



LICEUL CU PROGRAM SPORTIV "MIRCEA ELIADE"

Splaiul Independenței nr. 315-317, Sector 6, București

Tel/Fax – 021.3141390

E-mail - mircea.eliade@yahoo.com

Site - www.liceumirceaeliade.ro

PROGRAM DE ÎNSCRIERE

CLASA a IX a VOCAȚIONAL SPORT 2026

PERIOADA DE ÎNSCRIERE:

MIERCURI - 13 MAI 2026,

9.00-12.00

13.00-17.00

JOI- 14 MAI 2026,

9.00-12.00

13.00-17.00,

VINERI - 15 MAI 2026

9.00-12.00

Președinte comisie,

Prof. Toma Ion





LICEUL CU PROGRAM SPORTIV "MIRCEA ELIADE"

Splaiul Independenței nr. 315-317, Sector 6, București

Tel/Fax – 021.3141390

E-mail - mircea.eliade@yahoo.com

Site - www.liceumirceaeliade.ro

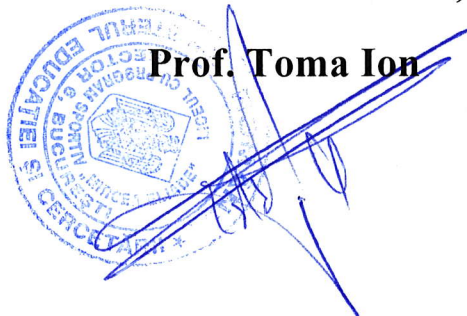
ACTE NECESARE PENTRU ADMITEREA LA CLASA a IX-a,

VOCAȚIONAL-SPORT 2026-2027

- dosar plic carton ;
- copie de pe cartea de identitate elev și părinți;
- copie xerox de pe certificatul de naștere candidat;
- anexă la fișa de înscriere la probele de aptitudini (de la școala de proveniență);
- aviz medical favorabil participării la probele de aptitudini sportive-
"apt pentru susținerea probelor sportive" -sportul practicat(fotbal, handbal, judo, lupte, tenis, volei),
- copie legitimație sportiv cu viza pe anul în curs și adeverință de la club,
- pentru „legitimați” Mircea Eliade- copie legitimație și adeverință de la club
sau acord de transfer.

Presedinte comisie,

Prof. Toma Ion





LICEUL CU PROGRAM SPORTIV "MIRCEA ELIADE"

Splaiul Independenței nr. 315-317, Sector 6, București

Tel/Fax – 021.3141390

E-mail - mircea.eliade@yahoo.com

Site - www.liceumirceaeliade.ro

ANUNȚ

TOTI CANDIDATII CARE SE PREZINTA LA SUSTINEREA PROBELOR PRACTICE PENTRU ADMITEREA IN CLASA a IX a, PROFIL SPORTIV, TREBUIE SA AIBA ECHIPAMENT SPORTIV ADECVAT (PANTOFI SPORT) PENTRU SUSTINEREA PROBELOR SPORTIVE IN SALA CAT SI PENTRU EXTERIOR.

PRESEDINTE COMISIE,

PROF. TOMA ION



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.

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 musculaturii 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.																			

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

**Jaloanele sunt situate la 3 m unul față de celălalt. Elevul 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.

HANDBAL

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 30 m cu start de sus (sec)	5,6	5,4	5,5	5,3	5,4	5,2	5,3	5,1	5,2	5,0	5,1	4,9	5,0	4,8	4,9	4,7	4,8	4,6	4,7	4,5
2.	Săritura în lungime de pe loc (cm)	160	180	165	185	170	190	175	195	180	200	185	205	190	210	195	215	200	220	205	225
3.	Aruncarea mingii de handbal la distanță (m)	15	21	16	22	17	23	18	24	19	25	20	26	21	27	22	28	23	29	24	30
4.	Alergare de rezistență 800 m (F) / 1000 m (B) (min.)	4.00	4.30	3.55	4.25	3.50	4.20	3.45	4.15	3.40	4.10	3.35	4.05	3.30	4.00	3.25	3.55	3.20	3.50	3.15	3.45

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.	Structură tehnică*	Se apreciază corectitudinea și eficiența în execuția procedeeleor tehnice.																			
2.	Joc bilateral – două reprize de 15 minute fiecare	Se apreciază corectitudinea și eficiența în execuția procedeeleor tehnice.																			

* Structura tehnică – Pasarea mingii în trei, cu schimb de locuri, urmată de aruncare la poartă de la semicercul de 9 metri, printr-un procedeu tehnic la alegere, de elevul evaluat.

JUDO

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.	Săritura în lungime de pe loc (cm)	140	170	145	175	150	180	155	185	160	190	165	195	170	200	175	205	180	210	185	215
2.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – primele 2 categorii	8	13	9	14	10	15	11	16	12	17	13	18	14	19	15	20	16	21	17	22
3.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – următoarele 3 categorii	4	9	5	10	6	11	7	12	8	13	9	14	10	15	11	16	12	17	13	18
4.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – ultimele 2 categorii	1	3	2	4	3	5	4	6	5	7	6	8	7	9	8	10	9	11	10	12

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.	Uchi komi la două procedee de bază în 15 sec. (nr. repetări)	4	5	5	6	6	7	7	8	8	10	10	12	12	14	14	16	16	18	18	20
2.	Meci cu durata de 2 min.	Se apreciază corectitudinea și eficiența execuțiilor.																			

LUPTE GRECO-ROMANE

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.	Săritura în lungime de pe loc (cm)	140	170	145	175	150	180	155	185	160	190	165	195	170	200	175	205	180	210	185	215
2.	Mobilitatea coloanei vertebrale în plan anterior (cm)	7	5	9	7	11	9	13	11	15	13	17	15	19	17	21	19	23	21	25	23
3.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – primele trei categorii	3	7	4	8	5	9	6	10	7	11	8	12	9	13	10	14	11	15	12	16
4.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – următoarele patru categorii	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7	14	8	15	9	16	10	17	11	18
5.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – ultimile trei categorii	1	5	2	6	3	7	4	8	5	9	6	10	7	11	8	12	9	13	10	14

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
1.	Răsturnări în pod (nr. execuții)	3	4	5	6	7	8	9	11	13	15
2.	Luptă -2 reprize, în condiții regulamentare	Se apreciază combativitatea și nivelul tehnic-tactic.									

LUPTE LIBERE

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.	Săritura în lungime de pe loc (cm)	140	170	145	175	150	180	155	185	160	190	165	195	170	200	175	205	180	210	185	215
2.	Mobilitatea coloanei vertebrale în plan anterior (cm)	7	5	9	7	11	9	13	11	15	13	17	15	19	17	21	19	23	21	25	23
3.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – primele trei categorii	3	7	4	8	5	9	6	10	7	11	8	12	9	13	10	14	11	15	12	16
4.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – următoarele patru categorii	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7	14	8	15	9	16	10	17	11	18
5.	Tracțiuni din atârnat la bara fixă (nr. repetări) – ultimile trei categorii	1	5	2	6	3	7	4	8	5	9	6	10	7	11	8	12	9	13	10	14

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
1.	Răsturnări în pod (nr. repetări)	3	4	5	6	7	8	9	11	13	15
2.	Luptă –2 reprize, în condiții regulamentare	Se apreciază combativitatea și nivelul tehnic-tactic.									

TENIS

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.	Săritura în lungime de pe loc (cm)	150	165	155	170	160	175	165	180	170	185	175	190	180	195	185	200	190	205	195	210
2.	Alergare de viteză 30 m cu start de sus (sec)	5.6	5.4	5.5	5.3	5.4	5.2	5.3	5.1	5.2	5.0	5.1	4.9	5.0	4.8	4.9	4.7	4.8	4.6	4.7	4.5
3.	Alergare de rezistență 800 m fete și 1000 m băieți (min)	4.15	4.15	4.10	4.10	4.05	4.05	4.00	4.00	3.55	3.55	3.50	3.50	3.45	3.45	3.40	3.40	3.35	3.35	3.30	3.30

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.	Serviciu la punct fix – 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.	Joc de simplu în condiții regulamentare – 1 set	Se apreciază nivelul tehnico-tactic, corectitudinea și eficiența execuțiilor.																			

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.																			