

**Cod 13**

# **PROIECT EDUCAȚIONAL**

## **CAMPIONAT DE BASCHET 3X3**

### **LA UN PANOU**

#### **Echipe mixte**

Coordonator: prof. Alena GHIȚESCU

Motto: MENS SANA IN CORPORE SANO

## **ARGUMENT**

Sportul este o activitate:

- de petrecere a timpului liber în mod plăcut și util;
- de dezvoltare fizică și psihică armonioasă.

## **ORGANIZATOR PROIECT**

- Prof. Alena Ghițescu

## **SCOPUL PROIECTULUI**

- Stimularea practicării jocului de baschet;
- Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate, de interrelaționare în echipă;
- Dezvoltarea și educarea în spiritul fair-play-ului.

## **GRUP ȚINTĂ**

- Elevii claselor IX-XII.

## **LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- Liceul Teoretic N.Iorga – sala de sport

## **PERIOADA DESFĂȘURĂRII**

- 18-22 aprilie 2016

## **NUMĂR LOCURI**

- 6 echipe – 30 de elevi

## **OBIECTIVELE PROIECTULUI**

- Exersarea sub formă globală, sub formă de întrecere a baschetului
- Educarea trăsăturilor de caracter, de lucru în echipă
- Să contribuie la dezvoltarea fizică și psihică armonioasă a participanților.

## **DOCUMENTELE PROGRAMULUI**

- Regulamentul jocului 3X3 la un panou – echipe mixte( 2b +1f)
- Foi de arbitraj
- Raport de evaluare a programului

## CONȚINUTUL PROIECTULUI

| Nr. crt. | Tema activității                                                                                                                            | Locul desfășurării | Data / nr.ore              | Răspunde             |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|----------------------|
| 1.       | Prezentarea regulamentului de joc a competiție, a obiectivelor și a responsabilităților.<br>Tragerea la sorți a meciurilor.<br>Antrenament. | Sala de sport      | 18.04.2016 /<br>9-13       | Prof. Alena Ghițescu |
| 2.       | Meciurile se vor desfășura sistem turneu conform tablei Berger.                                                                             | Sala de sport      | 19-22.04.2016<br>/<br>9-12 | Prof. Alena Ghițescu |

## NR. ORE DE ACTIVITĂȚI INDEPENDENTE

- 12 ORE

## METODE DE EVALUARE

- Evaluarea se realizează prin întocmirea clasamentului în urma desfășurării meciurilor
- Se acordă diplome de participare și diplome în funcție de clasare.

## ORAR ELEVII

| Nr. crt. | Conținutul activității                                                                                          | Locul desfășurării | Data și ora desfășurării       | Nr. de ore |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------|------------|
| 1.       | Baschet 3X3 la un panou –echipe mixte<br>Lansarea proiectului,cunoașterea obiectivelor și a responsabilităților | Sala de sport      | 18.04.2016 /<br>9 - 10         | 2          |
| 2.       | Pregătire pe echipe<br>Pregătire individuală<br>Meciuri între echipele participante                             | Sala de sport      | 18.04.2016 /<br>10 - 17        | 7          |
| 3.       | Meciuri între echipele participante                                                                             | Sala de sport      | 19-<br>22.04.2016 /<br>9 - 12  | 4x3=12     |
| 4.       | Pregătire pe echipe<br>Pregătire individuală                                                                    | Sala de sport      | 19-<br>22.04.2016 /<br>12 - 14 | 4x2=8      |
| 5.       | Evaluarea proiectului<br>Premierea participanților și a câștigătorilor.                                         | Sala de sport      | 22.04.2016 /<br>14 - 16        | 2          |

## ORAR CADRU DIDACTIC

| Activitatea                                                     | Program                    | Loc de desfășurare         | Nr. de ore |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|------------|
| Întocmirea documentației                                        |                            |                            | 8          |
| Pregătirea materialelor, a foilor de arbitraj, a sălii de sport |                            |                            | 6          |
| Activitate face to face                                         | Conform cu orarul elevilor | Conform cu orarul elevilor | 16         |
| Evaluarea activității/ rezultatelor elevilor                    |                            |                            | 7          |
| Întocmirea raportului de evaluare a programului                 |                            |                            | 3          |

### REGULAMENT ȘI CONDIȚII DE PARTICIPARE

- ✓ Fiecare echipă înscrisă trebuie să-și aleagă un nume și să prezinte un tabel nominal cu componenții echipei, în ziua prezentării proiectului.
- ✓ Prezența în echipament sportiv este obligatorie.
- ✓ Echipa este formată din 5 jucători ( 3 băieți și 2 fete) – 3 titulari ( 2 băieți + 1 fată) și 2 rezerve. Este obligatorie prezența unei fete pe parcursul întregului meci în teren.
- ✓ Meciul are 2 reprize a câte 7 minute , cu o pauză de 3 minute.
- ✓ Coșul marcat de fată valorează 3 puncte iar cel marcat de un băiat 2 puncte. Aruncările libere se punctează cu 2 puncte.
- ✓ Faulturile se cumulează la nivel de echipă nu la nivel individual( de jucător).
- ✓ La 7 faulturi cumulate de echipă – orice fault se penalizează cu o aruncare liberă și posesia mingii.
- ✓ În caz de egalitate meciul se prelungeste cu 3 minute. Dacă egalitatea persistă, fiecare echipă va beneficia de serii de 3 aruncări libere, până când una din echipe se va detașa în câștigătoare.
- ✓ Dacă o echipă nu are 3 jucători în teren( obligatoriu o fată) la ora începerii meciului,aceasta pierde meciul cu 7- 0.
- ✓ Orice contestație sau încălcare a acestui regulament va fi adusă la cunoștință, pentru rezolvare, în cel mai scurt timp, d-ei prof. Alena Ghițescu.