

**CRITERIILE, DESCRIEREA PROBELOR ȘI BAREMELE DE NOTARE
PENTRU EXAMENUL DE ADMITERE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL
SUPERIOR ÎN ANUL 2026, LA CICLUL DE STUDII UNIVERSITARE
DE LICENȚĂ, FORMA DE ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PROGRAMELE DE STUDII:
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ**

**FAZA I - PROBĂ ELIMINATORIE
TESTAREA CAPACITĂȚII MOTRICE GENERALE - TRASEU/
PARCURS APLICATIV**

Aprecierea execuției la proba eliminatorie se realizează cu calificative **ADMIS/ RESPINS** în urma parcurgerii traseului/ parcursului aplicativ contra cronometru – tabel 1.

Tabel 1.

BĂIEȚI		FETE	
Performanța (sec)	Calificativ	Performanța (sec)	Calificativ
maxim 40”	ADMIS	maxim 45”	ADMIS
> 40 ”	RESPINS	> 45 ”	RESPINS

Candidații vor parcurge întregul traseu/parcurs aplicativ o singură dată trebuind să abordeze obligatoriu toate elementele componente în ordinea stabilită pentru a primi calificativul ”**ADMIS**”. Neîndeplinirea baremului cronometrat atrage după sine obținerea calificativului ”**RESPINS**” și eliminarea candidatului/candidatei din examen.

Dimensiunile minime ale spațiului în care se amenajează traseul/parcursul aplicativ: 20m x 12m.

Dimensiuni traseu/parcursul aplicativ: 15 x 7m

Specificații: Traseul/parcursul aplicativ este format din 7 stații de motricitate generală și două segmente de deplasare accelerată pe o suprafață plată fără obstacole (2 x 6 m).

Descrierea traseului aplicativ eliminatoriu:

1. Linia de **START** - 2 m distanța până la următoarea stație;
2. Deplasare în echilibru pe două bănci de gimnastică, a doua va fi parcursă pe partea îngustă (**6 m**) - 2 m distanța până la următoarea stație;
3. Rostogolire din ghemuit în ghemuit înainte - 2 m distanța până la următoarea stație;
3. Dribling cu mingea de baschet printre 4 jaloane înalte situate la **1,5 m** distanță între ele – 3 m distanța până la următoarea stație;
4. Aruncare la țintă (situată la distanța de **5 m**) cu mingea de handbal (3 aruncări consecutive cu 3 mingi diferite);
5. Deplasare (pe distanța de **6 m**) pe lățimea terenului și ocolirea țintei;
6. Deplasare prin târâre peste trei saltele (pe distanța de **6 m**) și pe sub trei obstacole tip gard, amplasate pe saltele la distanța de **2 m** unul față de celălalt. – 2 m distanța până la următoarea stație;
7. Deplasare accelerată prin pășire în interiorul a 16 cercuri amplasate în zig-zag pe distanța **de 3 m** - 4 m distanța până la următoarea stație;
8. Escaladarea lăzii de gimnastică (cu o înălțime de **1,1 m**) așezată transversal;

ADRESĂ

Str. Domnească nr. 47,
Galați, România

CONTACT

Tel: 0336 130 108
Fax: 0236 461 353

ONLINE

rectorat@ugal.ro
www.ugal.ro

Operator înscris sub nr. 36338 în registrul de evidență
a prelucrărilor de date cu caracter personal.



9. Alergare pe distanța de **6 m până la linia de FINIȘ.**

Traseul/parcursul aplicativ se desfășoară contra cronometru - cronometrul va fi pornit de examinator* odată cu plecarea liberă a candidatului/ candidatei în alergare de la linia de **START** și se oprește odată cu trecerea candidatului/ candidatei a liniei de **FINIȘ**.

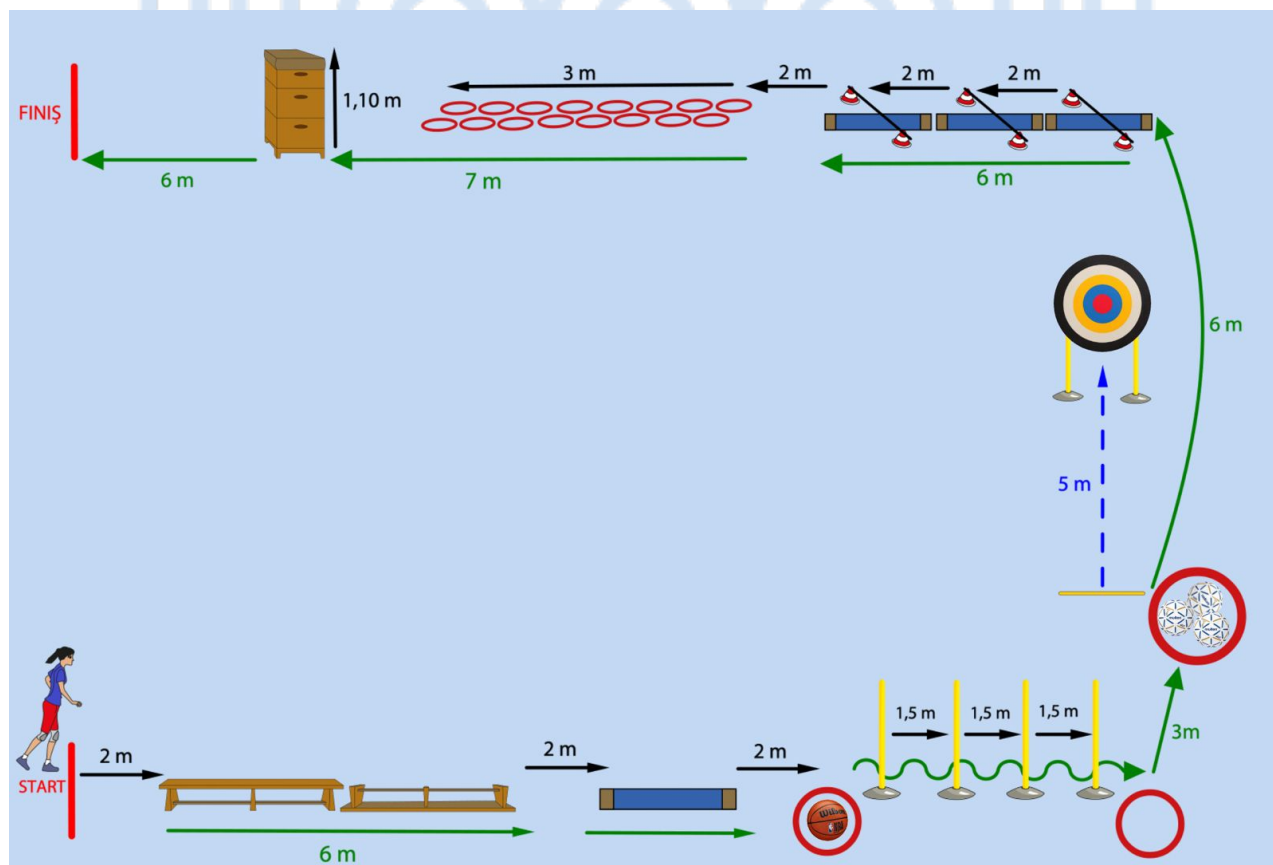
PENALIZĂRI:

- cădere de pe bancă la deplasarea în echilibru - pentru fiecare pas în afara băncii de gimnastică - 2s;
- pierderea controlului mingii în timpul driblingului (comiterea unei abateri sau pierderea mingii din dribling) - 3 s;
- ratarea aruncărilor cu mingea la punctul fix - pentru fiecare încercare nereușită - 2s;
- atingere a gardului cu mâna sau cu piciorul lateral în târâre - pentru fiecare greșeală - 1s;
- pășire în afara cercurilor - pentru fiecare pășire în afara cercurilor 1s;
- lipsa escaladării - 4 s.

Omiterea sau ratarea unei stații din traseul/parcursul aplicativ (cu excepția situațiilor prevăzute la rubrica penalizări) atrage după sine eliminarea candidatului/ candidatei din examen.

Pot trece în etapa următoare și se vor prezenta la probele de concurs doar candidații/ candidatele care au obținut calificativul **”ADMIS”** la proba eliminatorie.

**se pot utiliza instrumente digitale de cronometrare specifice probelor atletice (fotocelule sau altele)*



NU SE ADMIT CONTESTAȚII LA PROBELE PRACTICE!

ADRESĂ

Str. Domnească nr. 47,
Galați, România

CONTACT

Tel: 0336 130 108
Fax: 0236 461 353

ONLINE

rectorat@ugal.ro
www.ugal.ro

Operator înscris sub nr. 36338 în registrul de evidență
a prelucrărilor de date cu caracter personal.



FAZA II - PROBĂ CONCURS

PROBĂ DE APTITUDINI MOTRICE SPECIFICE

Proba de aptitudini motrice specifice se consideră promovată și intră în calculul mediei finale numai în cazul în care candidatul/candidata obține cel puțin nota 5 ca medie a celor 2 probe, respectiv: alergare de viteză pe 60 m cu start din picioare și săritura în lungime de pe loc (performanțele motrice vor fi transformate în note).

ALERGARE DE VITEZĂ PE DISTANȚA DE 60 METRI PLAT CU START DIN PICIOARE

- Fiecare candidat are dreptul la o singură încercare;
- Startul se va lua din picioare;
- Candidații vor alerga în serii de câte doi*, în ordine alfabetică.

**în cazul utilizării instrumentelor digitale de cronometrare, candidații vor alerga câte unul.*

Aprecierea candidaților se realizează în funcție de performanțele personale (secunde) conform datelor din tabelul 2.

Tabel 2.

BĂIEȚI		FETE	
Performanța (sec.)	Nota	Performanța (sec.)	Nota
7.5	10	8.7	10
7.6	9.5	8.8	9.5
7.7	9.0	8.9	9.0
7.8	8.5	9.0	8.5
7.9	8.0	9.1	8.0
8.0	7.5	9.2	7.5
8.1	7.0	9.3	7.0
8.3	6.5	9.5	6.5
8.5	6.0	9.7	6.0
8.7	5.5	9.9	5.5
8.9	5.0	10.1	5.0
9.1	4.5	10.3	4.5
9.3	4.0	10.5	4.0
9.5	3.5	10.7	3.5
9.6	3.0	10.8	3.0
9.8	2.5	11	2.5
10	2.0	11.2	2.0
10.2	1.5	11.4	1.5
>10.2	1.0	>11.4	1.0

ADRESĂ

Str. Domnească nr. 47,
Galați, România

CONTACT

Tel: 0336 130 108
Fax: 0236 461 353

ONLINE

rectorat@ugal.ro
www.ugal.ro

Operator înscris sub nr. 36338 în registrul de evidență
a prelucrărilor de date cu caracter personal.



SĂRITURA ÎN LUNGIME DE PE LOC

- Fiecare candidat va beneficia de încercări consecutive și se punctează cea mai bună performanță;
- Ordinea executării săriturilor este cea din tabelul de concurs pus la dispoziție de Comisia Centrală de Admitere (ordine alfabetică);
- Candidatul/candidata se află în spatele unei linii de start, din poziția stând depărtat cu brațele sus. Se realizează îndoirea picioarelor odată cu balansarea brațelor prin înainte jos și apoi prin înainte sus, impulsie în picioare, desprinderea de pe sol și proiectarea corpului în aer/faza de zbor urmată de aterizare pe ambele picioare, departe de linia de start;
- Măsurarea se realizează de examinatori, de la linia de plecare până la ultima urmă lăsată la aterizare;
- O săritură este considerată greșită și nu se măsoară atunci când candidatul/candidata calcă sau depășește linia de plecare sau cade după aterizare;
- la două sărituri nereușite, candidatul/candidata este apreciat/ă cu nota 1(unu).

Aprecierea candidaților se realizează în funcție de performanțele personale (centimetri) care se transformă în note conform datelor din tabelul 3.

Tabel 3.

BĂIEȚI		FETE	
Performanța (cm)	Nota	Performanța (cm)	Nota
250	10	200	10
245	9.5	195	9.5
240	9.0	190	9.0
235	8.5	185	8.5
230	8.0	180	8.0
225	7.5	175	7.5
220	7.0	170	7.0
215	6.5	165	6.5
210	6.0	160	6.0
205	5.5	155	5.5
200	5.0	150	5.0
195	4.5	145	4.5
190	4.0	140	4.0
185	3.5	135	3.5
180	3.0	130	3.0
175	2.5	125	2.5
170	2.0	120	2.0
165	1.5	115	1.5
<165	1.0	<115	1.0

Media FINALĂ de admitere se calculează astfel:

- 50% media de la examenul de bacalaureat;
- 50% nota de la proba de aptitudini motrice specifice.

**CANDIDAȚII CARE ÎȘI RETRAG ACTELE ÎNAINTE DE AFIȘAREA REZULTATULUI
CONCURSULUI SUNT ELIMINAȚI DIN CONCURS**

NU SE ADMIT CONTESTAȚII LA PROBELE PRACTICE!

ADRESĂ

Str. Domnească nr. 47,
Galați, România

CONTACT

Tel: 0336 130 108
Fax: 0236 461 353

ONLINE

rectorat@ugal.ro
www.ugal.ro

Operator înscris sub nr. 36338 în registrul de evidență
a prelucrărilor de date cu caracter personal.

