



## MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE

UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD  
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
str. Elena Drăgoi nr.2-4 ARAD

Operator de date cu caracter personal nr.2929



## Anexa nr. 8

**Metodologia proprie privind organizarea și desfășurarea  
concursului de admitere la programe de studii universitare de licență  
și de masterat**

Art.1. Admiterea se organizează pentru cicluri de studii universitare de licență și de masterat, pentru următoarele programe de studii:

- programul de studii universitare de licență: Educație fizică și sportivă;
- programul de studii universitare de masterat: Activități motrice curriculare și extracurriculare.

Art.2. Admiterea se face pe bază de concurs.

(1) La admiterea în ciclul de studii universitare de licență, concursul de admitere cuprinde următoarele probe:

**A. Proba de aptitudini psihomotrice:**

- viteză - 50 m plat / băieți-fete;
- forță membre inferioare – săritura în lungime de pe loc, fără elan/băieți-fete;
- forță membre superioare – flotări.

**Nota:** cele trei probe reprezintă **testul nr. I** și au o pondere de **40%** din nota finală.

**B. Proba de aptitudini specifice unei ramuri sportive:**

- la alegere:

>> *gimnastică*, >> *baschet*, >> *volei*, >> *handbal*, >> *fotbal*, >> *rugby*.

**Notă:** din cele șase probe la alegere, se optează pentru una și aceasta va reprezenta **testul nr. II** și are o pondere de **40%** din nota finală.

(2) Admiterea la ciclul de studii universitare de masterat se face pe bază de dosar și interviu.

Art. 3. Desfășurarea concursului de admitere la ciclul de studii universitare de licență și de masterat

(1) Desfășurarea concursului la ciclul de studii universitare de licență se face după următoarea procedură:

- **Proba A (calități motrice)** - candidații vor primi o notă care reprezintă media aritmetică a notelor pentru fiecare probă în parte, **având o pondere de 40 %** din total;
- **Proba B (deprinderi motrice specifice unei ramuri sportive)** - candidații vor primi o notă, **având o pondere de 40 %** din total;
- **Proba C (examenul de bacalaureat)** - nota examenului de bacalaureat, **având o pondere de 20 %** din total.

**Nota finală este media ponderată a celor trei note.**

Dacă candidatul nu poate susține una dintre probele practice, se notează cu zero puncte proba respectivă și se înlocuiește ca atare în calculul mediei finale.

Comisia de admitere stabilește lista candidaților în ordinea de clasificare pe baza mediei finale a rezultatelor. Vor fi declarați reușiți, candidații în ordine descrescătoare a mediilor finale, în limita numărului de locuri alocat de către ARACIS, până la cel puțin media 5,00.

Candidații declarați admiși sunt înmatriculați în anul I de studiu, pe baza rezultatelor concursului, prin decizia Rectorului Universității.

Candidații care se clasează pe locuri fără taxă și nu depun la dosar diploma de bacalaureat în original până la începerea sesiunii a II-a de admitere, vor pierde locul. De asemenea, candidații de pe locuri cu taxă care nu achită minim jumătate din taxa de școlarizare până la 15 august 2015 vor pierde locul ocupat; aceste locuri se vor scoate la concurs în sesiunea de admitere din septembrie. După sesiunea de admitere din septembrie, candidații trebuie să achite minim jumătate din taxa de școlarizare până la 25 septembrie 2015, în caz contrar nu vor fi înmatriculați.

**Criterii de departajare** (în situația în care doi sau mai mulți candidați obțin aceeași notă finală) sunt:

- a) **media de la examenul de bacalaureat;**
- b) **media de la proba A.**

**Notă:**

1. Se rezervă dreptul Facultății de Educație Fizică și Sport de a introduce anual și alte discipline sportive.

2. **La specializarea Educație Fizică și Sportivă pot fi admiși, fără concurs de admitere, componenții loturilor naționale și olimpice de juniori și seniori, precum și medaliații olimpici, mondiali și europeni.**

**Proba A - calități motrice**

Tabel 1. Pentru transformarea performanțelor în note la proba A

Nota si Proba sexul sustinuta	Nota 4		Nota 5		Nota 6		Nota 7		Nota 8		Nota 9		Nota 10	
	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F
<b>Alergarea de viteză, 50m</b> (start de sus, sec.)	<b>7.2</b>	8.0	<b>7.1</b>	7.9	<b>7.0</b>	7.8	<b>6.9</b>	7.7	<b>6.8</b>	7.6	<b>6.7</b>	7.5	<b>6.6</b>	7.4
<b>Săritura în lungime de pe loc (m)</b>	<b>2.15</b>	1.80	<b>2.20</b>	1.85	<b>2.25</b>	1.90	<b>2.30</b>	1.95	<b>2.35</b>	2.00	<b>2.40</b>	2.05	<b>2.45</b>	2.10
<b>Flotări (nr. de repetări)</b>	<b>18</b>	6	<b>20</b>	8	<b>22</b>	10	<b>24</b>	12	<b>26</b>	14	<b>28</b>	16	<b>30</b>	18

**NOTA FINALĂ: DE LA TESTUL I ESTE MEDIA ARITMETICĂ A NOTELOR DE LA CELE TREI PROBE ȘI REPREZINTĂ 40% DIN MEDIA DE ADMITERE.**

**Exemplu calcul nota, la testul A, (Băieți):**

- **ALERGAREA DE VITEZĂ 50 M :..... 6,6'' = 10**
- **SĂRITURA ÎN LUNGIME DE PE LOC :..... 2,40 m = 9**
- **FLOTĂRI :..... 24 rep. = 7**

**NOTA FINALA TESTUL I = 8<sup>66</sup>**

### Proba B - deprinderi motrice specifice unei ramuri sportive

La acest test se alege un joc sportiv sau gimnastică astfel:

- baschet, fotbal, handbal, volei, rugby (pentru candidați);
- baschet, handbal, volei (pentru candidate) ;
- gimnastică acrobatică (candidați sau candidate).

Mai jos aveți descrierea probelor cu figura exemplificativă și scalele de transformare a timpilor obținuți în note, la fiecare probă în parte.

#### 1. BASCHET

Pe jumătatea unui teren de baschet se vor amplasa 6 jaloane așezate ca în figură.

##### Descrierea probei contra cronometru:

>> De la linia de fund, cu mingea așezată pe sol, la semnal, candidatul ridică mingea și, driblând serpuiește printre jaloane ca în figura 1.

>> După ultimul jalon pe care îl ocolește în dribling, se îndreaptă driblând, direct spre coș. Execută aruncarea obligatoriu cu o mână de sus din față. Înscrierea coșului este obligatorie, în caz de ratare, recuperează și aruncă de sub coș până înscrie.

>> După ce înscrie coșul, recuperează mingea și reia exercițiul pe cealaltă parte a terenului, driblând printre jaloane ca în figura 1, ocolește ultimul jalon și, în dribling, se îndreaptă spre panou, aruncă la coș din dribling cu o mână de sus din față, înscrierea coșului fiind obligatorie.

>> Cronometrul este pornit când candidatul atinge mingea așezată pe sol și se oprește când înscrie cel de-al doilea coș.

>> Timpul de execuție determină nota pentru această probă. Comiterea abaterii de pași sau dublu dribling se sancționează cu o secundă de întârziere.

>> Transformarea timpului de parcurs în notă se va face în conformitate cu tabelul 2.

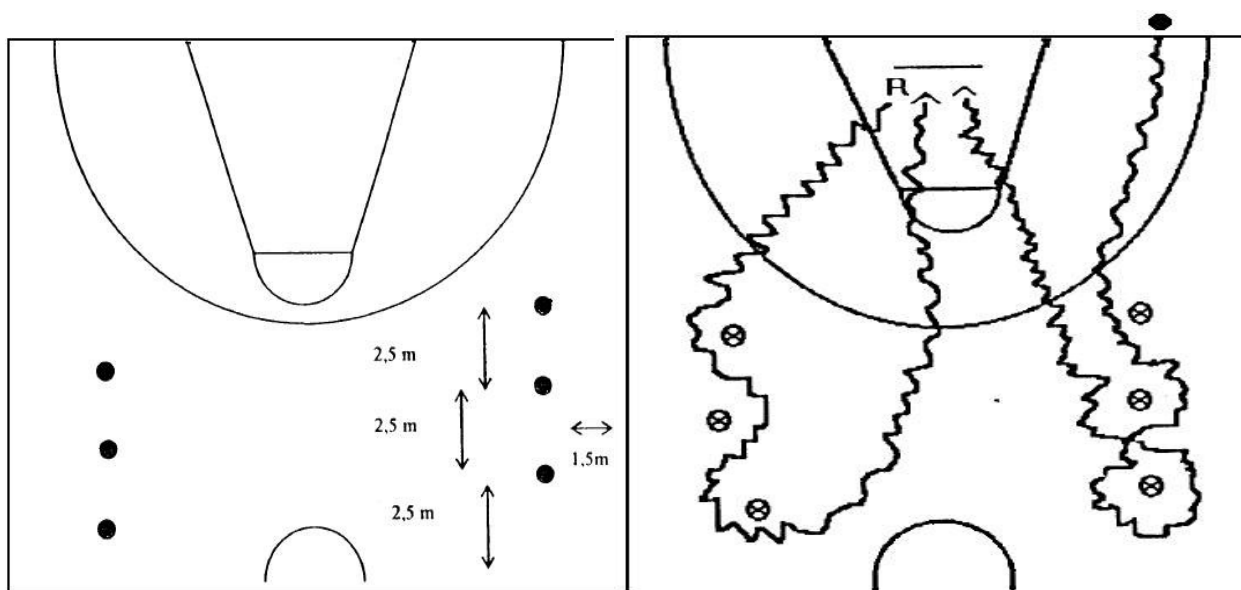


Figura 1. Modul de desfășurare a probei de baschet

Tabel 2. Scală de transformare a timpului în notă, proba de baschet.

Nota	Timp fete	Timp băieți
10	21,0	18,0
9	21,1 – 22,0	18,1 – 19,0
8	22,1 – 23,0	19,1 – 20,0
7	23,1 – 24,0	20,1 – 21,0
6	24,1 – 25,0	21,1 – 22,0
5	25,1 – 26,0	22,1 – 23,0
4	26,1 – 27,0	23,1 – 24,0
3	27,1 – 28,0	24,1 – 25,0
2	28,1 – 29,0	25,1 – 26,0
1	> 29,1	> 26,1

## 2. HANDBAL

### Descrierea probei

>> Triunghiul se marchează astfel: bazat triunghiului o constituie linia dreaptă de 3 m a semicercului de 6 m; pe această bază se ridică din mijlocul ei o perpendiculară de 3 m, care va ajunge la semicercul punctat de la 9 m și va constitui înălțimea triunghiului. Laturile triunghiului se trasează prin unirea celor trei puncte. În vârfurile triunghiului și tangent cu acestea se marchează câte un cerc cu diametrul de 20 cm.

>> Candidatul se găsește cu fața spre vârful triunghiului și cu un picior în cercul din partea dreaptă, de unde începe deplasarea cu pași adăugați, lateral, înainte și înapoi, executând o tură completă. Cronometrul se pornește de la prima mișcare a candidatului.

>> După atingerea cercului din care s-a dat startul, candidatul va alerga, ridicând mingea plasată la nivelul vârfului triunghiului la distanța de 1,5 m în lateral, dreapta.

>> Ridicarea mingii, executarea driblingului multiplu până în partea opusă, aruncarea la poarta dintre cele două semicercuri, după care candidatul se va întoarce în mare viteză până la semicercul de 6 m de la care a pornit.

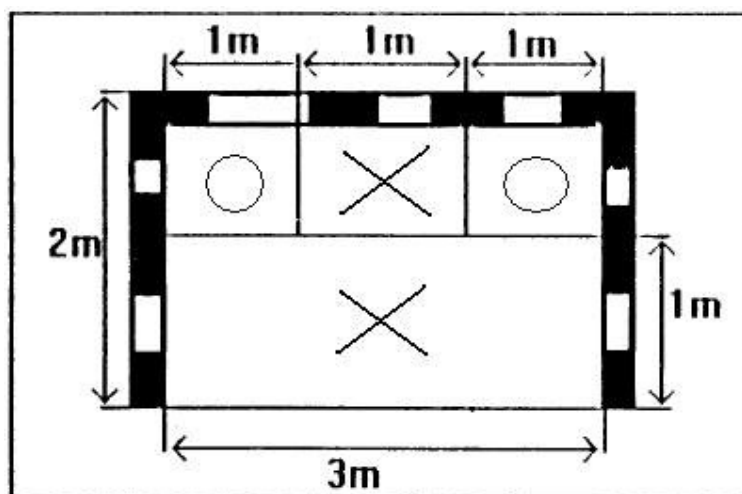


Figura 2. Prezentarea zonelor unde trebuie șutată mingea, la proba de handbal.

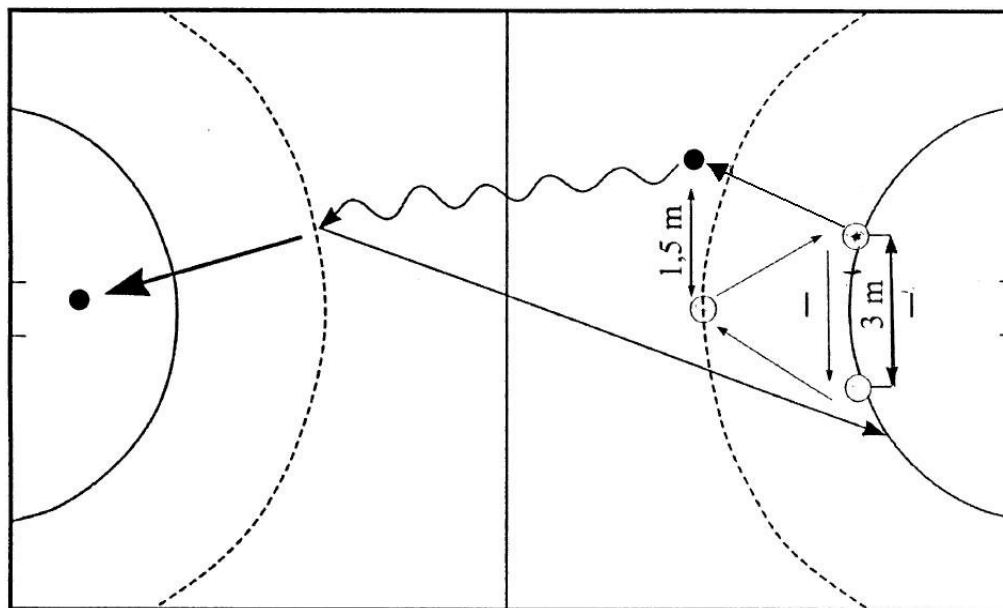


Figura 3. Modul de desfășurare a probei de handbal

**Notă:** Așa cum se observă și în figura 2, poarta va fi împărțită în patru careuri după cum urmează: la înălțimea de 1 m se vor uni cei doi stâlpi cu ajutorul unei frânghii (bandaj sau cauciuc), iar partea de sus a porții se împarte din metru în metru în trei pătrate. Aruncările efectuate în pătratele din lateral sus nu se penalizează. Aruncările efectuate în mijlocul porții se penalizează cu două zecimi de secundă, iar cele efectuate în partea de jos, se penalizează cu patru zecimi de secundă.

Tabel 3. Scala de notare la proba handbal

Nota	Timp băieți	Timp fete
10	13''4	14''6
9,50	13''7	14''9
9	14''	15''2
8,50	14''3	15''5
8	14''6	15''8
7,50	14''9	16''1
7	15''2	16''4
6,50	15''5	16''7
6	15''8	17''
5,50	16''1	17''3
5	16''4	17''6
4,50	16''7	17''9
4	17''	18''1
3,50	17''3	18''4
3	17''6	18''7
2,50	17''9	19''
2	18''2	19''3

### 3. FOTBAL

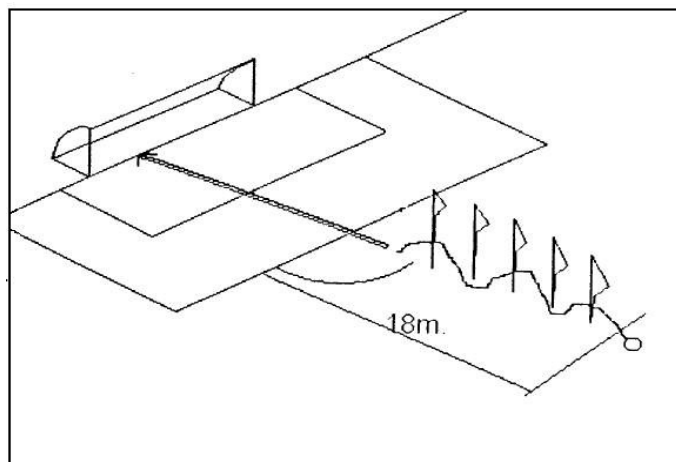


Figura. 4. Modul de desfășurare a probei de fotbal

#### Descrierea probei:

>> Candidatul se află cu fața spre poartă pe linia jaloanelor, în spatele unei linii aflată la 18 m de suprafața de pedeapsă, cu mingea în mână.

>> La comandă candidatul își aruncă mingea deasupra capului și ușor înainte, executând preluarea mingii, apoi se deplasează în conducere printre 5 jaloane așezate la distanță de 3 m unul de celălalt. După depășirea ultimului jalon candidatul execută șut la poartă din afara suprafeței de pedeapsă. Mingea trebuie să cadă în poartă fără să atingă solul înainte de linia porții.

>> Cronometrarea se începe din momentul preluării mingii și va înceta în momentul lovirii mingii sub formă de șut la poartă (cu forță).

>> Notarea se face pe baza timpului realizat apreciat cu note de la 10 la 1, după cum urmează:

Tabel 4. Scala de notare la proba fotbal

Nota	Timpul obținut
10	5''6 – 6''
9	6''1 – 6''5
8	6''6 – 7''
7	7''1 – 7''5
6	7''6 – 8''
5	8''1 – 8''5
4	8''6 – 9''
3	9''1 – 9''5
2	9''6 – 10''

>> Se vor executa două încercări, luându-se în considerare rezultatul cel mai bun.

>> Transmiterea mingii sub formă de șut la poartă în afara spațiului porții sau din interiorul careului de 9 m și fără forță, vor fi penalizate fiecare cu câte un punct.

>> Candidații se vor prezenta cu echipament și adidași pentru sală.

### 4. VOLEI

#### Pasa - Precizie

>> Auto-pasa, urmată de pasa cu două mâini de sus într-un cadru de 1,50/1,00 m aflat la înălțimea de 3,05 m, de la distanța de 4,60 m.

**Notarea:**

- >> Un punct pentru fiecare încercare reușită (mingea nu atinge cadrul).
- >> O jumătate de punct pentru mingea care intră în cadru, dar l-a atins pe acesta.
- >> Sunt admise 10 execuții.

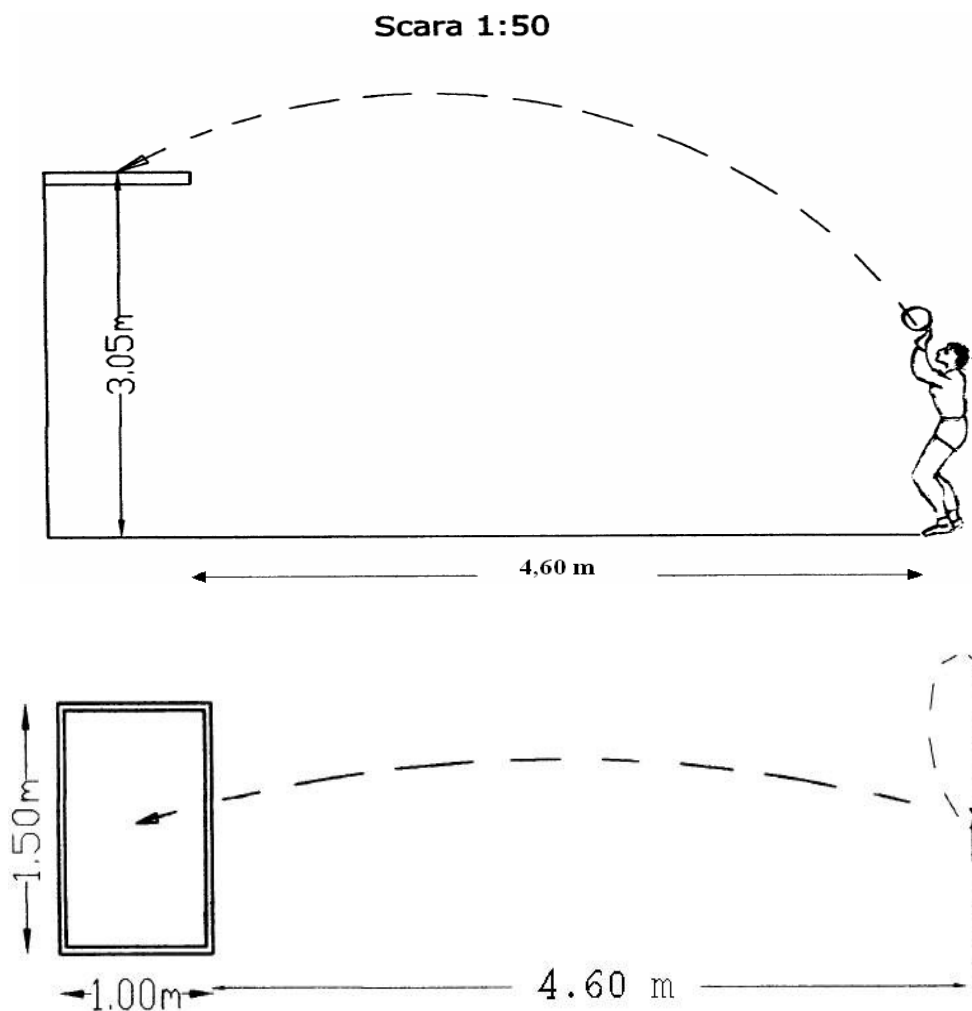


Figura. 5. Modul de desfășurare a elementului pasă, la volei

**Serviciu - Precizie**

- >> Serviciul va fi executat, în condiții regulamentare, de sus sau de jos, într-o zonă de 6,00 m/9,00 m, dincolo de linia de 3,00 m (cu plasa ridicată la 2,43 m), conform schiței de mai jos:

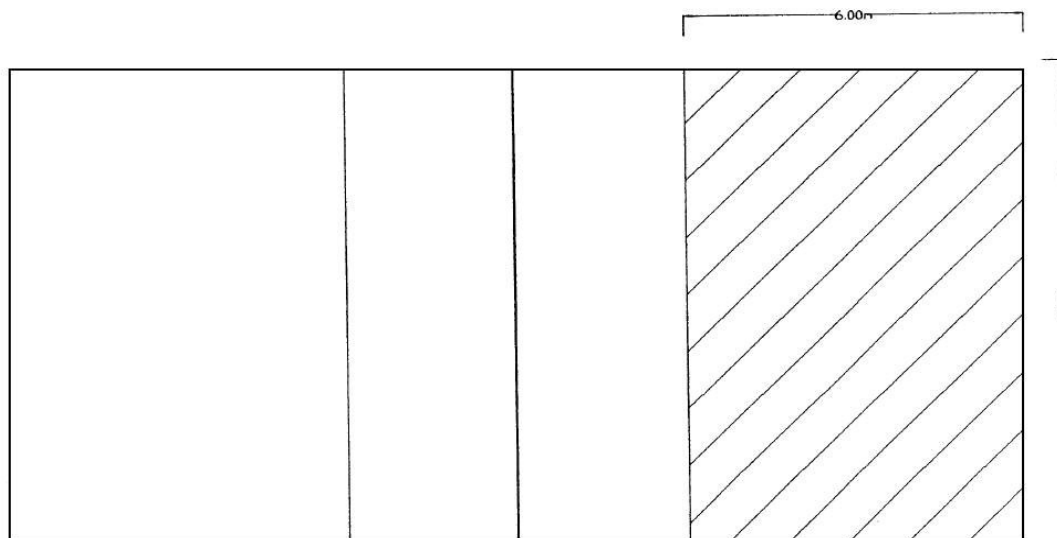


Figura. 6. Modul de desfășurare a elementului serviciu, la volei

>> Se servește din orice loc, din zona de serviciu, iar notarea se va face conform tabelului de mai jos:

Tabel 5. Scala de notare a serviciului la volei

<b>Nr. Servicii în spațiul delimitat</b>	<b>Nota</b>
5 servicii de sus	10
4 servicii de sus + 1 serviciu de jos	9,75
3 servicii de sus + 2 servicii de jos	9,50
2 servicii de sus + 3 servicii de jos	9,25
1 serviciu de sus + 4 servicii de jos	9,00
5 servicii de jos	8,75
4 servicii de sus	8,50
3 servicii de sus + 1 servicii de jos	8,00
2 servicii de sus + 2 servicii de jos	7,75
1 serviciu de sus + 3 servicii de jos	7,50
4 servicii de jos	7,25
3 servicii de sus	7,00
2 servicii de sus + 1 servicii de jos	6,50
1 serviciu de sus + 2 servicii de jos	6,00
4 servicii de jos	5,50
2 servicii de sus	5,00
1 serviciu de sus + 1 serviciu de jos	4,50
2 servicii de jos	4,00
1 serviciu de sus	3,00
1 serviciu de jos	2,00



## 5. GIMNASTICĂ ACROBATICĂ

Exercițiu liber ales, la sol cu următoarele elemente impuse:

### a) Fete:

- rostogolire înainte din ghemuit în depărtat - 1,5 p
- rostogolire înapoi din depărtat în depărtat - 1,5 p
- stând pe mâini (1 sec.) - 1,5 p
- stând pe omoplați (2 sec.) - 1,5 p
- podul de sus - 1,5 p
- cumpăna pe un picior (3 sec.) - 1,5 p

### b) Băieți:

- rostogolire înainte din ghemuit în depărtat - 1,5 p
- rostogolire înapoi din depărtat în depărtat - 1,5 p
- stând pe cap (2 sec.) - 1,5 p
- stând pe mâini (1 sec.) - 1,5 p
- cumpăna pe un picior (3 sec.) - 1,5 p
- roata laterală - 1,5 p

1.) Fiecare element impus are valoarea de 1,5 p. Elementele constituite în exercițiul liber ales vor avea o valoare totală de 9,0 p. Restul de 1,0 p se va acorda pentru prezentarea exercițiului.

2.) Exercițiul se va executa într-un interval de timp cuprins între 50 sec. - 70 sec.

3.) Se acordă o singură încercare pentru întreg exercițiul.

4.) Candidații se vor prezenta în echipament sportiv adecvat: încălțăminte sport, ciorapi, șort, trening, tricou cu mâneci scurte. Nu se vor purta ceasuri sau podoabe ce pot provoca răniri.

(2) Desfășurarea concursului la ciclul de studii universitare de masterat se face după următoarea procedură:

Etapa 1: Ocuparea locurilor alocate de către ARACIS: Comisia de admitere ordonează candidații în ordinea descrescătoare a mediei de licență. În caz de egalitate, criteriul de departajare va fi nota de la proba a 2-a, prezentarea și susținerea lucrării de licență;

Etapa a 2-a: Ocuparea locurilor finanțate de la bugetul de stat: Comisia de admitere ordonează candidații în ordinea descrescătoare a mediei ponderate dintre nota obținută în urma interviului (40%) și media examenului de licență (60%). În caz de egalitate, criteriul de departajare va fi nota obținută în urma interviului.

Media de admitere nu poate fi mai mică de 6 (șase).

**În ciclul de studii universitare de masterat pot fi admiși, fără concurs de admitere, componenții loturilor naționale și olimpice de juniori și seniori, precum și medaliații olimpici, mondiali și europeni.**

Candidații declarați admiși sunt înmatriculați în anul I de studiu, pe baza rezultatelor concursului, prin decizia Rectorului Universității.

Candidații de pe locuri cu taxă care nu achită minim jumătate din taxa de școlarizare până la data de 25 septembrie 2015, nu vor fi înmatriculați.

Prezenta metodologie a fost aprobată în ședința Consiliului Facultății de Educație Fizică și Sport din data de 03.03.2015.

DECAN,

**Prof.univ.dr. Ioan-Dorin GALEA**