritmică și dans cu minge</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Respect pozițiile de bază.</li> <li>2. Reproduc coordonat pașii și mișcările de brațe în ritmul și tempoul propus.</li> <li>3. Respect regulile de securitate.</li> <li>4. Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>
<p><b>P7. Conducerea mingii cu ocolirea obstacolelor</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Înțeleg tehnica de execuție.</li> <li>2. Respect poziția fundamentală.</li> <li>3. Îndeplinesc corect elementul.</li> <li>4. Manifest control asupra mingii.</li> <li>5. Respect reguli de îndeplinire a procedurii.</li> </ol>	<p><b>P8. Jocuri de mișcare/ ștafete cu elemente din fotbal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Înțeleg regulile jocului/ ștafetei.</li> <li>2. Mă încadrez în activitatea de joc, în rolul propus.</li> <li>3. Acționez și colaborez cu colegii.</li> <li>4. Respect regulile de securitate.</li> <li>5. Manifest respect pentru adversar.</li> </ol>

### CLASA III-a

<p><b>P1. Exerciții de front și formații</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cunosc diferite forme de aranjare, mișcări și deplasări de front și formații.</li> <li>2. Execut exercițiile de front și formații</li> </ol>	<p><b>P2. Parcursuri aplicative cu elemente din fotbal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Îndeplinesc exercițiile succesiv, tehnic corect.</li> </ol>
---	--

<p>în ritm susținut.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Mă încadrez în activitatea de grup.</li> <li>Respect regulile de acțiune (interval, direcție etc.).</li> <li>Manifest atenție și coordonare.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Demonstrez capacități de depășire a obstacolelor.</li> <li>Execut eficient traseul.</li> <li>Respect regulile de securitate.</li> <li>Manifest insistență și interes.</li> </ol>
<p><b>P3. Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă cu mingea</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cunosc exerciții pentru brațe, trunchi, picioare.</li> <li>Reproduc corect și în ritm exercițiile.</li> <li>Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>	<p><b>P4. Elemente acrobatice</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cunosc/ descriu elementele, pozițiile inițiale și finale.</li> <li>Îndeplinesc tehnic elemente acrobatice.</li> <li>Păstrez echilibrul și coordonarea mișcărilor.</li> <li>Asigur partenerului la îndeplinire.</li> <li>Respect regulile de securitate.</li> <li>Manifest curaj.</li> </ol>
<p><b>P5. Complex de gimnastică ritmică și dans cu elemente din fotbal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Respect pozițiile de bază.</li> <li>Coordonez pașii cu mișcările de brațe.</li> <li>Reproduc armonios complexul în ritmul și tempoul propus.</li> <li>Respect regulile de securitate.</li> <li>Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>	<p><b>P6. Dans popular</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cunosc tipuri de dans.</li> <li>Respect pozițiile de bază.</li> <li>Coordonez mișcările de brațe cu pașii.</li> <li>Reproduc armonios mișcările după ritm.</li> <li>Respect regulile de securitate.</li> <li>Manifest interes și disponibilitate.</li> </ol>
<p><b>P7. Alergare de viteză</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Respect poziția startului de sus.</li> <li>Îndeplinesc comenzile.</li> <li>Alerg cu viteză maxim posibilă pe linie dreaptă.</li> <li>Ajung la finiș.</li> </ol>	<p><b>P8. Alergare în tempo moderat</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Respect tehnica securității la startul în grup.</li> <li>Păstrez ritmul moderat de deplasare și al respirației.</li> <li>Parcurg distanța în întregime.</li> </ol>
<p><b>P9. Oprirea și lovirea mingii de fotbal cu laba interioară a piciorului</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Respect poziția fundamentală.</li> <li>Respect tehnica de posesie a mingii.</li> <li>Manifest control al mingii cu piciorul.</li> <li>Aplic elementul în activitatea de joc.</li> <li>Respect reguli de îndeplinire a tehnicii.</li> </ol>	<p><b>P10. Jocuri de mișcare/ ștafete cu elemente din fotbal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cunosc/ descriu regulile jocului/ ștafetei.</li> <li>Mă implic în organizarea și arbitrarea jocului/ ștafetei.*</li> <li>Mă încadrez în activitatea de joc conform regulilor.</li> <li>Manifest respect pentru adversar.</li> </ol>
<p><b>P11. Calități și capacități motrice de bază</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Identific importanța calităților motrice pentru dezvoltarea propriului organism.</li> <li>Îndeplinesc testul motric.</li> <li>Demonstrez calități motrice de bază apropiate standardelor de eficiență.</li> <li>Respect regulile de securitate.</li> </ol>	

#### CLASA IV-a

<p><b>P1. Exerciții de front și formații</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cunosc diferite forme de aranjare, mișcări și deplasări de front și formații.</li> </ol>	<p><b>P2. Parcurhuri aplicative cu elemente din fotbal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Îndeplinesc exercițiile succesiv și tehnic</li> </ol>
--	---

<p>2. Execut exercițiile de front și formații în ritm susținut.</p> <p>3. Mă încadrez în activitatea de grup.</p> <p>4. Respect regulile de acțiune (interval, direcție etc.).</p> <p>6. Manifest atenție și coordonare.</p>	<p>corect de posesie a mingii.</p> <p>2. Demonstrez capacități de depășire a obstacolelor.</p> <p>3. Execut eficient traseul.</p> <p>4. Respect regulile de securitate.</p> <p>5. Manifest insistență și interes.</p>
<p><b>P3. Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă cu mingea</b></p> <p>1. Cunosc/ creez* exerciții pentru brațe, trunchi, picioare.</p> <p>2. Reproduc corect și în ritm exercițiile.</p> <p>3. Comentez mișcările.</p> <p>4. Manifest interes și disponibilitate.</p>	<p><b>P4. Elemente acrobatice</b></p> <p>1. Cunosc/ descriu elementele, pozițiile inițiale și finale.</p> <p>2. Respect tehnica îndeplinirii.</p> <p>3. Păstrez echilibrul și coordonarea mișcărilor.</p> <p>4. Ajut și asigur partenerul la îndeplinire.</p> <p>5. Respect regulile de securitate.</p> <p>6. Manifest curaj și insistență.</p>
<p><b>P5. Complex de gimnastică ritmică și dans cu mingea de fotbal</b></p> <p>1. Respect pozițiile de bază.</p> <p>2. Coordonez pașii cu mișcările de brațe.</p> <p>3. Reproduc grațios complexul în ritm și tempou variat.</p> <p>4. Respect regulile de securitate.</p> <p>5. Manifest interes și disponibilitate.</p>	<p><b>P6. Dans popular</b></p> <p>1. Cunosc tipuri de dans.</p> <p>2. Respect pozițiile de bază.</p> <p>3. Coordonez mișcările de brațe cu pașii.</p> <p>4. Reproduc armonios mișcările după ritm.</p> <p>5. Respect regulile de securitate.</p> <p>6. Manifest interes și disponibilitate.</p>
<p><b>P7. Alergare de viteză</b></p> <p>1. Respect poziția startului de sus.</p> <p>2. Îndeplinesc comenzile.</p> <p>3. Alerg cu viteză maxim posibilă pe culoar.</p> <p>4. Ajung la finish.</p>	<p><b>P8. Alergare în tempo moderat</b></p> <p>1. Respect tehnica securității la startul în grup.</p> <p>2. Păstrez ritmul moderat de deplasare și de respirație.</p> <p>3. Manifest rezistență și parcurg distanța în întregime.</p>
<p><b>P9. Săritura în lungime de pe loc</b></p> <p>1. Respect poziția inițială.</p> <p>2. Îndeplinesc tehnic corect.</p> <p>3. Mențin echilibrul.</p> <p>4. Respect regulile de securitate.</p>	<p><b>P10. Aruncarea mingii mici la țintă</b></p> <p>1. Respect poziția corectă a corpului.</p> <p>2. Arunc corect mingea.</p> <p>3. Nimeresc ținta.</p> <p>5. Respect regulile de securitate.</p>
<p><b>P11. Rezolvarea situațiilor tactice de supranumeric 2X1.</b></p> <p>1. Cunosc acțiunea.</p> <p>2. Îndeplinesc tehnic corect elementele din acțiune.</p> <p>3. Colaborez cu colegul.</p> <p>4. Manifest inițiativă în depășire a adversarului.</p> <p>5. Manifest respect față de coleg/ adversar.</p>	<p><b>P12. Jocuri de mișcare/ ștafete specifice jocului de fotbal</b></p> <p>1. Cunosc/ descriu/ prezint regulile jocului/ ștafetei.</p> <p>2. Mă implic în organizarea și arbitrarea jocului/ ștafetei.*</p> <p>3. Mă încadrez în activitatea de joc conform regulilor.</p> <p>4. Manifest respect pentru adversar.</p>
<p><b>P13. Echipamentul turistic</b></p> <p>1. Recunosc inventarul turistic.</p> <p>2. Utilizez corect inventarul turistic.</p> <p>3. Respect regulile de comportament în excursie.</p>	<p><b>P14. Orientare după elementele naturii</b></p> <p>1. Recunosc mijloace de orientare după elementele naturii.</p> <p>2. Aplic mijloacele de orientare în condiții speciale și în natură.</p> <p>3. Respect regulile de comportament în excursie.</p>

<p><b>P15. Calități și capacități motrice de bază</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explic importanța calităților motrice pentru dezvoltarea propriului organism.</li> <li>2. Îndeplinesc testul motric.</li> <li>3. Demonstrez calități motrice de bază apropiate standardelor de eficiență.</li> <li>4. Respect regulile de securitate.</li> </ol>	
--	--

*Grilă de evaluare (pentru profesor). Unitatea de învățare Fotbal, Produsul – Conducerea mingii cu ocolirea obstacolelor*

Nr. cr.	Numele, prenumele	Criterii de evaluare				
		Înțelege tehnica de execuție.	Respectă poziția fundamentală	Îndeplinește tehnic corect	Manifestă control asupra mingii	Respectă reguli de îndeplinire
1		!	•	+	+	!
2		•	!	•	+	+
3		!	!	•	+	•

Legendă: + - independent

• - ghidat

! - cu sprijin

## REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

### Cadrul legal și normativ

1. *Cadrul de referință al curriculumului național*, aprobat prin Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 432 din 29 mai 2017.
2. *Codul Educației al Republicii Moldova*, modificat LP138 din 17.06.16, MO184-192/01.07.16 art.401, intrat în vigoare 01.07.16.
3. *Concepția educației în Republica Moldova*, 2000.
4. *Convenția cu privire la Drepturile Copilului*, ratificată de Parlamentul Republicii Moldova în 1990 și intrată în vigoare în 1993.
5. *Curriculum școlar, clasele I-IV*. Chișinău: ME, 2010.
6. *Instrucțiune cu privire la implementarea Metodologiei evaluării criteriale prin descriptori în învățământul primar, clasa I*, aprobată la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației nr. 862 din 07 septembrie 2015.
7. *ISCED – Clasificarea Internațională Standard a Educației*, UNESCO, 2011.
8. *Metodologia privind implementarea evaluării criteriale prin descriptori, clasa I*, aprobată la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației nr. 862 din 07 septembrie 2015; Ediția a II-a, aprobată la Consiliul Științifico-Didactic al IȘE din 27.12.2017.
9. *Metodologia privind implementarea evaluării criteriale prin descriptori, clasa a II-a*, aprobată la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul nr. 862 din 07 septembrie 2015; Ediția a II-a, aprobată la Consiliul Științifico-Didactic al IȘE din 27.12.2017.
10. *Metodologia privind implementarea evaluării criteriale prin descriptori, clasa a III-a*, aprobată la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației nr.70 din 05 septembrie 2017.

11. *Metodologia privind implementarea evaluării criteriale prin descriptori, clasa a IV-a*, aprobată la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr.1124 din 20 iulie 2018.
12. *Standarde de eficiență a învățării*, Ministerul Educației al Republicii Moldova, 2012.
13. *Strategia de dezvoltare a educației pentru anii 2014-2020 „Educația 2020”*, publicat: 21.11.2014 în Monitorul Oficial Nr. 345-351; art. Nr. 1014.
14. *Evaluarea curriculumului național în învățământul general. Studiu*. Chișinău: MECC, IȘE, 2018.
15. Bucun N.; Guțu, Vl.; Ghicov A. [et al.] *Evaluarea curriculumului școlar. Ghid metodologic*. Chișinău: IȘE, 2017.

### **Literatură în domeniu**

16. Ghenadie Scurtul, Japalău Vladimir, Bunea Nicolae, Șpaniora Igor, Oloieru Valeriu, Mardari Vitalie, Turcu Dumitru, Vasiliev Dmitrii, Truhanov Serghei. *Programului de pregătire a copiilor și juniorilor în cadrul formațiunilor de fotbal din Republica Moldova*. Chișinău 2016.
17. Ghenadie Scurtul, Japalău Vladimir, Bunea Nicolae, Șpaniora Igor, Oloieru Valeriu, Mardari Vitalie, Turcu Dumitru, Vasiliev Dmitrii, Truhanov Serghei. *PROIECTUL NOI*. Chișinău 2016.
18. Ghenadie Scurtul, Ivan Daniliants. *Principiile de bază în pregătirea copiilor și juniorilor în cadrul școlilor de fotbal*. Tipografia-Sirius SRL, 2009.
19. Svetlana Patraș. *Manual pentru lideri și antrenori OFFS*. Chișinău 2019.
20. Svetlana Patraș. *Exerciții și jocuri recomandate pentru școlile deschise de fotbal distractiv*. Chișinău 2019.
21. Sîrghi S. *Model de joc de fotbal pentru copii care cuprind vârstele 6-8 ani*. În teoria și arta educației fizice în școală Nr.4, Chișinău, 2007.
22. Balint Gheorghe. *Bazele jocului de fotbal*. Bacău: Alma Mater, 2002.