# Proiect Didactic

**Profesor: Dabu Doina**

**Scoala Gimnaziala Sat Magura, Comuna Mihaesti**

**Disciplina: Educatie fizica si sport**

Tema: Explorare, joc și creativitate – educație fizică outdoor

Clasa: a VI-a

Durata: 50 de minute

Locul desfășurării: Spațiu exterior – curtea școlii / parc

Tipul lecției: Lecție aplicativă – dezvoltarea creativității și cooperării în aer liber

**Obiective operaționale:**

* Să creeze și să aplice soluții originale pentru rezolvarea unor sarcini motrice în natură;
* Să colaboreze eficient în echipă folosind metode creative;
* Să înțeleagă beneficiile mișcării în aer liber;
* Să respecte regulile de siguranță în spațiul exterior.

**Structura lecției**

**1. Organizare și încălzire – 10 minute**

- Prezentarea temei: „Astăzi ne folosim imaginația în natură!”
- Încălzire în cerc: alergare ușoară + exerciții de mobilitate cu elemente de improvizație (ex: „Imită o floare care se deschide”, „Deplasează-te ca un animal ales de colegul tău”).

**2. Partea principală – 30 minute**

Activitate 1: „Parcurs creativ cu obstacole naturale” – 15 min

- Elevii, în echipe, trebuie să creeze un mini-traseu de obstacole folosind elemente naturale (crengi, pietre, bănci, etc.)
- Fiecare echipă prezintă traseul și explică regulile.

Dezvoltă: Creativitate + planificare în grup + mișcare funcțională

Activitate 2: „Misiunea misterioasă” – 15 min

- Fiecare echipă primește o misiune scrisă pe o fișă (ex: „Construiește un turn cu obiecte naturale care să reziste 10 secunde”)
- După realizare, echipa explică ce metode a folosit.

Dezvoltă: Rezolvare de probleme + exprimare non-verbală + gândire laterală

**3. Revenire și reflecție – 10 minute**

- Relaxare activă: mers conștient, respirație profundă
- Întrebări de reflecție:
 • Ce v-a plăcut cel mai mult?
 • A fost greu să lucrăm creativ în echipă?
 • Ce am învățat despre noi?
- Feedback și încheierea lecției