SCOALA GIMNAZIALA "V. RACOTTA" STOROBANEASA
TEL./FAX 0347410066
email- scoala_vracotta@yahoo.com

MINISTERUL EDUCAȚIEI

Proiect Erasmus+: "Terra – casă pentru toți"

Nr. referinta: 2023-1-RO01-KA122-SCH-000142760

Plan de lecție – Jocul „Zip-Zap"

📚 **Disciplina:** Dezvoltare personală
🎯 **Clasa:** a II-a
⏳ **Durata:** 45 de minute
🎯 **Obiectiv general:** Dezvoltarea atenției, vitezei de reacție și spiritului de echipă printr-un joc interactiv.

Obiective specifice:

✅ Îmbunătățirea capacității de concentrare și reacție rapidă.
✅ Dezvoltarea coordonării și comunicării în grup.
✅ Creșterea nivelului de implicare activă și a spiritului de competiție prietenoasă.

Materiale necesare:

- Spațiu suficient pentru formarea unui cerc
- Eventual un fluier pentru semnalizarea începutului jocului

Desfășurarea lecției

1. Moment organizatoric (5 min)

📌 Profesorul verifică prezența și explică scopul activității.
📌 Se asigură că toți elevii sunt pregătiți și așezați într-un cerc.

SCOALA GIMNAZIALA "V. RACOTTA" STOROBANEASA
TEL./FAX 0347410066
email- scoala_vracotta@yahoo.com

2. Încălzire (10 min)

🔥 Pentru a activa atenția și reflexele copiilor, se vor face câteva exerciții simple:

- Joc de reacție: profesorul spune diverse comenzi (ex. „Săriți!", „Aplecați-vă!", „Ridicați o mână!"), iar elevii trebuie să reacționeze rapid.
- Alergare ușoară pe loc timp de 30 de secunde.
- Întinderi pentru brațe și picioare.

3. Explicarea regulilor jocului „Zip-Zap" (5 min)

📢 Profesorul explică clar regulile jocului:

1. Copiii formează un cerc.
2. Profesorul alege un jucător care începe spunând „ZIP" (trimițând jocul spre stânga) sau „ZAP" (spre dreapta).
3. Fiecare copil trebuie să reacționeze rapid și să continue ritmul.
4. Dacă un copil ezită sau greșește, iese temporar din joc.

4. Desfășurarea jocului (20 min)

🎉 **Prima rundă:** Se joacă încet, pentru a verifica înțelegerea regulilor.
⚡ **A doua rundă:** Se accelerează ritmul pentru a crește dificultatea.
⭐ **Varianta avansată:** Se introduce comanda „ZOP", care permite săritura aleatorie la alt copil.

5. Reflecție și concluzii (5 min)

💬 Elevii sunt întrebați:

- Ce le-a plăcut cel mai mult?
- Ce strategie au folosit pentru a reacționa rapid?
- Cum pot aplica atenția și viteza de reacție în alte activități?

🎖 **Posibilă premiere:** Se poate oferi un titlu de „Campion Zip-Zap" elevului care a rezistat cel mai mult fără greșeli.

SCOALA GIMNAZIALA ”V. RACOTTA” STOROBANEASA
TEL./FAX 0347410066
email- scoala_vracotta@yahoo.com

- **Evaluare:** Se observă implicarea activă și respectarea regulilor de către copii.
- **Adaptări:** Dacă elevii au dificultăți, se poate încetini ritmul sau explica din nou regulile.

Concluzie: Această lecție combină mișcarea cu dezvoltarea atenției și este ideală pentru a energiza copiii într-un mod distractiv și educativ!