

ANUNȚ

PENTRU CLS. a IX-a - PROFIL SPORTIV

AN ȘCOLAR 2026-2027

PERIOADA DE ÎNSCRIERE : 13 – 15 Mai 2026

LOCURI :

- FOTBAL (băieți) - 8 locuri
- TAEKWONDO (băieți, fete) - 10 locuri
- VOLEI (fete) - 6 locuri

ACTE NECESARE LA ÎNSCRIERE :

- ANEXA LA FIȘA DE ÎNSCRIERE
- COPIE CERTIFICAT NAȘTERE
- COPIE CARTE IDENTITATE
- ADEVERINȚĂ MEDICALĂ (Cu mențiunea „FAVORABIL PARTICIPĂRII LA PROBELE DE APTITUDINI SPORTIVE”) - CONDITIE ELIMINATORIE
- DOSAR PLIC

PROGRAM ÎNSCRIERE

MIERCURI 13 MAI : 10-16

JOI 14 MAI: 10-16

VINERI 15 MAI : 10-12

Unitate școlară	Adresă	Telefon	Probe de aptitudini	Data ora/locul de susținere a probelor
Liceul teoretic Benjamin Franklin	Str. Gh. Tătărescu, Nr.1, Sector 3	021/3244890	Volei (fete)	18 mai 2026, ora 10.00 Liceul Teoretic „Benjamin Franklin,”
			Fotbal (băieți)	20 mai 2026, ora 8.00 Complexul Sportiv Național „Lia Manoliu,”
			Taekwondo (fete și băieți)	21 mai 2026, ora 10.00 Liceul Teoretic „Benjamin Franklin,”

PROFIL SPORTIV

Admiterea elevilor în liceele vocaționale, la clasele cu program sportiv, se realizează în baza următoarelor condiții cumulative:

- prezentarea unui aviz medical favorabil participării la probele de aptitudini sportive, anterior desfășurării probelor, fiind condiție eliminatorie;
- susținerea și promovarea probelor de aptitudini sportive.

La susținerea probelor de aptitudini sportive, elevii sunt admiși numai în echipament corespunzător.

Comisia de examinare și evaluare pentru probele de aptitudini sportive este numită prin decizia inspectoratului școlar județean/al municipiului București și are următoarea componență:

- a) președinte– directorul sau directorul adjunct al unității de învățământ- fără drept de notare;
- b) secretar– secretarul unității de învățământ- fără drept de notare;
- c) membri– doi profesori de specialitate sau de specialități înrudite - cu drept de notare.

Evaluarea probelor:

A. APRECIEREA PROBELOR PENTRU EVALUAREA CALITĂȚILOR MOTRICE

- Aprecierea fiecărei probe de aptitudini sportive din cadrul probelor pentru evaluarea calităților motrice se face prin acordarea de note de la 10 la 1, de către fiecare dintre cei doi evaluatori;
- Nota la fiecare probă se calculează ca medie aritmetică, cu rotunjire, a notelor acordate de cei doi evaluatori;
- Nota la probele pentru evaluarea calităților motrice se calculează ca medie aritmetică, cu rotunjire, din notele obținute la toate probele componente;
- Nota minimă de promovare a fiecărei probe este 6 (șase);
- Candidatul care nu obține nota minimă la o probă este informat imediat, nu mai poate participa la probele următoare și este declarat respins.

B. APRECIEREA PROBELOR SPECIFICE

- Aprecierea fiecărei probe de aptitudini sportive din cadrul probelor specifice se face prin acordarea de note de la 10 la 1, de către fiecare dintre cei doi evaluatori;
- Nota la fiecare probă se calculează ca medie aritmetică, cu rotunjire, a notelor acordate de cei doi evaluatori;
- Nota la probele specifice se calculează ca medie aritmetică, cu rotunjire, din notele obținute la toate probele componente;
- Nota minimă de promovare a fiecărei probe este 6 (șase);
- Candidatul care nu obține nota minimă la o probă este informat imediat, nu mai poate participa la probele următoare și este declarat respins.

Media finală la probele de aptitudini sportive, pe fiecare disciplină sportivă, ale candidatului, se calculează ca medie aritmetică, cu două zecimale, fără rotunjire, din notele finale obținute la probele A și B.

La disciplina Șah, media finală se calculează conform precizărilor din anexă.

Sunt declarați admiși doar candidații care obțin nota finală minimă de 7,00 (șapte).

Nu se admit contestații la probele de aptitudini sportive.

NOTĂ: Pentru disciplinele sportive care nu se regăsesc în anexă, probele și normele de evaluare se elaborează de inspectorul școlar de educație fizică și sport, împreună cu cadre didactice de specialitate, și se transmit Ministerului Educației și Cercetării/Direcției Generale Echitate și Performanță în Învățământul Preuniversitar până la finalul lunii martie pentru avizare. Acestea pot fi aplicate numai după avizarea de către minister.

FOTBAL

A. PROBE ȘI NORME PENTRU EVALUAREA CALITĂȚILOR MOTRICE

Nr. crt.	Probe și norme	Valoarea notelor acordate																			
		Nota 1		Nota 2		Nota 3		Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10	
		F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B
1.	Alergare de viteză pe 50m cu start de sus (sec.)	8.2	8.0	8.1	7.9	8.0	7.8	7.9	7.7	7.8	7.6	7.7	7.5	7.6	7.4	7.5	7.3	7.4	7.2	7.3	7.1
2	Alergare de rezistență 2000 m (min.)	8'20	8'10	8'15	8'05	8'10	8'00	8'05	7'55	8'00	7'50	7'55	7'45	7'50	7'40	7'45	7'35	7'40	7'30	7'35	7'25
3.	Forța muscularii abdominale (nr. repetări în 30 sec)	15	17	16	18	17	19	18	20	20	22	22	24	24	26	26	28	27	29	28	30

B. PROBE SPECIFICE

Nr. crt.	Probe și norme	Valoarea notelor acordate																			
		Nota 1		Nota 2		Nota 3		Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10	
		F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B
1.	Șut la poartă de lângă minge statică - 10 execuții (nr. reușite)**)	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	10	10
2.	Dribling printre 5 jaloane (min.) **)	12'8	12'6	12'6	12'4	12'4	12'2	12'2	12'0	12'0	11'8	11'8	11'6	11'6	11'4	11'4	11'2	11'2	11'0	11'0	10'8
3.	Controlul balonului ***)	20	25	25	30	30	35	35	40	40	45	45	50	50	55	55	60	60	65	65	70
3.	Joc bilateral pe teren redus 2x10 minute	Se apreciază comportamentul în timpul jocului și corectitudinea executării acțiunilor.																			

* Mingea trebuie să treacă printre barele porții regulamentare fără să atingă solul. Șutul se execută de la 16 m. Dimensiunea porții : 7,32 lungime/2,44 înălțime.

**Jaloanele sunt situate la 3 m unul față de celălalt. Elecul și mingea se află la distanța de un metru față de primul jalon. Traseul se parcurge dus-întors.

***Controlul balonului prin lovituri succesive, fără ca acesta să atingă solul (cu orice segment al corpului, permis de regulament). Se acordă două încercări, notându-se cea mai bună.

VOLEI

A. PROBE ȘI NORME PENTRU EVALUAREA CALITĂȚILOR MOTRICE

Nr. Crt.	Probe și norme	Valoarea notelor acordate																			
		Nota 1		Nota 2		Nota 3		Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10	
		F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B
1.	Săritură în lungime de pe loc (cm)	170	180	175	185	180	190	185	195	190	200	195	205	200	210	205	215	210	220	215	225
2.	Deplasare înainte și înapoi 8x6 m (sec)	16.8	15.4	16.6	15.2	16.4	15.0	16.2	14.8	16.0	14.6	15.8	14.4	15.6	14.2	15.4	14.0	15.2	13.8	15.0	13.6
3.	Detentă cu desprindere de pe ambele picioare, de pe loc (cm)	15	12	17	14	20	16	22	18	24	20	26	22	28	25	30	30	32	35	34	40

B. PROBE SPECIFICE

Nr. Crt.	Probe și norme	Valoarea notelor acordate																			
		Nota 1		Nota 2		Nota 3		Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10	
		F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B
1.	Serviciu de sus din față în zonele 1-5 – 10 execuții (nr. reușite)	0	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9
2.	Lovitură de atac prin procedeu preferat – 10 execuții (nr. reușite)	0	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9
3.	Joc bilateral 3x3, 4x4, 6x6, în funcție de nr. candidaților	Se apreciază calitatea execuțiilor tehnico-tactice, în funcție de specificul postului pe care îl ocupă în echipă.																			

TAEKWONDO WTF

A. PROBE ȘI NORME PENTRU EVALUAREA CALITĂȚILOR MOTRICE

Nr. crt.	Probe și norme	Valoarea notelor acordate																				
		Nota 1		Nota 2		Nota 3		Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10		
		F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	
1.	Tracțiuni din atârnat la bară (nr. repetări)	0	0	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	8	9
2.	Genflexiuni (nr. repetări)	0	4	2	6	4	8	6	10	8	12	10	14	12	16	14	18	16	20	18	18	22
3.	Plotări (nr. repetări)	0	0	0	1	0	2	1	3	2	4	3	5	4	6	5	7	6	8	8	7	9
4.	Mobilitatea membrelor inferioare (înălțime față de sol)	45 h/cm	45 h/cm	40 h/cm	40 h/cm	35 h/cm	35 h/cm	30 h/cm	30 h/cm	25 h/cm	25 h/cm	20 h/cm	20 h/cm	15 h/cm	15 h/cm	10 h/cm	10 h/cm	5 h/cm	5 h/cm	0 h/cm	0 h/cm	0 h/cm
5.	Forța musculaturii abdominale (30 sec)	0	2	2	4	4	6	6	8	8	10	10	12	12	14	14	16	16	18	18	18	20
6.	Alergare de viteză 50m cu start de sus (sec)	8.9	8.4	8.8	8.3	8.7	8.2	8.6	8.1	8.5	8	8.4	7.9	8.3	7.8	8.2	7.7	8.1	7.6	8	7.5	

B. PROBE SPECIFICE

Nr. crt.	Probe și norme	Valoarea notelor acordate																				
		Nota 1		Nota 2		Nota 3		Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10		
		F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	
1.	Dubon Momtong Chirigi (2 lov. de pumn la niv. mediu)	0	0	0	0	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	8	9
2.	Dolyo Chagi (lovitură circulară de picior) - nr. repetări	0	0	0	0	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	8	9
3.	Seibon Olgul Chirigi (3 lov. de pumn la niv. sup.) nr. repetări	0	0	0	1	0	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	7	9
4.	Neryo Chagi (lov. descendentă de picior) nr. repetări	0	0	0	1	0	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	7	9
5.	Hanbon Kyoruugi (luptă impusă 1 pas) Seibon Kyoruugi (luptă impusă 3 pași)	0	0	0	1	0	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	7	9
6.	An Makki/ Olgul Makki Ogoro Olgul Makki (Blocaje)	0	0	0	1	0	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	7	9
7.	Poomse - Taegeuk Sa Jang	9	9	8	8	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	1	1	1	0	0

1-6 - Se va nota corectitudinea executiei procedelor de atac executate cu brațele și/sau cu picioarele cât și a celor 3 blocaje.

5 - La lupta impusă se va urmări modul în care se desfășoară atacul și/sau blocajul precum și focalizarea zonelor de țintă.

7 - Poomse (luptă cu adersari imaginari) se va nota numărul de greșeli.