

PROIECT DIDACTIC



Data: 27 aprilie 2015

GRĂDINIȚA cu PP nr.3 Step by Step Tulcea

Grupa: mare

Educatoare: Romanescu Maria Florentina

Categoria de activitate: Educație psiho-motrică

Mijloc de realizare: euritmie

Tema activității: *Călătorie pe mare*

Scopul activității:

Dezvoltarea calităților motrice, a deprinderilor motrice de bază și utilitar-aplicative prin executarea corectă a exercițiilor euritmice pentru dezvoltarea expresivității mișcării și consolidarea elementelor specifice euritmie: mimică, gestică, pantomimică.

Obiective operaționale:

- O.1** – să execute exerciții de mers, alergare, săritură, echilibru, păstrând poziția corectă a corpului;
- O.2** – să-și schimbe mimica în funcție de acțiunea exprimată de versuri;
- O.3** - să folosească acțiunile motrice, mimica și gestică pentru a exprima sentimente și comportamente diverse;
- O.4** – să manifeste comportamente sociale adecvate (cooperare și spirit de echipă), respectându-și rândul, coordonându-și acțiunile proprii cu ale celorlalți copii.
- O.5** – să simtă plăcerea mișcării, a muzicii, a dansului, implicându-se emoțional în activitate.
- O.6** – să-și exerseze calitățile motrice de bază ca: viteză, îndemânare, rezistență și forță

Strategii didactice:

Metode și procedee: conversația, observația, explicația, exercițiul, demonstrația, jocul;

Mijloace de învățământ: costume marinărești, parașută, mingi colorate, insigne, sistem audio, cd, fluier.

Moduri de organizare: frontal, individual, pe grupuri mici;

Bibliografie:

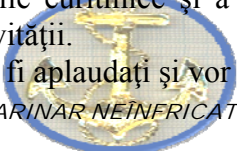
1. „Curriculum pentru educația timpurie a copiilor de la 3 la 6/7 ani- 2008”;
2. „Ghid pentru desfășurarea activităților de educație fizică în grădiniță, editura Tiparg;
3. ”Euritmia formă artistică de exprimare”, Ginetă Stoenescu

Eveniment didactic	Conținutul activității	Dozare	Formații de lucru	Strategii didactice		Evaluare
				Metode și procedee	Mijloace de învățământ	
Organizarea colectivului de copii	Copiii intră în sală pe 2 rânduri, mers normal. (melodia 1) Se anunță tema: Marinari astăzi vom face o călătorie imaginară cu vaporul pe mare. Suntem echipați corespunzător, plini de voie bună și mult curaj. Ne vom bucura de vreme frumoasă, triluri de pescăruși și muzica valurilor. Trebuie să fim antrenați, bine pregătiți pentru a înfrunta marea cea mare care este plină de neprevăzut, ea poate fi liniștită, agitată, cu valuri mari și mici.	2 min	În linie pe 2 rânduri	Conversația Explicația	Fluier Echipamente de marinar	Capacitatea de organizare; Motivatia pentru activitate
Pregătirea organismului pentru efort	Se execută exerciții simple de învioreare: Mâinile întinse lateral, luăm distanță! <u>Exercițiul nr.1:</u> „ Privim după pescăruși ” Picioarele ușor depărtate, mâinile pe șolduri! Aplecăm capul în față/spate spre stânga/ dreapta, revenim! Atenție! O dată cu mine începeți! P.I.- Stând depărtat cu palmele pe șolduri; T ₁ -T ₂ -Aplecarea capului în față; T ₃ -T ₄ -Aplecarea capului în spate; T ₅ -T ₈ - Rotirea capului stânga/ dreapta <u>Exercițiul nr.2 :</u> ” Deschide hubloul și împinge ” Drepti! Depărtat prin săritură, luat! Brațele întinse în față! Spatele drept! Deschidem hubloul întâi cu brațul drept și apoi cu brațul stâng. Atenție! O dată cu mine începeți! P.I.: stând depărtat cu brațele întinse în față. T1: ducerea brațului drept întins în lateral T2: revenire	5 min 2x4 2x4	În linie pe 2 rânduri	Explicația Demonstrația Exercițiul	Sistem audio CD	Capacitatea de executare a comenzilor Corectitudinea execuției

	<p>T3: ducerea brațului stâng întins în lateral T4: revenire <u>Exercițiul nr.3 :</u> „Rotiri de trunchi” Drepti! Cu mâinile pe umeri ,depărtat prin săritură, luat! Ne răsucim de două ori spre dreapta și de două ori spre stânga. Atenție! O dată cu mine începeți!</p> <p>-P.I.-stând depărtat, palmele pe umeri T1,2- rotiri spre dreapta; T3,4- rotiri spre stânga. <u>Exercițiul nr.4:</u> ”Bate palmele sub genunchi” Drepti! Depărtat prin săritura luat!Batem palmele sub genunchi! Atenție! O dată cu mine începeți!</p> <p>P.I.: stând depărta cu mâinile pe lângă corp T1: ridicare piciorului stâng și bătaie din palme sub genunchi T2: revenire T3: ridicare piciorului drept și bătaie din palme sub genunchi T4: revenire VARIANTE DE MERS și ALERGARE cu parașuta a) mers normal în formatie câte unul; mers lateral mers pe varfuri cu mâinile sus mers pe călcâie, cu mâinile la spate b) alergare ușoară; mers cu exerciții de respirație alergare cu opriri și întoarceri la semnal mers cu exerciții de respirație</p>	2x4				Capacitatea de executare a exercițiilor pentru brațe, trunchi, picioare
		2x4	În cerc		Parașută	

<p>Influențarea selectivă a aparatului locomotor</p> <p>Dezvoltarea calităților motrice (viteză, îndemnare, rezistență)</p>	<p>Marsul marinarilor (melodia 2) Pe fondul muzical copiii execută diferite tipuri de exerciții:</p> <p>1. ”Vâslim ” - Copiii se așează în coloană câte 5 unul în spatele altuia și execută mișcări cu mâinile, imitând vâslire (mâinile întinse în față, se lasă ușor pe spate, arcuiesc brațele lateral. Revenire.)</p> <p>2. ”Ne antrenam” - mers pe loc cu legănarea brațelor înainte și înapoi.</p> <p>3. ”Ne echilibrăm” - Copiii în picioare în poziția depărtat stând, brațele întinse lateral, departarea picioarelor, apropierea lor.</p> <p>4. ”Mișcăm brațele” - Copiii se așează față în față pe coloane, formând perechi și execută mișcări de rotire ale brațelor simultan.</p> <p>5 „Vaslim corabia” - Fiecare coloană de câte 5 copiii își încrucișează mâinile la spate și execută rotații spre dreapta, revenire, pas pe loc. .</p> <p>6 „Legăm parâma”. Copiii din aceeași coloană față în față execută exerciții de tracțiune și împingere.</p> <p>Revenire în coloană. <i>Unul dupa altul</i> <i>Fără graba mare</i> <i>-În rând fiecare!</i> <i>Pornește repejor</i> <i>-Tropăie ușor.</i> <i>Ia priviți un nor!</i> <i>-Sări într-un picior!</i> <i>Soarele-apus.</i> <i>-Mâna stângă-n sus!</i> <i>Ce mai e de spus?</i> <i>-Mâna dreaptă-n sus!</i> <i>Apele sunt calme.</i> <i>-Să tragem la rame!</i></p>	<p>3 min</p> <p>4x4</p> <p>4x4</p> <p>4x4</p> <p>4x4</p> <p>4x4</p> <p>4x4</p> <p>1 min.</p>	<p>coloane de câte 5</p> <p>Câte 2 față în față</p> <p>În coloană de câte 5 copii</p> <p>În coloană, față în față</p>	<p>Explicația</p> <p>Demonstrația</p> <p>Exercițiul</p> <p>Jocul</p> <p>Demonstrația</p>	<p>Parașută</p> <p>CD</p>	<p>Capacitatea de executare a exercițiilor pentru diferite segmente ale corpului</p> <p>Capacitatea de coordonare a mișcărilor</p> <p>Sincronizarea mișcărilor</p> <p>Coordonarea mișcărilor cu ritmului exprimării verbale și cel al muzicii</p>
--	---	--	---	--	---------------------------	---

<p>Consolidarea și perfecționarea deprinderilor motrice de bază și utilitar-aplicative (mers, alergare, sărituri, echilibru)</p>	<p>Exerciții de respirație: <i>Nasul sus cu toții / Capul înclinat</i> <i>Respirăm acuma / Aerul curat.</i></p> <p>Toți copiii rostesc în cor: <i>Orice val, orice furtună,</i> <i>Ce-ar veni în calea lor,</i> <i>Totdeauna îi adună,</i> <i>Împreună pe vapor. (melodia 3)</i></p> <p>Copiii pornesc în jurul parașutei mergând în cerc, pe ritmul muzicii, execută mișcările cerute de cântec, întâi lent apoi mai rapid prin alergare ușoară. Se opresc în jurul parașutei se apucă de mâini își iau distanța. Marinari îmbarcarea! Marea vă așteaptă Vânt din pupa!</p>	4x2	În cerc		Parașută, CD	<p>Coordonarea mișcărilor cu ritmului exprimării verbale și cel al muzicii</p> <p>Capacitatea de coordonare a mișcărilor</p>
	<p>Întinderea parașutei (melodia 4) Se pornește muzica.</p> <p>Formarea valurilor. Copiii apucă parașuta (care sugerează/vaporul) cu ambele mâini sprijiniți pe genunchiul drept. Fiecare participant mișcă mâinile în sus și în jos pentru a forma valuri. Scuturarea parașutei prin fandarea piciorului drept; Alergare cu parașuta; Mișcări de brațe stânga/dreapta; Întinși pe spate cu genunchii ridicați, formarea valurilor.</p> <p>Copiii leagă parașuta care formează valurile și marea futunoasă. Ei trebuie să salveze bărcile(mingiile) cât mai repede, făcându-le să cadă prin gaura din centrul parașutei. ”Marea”: Copiii vor fi așezați în picioare în jurul parașutei, ținându-se de capetele ei. Unul sau doi participanți merg spre centrul parașutei și se întind pe ea.Ceilalți fac valuri, e o senzație plăcută.</p>	2 min. 2 ture	În cerc	Explicația Observația Jocul	Parașută, CD	<p>Capacitatea de executare a exercițiilor pentru diferite segmente ale corpului</p>
		3 min	În cerc	Jocul	Mingii	<p>Capacitatea de a răspunde adecvat comezilor verbale</p> <p>Sincronizarea mișcărilor</p>

Revenirea organismului după efort	<p><i>Marinarul se-odihnește. Marea-n larg el o privește.</i></p> <p>Copiii stau așezați întinși pe burtă, pe parașută fiecare la locul lui, păstrând aceeași distanță între ei. (melodia 5)</p> <p>Ei se prefac ca se bronzează, discută, ascuță zgomotul apei, pescărușii. etc. Apoi, foarte lent, acțiunile fiind făcute din ce în ce mai lent, scena pastrează un aer de intimitate, în timp ce volumul muzicii crește.</p> <p>Revenire în coloană. <i>Unul după altul Fără graba mare -În rând fiecare! Pornește încetisor -Mâinile în zbor. Respirăm ușor! - Nasul sus cu toții Capul înclinat Respirăm acum Aerul curat Și-acum: Somn ușor! - Hai la dormitor!</i></p>	5 min.			Demonstrația	<p>Parașută, CD</p> <p>Capacitatea de adaptare a mimicii și gesticii în acord cu mesajul transmis</p> <p>Coordonarea mișcărilor cu ritmului exprimării verbale și cel al muzicii</p>
Evaluare	<p>Se vor face aprecieri asupra modului în care preșcolarii au executat exercițiile euritmice și a comportamentului pe tot parcursul activității.</p> <p>Toți marinarii vor fi aplaudați și vor primi insigna de <i>” MARINAR NEÎNFRICAT!”</i></p> 	2 min.			Conversația	<p>Insigne pentru fiecare ”marinar”</p> <p>Observarea comportamentului nonverbal al copiilor, Motivația pentru activitate</p>