



## Lesson Plan

*Activitatea fizică în timpul liber*

<b>Nivel, vârsta elevilor:</b>	15-19 ani
<b>Disciplina:</b>	Educația fizică
<b>Discipline implicate:</b>	Biologia, tehnologia informației
<b>Obiective:</b>	Planificarea conștientă a activității fizice în timpul liber.
<b>Nr de elevi pe grup:</b>	14-26
<b>Timpul activității principale:</b>	5-10 min
<b>Materiale:</b>	Computer, laptop, telefon smart.
<b>Competențe:</b>	Competențe digitale, personale și sociale
<b>Acțiuni pregătitoare:</b>	În lecțiile anterioare de educație fizică, ca parte a Educației pentru sănătate, elevilor li se introduce definiția Sănătății și a factorilor care afectează pozitiv și negativ sănătatea.
<b>Rezultate așteptate:</b>	Elevii au cunoștințe despre impactul activității fizice asupra sănătății. Elevii învață profesiile legate direct și indirect de educația fizică.
<b>Dificultăți anticipate:</b>	Lipsa de cunoștințe și conștientizare în rândul elevilor.
<b>Activități ulterioare:</b>	Extinderea cunoștințelor cu privire la impactul sportului și al activității fizice asupra sănătății.



# CAREER COUNSELLING



# PRACTICAL APPROACH

TIMP	DERULAREA ACTIVITĂȚII (P: PROFESOR; E: ELEVI)	METODE
5-10	Elevii răspund la întrebările cuprinse în sondaj, și apoi îl discută și analizează împreună cu profesorul. Anexa 1.	Platformă, computer, laptop, telefon smart

