

Cod 35

PROIECT EDUCAȚIONAL

„SĂNĂTATE PRIN MIȘCARE”

COORDONATORI: Prof. Cornelius SERGHIE

- Prof. Tibi VLAD

„Nimic nu îl epuizează și nu îl ruinează mai mult pe om decât inactivitatea fizică permanentă”. (Aristotel)

ARGUMENT

Mișcarea fizică este cea care ne ajută să ne tonifiem corpul, să fim mai energici sau chiar să ne îmbunătățim starea de sănătate. Exerciții fizice ușoare, antrenamente intense sau tehnici noi, care implică atât corpul, cât și mintea, toate formele de sport sunt binevenite atunci când conștientizăm câte beneficii ne aduce acest stil de viață. Comoditatea e uneori mai puternică decât dorința de a arăta bine, sănătoși, tonici, în formă. De aceea avem nevoie de motivații puternice pentru a ne mobiliza să ne autocultivăm intens rezistența fizică și psihică. Pentru asta, noi profesorii am gândit o acțiune interdisciplinară prin care să implementăm și să mediatizăm beneficiile mișcării asupra armoniei corporale și asupra componentei psihologice.

COORDONATORI

- Prof. SERGHIE CORNELIUS
- Prof. VLAD TIBI

OBIECTIVE:

- Promovarea și menținerea sănătății, a stării de bine a copiilor prin mișcare;
- Promovarea modalităților de petrecere a timpului liber în mod plăcut și util;
- Cultivarea și valorificarea potențialului creator al copiilor.
- Dezvoltarea componentelor educaționale, cu accent pe educația fizică și artistică a participanților;
- Dezvoltarea la copii a unei atitudini responsabile față de viitorul lor în sport, precum și rolul mișcării în activitatea de zi cu zi;
- Dezvoltarea altor stiluri de învățare;
- Creșterea capacității de motivare în realizarea mișcărilor specifice disciplinei sportive practicate;
- Cunoașterea importanței legăturii sănătății fizice și sănătății mentale;
- Cunoașterea și socializarea între sportivi, asigurând implementarea mult mai puternică a spiritului de fair-play în manifestările sportive în care urmează să se întâlnească.

GRUP ȚINTĂ: elevii claselor :VIII-C, XII-A,XII-B,XII-C si IX-A, IX-C, IX-D,IX-E.

Locul de desfășurare:Liceul Teoretic Nicolae Iorga, Bucuresti,sala de sport sau terenul de sport

NR. LOCURI 20

NR. ORE - 18 ore

NR. ORE ACTIVITĂȚI INDEPENDENTE – 12 ore

INSTRUMENTE DE EVALUARE:

1. Portofoliu/portofolii elevi
2. Chestionar

3. Diseminarea se va realiza, prin crearea unui panou cu fotografiile de la activități, prin realizarea unui raport final.

DOCUMENTE PROGRAM:

1. Fișa programului
2. Fișe de prezență elevi
3. Portofoliu program/Portofolii elevi
4. Raport de evaluare program

| Nr.Crt | Tema activitatii Continutul activitatii | Locul desfasurarii | Data Nr.de ore | Responsabil |
|--------|---|---|-------------------|-----------------------|
| 1. | Campionate de fotbal si baschet clasele a VIII-a si a XII-a | SALA de Sport(sau teren de sport) a LIC.Teoretic Nicolae Iorga, Bucuresti | 18 Aprilie 2016 | Prof.Serghe Cornelius |
| 2. | Campionate de fotbal si baschet clasele a IX-a | SALA de Sport(sau teren de sport) a LIC.Teoretic Nicolae Iorga, Bucuresti | 21 Aprilie 2016 | Prof.Vlad Tibi |

ORAR ELEVI (20 de ore)

| ACTIVITATEA | PROGRAM | LOC DE DESFĂȘURARE | NR. ORE |
|--|--|---|------------|
| Prezentarea programului si a modalitatilor de realizare/monitorizare/evaluare | LUNI 8-14 (prof.Serghe Cornelius) JOI 14-18 (prof. Vlad Tibi) | SALA de Sport(sau teren de sport) a LIC.Teoretic Nicolae Iorga, Bucuresti | 10 |
| Pregatire elevi/instruire specifica pentru sport/ pregatire jocuri sportive/meciuri/campionate | LUNI 8-14 (prof.Serghe Cornelius) Joi 14-18 (prof. Vlad Tibi) | SALA de Sport(sau teren de sport) a LIC.Teoretic Nicolae Iorga, Bucuresti | 10 |

ORAR CADRU DIDACTIC (40 de ore)

| ACTIVITATEA | PROGRAM | LOC DE DESFĂȘURARE | NR. ORE |
|---|--------------------|-----------------------|---------|
| Intocmire documentatie program | | La școală si acasa | 6 |
| Intocmirea fiselor de lucru | | | 8 |
| Activități cu elevii | Conform orar elevi | Conform orar elevi | 18 |
| Evaluarea activitatii/rezultatelor elevilor (6 portofolii/ora) | | | 6 |
| Intocmire raport de evaluare program | | Acasa | 2 |