



REGULAMENT

PENTRU PROIECTUL EDUCAȚIONAL

“FASCINAȚIA SPORTULUI – SPORTUL ȘI STILUL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS”

AN ȘCOLAR 2023 - 2024

A. INTRODUCERE

Pornind de la vechiul dicton “Mens sana in corpore sano” proiectul – concurs “Fascinația sportului – Sportul și stilul de viață sănătos” vine să răspundă unei nevoi importante pe care o au elevii noștri și anume aceea de a-și dezvolta educația pentru sănătate. Într-o societate în care fumatul, consumul de droguri, sau alte obiceiuri nocive sunt tot mai răspândite în rândul elevilor, un astfel de proiect educațional are rolul de a contribui la creșterea gradului de implicare a tinerilor în comunitățile din care provin, prin transmiterea informațiilor despre importanța sportului și a unui stil de viață sănătos, contribuind în mod real la binele fiecăruia și la binele comunității.

Este nevoie să promovăm bunele practici în educație, inclusiv în ceea ce privește educația pentru sănătate, contribuind astfel la lărgirea orizontului educațional pentru elevi. Nu în ultimul rând acest proiect educațional poate să contribuie la dezvoltarea cunoștințelor elevilor despre sport, anatomia umană, anumite boli și modalități de prevenire a acestora și poate stimula creativitatea elevilor, dezvoltarea unui spirit de competiție în limitele fair-pay-ului, dar poate duce și la dezvoltarea conexiunilor între unitățile școlare în scopul manifestărilor educative comune.

B. SCOPUL

Este de a transmite elevilor, prin competiția în care se înscriu, importanța și semnificațiile sociale ale activităților sportive și necesitatea unui stil de viață sănătos.

C. OBIECTIVELE

- O1. Lărgirea ariei de cunoaștere a elevilor privind educația pentru sănătate, prin însușirea și aprofundarea cunoștințelor din domeniul sportiv;
- O2. Însușirea de către elevii a minim 20 termeni specifici din domeniul pregătirii sportive;
- O3. Creșterea cu 5% față de ediția anterioară a elevilor care pot să dobândească cunoștințe aferente înțelegerii biomecanicii tehnicii sportive, a legităților fiziologice și igienice ale efortului;
- O4. Creșterea constantă a gradului de informare a elevilor privind stilul de viață sănătos, de la o etapă la alta a concursului;
- O5. Stimularea interesului elevilor pentru autoeducație și exersarea anumitor abilități (artistice, tehnice etc.).

D. GRUPUL TINTĂ

Elevi de la clasa IX-a până la clasa a XII-a și cadre didactice din învățământul preuniversitar.

E. SECȚIUNILE PROIECTULUI

1. Concurs de verificare a noțiunilor de educație pentru sănătate, cultură și pregătire sportivă

1.1. Loc de desfășurare:

- Unitățile de învățământ de unde provin elevii și profesorii
- Liceul cu Program Sportiv Alba Iulia

1.2. Perioada:

- Martie – Aprilie 2024



1.3. Teme:

- Importanța unui stil de viață sănătos
- Educație fizică și sport (exercițiul fizic, antrenamentul sportiv, sportul și cultura sportivă)

1.4. Criterii de evaluare:

Concursul se va desfășura pe etape, iar fiecare etapă se punctează separat.

Prima etapă a concursului este etapa locală și se poate desfășura la nivel de unitate de învățământ. Se formează echipe de câte 2 elevi de liceu, iar fiecare echipă are un profesor coordonator.

Etapa va fi organizată de o comisie formată, prin decizia directorului unității de învățământ, din minim 2 profesori. Echipele înscrise în competiție vor realiza referate pe tema "Stilul de viață sănătos – o necesitate pentru adolescenți", urmând ca referatele să fie evaluate de comisia de organizare a etapei locale.

Referatele vor fi punctate cu puncte de la minim 1 punct până la maxim 10 puncte. Ele vor fi evaluate și punctate de către membrii comisiei în funcție de criteriile de evaluare. Referatele vor fi însoțite de maxim 2 desene și/sau fotografii referitoare la tema tratată.

La nivel de etapă locală se va desemna o echipă câștigătoare, care va merge mai departe la etapa următoare. La etapa locală se pot acorda premii și mențiuni constând în diplome.

Toate referatele de la etapa locală vor fi trimise către organizator în format electronic, împreună cu fișele de înscriere și protocolul de colaborare până în 22.03.2024, pe adresa de e-mail cjexalba@gmail.com. La subiectul mesajului se va scrie: Proiect „Fascinația sportului”. Lucrările vor fi însoțite de un tabel în care se vor trece: titlul lucrării, elevii, profesorul coordonator, punctajul la etapa locală, locul obținut la etapa locală. Tabelul se va semna de către membrii comisiei de organizare de la etapa locală și va avea ștampila unității de învățământ și semnătura directorului. Cele mai bune referate de la etapa locală vor fi publicate de către organizator într-un volum.

În perioada 23.03.2024 - 30.03.2024, fiecărei echipe câștigătoare la etapa locală i se va juriza lucrarea cu care a câștigat etapa locală și de către comisia de evaluare din cadrul etapei finale. Jurizarea se va face pe baza criteriilor de evaluare ale referatelor. Fiecare echipă va avea, astfel, un prim punctaj, intermediar, cu care va merge mai departe în etapa a doua.

A doua etapă este etapa finală a concursului și se va desfășura cu prezență fizică. La ea participă toate echipele câștigătoare la prima etapă (etapa locală). În a doua etapă fiecare echipă intră cu punctajul intermediar stabilit după prima etapă de către comisia de evaluare din cadrul etapei finale.

Este o etapă care presupune răspunsuri la întrebări formulate de către comisie.

Primul set de întrebări presupune indentificarea, la prima vedere, a 15 sportivi de mare performanță și 5 elemente de anatomie umană, pe baza unor imagini pe care le vor furniza membrii comisiei.

Al doilea set de întrebări presupune ca echipele să răspundă la 30 de întrebări de cultură generală din domeniul sportului și anatomiei umane, formulate pe baza bibliografiei. Bibliografia concursului va fi specifică domeniului.

După fiecare set de întrebări, comisia de evaluare din cadrul etapei finale transmite către fiecare echipă punctajul obținut la acel set de întrebări.

Punctajul final al fiecărei echipe se calculează prin adunarea punctajului obținut la fiecare set de întrebări din cadrul etapei finale, la care se adaugă punctajul intermediar stabilit după prima etapă de către comisia de evaluare din cadrul etapei finale. Câștigă echipa cu cel mai mare punctaj.

Criterii de evaluare ale referatelor:

- originalitatea temei,
- nivelul de informare și documentare,
- elemente de noutate,
- redactarea corespunzătoare,
- folosirea corectă a bibliografiei (minim 5 surse, dintre care minim 3 cărți).

Reguli de redactare ale referatelor:

- Lucrarea va avea 2 autori, va avea 3-4 pagini, format A4, margini de 2 cm, tehnoredactare Word, font Times New Roman 12, diacritice, spațiere la 1,5 rânduri.



- Titlul va fi scris cu majuscule Times New Roman 14 bold, centrat, iar la un rând sub titlul lucrării se vor scrie cu majuscule, Times New Roman 12, italic, aliniament la dreapta următoarele date: numele și autorilor, instituția de proveniență.
- Aparatul critic va fi realizat în mod tradițional (note de subsol și bibliografie).

Regulile:

- Bibliografia concursului va fi specifică domeniului, iar bibliografia de bază este constituită din manuale pentru disciplina “Pregătire Sportivă Teoretică” (clasele IX-XII), “Biologie” (clasa a XI-a).
- Nu se acceptă contestații la a doua etapă din concurs, aceasta fiind la vedere, interactiv.
- Se formează echipe de câte 2 elevi de liceu, iar fiecare echipă are un profesor coordonator.
- Echipele se vor confrunta între ele.
- Răspunsurile date de către elevi se vor nota pe cartonașe.
- La etapa a doua din concurs, elevii unei echipe se pot consulta între ei, având obligația să arate cartonașul cu răspunsul final, după maxim 20 de secunde de la formularea întrebării, iar pentru fiecare răspuns corect se vor acorda 0,5 p.
- Arbitrul profesor are obligația de a citi întrebarea cu voce tare, clar și pe înțelesul tuturor.
- Comisia din cadrul etapei finale are obligația de a analiza răspunsurile echipelor și de a puncta răspunsurile corecte.
- Câștigă echipa care va avea cele mai multe puncte la finalul etapei finale.
- Comisia din cadrul etapei finale este stabilită de către organizator

Impactul educativ estimat asupra grupului țintă:

- Dezvoltarea abilităților de lucru individuale și în echipă.
- Creșterea gradului de coeziune dintre membrii echipei.
- Creșterea intensității comunicării între membrii diverselor clase participante în proiect.
- Dezvoltarea abilităților de comunicare.

2. Simpozion pentru cadrele didactice

2.1. Loc de desfășurare:

- Unitățile de învățământ de unde provin elevii și profesorii
- Liceul cu Program Sportiv Alba Iulia

2.2. Perioada:

- Aprilie 2024

2.3. Teme:

- Exemple de bună practică în pregătirea sportivă
- Sportul, educația pentru sănătate și starea de bine a elevilor

2.4. Reguli:

- Lucrarea va avea 1 autor, va avea caracter original, 4-5 pagini, format A4, margini de 2 cm, tehnoredactare Word, font Times New Roman 12, diacritice, spațiere la 1,5 rânduri.
- Titlul va fi scris cu majuscule Times New Roman 14 bold, centrat, iar la un rând sub titlul lucrării se vor scrie cu majuscule, Times New Roman 12, italic, aliniament la dreapta următoarele date: numele autorului, prenumele autorului, instituția de proveniență.
- Aparatul critic va fi realizat în mod tradițional (note de subsol și bibliografie).
- Lucrarea poate fi însoțită de desene și/sau fotografii referitoare la tema tratată.
- Se recomandă, dacă este posibil, prezentarea unui studiu de caz.

2.5. Mod de desfășurare:

- Cu prezentă fizică sau online;
- Prezentările lucrărilor vor fi de maxim 5 minute și pot fi sub formă de expunere sau prezentare Power Point;
- Link-ul de conectare pentru participanții online se va transmite acestora din timp;
- Organizatorii își doresc ca prezentările să fie sub forma dezbaterilor, ca modele de bună practică în cercetarea științifică.



F. REGULI DE PARTICIPARE

- Înscrierea participanților se va face pe baza fișei de înscriere. Aceasta împreună cu protocolul de colaborare și cu lucrarea vor fi transmise pe adresa cjexalba@gmail.com, până la data de 22.03.2024.
- La subiectul mesajului se va scrie: Proiect „Fascinația sportului”.
- Fiecare fișă de înscriere va fi denumită astfel:
“2024_04_04-Fascinatia_Sportului-LOCALITATE_PARTICIPANT-SCOLA-Fisa_Inscriere-
NUME_PARTICIPANT”.
- Fiecare lucrare înscrisă va fi denumită astfel:
“2024_04_04-Fascinatia_Sportului-LOCALITATE_PARTICIPANT-SCOLA-Nr_Sectiune-
NUME_PARTICIPANT”.
- Nu se numerotează paginile.
- Autorii își asumă responsabilitatea privind originalitatea lucrării și respectarea drepturilor de autor (acolo unde este cazul).
- Lucrările care nu respectă cerințele stabilite de organizator, nu vor fi acceptate.
- Lucrările trimise vor rămâne în posesia instituției organizatoare.
- Lucrările aprobate ca fiind participante vor apărea într-un volum aprobat cu ISSN.
- Lucrările care vor participa în concurs vor fi jurizate de câte o comisie pentru fiecare secțiune / etapă, comisie constituită din minim doi profesori.
- Pentru fiecare concurs de la fiecare secțiune / etapă se vor acorda câte un premiu I, câte un premiu II, câte un premiu III și meșuni, astfel încât numărul total de premii să nu depășească 30% din numărul de participanți.
- Participanții care nu vor primi premii sau meșuni, pot primi diplome de participare.



Centrul Județean de Excelență Alba Str. Gabriel Bethlen, nr 7, Localitatea: Alba Iulia Județul: Alba Tel.: 0373023172 Site / E-mail: www.cjexalba.ro, cje@isjalba.ro Nr.din.....

Unitatea de învățământ..... Str. Localitatea: Județul:..... Tel. Site / E-mail: Nr.....din.....

PROTOCOL DE COLABORARE

Incheiat astăzi,între:

Centrul Județean de Excelență Alba, reprezentat de prof. Simion Constantin Adrian, în calitate de director și prof. Muntean Alina, prof. Mărginean Angela în calitate de coordonatori ai proiectului „FASCINAȚIA SPORTULUI - SPORTUL ȘI STILUL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS”, cu desfășurare în anul școlar 2023-2024,

și

UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT....., reprezentată de prof., în calitate de director și profesor(i) coordonator(i) în cadrul proiectului „FASCINAȚIA SPORTULUI - SPORTUL ȘI STILUL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS”, cu desfășurare în anul școlar 2023-2024,

Centrul Județean de Excelență Alba, se obligă :

- Să distribuie regulamentul concursului școlilor partenere.
- Să promoveze proiectul, inclusiv pe pagina de internet a instituției.
- Să asigure jurizarea concursului.
- Să trimită tuturor participanților diplomele și premiile obținute.
- Să mediatizeze rezultatele concursului.

Unitatea de învățământ participantă se obligă:

- Să returneze semnat și ștampilat protocolul de colaborare.
- Să înscrie elevii în concurs.
- Să trimită/expedieze documentele de înscriere pe adresa de e-mail a concursului / instituției coordonatoare conform cerințelor din regulament.
- Să distribuie elevilor participanți diplomele și premiile cuvenite.
- Să mediatizeze concursul și rezultatele obținute în localitatea de proveniență.

Durata:

Prezentul protocol s-a încheiat în 2 (două) exemplare, intră în vigoare la data semnării acestuia și este valabil în anul școlar 2023-2024.

CENTRUL JUDEȚEAN DE EXCELENȚĂ ALBA Director: Prof. Simion Constantin Adrian	NUME UNITATEA DE ÎNVĂȚĂMÂNT Director:
--	--



Anexa 2

FIȘĂ DE ÎNSCRIERE
PROIECT EDUCAȚIONAL „FASCINAȚIA SPORTULUI - SPORTUL ȘI STILUL DE
VIAȚĂ SĂNĂTOS”
(PENTRU ELEVI)

Unitatea școlară: _____

Localitate: _____ Județ: _____

Profesor coordonator (nume, prenume, telefon, e-mail) _____

Date despre echipă:

Denumire echipă: _____

Nume și prenume elev 1: _____

Clasa: _____

Telefon, E-mail: _____

Nume și prenume elev 2: _____

Clasa: _____

Telefon, E-mail: _____

Titlul lucrării: _____

Mod de participare :

- directă - indirectă (se va evidenția varianta dorită, iar varianta nedorită se va tăia)

AUTORUL / AUTORII ȘI PROFESORUL COORDONATOR CONFIRMĂ CĂ LUCRAREA NU A FOST PREZENTATĂ ȘI LA ALTE CONCURSURI / CONFERINȚE ETC. DESFĂȘURATE ANTERIOR ȘI ÎȘI DĂ / DAU ACORDUL PENTRU PUBLICAREA EI DE CĂTRE ORGANIZATOR.

Elev 1 (nume și semnătură) _____

Elev 2 (nume și semnătură) _____

Profesor coordonator (nume și semnătură) _____

Data: _____



**FIȘĂ DE ÎNSCRIERE
PROIECT EDUCAȚIONAL
„FASCINAȚIA SPORTULUI - SPORTUL ȘI STILUL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS”
(pentru PROFESORI)**

Date despre participant:

Nume și prenume: _____

Telefon: _____

Specialitatea / Disciplina: _____

Unitatea școlară / Unități școlare: _____

Localitate: _____

Județ: _____

E-mail, telefon (obligatoriu pentru trimiterea diplomelor și detaliile pentru următoarea etapă):

Titlul lucrării:

Secțiunea: Simpozion pentru cadrele didactice

Mod de participare :

- directă - indirectă (se va evidenția varianta dorită, iar varianta nedorită se va tăia)

Prezentarea lucrării:

POWER POINT ALTĂ MODALITATE _____

AUTORUL / AUTORII CONFIRMĂ CĂ LUCRAREA NU A FOST PREZENTATĂ ȘI LA ALTE CONCURSURI / CONFERINȚE ETC. DESFĂȘURATE ANTERIOR ȘI ÎȘI DĂ / DAU ACORDUL PENTRU PUBLICAREA EI DE CĂTRE ORGANIZATOR.

Autor (nume și semnătură) _____

Data: _____