

**CONSFĂTUIREA JUDEȚEANĂ  
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**



Anul școlar 2024-2025


Prof. OSTAFI DAN DORIN  
INSPECTOR ȘCOLAR



## TEME DE DEZBATERE



- 01 • **DIAGNOZA PROCESULUI EDUCAȚIONAL-  
Aria curriculară Educație fizică și sport**
- 02 • **INSPECȚIA ȘCOLARĂ DE SPECIALITATE**
- 03 • **SPORTUL ȘCOLAR**
- 04 • **CADRUL NORMATIV-LEGISLATIV  
PENTRU ORGANIZAREA ACTIVITĂȚII**
- 05 • **PRIORITĂȚI-AN ȘCOLAR 2024-2025**



# 1

## DIAGNOZA PROCESULUI EDUCAȚIONAL

Aria curriculară Educație fizică și sport

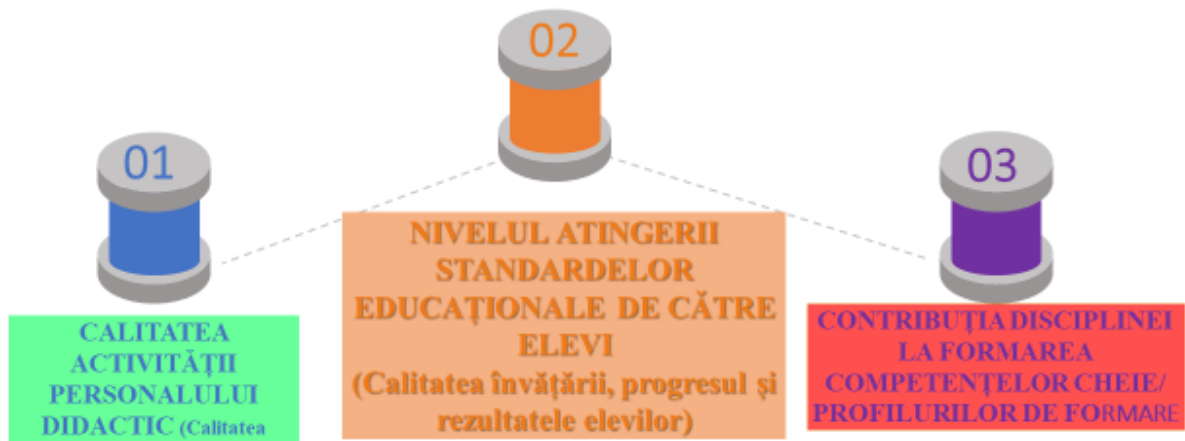
În anul școlar 2023-2024, activitatea a vizat obiectivele strategice derivate din prioritățile asumate la nivel național și județean.

Obiectivele activității la nivelul postului ocupat în cadrul Inspectoratului Școlar Județean Dâmbovița au fost stabilite în concordanță cu obiectivele strategice de dezvoltare instituțională ale ISJ Dâmbovița și cu Planul operațional pentru anul școlar 2023/2024.

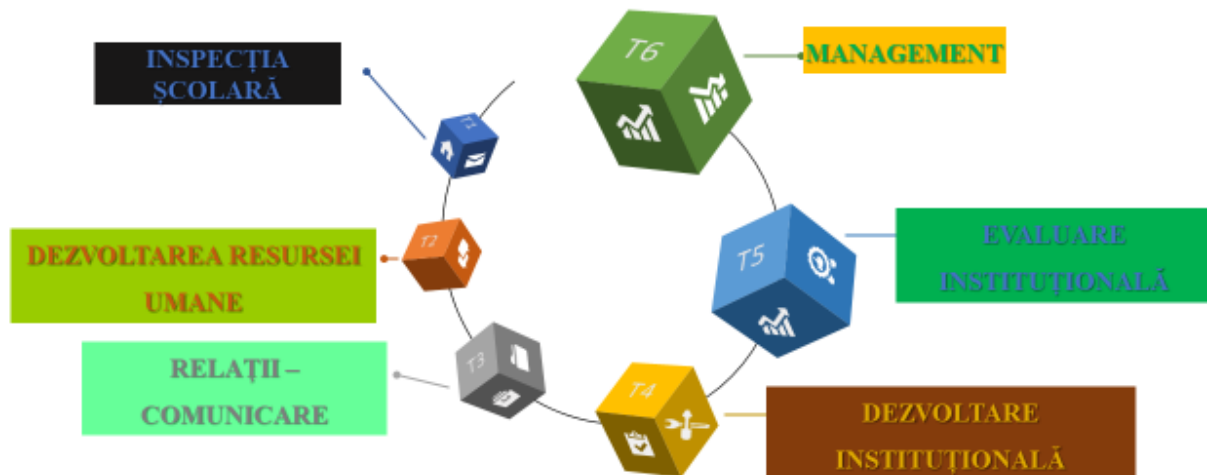
Pentru realizarea obiectivelor au fost stabilite activități concrete, metode, mijloace, care se regăsesc în planul managerial elaborat la început de an școlar.

Majoritatea activităților au fost asociate cu o serie de documente reglatoare elaborate de ME, ISJ Dâmbovița, etc. Metodele de monitorizare și evaluare a activităților stabilite pentru realizarea obiectivelor au fost adaptate la specificul aspectelor vizate și al resurselor implicate, fiind incluse în planul managerial.

## Diagnoza procesului educațional la nivelul Ariei curriculare Educație fizică și sport a vizat următoarele ASPECTE:



Întreaga activitate pe care am desfășurat-o pentru realizarea atribuțiilor din fișa postului, având în vedere atingerea obiectivelor specifice, precum și a celor stabilite la nivelul conducerii ISJ Dâmbovița, s-a desfășurat pe următoarele **COORDONATE**:





2

## INSPECȚIA ȘCOLARĂ

### DATE CANTITATIVE

Nr. total cadre didactice	Nr. total inspecții planificate la începutul anului școlar, din care:										TOTAL INSPECȚII	Nr. total inspecții titularizare	Nr. total inspecții tematice
	Nr. inspecții de specialitate pentru obținerea de grade didactice							Nr. total inspecții de specialitate efectuate în cadrul inspecțiilor generale	Nr. total inspecții tematice de specialitate				
	DEF	GR. II			GR. I								
		I.S.	I.C.1	I.C.2	I.S.	I.C.1	I.C.2						
304	20 (18 efectuate de i.s.)	8	8	11	16	8	10	14	16	111 (64 efectuate de i.s.)	85	51	

## INDICATORI

### privind analiza calitativă a inspecțiilor de specialitate

#### Obiectivele inspecțiilor de specialitate

#### 1. Asigurarea conținutului științific și educativ al activităților desfășurate în unitățile de învățământ în anul școlar 2023-2024:

- respectarea conținutului programelor școlare;
- întocmirea planificărilor calendaristice;
- concordanța între planificarea și desfășurarea lecțiilor.

#### 2. Realizarea evaluării:

- ritmicitatea notării;
- concordanța între nivelul de pregătire și notele/calificativele acordate.

#### 3. Utilizarea mijloacelor de învățământ:

- material didactic existent;
- întreținerea bazei sportive.

#### 4. Calendarele elaborate de ME/ISJ Dâmbovița

- Concursuri, festivaluri, competiții sportive la nivelul unității de învățământ;
- Concursuri, festivaluri, competiții sportive la nivel local, județean, zonal, național, internațional.

## CONSTATĂRI / APRECIERI

### CALITATEA PREDĂRII

Cadrele didactice inspectate cunosc structura și algoritmul conducerii lecției de educație fizică. Se prezintă corespunzător la lecții, în echipament sportiv, au o ținută adecvată. Pe parcursul lecțiilor reușesc să mobilizeze toți elevii. În timpul orelor acționează eficient, motivează elevii pentru implicare activă și responsabilă. Folosesc o terminologie de specialitate corectă, corespunzătoare nivelului de percepție al elevilor. Explicațiile profesorilor sunt clare, concise, elevii beneficiind de asistență, ajutor și înțelegere. Profesorii acordă atenție individuală și de grup în funcție de necesități, fiind atenți pentru furnizarea de asistență tuturor elevilor, în special celor care întâmpină dificultăți în rezolvarea sarcinilor de lucru. Atmosfera creată pe parcursul lecțiilor este, în general, pozitivă, întreținută prin relații de colegialitate, prietenie, interacțiuni respectuoase între profesori-elevi, elevi-elevi.

### Calitatea învățării și progresul elevilor

Elevii au conștință, progres și dependență motrice bine formate, respectă regulile și standardele curriculare specifice disciplinei predată. Au formată capacitatea de a depune efortul cu o durată relativ lungă și o intensitate ridicată, mare, asigurând astfel constant de educație. Încăpădărită progres semnificativ pe parcursul lecțiilor dar și de în a activitate în via. Au stabilit un legătura între depunerea și progres motrice specifice disciplinei sportive predată, cu care operează elevii în cadrul lecțiilor și competițiilor sportive. Încăpădărită elevii ating standardele educaționale pentru vârsta lor, astfel contribuind o serie de mijlocuri de personalitate favorabile integrării în colectivitate școlare.

### Rezultate școlare

Rezultatele obținute de elevi la concursurile sportive școlare sunt bune. Evaluarea normativă și cea orientată reliefează o bună capacitate din partea elevilor de a aplica ceea ce au dobândit (deprinderi motrice) și educat (calități motrice) în cadrul procesului didactic, la orele de educație fizică și sportivă, în activitatea independentă de practicarea a exercițiilor fizice, dar și în cadrul competițiilor sportive școlare.

### Procedurile de evaluare și de raportare a rezultatelor

Evaluarea elevilor s-a realizat sistematic, în conformitate cu prevederile programelor școlare. Încăpădărită constant de comentarii formative detaliate și feedback consistent și obiectiv asigurând senzații egale de progres și dezvoltare a capacității motrice. În plus, informațiile privind performanța și realizările elevilor sunt furnizate constant, utilizând o gamă variată de probe de evaluare a capacității motrice.

## PUNCTE SLABE

- ⇒ Uneori, documentele școlare sunt întocmite fără a fi personalizate și adaptate la specificul școlii. Scenariul didactic, de asemenea, nu este suficient personalizat și adaptat pentru diversele colective de elevi;
- ⇒ La profesorii în curs de calificare sau necalificați se constată o anumită superficialitate în stabilirea obiectivelor și a activității de învățare. Sunt preluate modele de planificare de la profesorii calificați, de pe internet fără a se ține cont de nivelul de pregătire al elevilor, de dotarea materială și baza sportivă de care dispune școala. Proiectul de lecție este mai mult formal;
- ⇒ Uneori, sunt utilizate exerciții și structuri motrice care depășesc nivelul de pregătire al elevilor;
- ⇒ Nu sunt făcute corectările necesare, încât elevii să-și însușească în mod corect actul/acțiunea motrică;
- ⇒ Apar unele disfuncționalități legate de proiectare – terminologia proiectării pe unități tematice nu este întotdeauna utilizată corect, nu se proiectează evaluarea sumativă la finalul unității tematice;
- ⇒ Proiectele de lecție nu sunt funcționale, ele cuprinzând, de cele mai multe ori, doar o succesiune a secvențelor didactice, fără detalierea necesară ale scenariului didactic care să-l ajute în mod efectiv pe profesorul debutant sau în curs de calificare în realizarea obiectivelor lecției;
- ⇒ Managementul clasei este corespunzător în cazul activităților frontale, dar necesită îmbunătățiri în cazul activităților de învățare organizate și desfășurate pe grupe; învățarea - predarea uneori nu este centrată pe elev;
- ⇒ Nu se remarcă întotdeauna capacitatea profesorilor de a diversifica activitățile de învățare, de a implica elevii în toate etapele lecției;
- ⇒ Activitatea desfășurată în cadrul grupelor nu are la bază monitorizarea exactă a timpului de lucru;
- ⇒ Sarcinile de lucru nu sunt întotdeauna diferențiate în funcție de nivelul de pregătire al elevilor.

## RECOMANDĂRI

- Corelarea directă a rezultatelor evaluate cu competențele specifice vizate de programele școlare.
- Crearea oportunităților de dezvoltare a abilităților de cooperare, prin mijloace specifice disciplinei predate;
- Valorizarea sistematică a rezultatelor învățării, prin raportarea la progresul fiecărui elev/copil.
- Crearea oportunităților de dezvoltare a spiritului de fair-play, la nivelul tuturor claselor de elevi, precum și a abilităților de cooperare și de acceptare a succesului sau eșecului, prin mijloace specifice educației fizice și sportului.
- Creșterea atractivității lecției de educație fizică în vederea participării unui număr mare de elevi la lecții;
- Elaborarea planificărilor calendaristice pe UNITĂȚI TEMATICE, în concordanță cu opțiunea elevilor pentru anumite jocuri sportive și nivelul de pregătire al acestora.
- Prezentarea probelor de evaluare la începutul anului școlar și comentarea acestora.
- Îmbunătățirea și conservarea bazelor sportive.
- Antrenarea tuturor copiilor în activități sportive școlare.
- Folosirea unor strategii de evaluare stimulative, menite să faciliteze progresul individual al fiecărui elev.
- Pregătirea echipelor reprezentative ale școlii în vederea participării la concursurile sportive școlare.

## CONCLUZII

### CALITATEA activității personalului didactic

În urma inspecțiilor de specialitate/speciale și controalelor tematice se poate aprecia că, majoritatea cadrelor didactice au realizat o predare de calitate, conform cerințelor programelor și standardelor de performanță. Sunt, din păcate, și cadre didactice dominate de rutină, care nu țin cont de conținuturile programelor, susțin lecții clasice, uneori improvizate.

Relația profesor-elev poate fi îmbunătățită, la fel și preocuparea pentru formarea deprinderilor de igienă personală a elevilor și de întreținere a curățeniei zilnice pe bazele sportive. Cu puține excepții evaluarea a fost obiectivă, cadrele didactice ținând cont de criteriile specifice disciplinei predate.

Cadrelor didactice au fost preocupate să structureze activitățile pe strategii activ-participative. În cadrul activităților pe grupe au alternat activitățile individuale cu cele de grup. În cadrul grupelor, elevii aveau sarcini bine precizate, știind să lucreze în echipă. Strategiile active, valorificate de profesori în timpul orelor asistate, facilitează participarea activă a elevilor la lecție, precum și însușirea mai bună a conținuturilor.

Tot mai mulți profesori sunt interesați să cunoască particularitățile elevilor și din acest motiv pot alege cele mai bune strategii de diferențiere și individualizare, care să stimuleze elevii și să le permită dezvoltarea inițiativei. Uneori, din păcate, predomină stilul de predare centrat pe conținuturi în care profesorul deține rolul principal. Din acest motiv elevii participă mai puțin la lecție și nu își pot afirma calitățile personale sau identifica aptitudinile specifice practicării anumitor discipline sportive.

### NIVELUL atingerii standardelor educaționale de către elevi

Cu ocazia asistențelor efectuate în cadrul inspecțiilor s-a putut observa progresul real al elevilor atât în ceea ce privește consolidarea deprinderilor motrice specifice jocurilor sportive predate, cât și în dezvoltarea capacităților motrice de bază. Rezultatele la probele de evaluare indică o bună pregătire a elevilor. Aceștia au un nivel bun de manifestare a capacității motrice și reușesc să integreze eficient deprinderile însușite anterior. Majoritatea elevilor demonstrează responsabilitate față de propria sănătate și dezvoltare fizică, dorința de autoperfecționare, perseverență în atingerea obiectivelor prestabilite, spirit competitiv, respect față de reguli, parteneri, adversari și arbitri. Manifestă disponibilitate pentru colaborare, inițiere și menținerea relațiilor interumane precum și interes pentru fenomenul sportiv.

## 3

# SPORTUL ȘCOLAR



## REZULTATE ETAPA NAȚIONALĂ OLIMPIADA NAȚIONALĂ A SPORTULUI ȘCOLAR

### PREMIUL III

#### FOTBAL U18 - FETE

Echipa reprezentativă a Liceului Tehnologic „Spiru Haret” Târgoviște:

1. Tudor Valentina, cls a XII-a
2. Stanciu Teodora, cls a X-a
3. Neagoe Carmen, cls a X-a
4. Anton Elena, cls a XI-a
5. Nedelcu Sara, cls a XI-a
6. Nicolae Mihaela, cls a XI-a
7. Bărbuceanu Cristina, cls a IX-a
8. Arsene Mihaela, cls a IX-a
9. Neacșu Mădălina, cls a IX-a
10. Puiu Andreea, cls a IX-a
11. Moreanu Ionela, cls a IX-a
12. Neacșu Andreea, cls a X-a

Prof. îndrumător/i delegat:  
Pană Alexandru

### MENȚIUNE

#### S-RUGBY TAG MIXT GIMNAZIU

Echipa reprezentativă a Școlii Gimnaziale „Bucă Ionescu” Glodeni:

1. Nicolae Carlos, cls a VIII-a
2. Onicescu Robert, cls a VIII-a
3. Radu Nicolas, cls a VIII-a
4. Radu Ionuț, cls a VII-a
5. Becheanu David, cls a VII-a
6. Marin Mario, cls a VII-a
7. Stoican Roberto, cls a VII-a
8. Hondaru Sara, cls a VIII-a
9. Banu Ștefania, cls a VIII-a
10. Mădăran Ruxandra, cls a VI-a
11. Brezeanu Miruna, cls a VI-a
12. Marin Maria, cls a VI-a

Prof. îndrumător/i delegat:  
Anghelescu Roberta

### ETAPELE NAȚIONALE - GIMNAZIU

NR. CRT.	DISCIPLINA SPORTIVĂ	UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT	LOCUL OBTINUT	CADRU DIDACTIC
1.	RUGBY TAG	Școala Gimnazială „Bucă Ionescu” - Glodeni	Mențiune	ANGHELESCU ROBERTA
2.	HANDBAL BĂIEȚI	Școala Gimnazială „Bucă Ionescu” - Glodeni	VIII	CHIȚU VASILE
3.	TETRATLON BĂIEȚI	Școala Gimnazială Pătroala Vale	IX	GRIGORE MARIUS
4.	ȘAH FETE	Colegiul Național “I. L. Caragiale” Moreni	22	CROITORU BOGDAN
5.	TENIS MASĂ BĂIEȚI	Școala Gimnazială “Radu cel Mare” Târgoviște	25	VĂRJOGHE ANDREEA
6.	ȘAH BĂIEȚI	Colegiul Național “Constantin Carabella” Târgoviște	32	IVAȘCU DANIELA
7.	TETRATLON FETE	Școala Gimnazială „Bucă Ionescu” - Glodeni	participare	ANGHELESCU ROBERTA
8.	CROS FETE	Școala Gimnazială “Coresi” Târgoviște	participare	VLAD GEORGIANA MIHAELA
9.	CROS BĂIEȚI	Colegiul Național “Constantin Cantacuzino” Târgoviște	participare	FIRESCU DRAGOȘ
11.	BADMINTON BĂIEȚI	Școala Gimnazială “Grigore Rădulescu” Berdead	participare	MĂNOIU MIHAI ADRIAN



### ETAPELE NAȚIONALE - LICEE

NR. CRT.	DISCIPLINA SPORTIVĂ	UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT	LOCUL OBTINUT	CADRU DIDACTIC
1.	PENTATLON (ARUNCAREA MINGII DE OINĂ)	Constanta Elena Beatrice – Liceul "Volevodul Mircea" Târgoviște	I	ENACHE MARIAN
2.	FOTBAL FETE CUPA ISF – U18	Liceul Tehnologic "Spiru Haret" Târgoviște	III	PANĂ ALEXANDRU
3.	TENIS MASĂ BĂIEȚI	Liceul Teoretic "Ion Heliade Rădulescu" Târgoviște	VIII	MĂNOIU CLAUDIU
4.	ȘAH FETE	Colegiul Național "I. L. Caragiale" Moreni	8	CROITORU BOGDAN
5.	CROS FETE	Colegiul Economic "Ion Ghica" Târgoviște	18	PRISĂCARU EDUARD
6.	TENIS MASĂ FETE	Liceul Teoretic "Ion Heliade Rădulescu" Târgoviște	20	MĂNOIU CLAUDIU
7.	ȘAH BĂIEȚI	Colegiul Național "I. L. Caragiale" Moreni	37	PRODAN DANIEL
8.	CROS BĂIEȚI	Liceul Tehnologic "Spiru Haret" Târgoviște	participare	PANĂ ALEXANDRU

### CONCURSURI ȘCOLARE ETAPELE DE ZONĂ – PRIMAR (PRELUATE DE FEDERAȚIILE DE SPECIALITATE)

NR. CRT.	DISCIPLINA SPORTIVĂ	UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT	LOCUL OBTINUT	CADRU DIDACTIC
1.	FOTBAL FETE CUPA TYMBARK - U8	Școala Gimnazială "Șerban Cioculescu" Găești	I	ANTONIE FLORIN / IORGA CRISTINA
2.	MINIBASCHET MIXT	Școala Gimnazială "Mihai Viteazul" Pucioasa	III	PARNIA OVIDIU
3.	FOTBAL BĂIEȚI CUPA TYMBARK - U8	Școala Gimnazială "E. D. Cantacuzino" Pucioasa	Mențiune	IVAȘCU DRAGOȘ

**ETAPELE DE ZONĂ - GIMNAZIU**

NR. CRT.	DISCIPLINA SPORTIVĂ	UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT	LOCUL OBTINUT	CADRU DIDACTIC
1.	RUGBY TAG	Școala Gimnazială „Bunica Ionescu” - Glodeni	I	ANGHELESCU ROBERTA
2.	HANDBAL BĂIEȚI	Școala Gimnazială „Bunica Ionescu” - Glodeni	I	CHIȚU VASILE
3.	BASCHEȚ FETE	Colegiul Național "Ionăchită Văcărescu" Târgoviște	II	PĂUNESCU CAMELIA
4.	BASCHEȚ BĂIEȚI	Colegiul Național "Ionăchită Văcărescu" Târgoviște	II	PĂUNESCU CAMELIA
5.	VOLEI FETE	Școala Gimnazială "Coresi" Târgoviște	II	BRATU CRISTIAN VALENTIN
6.	FOTBAL FETE CUPA ISF – U14	Școala Gimnazială "Mihai Viteazul" Târgoviște	II	IANCU MARIUS
7.	VOLEI BĂIEȚI	Școala Gimnazială "Coresi" Târgoviște	IV	BRATU CRISTIAN VALENTIN
8.	FOTBAL BĂIEȚI CUPA TYMBARK – U12	Școala Gimnazială „Prof. Paul Bănică” Târgoviște	V	IUGULESCU IONUȚ
9.	HANDBAL FETE	Școala Gimnazială "Mihai Viteazul" Târgoviște	V	IANCU MARIUS
10.	FOTBAL BĂIEȚI CUPA ISF – U14	Școala Gimnazială Niculești	VI	STOICESCU MARIUS / CALOFIR DRAGOS

**ETAPELE DE ZONĂ - LICEE**

NR. CRT.	DISCIPLINA SPORTIVĂ	UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT	LOCUL OBTINUT	CADRU DIDACTIC
1.	FOTBAL FETE CUPA ISF – U18	Liceul Tehnologic "Spiru Haret" Târgoviște	I	PANĂ ALEXANDRU
2.	FOTBAL FETE CUPA ISF – U16	Liceul Tehnologic „Goga Ionescu” Tîna	II	CRISTEA LAURENTIU
3.	VOLEI FETE	Colegiul Național "Ionăchită Văcărescu" Târgoviște	II	PĂUNESCU CAMELIA
4.	BASCHEȚ FETE	Colegiul Național "Ionăchită Văcărescu" Târgoviște	II	PĂUNESCU CAMELIA
5.	FOTBAL BĂIEȚI CUPA ISF – U16	Liceul Tehnologic "Spiru Haret" Târgoviște	III	TOBOSARU COSMIN/VALENTIN MARIAN
6.	BASCHEȚ BĂIEȚI	Colegiul Național "Ionăchită Văcărescu" Târgoviște	IV	PĂUNESCU CAMELIA
7.	HANDBAL BĂIEȚI	Liceul Tehnologic "Constantin Brâncoveanu" Târgoviște	IV	PRODAN SEBASTIAN
8.	VOLEI BĂIEȚI	Colegiul Național "Constantin Carabella" Târgoviște	V	IVĂȘCU DANIELA
9.	HANDBAL FETE	Liceul Tehnologic "Constantin Brâncoveanu" Târgoviște	VI	MARIN CRISTIAN

# CALENDARE COMPETIȚIONALE

## OLIMPIADA NAȚIONALĂ A SPORTULUI ȘCOLAR/ CAMPIONATELE NAȚIONALE SPORTIVE

Proiect Calendar ONSS 2024/2025 - Ministerul Educației

Proiect Calendar CNS 2024/2025 - Ministerul Educației

Proiect Calendar ONSS 2024/2025

### Legislație

- Regulament ONSS    ▪ Ordin de modificare Regulament ONSS
- Regulament ONPST
- CNS – Prevederi metodologice

Regulament ONSS-CUPA ISF aprobat

Regulamentul ONSS-CUPA TYMBARK aprobat

*Începând cu data de ....., platforma de înscriere online este operațională, astfel încât cei doriți pot încărca datele*

*Link-ul este următorul:*

<https://impreunasuntemfotbal.ro/competitii-grassroots-home/>

## STRUCTURA ORGANIZATORICĂ ACTIVITĂȚI SPORTIVE / METODICE

Comisii județene pe discipline sportive\_an sc. 2024-2025

Presedinti comisii județene pe discipline sportive\_an sc. 2024-2025

## 4

### CADRUL NORMATIV- LEGISLATIV PENTRU ORGANIZAREA ACTIVITĂȚII



❑ ORDINUL ME NR. 3694/01.02.2024 PRIVIND STRUCTURA ANULUI ȘCOLAR 2024-2025

❑ ORDINUL ME NR. 5.726/2024 PRIVIND APROBAREA REGULAMENTULUI-CADRU DE ORGANIZARE ȘI FUNCȚIONARE A UNITĂȚILOR DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR (CAPITOLUL III- EVALUAREA ELEVILOR)

❑ REPERE METODOLOGICE PENTRU APLICAREA CURRICULUMULUI LA CLASA A XII-A ÎN ANUL ȘCOLAR 2024 - 2025

## STRUCTURA ANULUI ȘCOLAR 2024-2025- OME 3649/01.02.2024

### Calendarul anului școlar 2024-2025 în județul Dâmbovița

Septembrie 2024							Octombrie 2024							Noiembrie 2024						
lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du	lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du	lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du
						1							1							1
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	
30																				

Decembrie 2024							Ianuarie 2025							Februarie 2025						
lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du	lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du	lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du
						1							1							1
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31			24	25	26	27	28		
30	31																			

Martie 2025							Aprilie 2025							Mai 2025						
lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du	lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du	lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du
						1							1							1
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31	
31																				

Iunie 2025						
lu	ma	mi	jo	vi	sâ	du
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

prima și ultima zi de cursuri  
 ultima zi de cursuri clasele a XII-a  
 ultima zi de cursuri clasele a VIII-a  
 vacanță  
 weekend

Calendar Edupedu.ro  
OME 3.649/2024

ART. 112 (1) Elevii scutiți de efort fizic au obligația de a fi prezenți la orele de educație fizică și sport. Beneficiarilor primari scutiți medical pe parcursul unui întreg an școlar nu li se acordă calificative/note și nu li se încheie media la această disciplină, respectiv, media anuală se calculează fără media de la această disciplină

(2) Pentru elevii scutiți medical pe parcursul unui întreg an școlar, profesorul de educație fizică și sport consemnează în catalog, la rubrica respectivă, „scutit medical în anul școlar”, specificând totodată documentul medical, numărul și data eliberării acestuia. Documentul medical va fi atașat la dosarul personal al elevului, aflat la secretariat.

(3) Pentru elevii scutiți medical, pe o perioadă determinată în timpul anului școlar, profesorul de educație fizică și sport consemnează în catalog, la rubrica respectivă, „scutit medical în anul școlar, începând cu data de: ...până la...”, specificând totodată documentul medical, numărul și data eliberării acestuia. Documentul medical va fi atașat la dosarul personal al elevului, aflat la secretariat.

(4) Beneficiarilor primari scutiți de efort fizic la orele de educație fizică și sport, pe o perioadă determinată în timpul anului școlar, li se încheie media la această disciplină, pentru anul școlar respectiv, numai dacă au obținut anterior perioadei de scutare, cel puțin 2 calificative/note. În caz contrar, acestor elevi nu li se încheie media la această disciplină și, respectiv, media anuală se calculează fără media de la această disciplină.

(5) Elevii scutiți medical nu sunt obligați să vină în echipament sportiv la orele de educație fizică și sport, dar trebuie să aibă încălțăminte adecvată pentru sălile de sport. Absențele la aceste ore se consemnează în catalog.

(6) Pentru integrarea în colectiv a beneficiarilor primari scutiți medical, în timpul orei de educație fizică și sport, cadrul didactic le poate atribui sarcini organizatorice care vor avea în vedere recomandările medicale, de exemplu: arbitraj, cronometrare, măsurare, înregistrarea unor elemente tehnice, ținerea scorului etc.

**ART. 113 Școlarizarea beneficiarilor primari sportivi nominalizați de federațiile naționale sportive pentru centrele naționale olimpice/de excelență se realizează în unități de învățământ situate în apropierea acestor structuri sportive și respectă dinamica selecției loturilor. Situația școlară, înregistrată în perioadele în care elevii se pregătesc în aceste centre, se transmite unităților de învățământ de care aceștia aparțin. În cazul în care școlarizarea se realizează în unități de învățământ care nu pot asigura pregătirea beneficiarilor primari la unele discipline de învățământ, situația școlară a acestor elevi se poate încheia, la disciplinele respective, la unitățile de învățământ de care elevii aparțin, după întoarcerea acestora, conform prezentului regulament.**

## DOCUMENTE LEGISLATIVE

---

**Legea învățământului preuniversitar nr 198 din 2023**

**SECȚIUNEA a 8-a  
Învățământul de artă și învățământul sportiv (pag. 16)**

- **SECȚIUNEA a 8-a Învățământul de artă și învățământul sportiv**  
**Art. 45. —** Învățământul de artă și învățământul sportiv se organizează pentru elevii cu aptitudini în aceste domenii.  
**Art. 46. — (1)** În învățământul de artă și în învățământul sportiv:
  - a) școlarizarea se realizează, de regulă, începând cu învățământul primar;
  - b) elevii pot fi înscriși numai pe baza testării aptitudinilor specifice;
  - c) planurile-cadru de învățământ sunt adaptate specificului acestui învățământ;
  - d) studiul disciplinelor de specialitate se realizează pe clase, pe grupe sau individual, potrivit criteriilor stabilite prin ordin al ministrului educației;
  - e) programele școlare pentru învățământul liceal de artă și pentru învățământul liceal sportiv respectă obiectivele educaționale stabilite pentru profilul respectiv
- (2) Pentru activitatea sportivă și artistică de performanță, la propunerea autorităților administrației publice locale, a DJIP/DMBIP, după caz, a Ministerului Sportului, a Ministerului Culturii și/sau a Instituțiilor publice de cultură, a Federației Sportului Școlar și Universitar, a Comitetului Olimpic și Sportiv Român și/sau a Comitetului Național Paralimpic împreună cu Ministerul Educației se pot organiza clase/unități de învățământ preuniversitar de stat cu program sportiv sau de artă, integrat și/sau suplimentar
- (3) Învățământul de artă și învățământul sportiv integrat se organizează în unitățile de învățământ preuniversitar cu program de artă, respectiv sportiv, precum și în clase cu program de artă sau sportiv, organizate în celelalte unități de învățământ primar, gimnazial și liceal, în conformitate cu prevederile regulamentelor aprobate prin ordin al ministrului educației.
- (4) Pentru buna desfășurare a activităților artistice, unitățile de învățământ gimnazial și liceal beneficiază de săli de repetiție și spectacol proprii sau de acces la sălile unităților de învățământ de același nivel, cu acordul conducerii acestora.
- (5) Unitățile de învățământ care desfășoară învățământul de artă și învățământul sportiv colaborează cu unitățile de educație extrașcolară cu activități de profil în vederea susținerii reciproce, în conformitate cu o metodologie aprobată prin ordin al ministrului educației.
- (6) Pentru sprijinirea activității sportive și artistice de performanță, Ministerul Educației organizează stagii de pregătire sportivă, tabere sportive sau de creație artistică, competiții sportive sau concursuri sportive ori artistice, campionate școlare, naționale și internaționale, precum și festivaluri și acordă burse sau alte forme de sprijin material.
- (7) Ministerul Culturii, Ministerul Sportului și celelalte ministere interesate, Comitetul Olimpic și Sportiv Român, federațiile sportive naționale, autoritățile publice locale, precum și instituțiile de cultură pot sprijini financiar și material activitățile de performanță în domeniul artelor, respectiv al sportului.

- (8) Ministerul Educației colaborează cu instituții, cu organizații și cu alte persoane juridice, respectiv cu persoane fizice pentru asigurarea resurselor financiare și materiale necesare desfășurării, în bune condiții, a învățământului de artă și a învățământului sportiv integrat și suplimentar, precum și a competițiilor artistice și sportive de nivel regional și național.
- (9) Ministerul Educației împreună cu Ministerul Sportului realizează Programul național pentru sport în învățământul preuniversitar, pentru promovarea educației fizice și sportului în rândul elevilor.

## DOCUMENTE LEGISLATIVE

### Regulament cadru de funcționare unităților de învățământ preuniversitar- OME Nr. 5726/2024

#### CAPITOLUL III: Evaluarea copiilor/elevilor

#### SECȚIUNEA 1: Evaluarea rezultatelor învățării. Încheierea situației școlare

##### Art. 107

(4) Numărul de calificative/note acordate anual fiecărui elev, la fiecare disciplină de studiu, este stabilit de cadrul didactic, în funcție de numărul unităților de învățare și de numărul săptămânal de ore prevăzut în planul-cadru. La fiecare disciplină numărul de calificative/note acordate anual este cu cel puțin trei mai mare decât numărul de ore alocat săptămânal disciplinei în planul-cadru de învățământ.

(5) În cazul curriculumului organizat modular, numărul de note acordate trebuie să fie corelat cu numărul de ore alocate fiecărui modul în planul de învățământ, precum și cu structura modulului, de regulă, o notă la un număr de 25 de ore. Numărul minim de note acordate elevului la un modul este de două.

(6) Elevii aflați în situație de corigență vor avea cu cel puțin un calificativ/o notă în plus față de numărul de calificative/note prevăzut la alin. (4), ultimul calificativ/ultima notă fiind acordată, de regulă, în ultimele trei săptămâni ale anului școlar.

##### Art. 109

(1) La fiecare disciplină de studiu/modul se încheie anual o singură medie, calculată prin rotunjirea mediei aritmetice a notelor la cel mai apropiat număr întreg. La o diferență de 50 de sutimi, rotunjirea se face în favoarea elevului.

(3) În cazul în care curriculumul este organizat modular, fiecare modul se dezvoltă ca o unitate autonomă de instruire. Media unui modul se calculează din notele obținute pe parcursul desfășurării modulului, conform prevederilor alin. (1). Încheierea mediei unui modul care se termină pe parcursul anului se face în momentul finalizării acestuia.

## R.O.F.U.I.P. – OME 5.726/2024

- **ART. 112 (1)** Elevii scutiți de efort fizic au obligația de a fi prezenți la orele de educație fizică și sport. Beneficiarilor primari scutiți medical pe parcursul unui întreg an școlar nu li se acordă calificative/note și nu li se încheie media la această disciplină, respectiv, media anuală se calculează fără media de la această disciplină.
- (2) Pentru elevii scutiți medical pe parcursul unui întreg an școlar, profesorul de educație fizică și sport consemnează în catalog, la rubrica respectivă, „scutit medical în anul școlar”, specificând totodată documentul medical, numărul și data eliberării acestuia. Documentul medical va fi atașat la dosarul personal al elevului, aflat la secretariat.
- (3) Pentru elevii scutiți medical, pe o perioadă determinată în timpul anului școlar, profesorul de educație fizică și sport consemnează în catalog, la rubrica respectivă, „scutit medical în anul școlar”, începând cu data de: „...până la...”, specificând totodată documentul medical, numărul și data eliberării acestuia. Documentul medical va fi atașat la dosarul personal al elevului, aflat la secretariat.
- (4) Beneficiarilor primari scutiți de efort fizic la orele de educație fizică și sport, pe o perioadă determinată în timpul anului școlar, li se încheie media la această disciplină, pentru anul școlar respectiv, numai dacă au obținut anterior perioadei de scutire, cel puțin 2 calificative/note. În caz contrar, acestor elevi nu li se încheie media la această disciplină și, respectiv, media anuală se calculează fără media de la această disciplină.
- (5) Elevii scutiți medical nu sunt obligați să vină în echipament sportiv la orele de educație fizică și sport, dar trebuie să aibă încălțăminte adecvată pentru sălile de sport. Absențele la aceste ore se consemnează în catalog.
- (6) Pentru integrarea în colectiv a beneficiarilor primari scutiți medical, în timpul orei de educație fizică și sport, cadrul didactic le poate atribui sarcini organizatorice care vor avea în vedere recomandările medicale, de exemplu: arbitraj, cronometrare, măsurare, înregistrarea unor elemente tehnice, ținerea scorului etc.



## Metodologia-cadru de acordare a burselor OM 5518/2024

- CAPITOLUL II
- **Acordarea burselor de excelență olimpică**
- **Art. 6. — a)** bursa de excelență olimpică<sup>1</sup> se acordă elevilor care obțin distincții, respectiv premiile I, II, III sau mențiuni ori medali asimilate acestor distincții, la olimpiadele școlare internaționale, respectiv elevilor care obțin locurile I, II și III sau mențiuni la campionatele sportive școlare internaționale recunoscute de
- Ministerul Educației, la Jocurile Olimpice, Jocurile Paralimpice, Jocurile Olimpice de Tineret. Burselor de excelență olimpică<sup>1</sup> se acordă lunar elevilor de gimnaziu și liceu, pe întreaga durată a anului școlar următor obținerii distincției.
- **b)** bursa de excelență olimpică<sup>2</sup> se acordă elevilor de gimnaziu și liceu care obțin distincții, respectiv premiile I, II și III la olimpiadele școlare naționale organizate și finanțate de Ministerul Educației.
- CAPITOLUL III
- **Acordarea burselor de merit**
- **Art. 7. — (2)** Burselor de merit se acordă după cum urmează:
- **d)** elevilor de gimnaziu și liceu, inclusiv învățământ profesional și dual, care au obținut premiile I, II sau III la etapele județene ale olimpiadelor școlare recunoscute de Ministerul Educației, premiul I la etapele naționale ale concursurilor/competițiilor școlare și extrașcolare recunoscute de Ministerul Educației, elevilor care au obținut medalia de aur/locul I la campionatele naționale organizate de federațiile sportive naționale olimpice/probe olimpice.
- **16)** Lista campionatelor naționale organizate de federațiile sportive naționale olimpice/probe olimpice prevăzute la alin. (2) lit. d) va fi aprobată prin Protocol între Ministerul Educației și Agenția Națională pentru Sport, anual, până la data de 31 august a fiecărui an.

## PLANURI CADRU EFS

### PLANURI CADRU ÎN VIGOARE:

<https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale>

**Planuri-cadru învățământ primar:** <https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale/planuri-cadru-invatamant-primar>

**Planuri-cadru învățământ gimnazial:** <https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale/planuri-cadru-invatamant-gimnazial>



## PROGRAME ȘCOLARE EFS

### PROGRAME ȘCOLARE ÎN VIGOARE:

<https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/programe-scolare-front/programe-scolare-in-vigoare>

1. Inv. PRIMAR\_clasele P, I, II, III și IV (Educație fizică, sport și sănătate; Pregătire Sportivă Practică)

2. Inv. GIMNAZIAL\_clasele V, VI, VII, VIII (Educație fizică și sport; Pregătire Sportivă Practică)



## REPERE METODOLOGICE 2024-2025



### EDUCATIE FIZICA

Repere metodologice\_clasele 9-10-11-12\_2024-2025



### PREGATIRE SPORTIVA PRACTICA

Repere metodologice\_clasele 9-10-11-12



### PREGATIRE SPORTIVA TEORETICA

Repere metodologice\_clasele 9-10-11-12



Repere metodologice  
pentru aplicarea curriculumului la clasa a XII-a  
în anul școlar 2024-2025

Disciplina: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

**I. INTRODUCERE**  
**PREMISE PENTRU APLICAREA CURRICULUMULUI LA CLASA A XII-A,**  
**ÎN ANUL ȘCOLAR 2024-2025**

- Curriculum-ul școlar de Educație fizică și sport pentru clasele a XII-a destinat învățământului profesional special, trebuie să țină cont de faptul că această formă de școlarizare constituie parte a învățământului obligatoriu de zece clase, echivalentă ciclului inferior al învățământului liceal, cu extinderea programului de formare teoretică și a abilităților practice și atitudinale pe durata calendaristică a 4 ani.  
Din această perspectivă, în proiectarea prezentului document au fost avute în vedere următoarele aspecte: structura Curriculum-ului național pentru învățământul profesional special și ciclul inferior al liceului tehnologic special; logica internă și stadiul actual de evoluție a științei educației fizice și sportului școlar; experiența practică pozitivă în domeniul educației fizice și sportului în învățământul profesional și tehnic special; aportul disciplinei la creșterea performanțelor elevilor în vederea prestării activităților specifice domeniului profesional ales.
- Programele școlare de Educație fizică și sport pentru clasele a XII-a învățământ profesional special, trebuie să răspundă următoarelor cerințe: înzestrarea elevilor cu sistemul de cunoștințe, abilități și atitudini specifice, necesare îndeplinirii standardelor curriculare de performanță proprii finalizării ciclului profesional, practicării meseriei și eventual continuării studiilor în ciclul superior al liceului; asigurarea contribuției specifice la dobândirea nivelului 3 de calificare profesională, în domeniul în care se specializează elevii.

**1. Competențe generale expectate**

- a. Stare de sănătate, creștere și dezvoltare fizică și capacitate motrică la nivelul adecvat/optim specific vârstei de școlarizare/calendaristice și posibilităților de recuperare specifice dizabilității;
- b. Potențial fizic și motric dezvoltat cel puțin la nivelul cerințelor minime integrării socio-profesionale a elevilor;
- c. Cunoștințe și deprinderi de practicare independentă a exercițiilor fizice și sportului, pentru a avea abilitatea de a organiza/practica competițional/independent exercițiile fizice și sporturile în conformitate cu interesele și nevoile personale, în funcție de dizabilitate și gradul acesteia;
- d. Atitudine pozitivă față de practicarea educației fizice și sportului, copilul fiind interesat să performeze și fizic în cadrul meseriei alese.

**2. Competențe specifice expectate:**

Competențe generale expectate cu precădere sunt:

- ❖ stare optimă de sănătate a elevilor;
- ❖ capacitatea de adaptare la condițiile variate de mediu și la condițiile specifice exercitării viitoarei profesii;
- ❖ capacitate motrică generală la nivel adaptativ;
- ❖ particularități morfologice și funcționale armonizate cu specificul vârstei și sexului elevilor;
- ❖ interes constant al elevilor pentru practicarea independentă a exercițiilor fizice și a sporturilor, în scop de fortificare a organismului și de compensare a eforturilor preponderant statice depuse cotidian și compensator pentru activitățile specifice meseriei practicate;
- ❖ dizabilități fizice și de psihomotricitate ameliorate/compensate/corectate, în *interdisciplinaritate cu activitatea de kinetoterapie*;
- ❖ capacitate de practicare a unor discipline/probe sportive, inclusive independent;
- ❖ capacitatea de a acționa în echipă, a spiritului competitiv și a atitudinii de fair-play.

**Principii de abordare:**

☐ Aplicarea programei va avea un caracter circular, competențele prevăzute fiind reluate anual de la nivelul evaluat al competențelor la sfârșitul anului școlar parcurs anterior și începutul anului școlar în curs.

Activitatea de educație fizică va ține cont de particularitățile individuale și de vârstă ale participanților, de condițiile climatice și de bază materială;

În activitate sunt luate în considerare eventualele dizabilități constatate, profesorul de educație fizică și sport lucrând în colaborare cu profesorul kinetoterapeut;

☐ Activitatea de educație fizică și sport va fi orientată și spre dezvoltarea unor competențe specifice meseriei pe care viitorul adult o va practica, inclusive însușirea și capacitatea de practicare independent a unor exerciții compensatorii posturilor.

☐ Alegerea/Planificarea activităților de educație fizică și sport va ține cont de dorințele manifestate de elevi și de condițiile materiale din unitatea de învățământ;

Alocarea orelor de Educație fizică și sport în cadrul învățământului profesional special la nivelul clasei a XII-a este următoarea:

Nr. crt.	Nivelul de școlaritate/ Forma de învățământ	Filiera/ Profilul	Disciplina de învățământ	TC	CD	TC + CD	CDȘ
1.	Învățământ profesional special	Domenii	Educație fizică și sport	1	-	1	-

**II. PLANIFICAREA CALENDARISTICĂ**

- ✓ Planificarea unităților de învățare va avea ca punct de plecare studierea programelor școlare din clasele 0-VIII și reperelor metodologice din clasa a IX-a, a X-a și a XI-a.
- ✓ Planificarea activităților de educație fizică și sport se va realiza pe baza evaluărilor la sfârșitul clasei a XI-a și evaluărilor inițiale la începutul clasei a XII-a realizate de profesorul de educație fizică (măsurători antropometrice și testarea capacității motrice și psihomotrice prin teste specifice). Această planificare se va ajusta periodic, prin observații individuale, funcție de rezultatele obținute de fiecare copil.
- ✓ Propunem realizarea unui grafic anual de eșalonare a unităților de învățare, pe baza căruia se va redacta planificarea unităților de învățare. Redactarea graficului anual/pe module de eșalonare a unităților de învățare/ Planificarea va ține cont de nivelul de dezvoltare fizică, a capacității motrice, de achiziție a cunoștințelor de practicare independent a activității de educație fizică și sport identificate la elevi în timpul evaluării inițiale și de particularitățile activității în meseria aleasă .
- ✓ În redactarea planificării se vor avea în vedere constatările echipei interdisciplinare care a evaluat existența unor dizabilități fizice sau de psihomotricitate, profesorul de educație fizică lucrând în strânsă colaborare cu profesorul kinetoterapeut.

- ✓ Chestionarea intereselor copiilor și familiilor acestora, precum și condițiile climatice și de tradiție ale locului și adaptarea la specificul meseriei pentru care se pregătește copilul sunt de asemenea necesare.
- ✓ Prin planificările unităților de învățare se va ține cont de eterogenitatea colectivelor de elevi, sub aspectul dezvoltării fizice, motrice/psihomotrice și al dizabilităților fizice constatate. Va fi obligatoriu menționată o rubrică în care se vor trece elementele de individualizare/personalizare a procesului.

## CONTRIBUȚIA SPECIFICĂ A DISCIPLINEI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT LA REALIZAREA COMPETENȚELOR CHEIE

Alături de celelalte discipline din planul de învățământ, educația fizică și sportul are numeroase posibilități de a contribui la formarea competențelor cheie ale elevilor din toate ciclurile de învățământ.

Planurile cadru de învățământ cât și programele școlare au fost concepute în spiritul corelării directe cu exigența stabilită pentru toate sistemele de învățământ din Comunitatea Europeană, concretizată în abilitarea fiecărui absolvent de învățământ obligatoriu cu cele opt competențe cheie (Anexa 1), fiecareia fiindu-i specifice **CUNOȘTINȚELE, ABILITĂȚILE ȘI ATITUDINILE** prin intermediul cărora absolventul ar putea să se insereze eficient în viața socială.

Indiferent de nivelul de învățământ la care predă, profesorul de educație fizică trebuie să-și raporteze efectele activității sale profesionale, inclusiv la dobândirea de către elevii săi a componentelor competențelor cheie.

Procesul de formare a acestor competențe cheie se întinde pe durata a 11 ani, fiecărui nivel de învățământ revenindu-i sarcini și atribuții specifice, concretizate în profilurile de formare al absolventului în finalul fiecărui ciclu de învățământ (clasa a IV-a, a VIII-a, a X-a, a XII-a). Astfel, profesorul de orice specialitate inclusiv cel de educație fizică și sport are la îndemână două repere care față de care să-și raporteze efectele muncii sale, respectiv, **COMPETENȚELE CHEIE** ca finalitate a sistemului de învățământ obligatoriu și **PROFILUL DE FORMARE** al absolventului ciclului de învățământ la care profesorul predă.

Pentru ca întreaga activitate didactică să fie corect orientată și eficient desfășurată este necesară cunoașterea în detaliu a acestor două repere și contribuția pe care o poate avea disciplina pe care o predă la realizarea acestora.

În ceea ce privește contribuția disciplinei educație fizică și sport la realizarea competențelor cheie este bine de reținut faptul că aceasta nu este egală (cantitativ și calitativ) asupra tuturor competențelor cheie, dar în același timp **poate contribui la realizarea deplină a fiecăreia dintre acestea.**

## CONTRIBUȚIA DISCIPLINEI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT LA REALIZAREA PROFILULUI DE FORMARE AL ABSOLVENTULUI DE CLASA a VIII-a

Profilul de formare al absolventului descrie așteptările exprimate față de elevi la sfârșitul unui nivel de învățământ.

- ⇒ profilul de formare al absolventului de învățământ preșcolar;
- ⇒ profilul de formare al absolventului la finalul ciclului primar, construit pe baza descriptivului nivelului elementar de deținere a competențelor cheie;
- ⇒ profilul de formare al absolventului învățământului gimnazial, construit pe baza descriptivului unui nivel intermediar de deținere a competențelor cheie;
- ⇒ profilul de formare al absolventului învățământului obligatoriu, construit pe baza descriptivului nivelului funcțional de deținere a competențelor cheie;
- ⇒ profilul de formare al absolventului ciclului secundar superior, construit pe baza descriptivului nivelului dezvoltat de deținere a competențelor cheie.

Profesorul de educație fizică poate avea catedra constituită atât din clase de nivel primar, gimnazial și liceal, cât și din clase aparținând celor trei cicluri. În acest context este necesară cunoașterea temeinică a celor trei profile de formare ale absolvenților, cât și aportul pe care trebuie să îl aducă disciplina educație fizică și sport la realizarea acestora.

## ASPECTE PRIVIND PROIECTAREA ȘI PLANIFICAREA ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ ȘCOLARĂ

### I. PROIECTAREA DEMERSULUI DIDACTIC

Este acea activitate desfășurată de profesor, care constă în anticiparea etapelor și a acțiunilor concrete de realizare a predării.

Proiectarea demersului didactic presupune:

1. Lectura personalizată a programelor școlare;
2. Studiarea documentelor școlare oficiale, respectiv: Planul-cadru, structura anului școlar, alte instrucțiuni/ precizări
3. În baza proiectării urmează elaborarea documentelor de planificare, respectiv:
  - a. eșalonarea unităților TEMATICE;
  - b. proiectarea unităților TEMATICE;
  - c. planificarea calendaristică;
  - d. Elaborarea proiectului didactic (debutanți)/ schiței de lecție

În proiectarea și planificarea activității, fiecare cadru didactic se va raporta la resursele oferite de către unitatea de învățământ, de condițiile climatice dominante, de nivelul de pregătire al elevilor și de tradiția școlii, selectând/ completând și organizând conținuturile în conformitate cu cerințele programei de specialitate.

În contextul noului curriculum, conceptul central al proiectării didactice este demersul didactic personalizat, iar instrumentul acestuia este **UNITATEA TEMATICĂ**.

Demersul personalizat se adresează atât profesorului care are dreptul de a se exprima, cât și al autorului unui manual, de a lua decizii asupra modalităților pe care le consideră optime în creșterea calității activității didactice, dar și elevilor, care vor beneficia de trasee individualizate de instruire.

## II. PLANIFICAREA ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ

Planificarea are la bază proiectarea didactică, prin intermediul acesteia se asigură conducerea științifică a procesului de învățământ, în sensul eșalonării conținutului instruirii în funcție de resursele umane și materiale de care dispune unitatea de învățământ/ profesorul.

Planificarea în educația fizică este o activitate cu un grad ridicat de complexitate determinat de o multitudine de variabile, dintre care menționăm:

- ⇒ natura domeniilor educației fizice;
- ⇒ dependența de resursele materiale disponibile;
- ⇒ condițiile pedoclimatice specifice zonei respective;
- ⇒ nivelul diferit al potențialului bio-psiho-motric al elevului;
- ⇒ tradiția școlii în plan sportiv;
- ⇒ necesitatea asigurării caracterului concentric al instruirii în abordarea componentelor unor domenii specifice;
- ⇒ concordanța cu opțiunile subiecților pentru unele forme de practicare a exercițiilor fizice.

Rezultatele acțiunii de planificare sunt ilustrate de documentele de planificare:

- a) *documente de planificare la nivelul colectivului de specialiști (catedră, comisie metodică etc.);*
- b) *documente individuale de planificare (obligatorii și opționale).*

La nivelul catedrei de educație fizică se elaborează *planul anual de activitate*. Acest document nu are o formă standardizată și include prevederi pentru următoarele capitole:

- activitatea didactică (sau de instruire);
- activitatea metodică-științifică;
- activitatea competițional-sportivă.

În contextul noului curriculum, planificarea calendaristică este un document administrativ care asociază elemente ale programei școlare cu alocarea de timp considerată optimă de către profesor pe parcursul unui an școlar.

În elaborarea planificării calendaristice, se recomandă parcurgerea următoarelor etape:

1. Precizarea duratei pentru care se elaborează planificarea calendaristică (semestru/ an școlar);
2. determinarea componentelor fiecărui domeniu prevăzut în programa școlară, care va fi abordat în cadrul lecțiilor;
3. Integrarea componentelor care vor fi abordate sub „umbrela” **UNITĂȚILOR TEMATICE**, denumite cât mai sugestiv de către fiecare profesor, ca de exemplu:
  - ⇒ *Capacitatea de organizare;*
  - ⇒ *Dezvoltare fizică armonioasă/ Armonie corporală;*
  - ⇒ *Motricitate generală/ Corpul uman și mișcarea;*
  - ⇒ *Motricitate specifică/ Exersăm împreună;*
  - ⇒ *Învățăm și practicăm discipline sportive/ Discipline sportive/ Ne înșipăm în sporturi;*
  - ⇒ *Ne protejăm individual și colectiv;*
  - ⇒ *Suntem fair-play/ Devenim fair-play.*
4. Realizarea asocierilor dintre competențele specifice și unitățile de învățare;
5. Stabilirea succesiunii de parcurgere a unităților de învățare;
6. Alocarea timpului considerat necesar pentru fiecare unitate de învățare/ temă, în concordanță cu competențele specifice vizate.

## II. PLANIFICAREA ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ

Planificarea are la bază proiectarea didactică, prin intermediul acesteia se asigură conducerea științifică a procesului de învățământ, în sensul eșalonării conținutului instruirii în funcție de resursele umane și materiale de care dispune unitatea de învățământ/ profesorul.

Planificarea în educația fizică este o activitate cu un grad ridicat de complexitate determinat de o multitudine de variabile, dintre care menționăm:

- ⇒ natura domeniilor educației fizice;
- ⇒ dependența de resursele materiale disponibile;
- ⇒ condițiile pedoclimatice specifice zonei respective;
- ⇒ nivelul diferit al potențialului bio-psiho-motric al elevului;
- ⇒ tradiția școlii în plan sportiv;
- ⇒ necesitatea asigurării caracterului concentric al instruirii în abordarea componentelor unor domenii specifice;
- ⇒ concordanța cu opțiunile subiecților pentru unele forme de practicare a exercițiilor fizice.

Rezultatele acțiunii de planificare sunt ilustrate de documentele de planificare:

- a) *documente de planificare la nivelul colectivului de specialiști (catedră, comisie metodică etc.);*
- b) *documente individuale de planificare (obligatorii și opționale).*

La nivelul catedrei de educație fizică se elaborează *planul anual de activitate*. Acest document nu are o formă standardizată și include prevederi pentru următoarele capitole:

- activitatea didactică (sau de instruire);
- activitatea metodică-științifică;
- activitatea competițional-sportivă.

În contextul noului curriculum, planificarea calendaristică este un document administrativ care asociază elemente ale programei școlare cu alocarea de timp considerată optimă de către profesor pe parcursul unui an școlar.

În elaborarea planificării calendaristice, se recomandă parcurgerea următoarelor etape:

1. Precizarea duratei pentru care se elaborează planificarea calendaristică (semestru/ an școlar);
2. determinarea componentelor fiecărui domeniu prevăzut în programa școlară, care va fi abordat în cadrul lecțiilor;
3. Integrarea componentelor care vor fi abordate sub „umbrela” **UNITĂȚILOR TEMATICE**, denumite cât mai sugestiv de către fiecare profesor, ca de exemplu:
  - ⇒ *Capacitatea de organizare;*
  - ⇒ *Dezvoltare fizică armonioasă/ Armonie corporală;*
  - ⇒ *Motricitate generală/ Corpul uman și mișcarea;*
  - ⇒ *Motricitate specifică/ Exersăm împreună;*
  - ⇒ *Învățăm și practicăm discipline sportive/ Discipline sportive/ Ne înșipăm în sporturi;*
  - ⇒ *Ne protejăm individual și colectiv;*
  - ⇒ *Suntem fair-play/ Devenim fair-play.*
4. Realizarea asocierilor dintre competențele specifice și unitățile de învățare;
5. Stabilirea succesiunii de parcurgere a unităților de învățare;
6. Alocarea timpului considerat necesar pentru fiecare unitate de învățare/ temă, în concordanță cu competențele specifice vizate.



## 1. GRAFICUL ANUAL DE EȘALONAREA A UNITĂȚILOR TEMATICE

2. Primul document de planificare pe care îl realizează profesorul de educație fizică este *Graful anual de eșalonare a unităților tematice*. Se elaborează sub formă grafică, pentru fiecare clasă. Cuprinde indicatori de recunoaștere (unitatea de învățământ, clasa, anul școlar, resurse materiale) și tabelul în care se eșalonează unitățile tematice.

Metodologia elaborării acestui document de planificare include următoarele etape:

1. Reprezentarea grafică a tabelului în care se vor eșalona unitățile tematice. În acest sens, profesorul va lua în considerare următoarele documente oficiale:

- ⇒ *planul cadru de învățământ, în care este prevăzut volumul de ore alocat clasei;*
- ⇒ *programa școlară de educație fizică, pentru clasele P-IV, V-VII, IX-XII;*
- ⇒ *structura anului școlar.*

În urma consultării documentelor menționate, profesorul va completa pe rubricile orizontale ale tabelului numărul de săptămâni, iar pe verticale unitățile tematice, domeniile și conținuturile pe care urmează să le abordeze de-a lungul anului școlar.

2. Stabilirea probelor de evaluare a nivelului de pregătire al elevilor și repartizarea acestora pe cele două semestre. Profesorul va consulta metodologia de aplicare a *Sistemului școlar de evaluare la educație fizică și sport* pentru ciclul de învățământ respectiv.

3. Combinarea unităților tematice. Spre deosebire de alte discipline din planul cadru de învățământ, educația fizică oferă, prin specificul său, posibilitatea abordării a mai mult de o unitate tematică într-o lecție. Acest fapt este impus și de domeniile diferite ale modelului de educație fizică, la diferite cicluri de învățământ. Numărul de unități de tematică ce pot fi abordate simultan variază. La fel și numărul de teme care vor fi alese pentru fiecare lecție. Se pot stabili 1-2 teme. Cele mai frecvente sunt lecțiile cu două teme. Combinarea lor se poate realiza astfel:

- ⇒ pentru lecțiile cu două teme: o calitate motrică (viteză sau îndemnare) și o deprindere motrică (dintr-o disciplină sportivă); o deprindere motrică și o calitate motrică (forță sau rezistență); două deprinderi motrice (din aceeași disciplină sportivă sau din discipline sportive diferite, deci din aceeași unitate de învățare sau din două unități de învățare diferite); două calități motrice.

În combinarea temelor de lecție se va ține cont de faptul că, în aceeași lecție nu se recomandă abordarea calităților motrice viteză și îndemnare, forță și rezistență și nici a calităților motrice viteză cu probă atletică alegere de viteză (sau rezistență, calitate motrică cu alegerea de rezistență, probă atletică).

Profesorul trebuie să aibă în vedere o solicitare rațională a organismului elevilor, de-a lungul învățării tematice și, de aceea, va avea în vedere alegerea unor teme care să solicite diferite grupe musculare. De exemplu, nu va plasa în lecție două probe atletice de sărituri sau două de aruncări.

În vederea facilitării transferului, ca mecanism de influențare pozitivă a procesului învățării de experiența motrică anterioară a copilului și a evitării interferenței (sau transferului negativ), profesorul poate să stabilizeze teme care să se susțină reciproc. De exemplu, *învățarea aruncării avârite cu o mână, solicitată de probă atletică aruncarea mingii de oină, va favoriza învățarea pasii și aruncărilor la poartă, din jocul de handbal. De asemenea, învățarea bătăii pe un picior din probele atletice de sărituri va favoriza deprinderea solicitată de aruncarea la coș din dribling, din jocul de baschet.*

Este foarte important ca profesorul să țină cont ca pentru probele de evaluare pe care le-a stabilit pentru fiecare semestru, să asigure elevilor un număr de ore de pregătire corespunzător.

4. Stabilirea numărului de lecții alocat fiecărei componente a unității tematice (Exemplu: pentru unitatea tematică „*Inițiere în atletism*” - domeniul „*Sărituri*”, avem următoarele componente tematice: „*Săritura în lungime cu 1 ½ pași în aer și „Săritura în înălțime cu pășire”*). Temele de lecție reprezintă componentele tematice pe care elevii trebuie să le exerseze în cadrul lecțiilor. De aceea, profesorul trebuie să le aloce un număr corespunzător de minute, de-a lungul mai multor lecții.

Successiunile de lecții cu aceeași temă sau cu teme provenind din aceeași unitate de învățare poartă denumirea de cicluri tematice.

5. Mărimea ciclurilor tematice depinde de temă. Astfel, se consideră că pentru învățarea sau consolidarea probelor atletice profesorul trebuie să lucreze circa 6-8 lecții. Pentru gimnastică acrobatică, unde programa prevede mai multe elemente acrobatică, precum și exerciții liber alese cu elemente impuse, ciclurile tematice pot fi de 14-16 lecții. Pentru săriturile cu sprijin, 6-8 lecții se consideră a fi suficiente pentru învățarea sau consolidarea (în funcție de clasă) a acestora. Jocurilor sportive le pot fi atribuite circa 70% din totalul lecțiilor de educație fizică dintr-un an școlar. Atunci când se combină cu alte teme, ciclurile tematice pot varia ca mărime. Ele vor conține minimum 6 lecții. De asemenea, se consideră oportună acordarea unui număr mai mare de lecții unităților de învățare cu conținuturi pe care elevii le parcurg pentru prima oară.

6. Amplasarea ciclurilor tematice în structura anului școlar. Este o operațiune importantă, dat fiind faptul că se recomandă ca vacanțele școlare să nu întrerupă ciclurile tematice. Excepție pot face ciclurile tematice pentru gimnastică sau jocuri sportive. Și ele, însă, trebuie să aibă cel puțin 6 lecții înainte de vacanță, astfel încât conținuturile respective să poată fi învățate sau consolidate, în funcție de temă. În ceea ce privește conținutul ciclurilor tematice, se recomandă ca cele destinate dezvoltării calităților motrice să le precedă pe cele destinate deprinderilor care solicită acele calități. De exemplu, ciclul tematic pentru dezvoltarea coordonării segmentare să îl precedă pe cel destinat învățării procedurilor tehnice din jocuri sportive. De asemenea, reținem că ciclul tematic pentru învățarea alergării de rezistență se va amplasa înaintea celui pentru învățarea alergării de viteză, dat fiind faptul că pasul lansat în timpul moderat se învață înaintea pasului accelerat de viteză.

Atunci când profesorul decide amplasarea ciclurilor tematice în structura anului va ține seama și de faptul că anumite unități de învățare se pot realiza în aer liber (probele atletice), altele în interior (în săli sau spații improvizate (gimnastică), iar altele se pot desfășura atât în interior, cât și în aer liber (jocurile sportive).

7. Stabilirea numărului de cicluri tematice. Realizarea competențelor specifice educației fizice școlare este condiționată de capacitatea profesorului de a alege conținuturile adecvate nivelului de pregătire al copiilor și resurselor care îi stau la dispoziție. În același timp, depinde și de măiestria profesorului de a asigura un conținut variat, atractiv în condițiile lucrului după o programă care are un caracter liniar și concentric. În consecință, anumite conținuturi pot fi redate de-a lungul anului școlar, de exemplu, ciclurile tematice cu conținuturi din jocuri sportive, gimnastică sau calități motrice, în timp ce ciclurile tematice destinate probelor atletice vor fi prezente o singură dată, pentru fiecare probă aleasă, în structura anului școlar.

8. Marcarea probelor de control. Evaluarea elevilor la educație fizică presupune verificarea acestora cu ajutorul a două tipuri de probe: unele prevăzute de *Sistemul școlar de evaluare la educație fizică și sport*, altele stabilite de profesor. Pentru a le deosebi, se recomandă marcarea lor în planul anual prin semne convenționale distincte.

În general, proiectarea unităților de învățare debutează cu o evaluare predictivă (inițială) și se încheie cu una sumativă (finală). Astfel, la clasa de debut de ciclu de învățământ (a V-a) în special, se vor susține evaluări inițiale care să ofere profesorului informații asupra nivelului de dezvoltare a calităților motrice sau a nivelului de însușire a deprinderilor motrice specifice disciplinelor sportive, predate în clasele anterioare. Aceste evaluări vor sta la baza proiectării didactice la educație fizică și va permite profesorului tratarea diferențiată a elevilor.

Parcurea acestor etape va conduce la realizarea eșalonării anuale a unităților de învățare. Aceasta va sta la baza elaborării planului calendaristic semestrial.

Unitate de învățare - componentă a procesului didactic, coerentă din punct de vedere tematic, desfășurată în mod continuu pe o perioadă de timp determinată și finalizată cu evaluare; succesiunea lecțiilor care au conținutul provenit dintr-o unitate de învățare poartă denumirea de sistem de lecții sau ciclu tematic.

În elaborarea Graficului anual de eșalonare a unităților tematice, s-au avut în vedere:

- condițiile de dotare, respectiv baza sportivă în aer liber și spații mici, improvizate pentru lucrul în interior;
- prevederile programelor;
- prevederile sistemului de evaluare prevăzut în programă.

Aspecte metodice care s-au luat în calcul:

- valorificarea potențialului verigilor (secvențelor de instruire) constante ale lecției respective;
- veriga de organizare a colectivului asigură cadrul necesar formării și consolidării cunoștințelor și deprinderilor de adunare, de aliniere, de deplasare, de întoarcere, de trecere dintr-o formație în alta;
- veriga de pregătire a organismului pentru efort asigură stabilizarea deprinderilor de mers, de alergare, de săritură a variantelor de deplasare cât și exersarea unor mișcări de bază ale segmentelor corpului;
- veriga de influențare selectivă a aparatului locomotor poate spori tezaurul de mișcări ale segmentelor corpului, perfecționând variantele de formații de lucru;
- veriga de dezvoltare a calităților motrice viteza și îndemânarea, abordate de obicei împreună, prin întreceri, realizată cu jocuri dinamice, ștafete, parcurși asigură stimularea permanentă a acestor două calități motrice;
- în aceeași măsură, veriga de dezvoltare a forței și rezistenței, realizează în mare măsură obiectivul de dezvoltare a acestor calități motrice.

Toate aceste verigi, corect valorificate, degreveză proiectarea de un număr important de teme ale lecțiilor.

Recomandări:

- corelarea temelor lecțiilor care vizează disciplinele sportive cu abordarea deprinderilor motrice de bază, combinate, de manipulare și de stabilitate, atât înainte cât și în paralel cu deprinderile sportive;
- evaluările sunt prevăzute, conform sistemului de evaluare, la toate elementele de conținut, elevul însă își va alege doar o probă atletică, o variantă de evaluare a vitezei sau rezistenței, o variantă de evaluare la gimnastică.
- realizați mai întâi cu creionul acest document, având astfel posibilitatea să valorificați mai bine cele 70 de lecții și să le repartizați conform situației concrete pe unități de învățare.

## 2. PLANIFICAREA CALENDARISTICĂ SEMESTRIALĂ SAU ANUALĂ

Se elaborează în concordanță cu planul anual de eșalonare a unităților tematice și oferă o imagine mai amănunțită asupra conținutului instruirii, respectiv a unităților de învățare prin faptul că precizează unitățile tematice, competențele specifice vizate, categoriile de conținuturi pe care profesorul le abordează lecție de lecție, ilustrând astfel contribuția activității de pe acel semestru la atingerea competențelor specifice.

Planificările calendaristice vor fi întocmite pornind de la modelul de rubrică prezentat alăturat.

## 3. PROIECTAREA UNITĂȚILOR TEMATICE

Conceptul de unitate tematică are rolul să materializeze conceptul de demers didactic personalizat, flexibilizând proiectarea didactică și definind în acest sens pentru practica didactică premise mai bine fundamentate din punct de vedere pedagogic.

Temele sunt enunțuri complexe legate de analiza scopurilor învățării, formulări fie originale, fie preluate din lista de conținuturi a programei, formulări care reflectă din partea profesorului o înțelegere profundă a scopurilor activității sale, talent pedagogic, inspirație, creativitate.

Stabilirea temei de către profesor pe baza lecturii programei, utilizând surse diverse, este primul pas în identificarea unităților tematice în care va fi împărțită materia anului școlar, respectiv, în organizarea unui demers didactic personalizat.

## Repere pentru prezentarea unei ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

Activitățile de învățare se construiesc prin corelarea competențelor cu conținuturile și presupun orientarea către un anumit scop, redat prin tema activității. În momentul propunerii lor spre rezolvare elevilor, activitățile de învățare vor fi transpuse într-o anumită formă de comunicare inteligibilă nivelului de vârstă.

Activitatea de învățare reprezintă cadrul de formare a unei competențe specifice, o modalitate de organizare a activității didactice în acest scop; activitatea de învățare presupune implicarea elevului într-un ansamblu de sarcini de lucru, în mod direct relevante pentru dezvoltarea unei competențe specifice.

Structura prezentată mai jos vizează propunerea unei activități de învățare pentru formarea/ exersarea/ dezvoltarea unei competențe specifice. Activitatea de învățare poate fi cea inclusă cu caracter de exemplu în programa școlară pentru o competență specifică, poate fi o activitate de învățare care modifică exemplul oferit de programa școlară sau o nouă activitate propusă de cadrul didactic.

Resursele cuprind acele elemente care asigură cadrul necesar pentru buna desfășurare a activităților de învățare. Astfel, profesorul va menționa în această rubrică forme de organizare a clasei (tipuri de interacțiuni ale resurselor umane), mijloace de învățământ, alocarea de timp, precum și orice alte elemente pe care le consideră utile în derularea scenariului didactic.

În condițiile noului curriculum, lectura programei și a manualelor nu mai este în mod obligatoriu liniară. Programa trebuie parcursă în mod necesar de către toți, dar ea, ca și manualele se pliază unei citiri personale și adaptate.

#### 4. PROIECTUL DIDACTIC

Proiectarea didactică pe termen scurt se referă la acțiunea profesorului de anticipare a modului în care urmează a fi abordate/realizate unitățile de învățare/temele în timpul alocat unei lecții de educație fizică. Concretizarea proiectării didactice – în cazul lecției – îl reprezintă **proiectul didactic**.

#### EVALUAREA ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ ȘCOLARĂ

Evaluarea reprezintă o etapă importantă ce se constituie ca un act integrat activității pedagogice, ca o posibilitate de validare a justetei secvențelor educative, a componentelor procesului didactic și un mijloc de delimitare și intervenție asupra procesului didactic.

În activitatea de educație fizică și sport, evaluarea reprezintă un sistem de concepții și tehnici referitoare la măsurarea și aprederea rezultatelor din cadrul procesului educativ și a activității competiționale.

Evaluarea nu trebuie înțeleasă și tratată ca fiind doar o modalitate de control sau o formă de măsurare obiectivă a nivelului de învățare/consolidare/perfecționare a deprinderilor și priceperilor motrice, de dezvoltare a calităților motrice sau a nivelului competențelor specifice, ci și ca o strategie în formarea motivației pentru practicarea sistematică a exercițiilor fizice.

În ceea ce privește obiectul evaluării în lecția de educație fizică și sport, acesta îl constituie modificările comportamentale produse de practicarea exercițiilor fizice în planul fizic, motric, afectiv, estetic, cognitiv, moral și social al subiectului.

Pentru realizarea unei evaluări obiective, programa școlară pentru disciplina Educație fizică și sport (*Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 3393 / 28.02.2017*), conține *Sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial*.

În perspectiva unui demers educațional centrat pe competențe, programa școlară aflată în vigoare prevede utilizarea cu preponderență a evaluării continue, formative. În acest sens, procesul de evaluare va îmbina formele tradiționale cu cele alternative (proiectul, portofoliul, autoevaluarea, evaluarea în perechi, observarea sistematică a activității și comportamentului elevului) și va pune accent pe:

- ⇒ corelarea directă a rezultatelor evaluate cu competențele specifice vizate de programa școlară;
- ⇒ valorizarea rezultatelor învățării prin raportarea la progresul școlar al fiecărui elev;
- ⇒ utilizarea unor metode variate de comunicare a rezultatelor școlare;
- ⇒ recunoașterea, la nivelul evaluării, a experiențelor de învățare și a competențelor dobândite în contexte non-formale sau informale.

## EVALUAREA ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ ȘCOLARĂ

În realizarea unei evaluări eficiente, profesorii vor utiliza *Sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial* care cuprinde domeniile evaluate, instrumentele (probele), repartizarea acestora pe clase, descrierea probelor și criteriile utilizate în evaluarea fiecărei probe, respectiv:

Nr. crt.	DOMENIUL	MIJLOACE	Clasa a V - a	Clasa a VI - a	Clasa a VII - a	Clasa a VIII - a
1.	Dezvoltare fizică armonioasă	Complex de dezvoltare fizică armonioasă	5 exerciții 4 x 8 timpi	6 exerciții 4 x 8 timpi	7 exerciții 4 x 8 timpi	8 exerciții 4 x 8 timpi
2.	Viteză	Naveta 10 x 5 m Alergere de viteză pe 50 m plat, cu start de sta	X	X	X	X
3.	Forță	Exerciții pentru dezvoltarea musculaturii grupelor musculare	1 exercițiu/ 3 grupe musculare	2 exerciții/ 2 grupe musculare	2 exerciții/ 3 grupe musculare	2 exerciții/ 4 grupe musculare
4.	Rezistență	Alergere de durată	4 min.	4 min.	4 min.	4 min.
5.	Adrețiu	Probi atletici la alegere (una din cele prevăzute în programa școlară)	X	X	X	X
6.	Gimnastică	Exerciții la sol cu elemente înșuse Mășină la un aparat de gimnastică (conform programelor școlare)	X	X	X	X
7.	Joc sportiv	O structură tehoică Joc bilateral	X	X (Alți joacă din anul I de instruire)	-	- X (jocul 2 alți clase a 72-și)

„Sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial” prevede bareme minimale echivalente notei 5 (cinci). Pentru acordarea calificativelor/ notelor superioare și inferioare notei 5, comisia metodică a profesorilor de educație fizică și sport va elabora scale de notare proprii. Valoarea performanțelor și echivalarea lor în note vor fi stabilite în funcție de numărul de ore săptămânal, condițiile de desfășurare a activității didactice, nivelul anterior de pregătire al elevilor, de progresul realizat de către aceștia, de factorii geoclimatici care determină volumul de activitate didactică pe unele dintre domeniile stabilite prin programa școlară.

Prin corelarea directă a rezultatelor evaluate cu competențele specifice vizate de programa școlară, evaluarea este considerată ca o componentă a sistemului educațional și are caracter global în ceea ce privește modul de angrenare a tuturor elevilor, într-un sistem de apreciere valorică.

## EVALUAREA ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ ȘCOLARĂ

În realizarea unei evaluări eficiente, profesorii vor utiliza *Sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial* care cuprinde domeniile evaluate, instrumentele (probele), repartizarea acestora pe clase, descrierea probelor și criteriile utilizate în evaluarea fiecărei probe, respectiv:

Nr. crt.	DOMENIUL	MIJLOACE	Clasa a V - a	Clasa a VI - a	Clasa a VII - a	Clasa a VIII - a
1.	Dezvoltare fizică armonioasă	Complex de dezvoltare fizică armonioasă	5 exerciții 4 x 8 timpi	6 exerciții 4 x 8 timpi	7 exerciții 4 x 8 timpi	8 exerciții 4 x 8 timpi
2.	Viteză	Naveta 10 x 5 m Alergere de viteză pe 50 m plat, cu start de sta	X	X	X	X
3.	Forță	Exerciții pentru dezvoltarea musculaturii grupelor musculare	1 exercițiu/ 3 grupe musculare	2 exerciții/ 2 grupe musculare	2 exerciții/ 3 grupe musculare	2 exerciții/ 4 grupe musculare
4.	Rezistență	Alergere de durată	4 min.	4 min.	4 min.	4 min.
5.	Adrețiu	Probi atletici la alegere (una din cele prevăzute în programa școlară)	X	X	X	X
6.	Gimnastică	Exerciții la sol cu elemente înșuse Mășină la un aparat de gimnastică (conform programelor școlare)	X	X	X	X
7.	Joc sportiv	O structură tehoică Joc bilateral	X	X (Alți joacă din anul I de instruire)	-	- X (jocul 2 alți clase a 72-și)

„Sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial” prevede bareme minimale echivalente notei 5 (cinci). Pentru acordarea calificativelor/ notelor superioare și inferioare notei 5, comisia metodică a profesorilor de educație fizică și sport va elabora scale de notare proprii. Valoarea performanțelor și echivalarea lor în note vor fi stabilite în funcție de numărul de ore săptămânal, condițiile de desfășurare a activității didactice, nivelul anterior de pregătire al elevilor, de progresul realizat de către aceștia, de factorii geoclimatici care determină volumul de activitate didactică pe unele dintre domeniile stabilite prin programa școlară.

Prin corelarea directă a rezultatelor evaluate cu competențele specifice vizate de programa școlară, evaluarea este considerată ca o componentă a sistemului educațional și are caracter global în ceea ce privește modul de angrenare a tuturor elevilor, într-un sistem de apreciere valorică.

## EVALUAREA ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ ȘCOLARĂ

### Tipuri de evaluare în educația fizică școlară

În procesul didactic se disting trei feluri de evaluare: **predictivă, formativă și sumativă.**

- a) **Evaluarea predictivă** sau inițială, permite cunoașterea inițială al potențialului biomotric al elevilor, cunoaștere ce are un rol deosebit în programarea procesului instructiv-educativ ce urmează a fi desfășurat. Evaluarea inițială, are ca obiective stabilirea valorii de moment și constatarea aptitudinilor elevilor. De regulă, se realizează prin măsurarea și aprecierea nivelului de pregătire a elevilor la începutul anului școlar, a semestrului sau la începutul unui nou ciclu de învățământ, ceea ce permite orientarea activității didactice viitoare.
- b) **Evaluarea formativă** (denumită și continuă) se desfășoară în timpul lecțiilor, pe tot parcursul semestrului și are ca obiectiv constatarea acumulărilor, în funcție de competențele specifice vizate. Are influență formativă. Acest tip de evaluare este importantă, întrucât oferă date precise privind eficiența programului de instruire oferit și stimulează elevii. Avantajul aplicării evaluării continue este dat de faptul că apare posibilitatea reprogramării permanente a activității de instruire, ceea ce duce la îndreptarea greșelilor și la realizarea unui progres continuu. Când progresul realizat nu este cel așteptat, se impune reproiectarea unor sarcini, metode, mijloace, a strategiei didactice.
- c) **Evaluarea sumativă** (cumulativă, finală) cuprinde verificarea globală la finalizarea fiecărei unități tematice. Important în acest tip de evaluare este faptul că oferă date privind nivelul real de formare a competențelor specifice, de stăpânire a cunoștințelor și priceperilor la sfârșitul perioadei/ secvenței de instruire alocată de către profesor, conform programei școlare. Evaluarea sumativă urmărește verificarea nivelului atins și eficiența strategiei, stimulează motivația pentru învățare a elevilor. Evaluarea finală reprezintă o formă de apreciere a randamentului realizat în cadrul procesului didactic, dar și o bază de plecare pentru noua proiectare a activității.

**CONSILIUL CONSULTATIV 2024-2025**  
**RESPONSABILI CENTRE METODICE 2024-2025**



În anul școlar 2023-2024, în calitatea pe care am avut-o în cadrul Inspectoratului Școlar Județean Dâmbovița, am încercat să îmi folosesc competențele și întreaga capacitate de muncă în interesul instituției, a implementării măsurilor de reformă, cu probitate morală și profesională, conform fișei postului și Codului de conduită.



Succes în noul an școlar  
2024-2025

**MULȚUMESC!**

Prof. OSTAFI DAN DORIN,  
INSPECTOR ȘCOLAR







# CONTACT



**Prof. Ostafi Dan Dorin**

*Inspectoratul Școlar Județean Dâmbovița*

*Calea Domnească, nr.127, Târgoviște, Dâmbovița*



[dorinostafi@gmail.com](mailto:dorinostafi@gmail.com)



+40 0726732589