



ROMÂNIA

Ministerul Educației Naționale

UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE

din TÎRGU MUREȘ

Tîrgu-Mureș, str. Gh. Marinescu nr. 38, Cod poștal 540139

Tel: +40.265.21 31 27, Fax: +40.265.21 04 07, Centrală : 0265.21 55 51

**METODOLOGIA
ADMITERII
LA
PROGRAMUL DE STUDII
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**

SESIUNEA 2018

METODOLOGIA ADMITERII LA PROGRAMUL DE STUDII EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

După derularea etapelor de înscriere, cu cerințe comune pentru toți candidații la Concursul de Admitere în cadrul Universității de Medicină și Farmacie din Tîrgu Mureș, candidații la programul de studiu *Educație fizică și sportivă* vor parcurge următoarele etape:

1. Prezentarea unor documente suplimentare, specifice

La cererea de înscriere se anexează, suplimentar:

- o adeverință medicală-tip, cu mențiunea **apt pentru programul de studiu Educație fizică și sportivă**. În cadrul controlului medical se examinează, printre altele, starea de sănătate și de dezvoltare morfofuncțională. Vor fi admiși pentru concurs numai candidații care prezintă:

- stare de sănătate bună;
- integritate corporală;
- indici de nutriție, de dezvoltare fizică armonioasă și funcționali, în limite normale;
- nu au deficiențe de vorbire și de auz;
- prezintă o acuitate vizuală normală la ambii ochi.

IMPORTANT!!! Adeverința medicală **se certifică de Policlinica Sportivă din Tîrgu Mureș, în urma unui examen de specialitate** (inclusiv examinare cardiacă).

2. Desfășurarea concursului specific – probe practice

După încheierea perioadei de înscriere, comisia de admitere va afișa, cu cel puțin 24 de ore înaintea începerii probe practice specifice, listele nominale ale candidaților înscriși, în ordine alfabetică.

Candidații au obligativitatea de a verifica corectitudinea datelor înscrise în listele afișate și să aducă imediat la cunoștință eventualele neconcordanțe, Comisiei de admitere. După începerea concursului specific nu se mai fac nici un fel de modificări față de datele precizate în listele afișate.

Programul și locațiile de desfășurare a probelor de concurs se afișează cel mai târziu în preziua începerii probelor.

Candidații vor prezenta **cartea de identitate și legitimația de concurs, înaintea începerii fiecărei probe. La probele practice, candidații se prezintă în echipament sportiv.**

3. Stabilirea rezultatului final al concursului de admitere - Educație fizică și sportivă

Sunt admiși, pentru calculul mediei generale de admitere, numai candidații care au obținut **minimum media 5 (cinci) la proba de aptitudini sportive generale** (rezultată din evaluarea celor **3 etape** ale probei).

Ponderile în calcularea mediei generale de admitere, sunt:

Media probei de aptitudini sportive generale : 90% din media finală;

Media examenului de bacalaureat: 10% din media finală.

Media generală a concursului de admitere se calculează, pentru fiecare candidat, ca medie aritmetică cu două zecimale.

Parcurgerea tuturor etapelor admiterii este obligatorie.

Pentru probele practice nu sunt admise contestații.

CONȚINUTUL ȘI CERINȚELE PROBELOR SPECIFICE DE CONCURS

Proba de aptitudini sportive generale (eliminatoire) cuprinde teste din:

- **triatlon general-motric:** alergare de viteză pe 30 m plat, cu start din picioare, la mișcare; pentasalt de pe loc; aruncarea mingii medicinale cu două brațe de deasupra capului.
- **gimnastică:** parcurs aplicativ, contra timp.
- **un joc sportiv la alegere- baschet, fotbal, handbal, volei:** elemente tehnice și joc bilateral.

PROBA DE APTITUDINI SPORTIVE GENERALE – probă eliminatoire

A) TESTUL DE TRIATLON GENERAL-MOTRIC

Proba de triatlon se desfășoară astfel:

- la proba de alergare de viteză pe 30 m plat, candidații aleargă o singură dată, individual, în ordine alfabetică, cu start din picioare și cronometraj electronic, la mișcare (la ridicarea piciorului din spate); precizare - nu sunt admiși pantofi cu cuie;

- la proba de pentasalt de pe loc (cinci pași săriți), fiecare candidat efectuează două încercări, cea mai bună fiind înregistrată pe foaia de examinare; plecarea se efectuează cu vârfurile picioarelor la același nivel; finalizarea celor cinci pași se realizează fără aterizare pe două picioare; lungimea totală se măsoară de la linia de plecare până la nivelul călcâiului piciorului de aterizare al ultimului pas; precizare - nu sunt admiși pantofi cu cuie;

- la aruncarea mingii medicinale se efectuează două încercări, lungimea cea mai bună fiind înregistrată; procedeul de aruncare este cu două brațe de deasupra capului, de pe loc, vârful picioarelor fiind plasate la nivelul unei linii trasate pe suprafața de aruncare.

Aprecierea candidaților. Performanțele realizate de fiecare candidat, la probele triatlonului, se notează cu note de la 10 la 1, după cum urmează:

NOTA	PROBELE DIN TRIATLONUL GENERAL-MOTRIC					
	BĂIEȚI			FETE		
	30 mp. (sec.)	Pentasalt de pe loc (m.)	Aruncare minge medicinală 5KG (m.)	30 mp. (sec.)	Pentasalt de pe loc (m.)	Aruncare minge medicinală 3KG (m.)
10	4"0	13.50	8.00	5"0	12.00	8.00
9,50	4"2	13.30	7.80	5"2	11.80	7.80
9,00	4"3	13.20	7.70	5"3	11.70	7.70
8,50	4"4	13.10	7.60	5"4	11.60	7.60
8,00	4"5	13.00	7.50	5"5	11.50	7.50
7,50	4"6	12.90	7.40	5"6	11.40	7.40
7,00	4"7	12.80	7.30	5"7	11.30	7.30
6,50	4"8	12.70	7.20	5"8	11.20	7.20
6,00	4"9	12.60	7.10	5"9	11.10	7.10
5,50	5"0	12.50	7.00	6"0	11.00	7.00
5,00	5"1	12.40	6.90	6"1	10.90	6.90
4,50	5"2	12.30	6.80	6"2	10.80	6.80
4,00	5"3	12.20	6.70	6"3	10.70	6.70
3,50	5"4	12.10	6.60	6"4	10.60	6.60
3,00	5"5	12.00	6.50	6"5	10.50	6.50
2,50	5"6	11.90	6.40	6"6	10.40	6.40
2,00	5"7	11.80	6.30	6"7	10.30	6.30
1,50	5"8	11.70	6.20	6"8	10.20	6.20
1,00	5"9	11.60	6.10	6"9	10.10	6.10

Candidatul care este descalificat, abandonează sau nu se prezintă la una sau mai multe probe, primește zero puncte la proba sau probele respective.

B) TESTUL LA GIMNASTICĂ cuprinde un parcurs aplicativ contra-timp.

Descriere parcurs aplicativ:

1. Start din stând ghemuit cu spatele la saltea (se pornește cronometrul la mișcare), rostogolire înapoi cu ieșire în sprijin depărtat;
2. Revenire în sprijin ghemuit, urmată de o săritură pe loc, cu piruetă de 180°;
3. Alergare (5 m.) spre o ladă de gimnastică-tip (cu trei nivele + capac);
4. Rostogolire, grupat-înainte, pe lada de gimnastică;
5. Alergare (5 m.) spre o bancă de gimnastică, așezată cu partea îngustă în sus;
6. Deplasare, în echilibru, pe banca de gimnastică, cu o piruetă de 360° la mijlocul acesteia și deplasare până la capătul băncii (o atingere a solului se penalizează cu +2 sec.; dacă ultimul pas nu este pus exact la capătul băncii, se penalizează cu +1 sec.);
7. Alergare (5 m.), urmată de executarea unei deplasări, prin alunecare, cu tracțiuni de brațe din culcat ventral, pe două bănci de gimnastică, unite între ele la capete;
8. La atingerea cu ambele mâini a capătului celei de-a doua bănci, stop cronometru.

GRILA DE EVALUARE LA PARCURSUL APLICATIV-GIMNASTICĂ

NOTA	BĂIEȚI	FETE
10	16"	20"
9	18"	22"
8	20"	24"
7	22"	26"
6	24"	28"
5	26"	30"
4	28"	32"
3	30"	34"
2	32"	36"
1	34"	38"

C) TESTUL LA UN JOC SPORTIV (la alegere: **Baschet, Fotbal, Handbal, Volei**) – acțiuni tehnico-tactice individuale/colective + joc bilateral

Cerințe:

1. Baschet

- Acțiuni individuale de atac: demarcajul, intrarea în posesia mingii, driblingul, finalizarea prin pătrundere sau depășire, recuperarea mingii de sub panou.
- Acțiuni individuale de apărare: marcarea atacantului cu și fără minge, interceptie, blocaj defensiv, urmărire la panou.
- Combinații de 2-3 jucători în atac: "dă și du-te", blocajul, încrucișarea.
- Combinații de 2-3 jucători în apărare: închiderea pătrunderilor, schimbarea adversarilor.
- Acțiuni tehnico-tactice individuale și colective, în condiții de adversitate (joc bilateral).

2. Handbal

- Acțiuni individuale de atac: așezarea în teren, demarcajul, intrarea în posesia mingii, angajarea jucătorilor la semicerc, finalizarea prin pătrundere sau depășire, aruncare la poartă.

- Acțiuni individuale de apărare: marcarea atacantului cu și fără minge, interceptie, blocarea mingii la poartă.
- Combinații colective în atac: blocajul, încrucișarea simplă, dublă, paravane, învăluiri.
- Acțiuni colective în apărare: închiderea pătrunderilor, schimbarea adversarilor, dublarea, colaborarea cu portarul și apărarea aruncărilor libere.
- Acțiuni tehnico-tactice individuale și colective în condiții de adversitate (joc bilateral).

3. Volei

- Acțiuni individuale de atac: serviciu de sus, ridicarea și atacul specifice combinațiilor cu intrare.
- Acțiuni individuale de apărare: preluare la locul intrării, blocaj specific atacului din ridicare scurtă - întinsă, plonjon.
- Acțiuni colective în atac: combinații cu intrare în zona 1, sistem de atac efectuat din linia a II-a, dublare și plasament, specifice atacului combinativ.
- Acțiuni colective în apărare: sistem cu jucătorul din zona 6 retras, autodublare, dublare și plasament pe linia culoarelor.
- Acțiuni tehnico-tactice individuale și colective în condiții de adversitate (joc bilateral).

4. Fotbal

- Acțiuni individuale de atac: demarcarea, conducerea mingii, fente, trasul la poartă;
- Acțiuni colective în atac: un–doi, schimbul de locuri;
- Acțiuni individuale în apărare: marcajul, deposedarea adversarului de minge, prin acțiune directă și prin interceptie;
- Acțiuni colective de apărare: plasamentul, dublajul.
- Acțiuni tehnico–tactice individuale și colective executate în condiții de adversitate (joc bilateral);

Calculul mediei la proba de aptitudini sportive generale

Media finală la proba de aptitudini sportive generale rezultă din:

- nota obținută la triatlonul general-motric (la rândul ei, fiind media aritmetică a notelor / probă);
- nota obținută la parcursul aplicativ-gimnastică;
- nota obținută la jocul sportiv ales de candidat.

Proba de *aptitudini sportive generale* este eliminatorie. Vor fi clasificați în concursul de admitere numai candidații care au obținut cel puțin media 5.00 la proba de *aptitudini sportive generale*, chiar dacă la una dintre probele componente au obținut note sub 5.00.

Informații detaliate obțineți de pe site-ul UMF www.umftgm.ro - Admiterea 2018 și la telefon 0265.215551 - interioarele:

**220 - Secretariat Facultatea de Medicină – Programul de studii *Educație fizică și sportivă*
**232, 282, 283 - Disciplina *Științele motricității*
106 - Disciplina *Educație fizică*****