



MINISTERUL
EDUCAȚIEI, CULTURII
ȘI CERCETĂRII

Anexă la Ordinul MECC
nr. 839 din 18 august 2020

**REPERE METODOLOGICE
PRIVIND ORGANIZAREA PROCESULUI EDUCAȚIONAL
LA DISCIPLINA ȘCOLARĂ
EDUCAȚIE FIZICĂ
ÎN ANUL DE STUDII 2020-2021**

Chișinău, 2020

**ORGANIZAREA PROCESULUI EDUCAȚIONAL
LA DISCIPLINA ȘCOLARĂ
EDUCAȚIE FIZICĂ
ÎN ANUL DE STUDII 2020-2021**

PRELIMINARII

Educația fizică (treapta primară, gimnazială și liceală) este o disciplină de bază obligatorie din aria curriculară Sport, conform Planului-cadru pentru învățământul primar, gimnazial și liceal, aprobat prin ordinul Ministrului Educației, Culturii și Cercetării nr. 396 din 06.04.2020, care asigură formarea capacităților socio-psiho-motrice, a atitudinilor de autoafirmare, autoevaluare și de orientare valorică a personalității. Educația fizică școlară dezvoltă accesul la un domeniu bogat de practică, cu o puternică implicare culturală și socială, importantă în dezvoltarea vieții personale și colective a individului, propunându-și drept scop, pe parcursul anilor de școală, să formeze un cetățean lucid, educat, autonom din punct de vedere fizic și social.

Ca proces pedagogic, educația fizică valorifică sistematic ansamblul formelor de practicare a exercițiilor fizice în activități educaționale și cotidiene, și contribuie la realizarea finalităților generale ale educației alături de celelalte discipline școlare.

În cadrul studierii disciplinei *Educație fizică* în învățământul general rolul prioritar se conferă finalităților învățării, care sunt exprimate în termeni de competență și impun categoric selectarea și organizarea conținuturilor, alegerea strategiilor de instruire și de evaluare.

Scopul disciplinei este de a asigura un conținut atractiv și eficient pentru lecțiile organizate, astfel, încât educația fizică școlară să pună bazele educației fizice permanente, care înseamnă un stil de viață activ și sănătos, în acest context, ținând cont de particularitățile specifice ale procesului educațional în contextul crizei epidemiologice COVID-19, odată cu punerea în aplicare a oricărui model selectat la nivelul instituției de învățământ pentru organizarea procesului educațional în anul de studii 2020-2021, cadrul didactic va asigura organizarea activităților motrice specifice *Educației fizice* astfel încât elevii să fie protejați de infectare și să prevină răspândirea virusului COVID-19.

Prin promovarea încrederii în profesorul de *Educație fizică*, prin sporirea libertăților și responsabilităților în proiectarea parcursului de formare a elevului, în funcție de multipli factori de impact ce țin de specificul resurselor umane și materiale, **în contextul crizei epidemiologice COVID-19**, profesorului i se oferă dreptul de a decide în acord cu alți actori ai procesului educațional (elevi, manageri educaționali):

- ***care module va selecta dintre cele propuse de curriculum;***
- ***cum va ordona modulele obligatorii și cele la alegere pe parcursul anului de studii;***
- ***ce probe sportive va alege, respectiv, din fiecare modul;***
- ***până la ce nivel/subnivel, dintre cele indicate în Curriculum, va avansa studierea unei probe sportive;***
- ***în ce măsură va valorifica conținuturile de învățare propuse;***
- ***cum va pune în valoare activitățile de învățare recomandate;***
- ***care dintre produsele evaluabile recomandate le va alege în fiecare caz pentru fiecare elev.***

**I. IMPLEMENTAREA DOCUMENTELOR DE POLITICI EDUCAȚIONALE
ÎN ANUL DE STUDII 2020-2021**

1.1. Cadrul normativ de organizare a procesului educațional

- Codul Educației al Republicii Moldova, modificat prin LP 138 din 17.06.2016, MO184-192/01.07.16 art.401, intrat în vigoare 01.07.2016;
- Planul-cadru pentru învățământul primar, gimnazial și liceal anul de studii 2020-2021 (aprobat prin ordinul nr. 396 din 06.04.2020);
- Curriculumul pentru învățământul primar (aprobat prin ordinul nr. 1124 din 20.07.2018);

- Curriculum național. Disciplina *Educație fizică* pentru clasele V-VII, X-XII (aprobat prin ordinul nr. 906 din 17.07.2019);
- Ghidul de implementare a curriculumului disciplinar în clasele I-IV (2018), în clasele V-IX și în clasele X-XII (2019);
- Ordin nr.1249 din 22.08.2018 cu privire la aprobarea instrucțiunii privind managementul temelor pentru acasă, în învățământ primar, gimnazial și liceal;
- Ordin nr. 842 din 03.07.2019 cu privire la aprobarea instrucțiunilor privind completarea catalogului școlar;
- Ordin nr.1619 din 10.12.2019, Cu privire la aprobarea Programului activităților extrașcolare în învățământul primar și secundar, ciclul I și II;
- Ordin nr. 351 din 19.03.2020, cu privire la aprobarea „Metodologiei privind continuarea la distanță a procesului educațional în condiții de carantină în învățământul primar, gimnazial și liceal”;
- Ordin nr. 840 din 19 august, 2020, cu privire la aprobarea Reglementărilor speciale privind organizarea anului de studii 2020-2021, în contextul epidemiologic de COVID-19, pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial, liceal și extrașcolar.

1.2 Regulamentul privind evaluarea și notarea rezultatelor învățării, promovarea și absolvirea în învățământul primar și secundar (ordinul MECC nr.70 din 30.01.2020)

Prezentul regulament este elaborat în conformitate cu Codul educației nr.152/2014 și Cadrul de referință al Curriculumului Național aprobat prin ordinul ministerului nr.432/2017 și are ca scop determinarea normelor obligatorii de evaluare și notare a rezultatelor învățării.

În cadrul disciplinei *Educație fizică* în învățământ primar, gimnazial și liceal se aplică evaluarea criterială prin descriptori (ECD) care reprezintă un sistem de eficientizare permanentă și diferențiată a învățării, predării și evaluării prin criterii și descriptori, fără acordarea notelor.

Pentru elevii eliberați de efortul fizic regulamentul stipulează:

- „*pe întregul parcurs al anului de studii*”, în catalogul școlar, precum și la înregistrarea situației școlare, se indică „scutit”, iar documentul medical se anexează la dosarul personal al elevului;
- „*parțial*” (pe durata unui semestru), la stabilirea situației școlare anuale, se va înregistra calificativul semestruului al doilea;
- „*parțial, cu limitarea efortului fizic*”, conform recomandărilor medicilor, sunt apreciați prin descriptori cu calificative, conform prevederilor curriculare.

1.3. Instrucțiunea privind completarea catalogului școlar

Evidența curentă a frecvenței și performanțelor elevilor, precum și a conținuturilor educaționale, se va realiza în catalogul școlar în conformitate cu „Instrucțiunea privind completarea catalogului școlar”, clasele V-XII, aprobată prin Ordinul MECC nr. 590 din 26.06.2020.

Cadrele didactice sunt obligate să înregistreze în catalog rezultatele școlare ale elevilor conform normelor în vigoare, art.16, pct.4, pct.5 din Codul educației nr.152 din 17.07.2014.

Astfel, vor fi trecute în catalogul școlar doar evaluările formative proiectate și cele sumative. Într-un semestru în registru, vor fi completate cinci coloane, dintre care: trei vor reflecta rezultatele la evaluările formative, una - la evaluarea sumativă și una – media evaluărilor. Rezultatele evaluării inițiale nu se vor scrie în catalog.

- calificativele se vor nota cu majuscule de tipar: **FB** – „foarte bine”; **B** – „bine”; **S** – „suficient”;

- calificativele se vor scrie în catalog la data realizării respectivei evaluări, în termen de, cel mult, cinci zile lucrătoare.
- în catalogul clasei, la pagina disciplinei la rubrica „*Note*” va fi indicat numărul de ore proiectate în Planul de recuperare.

1.4 Instrucțiunea privind managementul temelor pentru acasă în învățământul primar, gimnazial și liceal (ordinul MECC nr.1249 din 22.08.2018).

În învățământul primar, gimnazial și liceal la disciplina Educație fizică temele pentru acasă au rolul de:

- consolidare a conținuturilor didactice studiate la lecție;
- formare a deprinderilor de lucru independent;
- explorare a zonelor de interes ale elevilor;
- obținere a unor efecte durabile ale învățării în traseul formării personale;
- consolidare a imaginii de sine a elevului, stimulare a motivației, curiozității și responsabilității elevului, dezvoltându-i încrederea în forțele proprii;
- consolidare a parteneriatului școală-familie, școală- comunitate prin respectarea principiului de șanse egale, creștere a încrederii familiei în școală.

Managementul temelor pentru acasă presupune proiectarea în corespundere cu cerințele curriculare și fixarea în catalogul școlar la rubrica *sarcini de învățare*.

Atenție:

- în ciclul gimnazial în primele două săptămâni de studiu nu se realizează teme pentru acasă;
- în perioada de vacanță, după probele de evaluare sumativă și în zilele de activități transdisciplinare (ciclul primar), nu se vor proiecta teme pentru acasă.
- nu se admite utilizarea temelor pentru acasă ca instrument de pedeapsă: teme cu volum mare și grad înalt de complexitate, exerciții repetitive, teme necunoscute și neexersate la lecție.
- temele pentru acasă vor reflecta doar conținuturile care au fost studiate la lecție și nu implică studiu individual suplimentar din partea elevului;
- cadrul didactic argumentează necesitatea sarcinilor pentru acasă, motivează elevii pentru realizare, stimulează activitatea de colaborare și explică modalitatea de evaluare a acestora;
- temele pentru acasă vor fi atractive și creative pentru stimularea interesului elevilor față de învățare, și nu cauzeze oboseala fizică și emoțională.

1.5 Metodologia privind continuarea la distanță a procesului educațional în condiții de carantină pentru ciclul primar, gimnazial și liceal.

Metodologia stabilește modul de continuare a procesului educațional în instituțiile de învățământ primar, gimnazial și liceal în condiții de carantină, când prezența fizică a elevilor în sălile de clasă este imposibilă/restricționată.

Scopul metodologiei este de a reglementa acțiunile manageriale și didactice privind organizarea și desfășurarea învățământului la distanță în condiții de carantină.

Organizarea și desfășurarea procesului educațional în condiții de carantină se bazează pe utilizarea mijloacelor instruirii asistate de calculator și metodelor de instruire la distanță.

Formele de comunicare la distanță recomandate sunt:

- **Sincronă**- desfășurarea procesului de învățare într-un mediu virtual, cu participarea simultană a elevilor, a cadrelor didactice, eventual și a părinților/reprezentanților legali ai copiilor;
- **Asincronă**- desfășurarea procesului de învățare într-un mediu virtual, la care elevii și cadrele didactice nu sunt conectați simultan;
- **Mixtă**- desfășurarea procesului de învățare atât sincron cât și asincron;

Deciziile referitoare la mijloacele tehnice și de program pentru organizarea și desfășurarea procesului educațional la distanță se iau de către OLSDÎ și instituțiile de învățământ. După stabilirea platformei de lucru cadrul didactic proiectează demersul educațional la distanță din perspectiva teoriei curriculare:

- elaborează/adaptează/selectează resursele informaționale digitale/suporturi didactice pentru lecție la distanță conform proiectului de lungă durată ținând cont de specificul resurselor umane și materiale;
- scenarizează/proiectează activitățile din cadrul lecțiilor la distanță, nu elaborează proiecte didactice de scurtă durată propriu-zise, dar asigură succesiunea secvențelor instituționale specifice și dozarea timpului în lecția la distanță;
- elaborează/adaptează/selectează instrumente de evaluare aplicabile la distanță în situația concretă în conformitate cu proiectul didactic de lungă durată, respectând rigorile cadrului curricular al disciplinei, regulamentelor și metodologiilor aprobate de MECC.

În realizarea procesului educațional la distanță, cadrul didactic abordează elevul ca subiect al educației:

- combină activități de predare sincron cu activități de predare asincron, activități ghidate, semi-ghidate, de lucru independent și în grup;
- folosește o varietate de metode și tehnici de predare interactivă, centrate pe elev, pe interesele și nevoile acestuia și nu doar oferă sarcini;
- exclude situațiile în care elevul rămâne un simplu spectator/consumator de informație;
- elevul trebuie să fie implicat activ în proces, în corespundere cu specificul de vârstă;

II. ASPECTE SPECIFICE PROCESULUI EDUCAȚIONAL LA DISCIPLINA EDUCAȚIE FIZICĂ

2.1 Sugestii privind proiectarea didactică

Conceptul central al proiectării curriculare la disciplină este **proiectarea didactică personalizată**. Curriculumul disciplinar constituie reperul principal, document reglator pentru proiectarea personalizată a activității didactice la clasă.

Proiectarea demersului didactic la disciplina *Educație fizică* se va realiza eșalonat pe două niveluri interconținute:

- *proiectarea de lungă durată* (pentru un an școlar);
- *proiectarea de scurtă durată*: elaborarea proiectelor de lecție (sau altă formă de organizare, de exemplu, excursie).

Structura recomandată a proiectului de lungă durată și a proiectului de scurtă durată este prezentată în Ghidul de implementare a curriculumului disciplinar.

2.2. Aspecte specifice ale procesului privind "Recuperarea/recapitularea și evaluarea materiei pentru perioada desfășurării învățământului la distanță, martie-mai 2020 la începutul anului de studii 2020-2021"

În contextul crizei epidemiologice COVID-19, odată cu punerea în aplicare a oricărui model selectat la nivelul instituției de învățământ, pentru organizarea procesului educațional, punctul de pornire a demersului didactic va fi orientat spre **Recapitularea/recuperarea materiei de studii, preponderent pe unitățile de competență, proiectate în curricula disciplinare** (în baza unităților de conținut studiate în condițiile pandemiei, perioada martie-mai 2020):

1. *Stabilirea de cadrul didactic în comun cu elevii a perioadei de timp necesare pentru recapitularea/recuperarea materiei de studii, și de acoperire a unor „rezerve” identificate în cunoștințele elevilor;*

2. *În cazul în care este decis continuarea parcursului MODULELOR în anul 2020-2021 pe alt nivel/ subnivel (2019-2020 - A1, 2020-2021 - A2) a celor din anul precedent, recapitularea/recuperarea materiei pentru perioada martie-mai 2020 (module studiate în condițiile pandemiei) va fi desfășurată odată cu parcurgerea modulului prin proiectarea studierii unităților de conținut, formarea unităților de competență, (Model I și II al proiectării Administrării disciplinei).*

Model I. Proiectul de administrare a disciplinei în contextul "Recuperarea/ recapitularea și evaluarea inițială la începutul anului de studii 2020-2021"

Nr. crt.	Module	Nr. ore	Evaluări		
			EI	EF	ES
Semestrul I					
1	Atletism	12	1	1	1
2	Volei	10	1	1	
3	Turism	9	1	1	
Total semestrul I		31	3	3	1
Semestrul II					
4	Badminton	10	1	1	1
5	<i>Recuperarea/ recapitularea materiei care nu au fost parcurse în anul de studii precedent în perioada martie-mai 2020</i> Modulul 5 Gimnastică Nivel A 1 Gimnastică Nivel A 2	14	1	1	
6	<i>Recuperarea/ recapitularea materiei care nu au fost parcurse în anul de studii precedent în perioada martie-mai 2020</i> Modulul 5 Fotbal Nivel A 1 Fotbal Nivel A 2	14	1	1	
Total semestrul II		38	3	3	1
Total an		69	6	6	2

Model II. Proiectul de administrare a disciplinei în contextul "Recuperarea/ recapitularea și evaluarea inițială la începutul anului de studii 2020-2021"

Nr. crt.	Module	Nr. ore	Evaluări		
			EI	EF	ES
Semestrul I					
1	Atletism	10	1	1	1
2	Volei	10	1	1	
3	<i>Recuperarea/ recapitularea materiei care nu au fost parcurse în anul de studii precedent în perioada martie-mai 2020 –</i> Modulul Turism Nivel A1 Turism Nivel A2	11	1	1	
Total semestrul I		31	3	3	1

3. În cazul în care **MODULE LA ALEGERE** au fost studiate în condițiile pandemiei, perioada martie-mai 2020 și pentru anul de studii 2020-2021 este decis de a alege alt modul, recapitularea/recuperarea materiei a modulului studiat va fi planificată la începutul Modulul 1, punct de pornire a demersului didactic pentru anul de studii 2020-2021 (**Model III al proiectării Administrării disciplinei**);

Model III. Proiectul de administrare a disciplinei în contextul "Recuperarea/ recapitularea și evaluarea inițială la începutul anului de studii 2020-2021"

Nr. crt.	Module	Nr. ore	Evaluări		
			EI	EF	ES
Semestrul I					
1	Recuperarea/ recapitularea materiei care nu au fost parcurse în anul de studii precedent în perioada martie-mai 2020 – Modulul Turism Nivel A 1 Atletism	14	1	1	1
2	Volei	10	1	1	
3	Oina	7	1	1	
Total semestrul 1		31	3	3	1
Semestrul II					
4	Gimnastică	10	1	1	1
5	Șah	12	1	1	
6	Fotbal	16	1	1	
Total semestrul 2		38	3	3	1
Total an		69	6	6	2

4. Administrarea **Evaluării inițiale** pe materia de studiu la modulele în care se proiectează recapitularea/recuperarea materiei studiate în condițiile pandemiei, perioada martie-mai 2020:

- a. va fi obligatorie și deplasată în timp, după ce cadrul didactic va fi sigur că, în cadrul procesului de recapitulare/recuperare a materiei de studiu sunt acoperite „rezervele” identificate;
- b. va fi selectat produsul/ produsele evaluabile care să reflecte unitățile de competență pentru ambele niveluri/ subniveluri de studiu ale modulului;

5. Proiectarea demersului didactic pentru studierea materiei noi, va fi determinată în funcție de rezultatele elevilor la **Evaluarea inițială** a recapitulării/recuperării.

6. În perioada de recuperare elevii vor fi încurajați să pună accent pe autoevaluare, iar cadrele didactice vor aprecia competențele formate la elevi, fără acordarea calificativului.

În condițiile specifice de organizare a procesului educațional, conceptul demersului didactic se va axa pe următoarele prevederi:

1. Plasarea accentului pe îmbinarea predării și învățării față în față pe învățarea la distanță, independentă;
2. Plasarea accentului pe însușirea tehnicilor de învățare individuală, independentă și pe aplicarea lor în studierea materiei noi;
3. Cadrul didactic va propune elevilor algoritmul de acțiuni și metode/ tehnici de învățare pentru fiecare lecție care sunt cele mai relevante privind studierea temelor respective care va fi determinat de logica studierii disciplinei școlare.

În proiectele didactice de lungă durată se va include planul de recuperare a materiei care nu au fost parcurse în anul de studii precedent din cauza situației de pandemie și desfășurării

învățământului la distanță. Profesorul de educație fizică va include temele care au fost parcurse în perioada martie-mai 2020, la începutul modulului.

Model I. Proiectare a Modulului 1 în contextul "Recuperarea/ recapitularea și evaluarea inițială la începutul anului de studii 2020-2021" clasa a VI-a

Modulul 1. ATLETISM – 14 ore

UC	Detalii de conținut	Nr. ore	Data	Evaluare	Resurse	Observații
A1 R. 6.1. R. 6.2. R. 6.3. R. 6.4	<p>Conținuturi cognitive: Modulul Turism - Recuperarea/ recapitularea materiei pentru anul 2019-2020 <i>Temă inter/transdisciplinară: Motivația pentru practicarea exercițiului fizic și a sportului (flashmob)</i> <i>Beneficiile practicării turismului pedestru</i> <i>Reguli de securitate în cadrul activităților turistice pedestre</i></p> <p>Modulul 1. Atletism Tema inter/transdisciplinară: 1.1. Reguli de securitate 1.2. Alergări: cu pași adăugați, cu pași încrucișați; 1.3. Sărituri: în lungime, în înălțime, în adâncime; 1.4. Aruncări: la țintă, la distanță, pe loc și cu elan</p>			EI		
A1 R. 6.1. R. 6.2. R. 6.3. R. 6.4	Conținuturi practice Modulul Turism - Recuperarea/ recapitularea materiei pentru anul 2019-2020					
	<i>Echipamentul turistic individual, colectiv și special</i>	pe parcursul Modulului				
	<i>Orientare după busolă, hartă, elemente ale naturii</i>					
	<i>Tehnica deplasării și traversării obstacolelor naturali</i>					
	<i>Tehnica deplasării și traversării obstacolelor artificiali</i>					
A2 1.1. 1.2. 1.3. 1.4.	Conținuturi practice Modulul Atletism					
	1. Exerciții speciale ale alergătorului	1				
	2. Alergare de viteză pe distanțe scurte, startul de sus	1				
	3. Alergare de suveică	1				
	4. Alergare de rezistență în tempo variat	1				
	5. Alergare de rezistență în tempo uniform	1		EI		
	6. Alergare de rezistență pe teren accidentat	1				
	7. Exerciții speciale ale săritorului.	1				
	8. Sărituri în lungime de pe loc în diferite variații	1				
	9. Sărituri în lungime de pe loc în diferite poziții	1				
	10. Săritura în lungime de pe loc	1				
	11. Exerciții speciale ale aruncătorului.	1				
	12. Aruncarea mingii mici la țintă de pe loc	1				
	13. Aruncarea mingii mici la țintă din elan	1				
	14. Evaluare formativă. P1: Alergare: de viteză; P2: Săritura în lungime de pe loc; P3: Aruncarea mingii mici în țintă	1		EF		

Model II. Proiectare a Modulului 1 în contextul "Recuperarea/ recapitularea și evaluarea inițială la începutul anului de studii 2020-2021" clasa a VI-a

Modulul 1. ATLETISM – 14 ore

<i>UC</i>	<i>Detalii de conținut</i>	<i>Nr. ore</i>	<i>Data</i>	<i>Evaluare</i>	<i>Resurse</i>	<i>Observații.</i>
<i>R A1</i>	Conținuturi cognitive: <i>Modulul Turism</i>			<i>EI</i>		
<i>A2</i>	Modulul 1. Atletism					
<i>A1</i> <i>R. 6.1.</i> <i>R. 6.2.</i> <i>R. 6.3.</i> <i>R. 6.4</i>	Conținuturi practice Modulul Turism - Recuperarea/ recapitularea materiei pentru anul 2019-2020					
	<i>1. Echipamentul turistic individual, colectiv și special</i>	<i>1</i>				
	<i>2. Orientare după busolă, hartă, elemente ale naturii</i>	<i>1</i>				
	<i>3. Tehnica deplasării și traversării obstacolelor naturali și artificiali</i>	<i>1</i>				
<i>A2</i> <i>I.1.</i> <i>I.2.</i> <i>I.3.</i> <i>I.4.</i>	Conținuturi practice Modulul Atletism					
	4. Exerciții speciale ale alergătorului	1				
	5. Alergare de viteză pe distanțe scurte, startul de sus	1		<i>EI</i>		
	6. Alergare de suveică	1				
	7. Alergare de rezistență în tempo variat	1				
	8. Alergare de rezistență în tempo uniform	1				
	9. Exerciții speciale ale saritorului.	1				
	10. Sărituri în lungime de pe loc în diferite poziții	1				
	11. Săritura în lungime de pe loc	1				
	12. Exerciții speciale ale aruncătorului.	1				
	13. Aruncarea mingii mici la țintă de pe loc și din elan	1				
	14. Evaluare formativă. <i>P1: Alergare: de viteză; P2: Săritura în lungime de pe loc; P3: Aruncarea mingii mici în țintă</i>	1		<i>EF</i>		

Exemplu de dezvoltare a conținuturilor de învățare în condiții speciale de învățare în Proiectarea de lungă durată, Modulul Baschet, clasa a V-a (10 ore)

<i>Unități de competențe</i>	<i>Detalii de conținut</i>		
	<i>În condiții normale a procesului educațional</i>	<i>În condiții de învățământ la distanță</i>	
<p>Nivel A1</p> <p>3.1. Identificarea beneficiilor practicării jocului de baschet din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.</p> <p>3.2. Acceptarea regulilor de securitate și normelor de igienă în cadrul practicării jocului de baschet.</p> <p>3.3. Reproducerea comentată a mișcărilor locomotorii specifice jocului de baschet.</p> <p>3.4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportament ale în procesul aplicării mijloacelor din jocul de baschet.</p>	<p>-Baschet - joc sportiv.</p> <p>-Reguli de securitate.</p> <p>-Conexiuni inter/ transdisciplinare: Disciplinele sportive și clasificarea lor.</p> <p>-Reguli de joc: fault, pași, dublu dribling, marcarea punctelor.</p> <p>-Poziții și mișcări: poziții fundamentale ale atacantului și ale apărătorului, deplasări, opriri, pivotări.</p> <p>-Elemente tehnice: pasarea, prinderea, aruncarea, dribling</p> <p>-Acțiuni tehnico-tactice: marcajul și demarcajul.</p>	<p>1. Conexiuni inter/ transdisciplinare: Disciplinele sportive și clasificarea lor</p> <p>Poziții fundamentale și deplasări</p>	
		<p>Conținuturi practice:</p>	<p>2. Poziții și mișcări specifice jocului de baschet</p> <p>Deplasări și oprire prin săritură</p>
	1. Poziții fundamentale, deplasări, oprire prin săritură		<p>3. Elemente tehnice:</p> <p>Ținerea mingii</p>
	2. Ținerea, prinderea și pasarea mingii		<p>4. Reguli de joc</p> <p>Pasarea și prinderea mingii</p>
	3. Pasa și prinderea mingii cu două mâini de la piept		<p>5. Pasa și prinderea mingii la perete</p>
	4. Aruncarea la coș cu ambele mâini		<p>6. Pasa și prinderea mingii la perete în diferite poziții/ după deplasare</p>
	5. Aruncarea la coș cu ambele mâini de la piept de pe loc		<p>7. Acțiuni tehnico-tactice: marcajul și demarcajul.</p> <p>Aruncarea mingii.</p>
	6. Dribling pe loc		<p>7. Driblingul pe loc</p>
	7. Dribling în deplasare		<p>9. Dribling în deplasare prin variații de mers/ deplasări</p>
	8. Acțiuni tactice individuale: marcajul.		
9. Acțiuni tactice individuale: demarcajul.			
	<p>10. Evaluare formativă/ sumativă: Agenda motrică a elevului: Practicarea pasărilor mingii în activități extrașcolare, pe parcursul unei perioade indicate.</p>		

2.3. Sugestii metodologice privind realizarea activităților de învățare recomandate ale curriculumului disciplinar

Creșterea calității procesului educațional 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 posibilitate 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.

Corelarea tipului de lecție cu activitățile de învățare recomandate în curriculumul la educație fizică și strategii de realizare

Tipul lecției	Activități de învățare recomandate	Strategii didactice		
		Forme de organizare	Metode	Mijloace
<i>Lecția de familiarizare</i>	<i>Observarea, demonstrarea și explicarea poziției și a mișcărilor segmentelor corpului, a factorilor-cheie eventual cu suport video/digital</i>	Frontală, individuală, în perechi	Instruirea prin tehnici TIC Metoda prin descoperire Discuție dirijată Metoda algoritimizării și exersării Feedback-ul	Fișe didactice, imagini video, TIC, inventar și utilaj sportiv
<i>Lecția de formare a priceperilor și deprinderilor motrice</i>	<i>Practicarea și demonstrarea elementelor și a procedeele tehnice specifice în diferite poziții și cu îmbinarea diferitor mișcări ale corpului</i>	Frontală, individuală, în perechi, în grupuri	Explicația, Demonstrația, Indicația, Analiza, Algoritimizarea, Metoda învățării separate, Metoda învățării integrale, Exersarea, Brainstorming Modelarea, Activitate prin sarcini de lucru, Activitate prin joc Metoda predării-învățării reciproce, Metoda învățării pe grupe mici, Metoda schimbării perechii	Fișe didactice, imagini video, TIC, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportiv
<i>Lecții de aplicare a cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor motrice</i>	<i>Practicarea elementelor prin exerciții, ștafete, jocuri de mișcare, pregătitoare și convenționale (cu sarcini)</i> <i>Dezvoltarea calităților motrice specifice (viteză, capacități coordinative) prin elemente și procedee specifice probei</i>	Frontală, individuală în perechi, în grupuri.	Explicația, Demonstrația, Indicația, Descrierea, Metoda în circuit, Metode de joc, Metoda competițională, Modelarea, Exersarea, Brainstorming Metoda predării-învățării reciproce	Fișe didactice, imagini video, TIC, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportiv
<i>Lecții complexe sau mixte</i>	<i>Practicarea diferitor roluri (conducător, profesor, lider de joc, căpitan de echipă, susținător, arbitru etc.) în activități specifice la nivel de grup/clasă/școală</i> <i>Dezvoltarea calităților motrice specifice (viteză, capacități coordinative) prin elemente și procedee specifice probei</i>	Individuală în perechi, în grupuri.	Explicația, Demonstrația, Indicația, Metode de joc, Metoda competițională, Modelarea, Exersarea, Brainstorming	Fișe didactice, imagini video, TIC, inventar sportiv, utilaj auxiliar și sportiv

Acumularea cunoștințelor noi	Realizarea proiectului individual/de grup/colectiv: afiș/poster/banner spot publicitar (în formă grafică/digitală) Învățarea prin sarcini de lucru: evaluarea progreselor proprii și a colegilor, etc; Organizarea workshopurilor: schimb de bune practici pentru identificarea aspectelor specifice probei	Frontală, în perechi, în grupuri.	Povestirea, Explicația, Brainstormingul, Studiul de caz, Problematizarea, Demonstrația slide, Comentariul, Analiza, Sinteza, Harta cognitivă sau harta conceptuală, Arborele genealogic, Cauze și consecințe, pânza de păianjen, graficul T, Cubul, Explozia stelară, Interviuul de grup, Studiul de caz etc.	Fișe didactice, imagini video, TIC, softuri educaționale, tabla interactivă, posterul
-------------------------------------	---	-----------------------------------	---	---

2.4. Sugestii privind organizarea și desfășurarea activităților practice la disciplina Educație fizică în scopul prevenirii răspândirii coronavirusului de tip nou COVID-19

În scopul prevenirii infectării cu COVID-19 directorii instituțiilor de învățământ general, profesorii și elevii vor respecta cu strictețe instrucțiunile Comisiei Naționale Extraordinare de Sănătate Publică, prioritare fiind următoarele:

- la elaborarea orarului administrația instituției va plasa orele de educație fizică la finalul cursurilor;
- înainte de activitate se va măsura temperatura tuturor participanților la activitate;
- procedura de dezinfectare a mâinilor cu soluții antiseptice se va asigura înainte și după activitate;
- se va respecta numărul limitat de persoane în procesul didactic specific educației fizice, inclusiv accesul în vestiare pentru echiparea elevilor pentru lecții și activitățile extrașcolare realizat sub supravegherea profesorului;
- în timpul practicării mijloacelor educației fizice, este necesară respectarea distanței dintre elevi de minimum 1,5 metri și desfășurarea activităților, preponderent în aer liber;
- se va asigura dezinfectarea sistematică a inventarului și utilajului sportiv, efectuarea curățeniei și aerisirea sălii de sport după fiecare activitate.
- în cadrul lecțiilor de educație fizică elevii vor fi instruiți cu privire la măsurile de igienă în contextul COVID-19;

2.5. Sugestii privind realizarea activităților de învățare la distanță în contextul pandemiei COVID-19

Pentru realizarea conținutului curricular/ subiecte ale lecției la distanță prin forme de predare sincron, asincron sau mixt se vor proiecta strategii didactice corespunzătoare.

- Ex:** a. Forme de organizare: *individual*
b. Metode și procedee: *explicația, descoperire, joc, exersare*
c. Mijloace didactice: *Zoom/ Google Meet, Educație Online, Classroom*

Model de scenariu al lecției prin forma de comunicare la distanță *Mixtă*

Subiectul lecției Unități de competență	 2.3, 2.4		
Etapele/ verigile lecției	Activități	Timp alocat	Forme de organizare	Resurse
<i>Organizarea colectivului de elevi</i>	Momentul organizatoric Verificarea/ actualizarea cunoștințelor Prezentarea propriu-zisă a subiectului lecției Explicarea sarcinii.	1-2 min 3-5 min 1-2 min	sincronă	Intervenția directă a cadrului didactic, asigurată de Zoom

<i>Formarea deprinderilor și priceperilor motrice</i>	Realizarea de către elevi a subiectului lecției	12-17 min	asincronă	Prezentare, fișier video asigurată de platforma Educație online
<i>Aprecieri și recomandări pentru activitatea viitoare/ lucru individual</i>	Acordarea feedback-ului	5-10 min	sincronă	Suport auxiliar realizarea și verificarea ulterioară de către cadrul didactic pe platforma Classroom
	Temă pentru acasă	7-10 min	asincronă	

Model de scenariu al lecției prin forma de comunicare la distanță **Sincronă**

Platforma educațională	Zoom		
Subiectul lecției Unități de competență 2.3, 2.4		
Etapele/ verigile lecției	Activități	Timp alocat	Resurse
<i>Organizarea colectivului de elevi</i>	Salutul, verificarea prezenței și a stării de sănătate	1-2 min	Resurse corespunzătoare modulului vizat
<i>Pregătirea organismului pentru efort</i>	Mijloace specifice subiectului lecției	4-5 min	
<i>Formarea deprinderilor și priceperilor motrice</i>	Predarea temei noi prin intervenția directă a cadrului didactic	6-7 min	
<i>Revenirea organismului după efort</i>	Exerciții pentru revenire după efort	2-3 min	
<i>Aprecieri și recomandări pentru activitatea viitoare/ lucru individual</i>	Acordarea feedback-ului individual și colectiv	1-2 min	

Model de scenariu al lecției prin forma de comunicare la distanță **Asincronă**

Platforma educațională	Classroom		
Subiectul lecției Unități de competențe 2.1, 2.3		
Etapele lecției/ verigile lecției	Activități	Dozarea efortului	Resurse:
<i>Organizarea colectivului de elevi</i>	Instrucțiuni pentru realizarea subiectului lecției	2-3 min	Platforma Classroom
<i>Pregătirea organismului pentru efort</i>	Activitate independentă. Realizarea de către elevi a sarcinii propriu-zise	7-10 min	spinit.connectedpe.com/kpy-5cw
<i>Formarea deprinderilor și priceperilor motrice</i>		15 min	https://www.youtube.com/watch?time_continue=4&v=7dTgQMg_idk&feature=emb_logo

<i>Revenirea organismului după efort</i>		5 min	http://www.spitalgurahumorului.ro/wp-content/uploads/2019/04/stretching.pdf
<i>Autoapreciere/ autoevaluare</i>	Completarea fișei de autoevaluare	7-10 min.	Platforma Classroom

2.6. Sugestii privind sistemul de evaluare a competențelor elevilor la disciplina Educație Fizică

Evaluarea rezultatelor școlare la disciplina Educație fizică este o componentă funcțională importantă a procesului educațional.

Strategiile de evaluare se construiesc astfel încât să solicite elevilor eforturi intelectuale, practic-acționale și să-i ajute să se dezvolte și să se modeleze în plan cognitiv, spiritual, psihomotor și afectiv-motivațional.

Evaluarea se va axa pe măsurarea-aprecierea competențelor disciplinare, care sunt concepute ca finalități de bază ale procesului de învățământ și ca rezultate autentice ale învățării necesare elevului în viața de adult.

Astfel, scopul evaluării la disciplina „Educație fizică” vizează stimularea evoluției experiențelor motrice/sportive și a gradului de formare a finalităților stipulate în Curriculum.

În funcție de momentul unui act evaluativ într-un parcurs de învățare, la disciplina *Educație fizică* se vor realiza următoarele tipuri de evaluări:

Evaluarea inițială (EI) este obligatorie la început de an școlar/semestru/unitate de învățare, pentru a determina gradul de formare la elevi a preacizizițiilor necesare studierii cu succes a noului conținut. **Evaluarea inițială va include produse pe unități de competențe cu preponderență la materia de studii predată în perioada 11 martie 31 mai din anul de studii 2019-2020 în contextul pandemiei COVID-19.** Nu are rol de control, iar rezultatele se valorifică în scopul eficientizării procesului ulterior de predare – învățare – evaluare. Evaluarea inițială poate fi atât instrumentală (pe baza unor instrumente de evaluare elaborate), cât și noninstrumentală.

Evaluarea formativă (EF) se proiectează la finele unităților de învățare (al modulelor) sau, la discreția cadrului didactic, pe parcursul modulului. Evaluarea formativă: are ca obiectiv cunoașterea sistematică și continuă a rezultatelor curente și a progresului elevilor; oferă profesorului posibilitatea intervenției imediate; permite aplicarea în timp optim a unor măsuri corective, care să modifice rezultatele elevilor în sensul dorit; este instrumentală și se realizează pe bază de produse prin probe relevante.

În procesul de evaluare formativă, în cadrul lecțiilor de educație fizică vor fi folosite atât metode tradiționale de evaluare: evaluare practică (în baza produselor evaluabile specific modulelor), evaluarea orală și evaluarea scrisă, cât și metode complementare: autoevaluarea, evaluarea reciprocă, observarea sistematică, referatul/mini-eseul, investigația, proiectul, portofoliul, evaluarea prin intermediul TIC, agenda motrice a elevului etc.

Pedagogia axată pe competențe orientează vectorul evaluării spre o evaluare continuă/formativă:

- prin motivarea elevilor și realizarea feedback-ului;
- prin stimularea la elevi a efortului de autoevaluare (autoevaluarea reprezintă procesul prin care elevul însuși este pus să judece calitatea lucrului său în raport cu obiectivele definite și cu criteriile de apreciere propuse);
- prin formarea deprinderilor de evaluare reciprocă (evaluarea reciprocă constituie un proces de interacțiune evaluativă, orientat spre emiterea unor judecăți de valoare în baza unor criterii prestabilite);
- prin evidențierea succesului, realizând astfel principiul centrării pe personalitatea celui evaluat (educat).

Evaluarea sumativă (ES) se proiectează la finele unui parcurs de învățare semnificativ: semestru, an școlar; se raportează la unitățile de competențe și la unitățile de conținut proiectate

pentru semestrul dat, respectiv – la finalitățile stipulate la sfârșitul clasei date; este instrumentală și se realizează pe bază de produse recomandate, prin conceperea unor subiecte care să acopere întreaga arie tematică abordată.

ATENȚIE!!! Produsele recomandate pentru evaluare sunt descrise în Tabelul Sinoptic prezentat în Ghidul de implementare a curriculumului disciplinar.

2.7. Sugestii privind evaluarea în cadrul disciplinei Educație fizică pentru liceu cu profil Sport

În liceele cu profil sport și în instituțiile de învățământ general pentru clase cu profil sport, care activează conform planului de învățământ și curriculumul individual, orele la disciplina *Educație fizică* sunt transferate pregătirii sportive, elevii vor fi evaluați în baza metodologiei de evaluare criteriale prin descriptori, produsele fiind orientate către proba de specializare. Produsele și criteriile de succes vor fi elaborate de către profesori/antrenori și aprobate la ședințele catedrei de specialitate.

Evaluarea la disciplina *Educație fizică* (teorie) și pregătirea sportivă în liceele cu profil Sport se va realiza doar în clasele X-XII prin acordarea notelor de la “5” până la “10”. Elevii care nu vor putea obține minimum nota „5” urmează a fi exmatriculați din liceele cu profil Sport.

Evaluarea sumativă în clasele de liceu este constituită din trei probe: *testul la teoria educației fizice, testul la pregătire motrice generală și testul la pregătirea motrică specială*, care sunt elaborate de cadrul didactic și aprobate de către consiliul pedagogic și avizate de directorul instituției.

III. ASPECTE SPECIFICE ALE ACTIVITĂȚILOR EXTRAȘCOLARE PROFIL SPORT, TURISM ȘI AGREMENT

Conform prevederilor *Codului Educației al Republicii Moldova (Monitorul Oficial Nr. 319-324 art. nr: 634), Capitolul VII. Articolul 36. (1)* ”Învățământul extrașcolar se realizează în afara programului școlar de bază prin activități complementare procesului educațional desfășurat în instituțiile de învățământ și are menirea să dezvolte potențialul cognitiv, afectiv și acțional al copiilor și tinerilor, să răspundă intereselor și opțiunilor acestora pentru timpul liber”.

Funcțiile specifice educației extrașcolare/nonformale sunt:

- compensarea lacunelor.
- complementarea educației formale.
- extinderea educației formale.
- opoziționarea educației formale.
- dezvoltarea educației formale.

Structuri și forme de organizare a educației extrașcolare în cadrul instituțiilor de învățământ general pentru profilul sport sunt: cercuri sportive, competiții/concursuri/întreceri sportive, cluburi sportive, activități cultural sportive, marșuri turistice.

Conform Planului-cadru pentru învățământul primar, gimnazial și liceal, anul de studii 2020-2021, pentru fiecare activitate extrașcolară sportivă (secție sportivă) sunt repartizate câte 4 ore săptămânal. Efectivul secției sportive este de cel puțin 15 elevi și se completează, conform cererii și interesului elevilor.

Pentru realizarea activităților extrașcolare cu scopul de atingere/realizare a finalităților educaționale specifice disciplinei *Educație fizică* se propun următoarele direcții de organizare:

- Activitate extrașcolară de ***Extindere a programului disciplinar*** - se va realiza în conformitate/concomitent cu cele 6 module selectate și realizate de profesor în cadrul disciplinei Educație fizică (conform Proiectării de lungă durată);
- Activitate extrașcolară de ***Extindere a unui modul*** din aria curriculară - ținând cont de tradițiile sportive ale instituției și solicitările elevilor;
- Activitate extrașcolară ***Educație pentru sănătate*** - se vor realiza activități sportive cu caracter de pregătire motrice, recreere, recuperare, refacere având ca scop realizarea educației prin sport, orientarea spre practicarea independentă a activităților motrice.
- ***Club sportiv școlar*** cu scop de pregătire sportivă într-o probă de sport pentru participare

la campionate raionale/municipale/republicane organizate de Federația sportului școlar.

Administrația școlii, în parteneriate educaționale cu ONG sau alte structuri, va organiza activități cultural-sportive în scopul promovării modului activ și sănătos de viață, activităților motrice pentru sănătate, orientare profesională în domeniul educației fizice și sportului, voluntariat în sport etc. Totodată va asigura participarea echipelor/clubului sportiv școlar la festivaluri/concursuri/competiții de nivel local, municipal/raional, național și internațional.

Model orientativ al **structurii proiectului de lungă durată** al activităților în cadrul educației extrașcolare/ extracurriculare (nonformale):

- **Antetul;**
- **Tipul activității extrascolare;**
- **Competențe specifice;**
- **Bibliografie;**
- **Administrarea disciplinei;**
- **Proiectarea activităților propriu-zise:**
 - *Unități de competențe*
 - *Unități de conținuturi;*
 - *Metode și tehnici de realizare a activităților;*
 - *Resurse didactice.*

IV. ASIGURAREA MANAGEMENTULUI ȘI ACTIVITATEA COMISIILOR METODICE

4.1 Recomandări organelor locale de specialitate în domeniul învățământului și conducătorilor instituțiilor de învățământ general.

Organele locale de specialitate în domeniul învățământului vor realiza următoarele sarcini:

- acordarea suportului necesar și monitorizarea calității implementării eficiente a curriculumului la disciplina *Educație fizică*;
- formarea continuă a cadrelor didactice prin sistemul de seminare, cursuri de formare, atestare la grade didactice, schimb de experiență, deplasări în alte orașe și raioane din țară precum și după hotarele republicii;
- asigurarea instituțiilor de învățământ din subordine cu utilaj și inventar sportiv, conform Standardelor de dotare minimă a sălilor de sport;
- planificarea în bugetul local a surselor financiare destinate activităților sportive extrașcolare, inclusiv și participării/desfășurării competițiilor sportive cu caracter de masă și asanativ.

Conducătorii instituțiilor de învățământ general:

- vor informa părinții cu privire la controlul medical obligatoriu al elevilor din instituție și până la 01 septembrie vor deține informația cu privire la starea lor de sănătate;
- vor organiza instruirea obligatorie a profesorilor și a elevilor cu privire la securitatea vieții și sănătății lor în cadrul lecțiilor de educație fizică și activităților extrașcolare;
- vor asigura desfășurarea calitativă a procesului de predare-învățare-evaluare a disciplinei *Educație fizică*, ***prin forme de contact direct sau la distanță***;
- ***în contextul crizei epidemiologice COVID-19 vor asigura procesul educațional cu inventar sportiv în număr suficient*** pentru realizarea activității în siguranță, utilaj corespunzător și literatură didactică de specialitate;
- vor garanta organizarea pauzelor dinamice în cadrul tuturor lecțiilor, și în măsura posibilităților, a recreațiilor dinamice pentru clasele din ciclul primar și gimnazial ;
- vor organiza activități extrașcolare cu caracter sportiv și cultural, a secțiilor sportive cu utilizarea eficientă a tuturor orelor destinate în acest scop;
- vor susține activitatea copiilor dotați din domeniul educației fizice și sportului școlar, vor asigura participarea copiilor, la Olimpiada de educație fizică pentru clasele VII-XII în cadrul instituției;

- vor asigura/organiza formarea continuă a cadrelor didactice în conformitate cu regulamentul în vigoare și cerințele învățământului modern.

Comisiilor metodice de specialitate.

Tema de cercetare și aplicare propusă pentru anul de studii 2020–2021 - „**Organizare eficientă a procesului de predare-învățare-evaluare la distanță, în cadrul disciplinei Educație fizică**”

Responsabilii la disciplină din cadrul OLSDI vor solicita managerilor de instituții și șefilor Comisiilor metodice să proiecteze și să desfășoare, în mod obligatoriu, activități (atelier de lucru, seminare, traininguri, activități tematice etc.) orientate spre creșterea calității procesului educațional la disciplina *Educație fizică*.

Organizarea activităților va fi orientată spre atingerea următoarelor obiective:

- *identificarea celor mai eficiente și relevante forme de desfășurare a procesului educativ la distanță, caracteristice disciplinei Educație fizică ;*
- *elaborarea scenariilor de lecție în predarea la distanță pentru parcurgerea integrală a conținutului modular/curricular;*
- *selectarea celor mai eficiente activități de învățare/strategii didactice/metode interactive pentru activizarea procesului de predare-învățare cu scop de atingere a finalităților educaționale (exprimate prin competențe specifice și unități de competență) prin intermediul predării sincrone;*
- *Depistarea celor mai relevante **produse evaluabile și criterii de succes** corelate cu unitățile de competență al nivelului de instruire proiectate la început de an.*

Totodată, în conformitate cu prevederile articolul 85 din *Regulamentul-tip de organizare și funcționare a instituțiilor de învățământ primar și secundar, ciclul I și II*, cu privire la atribuțiile *Comisiei metodice la nivelul instituției școlare*, se va acorda prioritate următoarelor aspecte:

- elaborarea unui plan de acțiuni în vederea valorificării temei de cercetare și aplicare (parte a Planului de activitate al comisiei metodice);
- implementarea aspectelor teoretico-metodice a temei de cercetare și aplicare în cadrul lecțiilor de educație fizică;
- șeful comisiei metodice și managerul responsabil de disciplina *Educație fizică* vor monitoriza asigurarea continuității procesului de implementare a curriculumului în clasele primare și gimnaziale/ liceale;
- diseminarea experiențelor avansate și a modelelor practice de punere în aplicare a temei de cercetare prin publicarea articolelor de specialitate (cadrelor didactice - grad didactic superior), desfășurarea lecțiilor publice, organizarea unor seminare informativ-practice în parteneriat cu alte instituții de învățământ, instituții de învățământ superior altele.

Pentru activitatea reuniunilor metodice ale profesorilor de educație fizică se recomandă următoarele teme:

- Asigurarea continuității educației fizice dintre ciclul primar, gimnazial și liceal.
- Activități de învățare și produse școlare specifice educației fizice.
- Tehnologia proiectării de lungă durată și a proiectului de de lecție la disciplina educație fizică.
- Aspecte metodologice și tehnologice ale evaluării criteriale prin descriptori specifice disciplinei educație fizică.
- Valorificarea conexiunilor inter- și transdisciplinare în procesul de predare-învățare-evaluare în cadrul lecției de educație fizice.
- Activități extrașcolare/nonformale specifice educației fizice. Aspecte organizatorice, proiective și instructiv-educative.

VI. BIBLIOGRAFIE ȘI ADRESE WEB UTILE:

Cadrul legal și normativ

1. Cadrul de referință al Curriculumului Național, aprobat prin ordinul ministrului Educației nr. 432 din 29 mai 2017.
https://mecc.gov.md/sites/default/files/cadrul_de_referinta_final_rom_tipar.pdf<https://mecc.gov.md>
2. Legea nr. 330 din 25.03.1999 cu privire la cultura fizică și sport. Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr. 83-86/399 din 05.08.1999.
<https://cnas.md/libview.php?l=ro&idc=183&id=548>
3. Educație fizică. Curriculum pentru învățământul primar clasele I-IV. Chișinău, 2018.
/sites/default/files/curriculum_primare_site.pdf
4. Educație fizică. Curriculum pentru clasele V-IX, Chișinău, 2019.
https://mecc.gov.md/sites/default/files/curriculum_ed_fizica_gimnaziu_7.pdf
5. Educație fizică. Curriculum la Educația fizică pentru clasele X-XII, Chișinău, 2019.
https://mecc.gov.md/sites/default/files/curriculum_ed_fizica_liceu_5.pdf
6. Ghid de implementare a curriculumului pentru învățământul primar, Chișinău, 2018
https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_curriculum_primare_rom_5.pdf
7. Ghid de implementare a curriculumului pentru clasele V-IX, Chișinău, 2019
https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_ed_fizica_gimnaziu_9.pdf
8. Ghid de implementare a curriculumului pentru clasele X-XII, Chișinău, 2019
https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_ed_fizica_gimnaziu_9.pdf
9. Standarde profesionale ale cadrelor didactice din învățământul general.
http://edu.gov.md/sites/default/files/standarde_cadre_didactice.pdf
10. Standarde profesionale ale cadrelor manageriale din învățământul general.
http://edu.gov.md/sites/default/files/standarde_cadre_manageriale.pdf
11. Metodologia privind evaluarea criterială prin descriptori în învățământul primar clasele I-IV
https://mecc.gov.md/sites/default/files/mecd_1-4_15.11.2019_site.pdf

Literatură în domeniu

12. Aftimciuc O., Chizari M. Fitness, teorie și metodică. Iași: Prim, 2012.
13. Bragarenco N. Metodologia pregătirii sportive a rugbiștilor juniori. Chișinău: Garamond-Studio, 2018.
14. Budevici-Puiu A. ș.a. Handbal liceal, teorie și metodică. Chișinău: Valinex, 2012.
15. Ciorbă C. Baschet, pregătirea fizică. Chișinău: Garamond-Studio, 2016.
16. Ciorbă C. ș.a. Jocuri sportive, ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016.
17. Conohova T., Păcuraru A. Teoria și metodică jocului de volei. Iași: Prim, 2014.
18. Dragomir P., Scarlat E. Educația fizică școlară. Repere noi – mutații necesare. București: EDP, 2004.
19. Gremalschi T., Boian I. Standarde de eficiență a disciplinei Educația Fizică. Chișinău: Lyceum, 2012.
20. Grosu V., Perfilov O., Perfilov L. Tehnologii de evaluare la Taekwondo WT 10-1 KUP. Ghid metodologic. Chișinău: Artpoligraf, 2019.
21. Heick T. The characteristics of a highly effective learning environment
<https://www.teachthought.com/learning/10-characteristics-of-a-highly-effective-learning-environment/>
22. Houart M. Évaluer des compétence... Oui mais comment? Département Éducation et technologie (UNamur), 2001.
23. Manolachi V., Lefter N., Manolachi V. Jodo: Ghid didactic pentru școlile sportive de specialitate. Chișinău: USEFS, 2017.
24. Mocrousov E., Moisescu P. Tehnica, tactica și metodică tenisului de masă, Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2017.
25. Năstase V. D. Dans sportiv. Metodologia performanței. Pitești: Paralela 45, 2011.

26. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv, concepte metodologice. Chișinău: USEFS, 2014.
27. Sirghi S. Fotbal, pregătirea fizică diferențiată. Monografie. Chișinău: Valinex, 2017.
28. Tabîrța V., Bragarenco N., Grosul V. Badminton, curs de lecții. Chișinău, USEFS, 2009.
29. Vasiliev M. Instruirea modulară – tehnologie didactică axată pe formarea competențelor // În: Didactica Pro nr. 5-6 (87-88), 2014, p. 56 -59.

Parteneri și platforme educaționale utile:

- <http://www.educațieonline.md/>; <http://www.reshe.edu.ru/>; <http://www.ise.md/>;
- <http://www.ise.ro/>; <http://prodidactica.md/>; iFprofs (<https://www.ifprofs.org/>);
- <http://asociatia-profesorilor.ro/linkuri/selectii-linkuri/>; *eTwinning*
(www.etwinning.net);
- <http://www.didactic.ro/resurse-educationale/invatamant-gimnazial/>;
- iEARN(www.iearn.org), <http://iearnmoldova.weebly.com/projects.html>
- <http://www.archeus.ro/lingvistica/main>

Platforme și aplicații Web 2.0 recomandate:

- **Pentru predare sincronă:** Meet Google, <https://meet.google.com/tmh-mfun-qoc>, Zoom <https://zoom.us/>
- **Pentru predarea asincronă:** Viber <https://www.viber.com>, Skype <https://www.skype.com/ro/>, Messenger <https://www.messenger.com/>
- **Pentru predare mixtă:** Classroom <https://classroom.google.com/>
- **Altele:** Prezi <https://prezi.com/> (pentru realizarea prezentărilor interactive), Pixton <https://www.pixton.com/> (pentru realizarea de produse), Storybird <http://storybird.com/> (pentru realizarea istoriilor cu imagini), thinlink <http://www.thinlink.com/> (realizarea unei imagini interactive), E Dpuzzle <https://edpuzzle.com/> (creare de lecții interactive), LearningApps <https://learningapps.org/> (crearea tipuri de exerciții). Padlet <https://ro.padlet.com/> (pentru crearea de proiecte individuale și de grup). Loom, <https://www.loom.com/>, Screencastify <https://www.screencastify.com/> (pentru creare de lecții video), Story Jumper <https://www.storyjumper.com/>, Bookemon <https://www.bookemon.com/>, Book Creator <https://bookcreator.com/>, Flipsnack <https://www.flipsnack.com/> (pentru crearea materialelor digitale)

Vasile ONICĂ, consultant principal, Direcția Sport,
Ministerul Educației, Culturii și Cercetării

Nicolae BRAGARENCO, doctor în științe pedagogice,
lector universitar, USEFS, Chișinău

Alina BURDUH, grad didactic unu, Instituția Publică
Liceul Teoretic „Mihail Kogălniceanu”, Chișinău