**Unitatea de învăţământ: Scoala Gimnazială nr.**

**Profesor înv. primar:**

**Aria curriculară: Educație fizică, sport și sănătate**

**Disciplina de învăţământ:** Joc și mișcare

**Clasa a IV-a**

**Nr. de ore pe săptămână: 1**

**An școlar: 2024 – 2025**

**Planificare calendaristică orientativă**

| Unitatea de învăţare | Competenţe | Conţinuturi | Nr. de ore | Săptămâna | Observaţii |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. |
| 1. Joc și mișcare | 1.1, 1.2, 1.3, 2.1, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri de mișcare, trasee aplicative și ștafete cuprinzând - tracțiunea; * Tehnici de comunicare eficientă în jocuri de mișcare (gesturi, semne, semnale); * Jocuri:   + Acul cu ață   + Șarpele își prinde coada   + Automobilele   + Ajută-te singur | 3 | S1 – S3  09.09 – 27.09.  2024 | 3 ore – M1 |
| 1. Unde-s mulți, puterea crește | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2. | * Adoptarea unor serii de roluri pentru oferirea de sprijin necondiționat; * Reguli de interacțiune inter-grup; * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând alergare cu transport și punere de obiecte; * Ascultarea și acceptarea opiniilor celorlalți; * Jocuri:   + Mingea prin tunel   -Vizitiul și căluțul   * *Evaluare* | 4 | S4-S7  30.09-25.10.2024 |  |
| VACANTA DE TOAMNA 28.10-3.11.2024 | | | | | |
| 1. Din lumea reală, în lumea jocurilor | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii * Jocuri de mișcare și ștafete cu transport și punere de obiecte; * Jocuri de mișcare și ștafete vizând viteza de deplasare în relație cu un partener; * Tehnici de comunicare eficientă în jocuri de mișcare; * Reguli de interacțiune inter-grup * Jocuri:   + Transportul rănitului   + Semănatul cartofilor   + Calculatoarele * *Evaluare* | 3 | S8-S10  4.11-22.11.2024 |  |
| 1. Jocuri cu povești | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând aruncarea azvârlită la distanță și la țintă; * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii * Jocuri:   + Batistuța   + Țintașii iscusiți   + Ogarul și iepurele * *Evaluare* | 3 | S11-S13  25.11-13.12.2024 |  |
| *ȘCOALA ALTFEL- 16-20 DECEMBRIE 2024* | | | | | |
| VACANTA DE IARNA 20.12.2024-7.01.2025 | | | | | |
| 1. Natura jucăușă | 1.1, 1.2, 1.3, 2.1, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri pentru orientare spațio - temporală: repere statice, dinamice;ritm; * Tehnici de comunicare eficientă în jocuri de mișcare; * Jocuri:   + Broscuțele sar în lac   + Crabii și creveții   + Păsărelele intră-n cuib | 3 | S15 – S18  8.01-31.01.2025 | 5ore – M3  Zi liberă: 24.01.2025 |
| 1. Din lumea jocurilor, în lumea reală | 1.1, 1.2, 1.3, 2.1, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri de mișcare, trasee aplicative și ștafete cuprinzând – tracțiunea; * Jocuri de mișcare și ștafete vizând viteza de deplasare în relație cu un partener; * Jocuri pentru orientare spațio – temporală; * Adoptarea unor serii de roluri pentru oferirea de sprijin necondiționat; * Reguli de interacțiune inter-grup; * Jocuri:   + Avionul   + Rațele și vânătorii | 4 | S19-S22  3.02-7.03.2025 | 2 ore M3 |
| *VACANTA DE SCHI 17-21.02.2025* |  |  |  |
| * + Ancorăm corabia la mal   + Naveta spațială * *Evaluare* |  |  | 2 ore M4 |
| 1. Împreună ne jucăm | 1.2, 1.3, 2.1, 2,2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând variante de sărituri cu desprindere de pe un picior și de pe ambele picioare; cu coardă ; * Jocuri pentru orientare spațio - temporală: repere statice, dinamice; ritm; * Tehnici de comunicare eficientă în jocuri de mișcare; * Jocuri:   + Cercurile zburătoare   + Figurile geometrice!   + Șotron | 3 | S23 – S25  10.03-28.03.2025 | 3ore – M4 |
| 1. Război și pace | 1.3, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri de mișcare pentru timpul liber; * Jocuri:   + Șoarecele și pisica   + Uliul și porumbeii * *Evaluare* | 2 | S26 – S28  31.03-17.04.  2025 | 2 ore M4 |
| *VACANȚA DE PRIMĂVARĂ:* 18 – 27.04.2025 | | | | | |
| 1. Invenții | 1.2, 1.3, 2.1, 2,2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând alergare cu ocolire de obstacole; * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând variante de aruncare și prindere; * Ascultarea și acceptarea opiniilor celorlalți; * Jocuri:   + Leapșa pe ghemuite | 4 | S29 – S33  28.04-30.05.2025 |  |
|  | | | |
| * + Suveica simplă   + Îndemânaticii |  |  |  |
| 1. Joc și prietenie | 1.1, 1.3, 2.1, 2.2. | * Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea funcțiilor cardiace și respiratorii; * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând alergare în zig-zag; * Jocuri de mișcare și ștafete cuprinzând - aruncare azvârlită la distanță și la țintă; * Jocuri de mișcare și ștafete vizând dezvoltarea rezistenței generale; * Adoptarea unor serii de roluri pentru oferirea de sprijin necondiționat; * Jocuri:   + Nu te lăsa, frate!   + Salut, prietene!   + Apărătorul cetății * *Evaluare* | 3 | S34-S36  2.06-20.06 |  |
|  | | | | | |