



**R O M Â N I A**  
**MINISTERUL EDUCAȚIEI, CERCETĂRII, TINERETULUI ȘI SPORTULUI**  
**Direcția Generală Educație Timpurie, Școli, Performanță și Programe**

Str. G-ral Berthelot nr.28-30, sector 1, Ro 70738 București, Tel: 021/314.36.65, fax: 313.55.47, tel/fax: 310.42.17, Centrală: 021/315.74.30, 314.26.80, 310.43.20

**ANEXA B**

**SE APROBĂ**  
**SECRETAR DE STAT,**  
**Iulia Adriana Oana BADEA**

**PREVEDERI METODOLOGICE**  
**LA DISCIPLINELE SPORTIVE NOMINALIZATE ÎN CALENDARUL**  
**COMPETIȚIONAL NAȚIONAL AL O.N.S.Ș.**  
**PENTRU ANUL ȘCOLAR 2009-2010**

**I. ATLETISM**

**I.1. ÎNVĂȚĂMÂNT PRIMAR – FETE ȘI BĂIEȚI**

**I.1.1. PROBE INDIVIDUALE: 50m plat și 600m plat**  
**(competiție cu finalitate județeană/mun. București)**

Nr. crt.	PROBA	PREVEDERI METODOLOGICE
01.	<b>Alergare de viteză</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 50 metri plat – fete</li><li>• 50 metri plat – băieți</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- participă elevi/eleve din clasele a III-a și a IV-a;</li><li>- se pleacă cu start din picioare, cronometrare la semnal sonor;</li><li>- se aleargă pe serii formate din 4-6 elevi/eleve;</li><li>- în semifinală se califică elevii/elevele care obțin primii doi timpi;</li><li>- în finală se califică elevii/elevele care au obținut primii 6-8 timpi în semifinală;</li><li>- se aleargă numai pe suprafețe netede, nealunecoase, culoare marcate – pistă de atletism;</li><li>- se folosesc minimum 2 cronometre la fiecare concurent;</li><li>- la faza pe județ/mun.București se califică ocupantul/ocupanta locului I la faza pe localitate/sector.</li></ul>
02.	<b>Alergare de rezistență</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 600m – fete</li><li>• 600m – băieți</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- participă elevi/eleve din clasele a III-a și a IV-a;</li><li>- se pleacă cu start din picioare;</li><li>- se aleargă numai pe suprafețe netede, nealunecoase, culoare marcate – pistă de atletism;</li><li>- se aleargă în serii de maximum 10 elevi/eleve;</li><li>- ordinea în clasamentul final se stabilește pe baza timpilor obținuți în serii;</li><li>- la sosire se va înmâna fiecărui participant un număr de ordine;</li><li>- se folosesc, de preferință, cronometre care înregistrează mai mulți timpi;</li><li>- la faza pe județ/mun.București se califică ocupantul/ocupanta locului I la faza pe localitate/sector.</li></ul>

## I.2. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI

### I.2.1. CROS INDIVIDUAL

(competiție cu finalitate națională)

PREVEDERI METODOLOGICE	
<p>- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele V-VIII;</p> <p>- DISTANȚELE DE CONCURS:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• FETE: etapa pe județ/mun.București – 1200 m; etapa națională – 1500 m</li><li>• BĂIEȚI: etapa pe județ/mun.București – 1500 m; etapa națională – 2000 m</li></ul> <p>- la sosire se va înmâna fiecărui participant un număr de ordine;</p> <p>- la faza pe județ/mun.București se califică ocupanții/ocupantele primelor trei locuri la faza pe localitate/sector;</p> <p>- la faza națională se califică ocupantul/ocupanta primului loc la faza pe județ/mun.București.</p>	

### I.2.2. TETRATLON ȘCOLAR PE ECHIPE

(competiție cu finalitate națională)

Nr. crt.	PROBA	PREVEDERI METODOLOGICE
01.	<b>Alergare de viteză</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 60 metri plat – fete</li><li>• 60 metri plat – băieți</li></ul>	<p>- se pleacă cu start de jos;</p> <p>- se aleargă pe serii formate din 4-8 elevi;</p> <p>- se aleargă numai pe suprafețe netede, nealunecoase, culoare marcate – pistă de atletism;</p> <p>- se folosesc minimum 2 cronometre la fiecare concurent.</p>
02.	<b>Săritura în lungime cu elan</b>	<p>- bătaia se face într-un spațiu de 1/1m, delimitat;</p> <p>- măsurarea se face de la locul desprinderii;</p> <p>- se formează grupe de 10 elevi, programați pe ore;</p> <p>- se acordă 3 sărituri pentru fiecare elev, executate prin alternanță;</p> <p>- la fiecare elev se transformă în puncte cel mai bun rezultat.</p>
03.	<b>Aruncarea mingii de oină</b>	<p>- se poate arunca de pe loc sau cu elan;</p> <p>- se constituie grupe formate din maximum 10 elevi;</p> <p>- se efectuează câte trei aruncări, prin alternanță;</p> <p>- la fiecare elev se transformă în puncte cel mai bun rezultat.</p>
04.	<b>Alergare de rezistență</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 800m – fete</li><li>• 800m – băieți</li></ul>	<p>- se pleacă cu start din picioare;</p> <p>- se aleargă numai pe suprafețe netede, nealunecoase, culoare marcate – pistă de atletism;</p> <p>- se aleargă în serii de maximum 10 elevi;</p> <p>- se folosesc, de preferință, cronometre care înregistrează mai mulți timpi.</p>

#### ALTE PREVEDERI METODOLOGICE

<p>- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele V-VIII;</p> <p>- o echipă este formată din 5 elevi/eleve;</p> <p>- la fiecare probă, echipa primește puncte la cele mai bune 4 performanțe obținute de către cei/cele cinci elevi/eleve;</p> <p>- punctajul obținut de fiecare echipă se calculează prin însumarea totalului punctelor obținute la cele patru probe;</p> <p>- transformarea performanțelor în puncte se face conform tabelelor de mai jos;</p> <p>- la faza pe județ/mun.București se califică echipele ocupante a primelor trei locuri la faza pe localitate/sector;</p> <p>- la faza pe zonă se califică echipa ocupantă a primului loc la faza pe județ/mun.București.</p> <p>- la faza națională se califică echipa ocupantă a primului loc la faza pe zonă.</p>
--

**TRANSFORMAREA PERFORMAȚELOR ÎN PUNCTE:  
BĂIEȚI**

PUNCTE	60 mp	800 mp	lungime	oină	PUNCTE
150	-	1'57"4	7,12	108,68	150
149	-	1'57"7	7,11	108,12	149
148	-	1'58"0	7,10	107,54	148
147	-	1'58"3	7,09	106,98	147
146	6,6	1'58"6	7,08	106,42	146
145	-	1'58"9	7,07	105,84	145
144	-	1'59"1	7,06	105,26	144
143	-	1'59"4	7,05	104,70	143
142	-	1'59"7	7,04	104,12	142
141	6,7	2'00"0	7,03	103,54	141
140	-	2'00"3	7,02	102,98	140
139	-	2'00"6	7,01	102,40	139
138	-	2'00"9	6,99	101,82	138
137	6,8	2'01"2	6,98	101,24	137
136	-	2'01"5	6,97	100,66	136
135	-	2'01"8	6,95	100,08	135
134	-	2'02"1	6,94	99,50	134
133	-	2'02"5	6,92	98,92	133
132	6,9	2'02"8	6,90	98,34	132
131	-	2'03"1	6,88	97,76	131
130	-	2'03"4	6,86	97,16	130
129	-	2'03"7	6,84	96,58	129
128	-	2'04"0	6,82	96,00	128
127	7,0	2'04"3	6,80	95,40	127
126	-	2'04"6	6,78	94,82	126
125	-	2'04"9	6,75	94,22	125
124	-	2'05"3	6,72	93,62	124
123	7,1	2'05"6	6,69	93,04	123
122	-	2'05"9	6,66	92,44	122
121	-	2'06"2	6,63	91,84	121
120	-	2'06"5	6,60	91,26	120
119	-	2'06"9	6,57	90,66	119
118	7,2	2'07"2	6,54	90,06	118
117	-	2'07"5	6,51	89,46	117
116	-	2'07"8	6,48	88,86	116
115	-	2'08"2	6,45	88,28	115
114	7,3	2'08"5	6,42	87,66	114
113	-	2'08"8	6,39	87,04	113
112	-	2'09"2	6,36	86,44	112
111	-	2'09"5	6,33	85,84	111
110	7,4	2'09"8	6,30	85,22	110
109	-	2'10"2	6,27	84,62	109
108	-	2'10"5	6,24	84,00	108
107	-	2'10"9	6,21	83,40	107
106	-	2'11"2	6,18	82,78	106
105	7,5	2'11"5	6,15	82,18	105
104	-	2'11"9	6,12	81,56	104
103	-	2'12"2	6,09	80,94	103
102	-	2'12"6	6,06	80,32	102
101	7,6	2'12"9	6,03	79,70	101

PUNCTE	60 mp	800 mp	lungime	oina	PUNCTE
100	-	2'13"3	6,02	79,09	100
99	-	2'13"6	5,97	78,48	99
98	-	2'14"0	5,94	77,84	98
97	7,7	2'14"4	5,91	77,22	97
96	-	2'14"7	5,88	76,66	96
95	-	2'15"1	5,85	75,98	95
94	-	2'15"4	5,82	75,34	94
93	7,8	2'15"8	5,79	74,72	93
92	-	2'16"2	5,76	74,08	92
91	-	2'16"5	5,73	73,46	91
90	-	2'16"9	5,70	72,82	90
89	7,9	2'17"3	5,67	72,18	89
88	-	2'17"7	5,64	72,56	88
87	-	2'18"0	5,61	70,92	87
86	8,0	2'18"4	5,58	70,28	86
85	-	2'18"8	5,55	69,64	85
84	-	2'19"2	5,52	69,00	84
83	-	2'19"6	5,49	68,36	83
82	8,1	2'20"0	5,46	67,72	82
81	-	2'20"4	5,43	67,08	81
80	-	2'20"8	5,40	66,42	80
79	-	2'21"2	5,37	65,78	79
78	8,2	2'21"6	5,34	65,12	78
77	-	2'22"0	5,31	64,48	77
76	-	2'22"4	5,28	63,82	76
75	8,3	2'22"8	5,25	63,18	75
74	-	2'23"2	5,22	62,52	74
73	-	2'23"8	5,19	61,86	73
72	-	2'24"0	5,16	61,20	72
71	8,4	2'24"4	5,13	60,54	71
70	-	2'24"8	5,10	59,88	70
69	-	2'25"3	5,07	59,22	69
68	8,5	2'25"7	5,04	58,56	68
67	-	2'26"1	5,01	57,90	67
66	-	2'26"6	4,98	57,24	66
65	8,6	2'27"0	4,95	58,56	65
64	-	2'27"4	4,92	55,90	64
63	-	2'27"8	4,89	55,22	63
62	-	2'28"3	4,86	54,54	62
61	8,7	2'28"8	4,83	53,88	61
60	-	2'29"2	4,80	53,20	60
59	-	2'29"7	4,77	52,52	59
58	8,8	2'30"1	4,74	51,84	58
57	-	2'30"6	4,71	51,18	57
56	-	2'31"1	4,68	50,48	56
55	8,9	2'31"6	4,65	49,80	55
54	-	2'32"0	4,62	49,10	54
53	-	2'32"5	4,59	48,42	53
52	9,0	2'33"0	4,56	47,74	52
51	-	2'33"5	4,53	47,04	51
50	-	2'34"0	4,50	46,36	50
49	9,1	2'34"5	4,46	45,66	49

PUNCTE	60 mp	800 mp	lungime	oina	PUNCTE
48	-	2'35"0	4,42	44,96	48
47	-	2'35"5	4,38	44,26	47
46	9,2	2'36"0	4,34	43,56	46
45	-	2'36"6	4,30	42,86	45
44	9,3	2'37"1	4,26	42,16	44
43	-	2'37"5	4,22	41,46	43
42	-	2'38"2	4,18	40,74	42
41	9,4	2'38"7	4,14	40,04	41
40	-	2'39"3	4,10	39,32	40
39	9,5	2'39"8	4,05	38,62	39
38	-	2'40"4	4,00	37,90	38
37	-	2'41"0	3,95	37,18	37
36	9,6	2'41"6	3,90	36,46	36
35	-	2'42"2	3,85	35,74	35
34	9,7	2'42"8	3,80	35,02	34
33	-	2'43"4	3,75	34,30	33
32	-	2'44"0	3,70	33,58	32
31	9,8	2'44"6	3,65	32,84	31
30	-	2'45"3	3,60	32,12	30
29	9,9	2'45"9	3,55	31,36	29
28	-	2'46"6	3,50	30,66	28
27	10,0	2'47"3	3,45	29,92	27
26	-	2'47"9	3,40	29,18	26
25	10,1	2'48"6	3,35	28,44	25
24	-	2'49"4	3,30	27,70	24
23	10,2	2'50"1	3,24	26,96	23
22	-	2'50"8	3,18	26,20	22
21	10,3	2'51"6	3,12	25,46	21
20	-	2'52"4	3,06	24,70	20
19	10,4	2'53"2	3,00	23,96	19
18	-	2'54"0	2,94	23,20	18
17	10,5	2'54"8	2,88	22,44	17
16	10,6	2'55"7	2,82	21,68	16
15	-	2'56"8	2,76	20,92	15
14	10,7	2'57"5	2,70	20,16	14
13	-	2'58"5	2,64	19,38	13
12	10,8	2'59"5	2,57	18,62	12
11	10,9	3'00"5	2,51	17,84	11
10	11,0	3'01"6	2,44	17,06	10
09	-	3'02"8	2,36	16,30	09
08	11,1	3'04"0	2,31	15,52	08
07	11,2	3'05"3	2,25	14,74	07
06	11,3	3'06"7	2,18	13,94	06
05	11,4	3'08"2	2,12	13,16	05
04	11,5	3'09"9	2,05	12,38	04
03	11,6	3'11"8	1,99	11,58	03
02	11,8	3'14"0	1,92	10,78	02
01	11,9	3'16"9	1,84	10,00	01

**FETE**

PUNCTE	60 mp	800 mp	lungime	oină	PUNCTE
150	7,1	2'02"2	6,22	77,84	150
149	-	2'02"4	6,21	77,54	149
148	-	2'02"6	6,20	77,14	148
147	-	2'02"8	6,19	76,72	147
146	7,2	2'03"0	6,18	76,32	146
145	-	2'03"2	6,17	75,90	145
144	-	2'03"4	6,16	75,48	144
143	-	2'03"6	6,15	75,08	143
142	-	2'03"8	6,14	74,66	142
141	7,3	2'04"0	6,13	74,24	141
140	-	2'04"2	6,12	73,84	140
139	-	2'04"4	6,11	73,42	139
138	-	2'04"6	6,10	73,00	138
137	7,4	2'04"8	6,08	72,58	137
136	-	2'05"0	6,07	72,16	136
135	-	2'05"2	6,05	71,74	135
134	-	2'05"4	6,04	71,32	134
133	-	2'05"6	6,02	70,90	133
132	7,5	2'05"8	6,00	70,48	132
131	-	2'06"0	5,98	70,06	131
130	-	2'06"2	5,96	69,64	130
129	-	2'06"4	5,94	69,22	129
128	-	2'06"6	5,92	68,60	128
127	7,6	2'06"8	5,90	68,28	127
126	-	2'07"0	5,88	67,94	126
125	-	2'07"2	5,85	67,52	125
124	-	2'07"4	5,82	67,10	124
123	7,7	2'07"6	5,79	66,66	123
122	-	2'07"8	5,76	66,24	122
121	-	2'08"0	5,73	65,80	121
120	-	2'08"2	5,70	65,38	120
119	-	2'08"4	5,67	64,94	119
118	7,8	2'08"6	5,64	64,52	118
117	-	2'08"8	5,61	64,08	117
116	-	2'09"0	5,58	63,66	116
115	-	2'09"5	5,55	63,22	115
114	7,9	2'10"0	5,52	62,78	114
113	-	2'10"5	5,49	62,34	113
112	-	2'11"0	5,46	61,92	112
111	-	2'11"5	5,43	61,48	111
110	8,0	2'12"0	5,40	61,04	110
109	-	2'12"5	5,37	60,60	109
108	-	2'13"0	5,34	60,16	108
107	-	2'13"5	5,31	59,72	107
106	-	2'14"0	5,28	59,28	106
105	8,1	2'14"5	5,25	58,84	105
104	-	2'15"0	5,22	58,36	104
103	-	2'15"5	5,19	57,94	103
102	-	2'16"0	5,16	57,50	102
101	8,2	2'16"5	5,13	57,06	101
100	-	2'17"0	5,10	56,60	100

PUNCTE	60 mp	800 mp	lungime	oina	PUNCTE
99	-	2'18"0	5,07	56,16	99
98	-	2'19"0	5,04	55,70	98
97	8,3	2'20"0	5,01	55,26	97
96	-	2'21"0	4,98	54,82	96
95	-	2'22"0	4,95	54,36	95
94	-	2'23"0	4,92	53,90	94
93	8,4	2'24"0	4,89	53,46	93
92	-	2'25"0	4,86	53,00	92
91	-	2'26"0	4,83	52,54	91
90	-	2'27"0	4,80	52,06	90
89	8,5	2'28"0	4,77	51,64	89
88	-	2'29"0	4,74	51,18	88
87	-	2'30"0	4,71	50,72	87
86	8,6	2'31"0	4,68	50,26	86
85	-	2'32"0	4,65	49,80	85
84	-	2'33"0	4,62	49,34	84
83	-	2'34"0	4,59	48,88	83
82	8,7	2'35"0	4,56	48,40	82
81	-	2'36"0	4,53	47,94	81
80	-	2'37"0	4,50	47,48	80
79	-	2'38"0	4,47	47,00	79
78	8,8	2'39"0	4,44	46,54	78
77	-	2'40"0	4,41	46,08	77
76	-	2'41"0	4,38	45,60	76
75	8,9	2'42"0	4,35	45,14	75
74	-	2'43"0	4,32	44,66	74
73	-	2'44"0	4,29	44,18	73
72	-	2'45"0	4,26	43,72	72
71	9,0	2'46"0	4,23	43,24	71
70	-	2'47"0	4,20	42,76	70
69	-	2'48"0	4,17	42,28	69
68	9,1	2'49"0	4,14	41,80	68
67	-	2'50"0	4,11	41,32	67
66	-	2'51"0	4,08	40,84	66
65	9,2	2'52"0	4,05	40,36	65
64	-	2'53"0	4,02	39,88	64
63	-	2'54"0	3,99	39,40	63
62	-	2'55"0	3,96	38,82	62
61	9,3	2'56"0	3,93	38,42	61
60	-	2'57"0	3,90	37,94	60
59	-	2'58"0	3,87	37,46	59
58	9,4	2'59"0	3,84	36,96	58
57	-	3'00"0	3,81	36,46	57
56	-	3'01"0	3,78	35,98	56
55	9,5	3'02"0	3,75	35,46	55
54	-	3'03"0	3,72	35,00	54
53	-	3'04"0	3,69	34,50	53
52	9,6	3'05"0	3,66	34,00	52
51	-	3'06"0	3,63	33,50	51
50	-	3'07"0	3,60	33,00	50
49	9,7	3'08"0	3,56	32,50	49
48	-	3'09"0	3,52	32,00	48

PUNCTE	60 mp	800 mp	lungime	oina	PUNCTE
47	-	3'10"0	3,48	31,50	47
46	9,8	3'11"0	3,44	30,98	46
45	-	3'12"0	3,40	30,48	45
44	9,9	3'13"0	3,36	29,98	44
43	-	3'14"0	3,32	29,46	43
42	-	3'15"0	3,28	28,96	42
41	10,0	3'16"0	3,24	28,44	41
40	-	3'17"0	3,20	27,94	40
39	10,1	3'18"0	3,15	27,42	39
38	-	3'19"0	3,10	26,90	38
37	-	3'20"0	3,05	26,40	37
36	10,2	3'21"0	3,00	25,84	36
35	-	3'22"0	2,95	25,36	35
34	10,3	3'23"0	2,90	24,84	34
33	-	3'24"0	2,85	24,32	33
32	-	3'25"0	2,80	23,78	32
31	10,4	3'26"0	2,75	23,26	31
30	-	3'27"0	2,70	22,74	30
29	10,5	3'28"5	2,65	22,20	29
28	-	3'30"0	2,60	21,68	28
27	10,6	3'31"5	2,55	21,14	27
26	-	3'33"0	2,50	20,62	26
25	10,7	3'34"5	2,45	20,08	25
24	-	3'36"0	2,40	19,54	24
23	10,8	3'37"5	2,34	19,02	23
22	-	3'39"0	2,28	18,48	22
21	10,9	3'40"5	2,22	17,94	21
20	-	3'42"0	2,16	17,40	20
19	11,0	3'43"5	2,10	16,84	19
18	-	3'45"0	2,04	16,30	18
17	11,1	3'46"5	1,98	15,76	17
16	11,2	3'48"0	1,92	15,20	16
15	-	3'49"5	1,86	14,86	15
14	11,3	3'51"0	1,80	14,10	14
13	-	3'52"5	1,74	13,56	13
12	11,4	3'54"0	1,67	13,00	12
11	11,5	3'55"5	1,61	12,44	11
10	11,6	3'57"0	1,54	11,88	10
09	-	3'58"5	1,48	11,32	09
08	11,7	4'00"0	1,41	10,76	08
07	11,8	4'01"5	1,35	10,20	07
06	11,9	4'03"0	1,28	9,64	06
05	12,0	4'04"5	1,22	9,06	05
04	12,1	4'06"0	1,15	8,50	04
03	12,2	4'07"5	1,09	7,92	03
02	12,4	4'09"0	1,02	7,36	02
01	12,5	4'10"5	0,94	6,78	01



### **I.3. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

#### **I.3.1. CROS INDIVIDUAL**

**(competiție cu finalitate națională)**

##### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele IX-XII/XIII;
- DISTANȚELE DE CONCURS:
  - FETE: etapa pe județ/mun.București – 1500 m; etapa națională – 2000 m
  - BĂIEȚI: etapa pe județ/mun.București – 2000 m; etapa națională – 2500 m
- la sosire se va înmâna fiecărui participant un număr de ordine;
- la faza pe județ/mun.București se califică ocupanții/ocupantele primelor trei locuri la faza pe localitate/sector;
- la faza națională se califică ocupantul/ocupanta primului loc la faza pe județ/mun.București.

## **II. BADMINTON**

### **II.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

**(competițiile au finalitate națională)**

##### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează jocuri de simplu, pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele V-VIII;
- se joacă 2 seturi din 3;
- la jocul de simplu băieți se joacă până la 11 puncte; la 10 egal se joacă încă 3 puncte;
- la jocul de simplu fete se joacă până la 9 puncte; la 8 egal se joacă încă 3 puncte;
- elevul/eleva care câștigă un set are dreptul la primul serviciu în setul următor;
- punct poate obține numai partea care servește;
- jucătorii/jucătoarele schimbă terenul după fiecare set;
- dacă se joacă și setul 3 se mai schimbă o dată terenul atunci când cel/cea care conduce, atinge scorul de 6 în set de 11 (băieți) și 5 în set de 9 (fete);
- se joacă pe grupe de 4/8/16/32/64 elevi/eleve, cu jocuri eliminatorii;
- în condițiile în care grupa/grupele nu poate/pot fi constituite conform prevederilor de mai sus, organizatorii vor stabili numărul de elevi/eleve din fiecare grupă și modalitatea de intrare pe tabloul principal constituit, după caz, din 4/8/16/32/64 elevi/eleve;
- dacă sunt două grupe, ocupanții/ocupantele primului loc din grupe joacă un meci pentru locurile I-II, iar ocupanții/ocupantele locului doi din grupe joacă un meci pentru locurile III-IV;
- dacă se constituie o singură grupă, învinșii/învinsele din meciurile semifinale vor juca pentru locurile III-IV, iar învingătorii/învingătoarele pentru locurile I-II;
- grupele și ordinea pe tablou se stabilesc prin tragere la sorți;
- la faza pe județ/mun.București se califică ocupanții/ocupantele primului loc la faza pe localitate/sector;
- la faza națională se califică ocupantul/ocupanta primului loc la faza pe județ/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Badminton.

## **III. BASCHET**

### **III.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

**(competițiile au finalitate națională)**

##### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele V-VIII;
- durata jocului, în toate etapele, 4 sferturi x 10 minute după cronometru cu o pauză de 10 minute între sferturi;
- jocurile se pot desfășura atât în sală cât și în aer liber, pe orice suprafață netedă și nealuneacoasă;
- arbitrii: 2 la centru, 1 scorer, 1 cronometror;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;

- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea e învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Baschet.

## **III.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele IX-XII/XIII;
- jocurile se pot desfășura atât în sală cât și în aer liber, pe orice suprafață netedă și nealuneacoasă;
- arbitrii: 2 la centru, 1 scorer, 1 cronometror;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea e învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Baschet.

## **IV. FOTBAL PE TEREN REDUS**

### **IV.1. ÎNVĂȚĂMÂNT PRIMAR – BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă - elevi din clasele I-IV, separat mediul rural de mediul urban;
- durata jocului este de 2 reprize x 10 minute cu o pauză de 10 minute;
- se poate juca atât în aer liber cât și în săli de sport;
- suprafața de joc poate fi de orice natură (artificială, bitum, pământ, zgură, iarbă, parchet), asigurându-se toate măsurile de evitare a producerii accidentelor;
- terenul de joc are dimensiunile terenului de handbal (40/20 m);
- numărul de jucători în teren este de 5 + 1;
- încălțăminte jucătorilor : numai pantofi de sport, fără crampoane;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- arbitrii: 1 arbitru de centru și 1 arbitru ajutător (cronometror);
- se poate pasa de coechipier la portar;
- Out-ul lateral se execută cu piciorul (lovitură indirectă);
- nu se aplică regula jocului de off-said;
- în caz de egalitate la terminarea jocului se execută direct, de la 7 metri câte 3 lovituri de departajare pentru fiecare echipă;

- în caz de menținere a egalității se acordă câte o lovitură pentru fiecare echipă, până la desemnarea învingătorului;
- zidul în cazul loviturilor directe se va situa la 4 metri distanță față de locul din care se execută lovitura;
- schimbarea jucătorilor se face ca la handbal, prin spațiul de schimb al fiecărei echipe;
- fiecare echipă are dreptul la un timp de odihnă cu durata unui minut pe repriză;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Fotbal.

## **IV.2. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă - elevi din clasele V-VIII, separat mediul rural de mediul urban;
- durata jocului este de 2 reprize x 15 minute cu o pauză de 10 minute;
- se poate juca atât în aer liber cât și în săli de sport;
- suprafața de joc poate fi de orice natură (artificială, bitum, pământ, zgură, iarbă, parchet), asigurându-se toate măsurile de evitare a producerii accidentelor;
- terenul de joc are dimensiunile terenului de handbal (40/20 m);
- numărul de jucători în teren este de 5 + 1;
- încălțăminte jucătorilor : numai pantofi de sport, fără crampoane;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- arbitrii: 1 arbitru de centru și 1 arbitru ajutător (cronometrator);
- se poate pasa de coechipier la portar;
- Out-ul lateral se execută cu piciorul (lovitură indirectă);
- nu se aplică regula jocului de off-said;
- în caz de egalitate la terminarea jocului se execută direct, de la 7 metri câte 3 lovituri de departajare pentru fiecare echipă;
- în caz de menținere a egalității se acordă câte o lovitură pentru fiecare echipă, până la desemnarea învingătorului;
- zidul în cazul loviturilor directe se va situa la 4 metri distanță față de locul din care se execută lovitura;
- schimbarea jucătorilor se face ca la handbal, prin spațiul de schimb al fiecărei echipe;
- fiecare echipă are dreptul la un timp de odihnă cu durata unui minut pe repriză;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Fotbal.

### **IV.3. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă - elevi din clasele IX-XII/XIII, separat mediul rural de mediul urban;
- durata jocului este de 2 reprize x 20 minute cu o pauză de 10 minute;
- se poate juca atât în aer liber cât și în săli de sport;
- suprafața de joc poate fi de orice natură (artificială, bitum, pământ, zgură, iarbă, parchet), asigurându-se toate măsurile de evitare a producerii accidentelor;
- terenul de joc are dimensiunile terenului de handbal (40/20 m);
- numărul de jucători în teren este de 5 + 1;
- încălțăminte jucătorilor : numai pantofi de sport, fără crampoane;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- arbitrii: 1 arbitru de centru și 1 arbitru ajutător (cronometror);
- se poate pasa de coechipier la portar;
- Out-ul lateral se execută cu piciorul (lovitură indirectă);
- nu se aplică regula jocului de off-said;
- în caz de egalitate la terminarea jocului se execută direct, de la 7 metri câte 3 lovituri de departajare pentru fiecare echipă;
- în caz de menținere a egalității se acordă câte o lovitură pentru fiecare echipă, până la desemnarea învingătorului;
- zidul în cazul loviturilor directe se va situa la 4 metri distanță față de locul din care se execută lovitura;
- schimbarea jucătorilor se face ca la handbal, prin spațiul de schimb al fiecărei echipe;
- fiecare echipă are dreptul la un timp de odihnă cu durata unui minut pe repriză;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Fotbal.

### **V. HANDBAL**

#### **V.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă – elevi/eleve din clasele V-VIII, separat mediul rural de mediul urban;
- durata jocului este de 2 reprize x 20 minute cu o pauză de 10 minute;
- se poate juca atât în aer liber cât și în săli de sport;
- suprafața de joc poate fi de orice natură (artificială, bitum, pământ, zgură, iarbă, parchet), asigurându-se toate măsurile de evitare a producerii accidentelor;
- teren de handbal cu dimensiuni normale;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- arbitrii: 2 la centru, 1 scorer și un cronometror;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;

- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Handbal.

## **V.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă – elevi/eleve din clasele IX-/XI-XIII, separat mediul rural de mediul urban;
- durata jocului este de 2 reprize x 25 minute cu o pauză de 10 minute;
- se poate juca atât în aer liber cât și în săli de sport;
- suprafața de joc poate fi de orice natură (artificială, bitum, pământ, zgură, iarbă, parchet), asigurându-se toate măsurile de evitare a producerii accidentelor;
- teren de handbal cu dimensiuni normale;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- arbitrii: 2 la centru, 1 scorer și un cronometror;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminativ, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Handbal.

## **VI. OINĂ**

### **VI.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – BĂIEȚI (competiție cu finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă - elevi din clasele V-VIII;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminativ, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Oină.

## **VI.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – BĂIEȚI (competiție cu finalitate națională)**

### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă - elevi din clasele IX-XII/XIII;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun.București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Oină.

## **VII. RUGBY**

### **VII.1. RUGBY-TAG – ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – BĂIEȚI+FETE (competiție cu finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă – elevi+eleve din clasele V-VIII;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Rugby pentru Jocul de Rugby-tag.

### **VII.2. RUGBY în 7 – ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – BĂIEȚI (competiție cu finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă - elevi din clasele IX-XII/XIII;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de

- localități (în cazul mun. București - faza pe unitatea de învățământ);
- la faza pe zonă/mun. București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
  - la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun. București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Rugby pentru Jocul de Rugby în 7.

## **VIII. SAH**

### **VIII.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- la faza pe școală elevii/elevele vor participa la întreceri, la început, grupați pe trei categorii : clasele I-IV, V-VI, VII-VIII, după care se va organiza un turneu final pe școală, la care numărul de participanți se decide de către Comisia sportului școlar din unitatea de învățământ / Asociația Sportivă Școlară a unității de învățământ;
- la faza pe localitate, centre de localități și județ/sectoare, în funcție de numărul participanților, Comisia județeană/mun. București a sportului școlar decide câți elevii/elevele poate înscrie în concurs fiecare unitate de învățământ;
- la această disciplină sportivă nu se organizează faza pe zonă, campionii județeni participând individual direct la faza națională care se va organiza cu 84 de participanți (42 fete și 42 băieți);
- faza națională se organizează în sistem “Elvețian”, 7 runde în 3 zile de concurs, adică:
  - ziua I, a.m. runda I și a II-a, p.m. runda a III-a și a IV-a
  - ziua a II-a, a.m. runda a V-a, p.m. runda a VI-a
  - ziua a III-a, a.m. runda a VII-a
- SINEZA SISTEMULUI DE JOC „Elvețian”:
  - a) la concurs poate participa un număr mare de jucători fără a fi eliminați din întrecere
  - b) gruparea se face în funcție de punctele obținute în meciuri (runde), adică:
    - cei cu un punct joacă între ei
    - cei cu ½ punct, joacă între ei
    - cei cu 0 puncte joacă între ei ș.a.m.d.
  - c) jucătorii nu au voie să joace de două ori între ei la același concurs
  - d) trebuie respectată pe cât posibil alternanța culorii, adică 3 cu alb și 4 cu negru sau invers.
  - e) la șah activ se aplică Regulamentul existent la Federația Română de Șah
- timpul de joc: o oră pentru fiecare jucător, deci două ore până la căderea stegulețului;
- șah activ – cu aplicarea regulamentului respectiv;
- fiecare jucător, la faza județeană/ mun. București și națională trebuie să aibă asupra sa o garnitură de șah, o tablă de joc și un ceas de control.
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Șah.

### **VIII.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- la faza pe școală elevii/elevele vor participa la întreceri, la început, grupați pe două categorii : cls. IX-X și anul de completare, XI-XII/XIII, după care se va organiza un turneu final pe liceu, la care numărul de participanți se decide de către Comisia sportului școlar din unitatea de învățământ / Asociația Sportivă Școlară a unității de învățământ;
- la faza pe localitate, centre de localități și județ/sectoare, în funcție de numărul participanților, Comisia județeană/mun. București a sportului școlar decide câți elevii/elevele poate înscrie în concurs fiecare unitate de învățământ;
- la această disciplină sportivă nu se organizează faza pe zonă, campionii județeni participând individual direct la faza națională care se va organiza cu 84 de participanți (42 fete și 42 băieți);
- faza națională se organizează în sistem “Elvețian”, 7 runde în 3 zile de concurs, adică:
  - ziua I, a.m. runda I și a II-a, p.m. runda a III-a și a IV-a

- ziua a II-a, a.m. runda a V-a, p.m. runda a VI-a
- ziua a III-a, a.m. runda a VII-a
- **SINTEZA SISTEMULUI DE JOC „Elvețian”:**
  - a) la concurs poate participa un număr mare de jucători fără a fi eliminați din întrecere
  - b) gruparea se face în funcție de punctele obținute în meciuri (runde), adică:
    - cei cu un punct joacă între ei
    - cei cu ½ punct, joacă între ei
    - cei cu 0 puncte joacă între ei ș.a.m.d.
  - c) jucătorii nu au voie să joace de două ori între ei la același concurs
  - d) trebuie respectată pe cât posibil alternanța culorii, adică 3 cu alb și 4 cu negru sau invers.
  - e) la șah activ se aplică Regulamentul existent la Federația Română de Șah
- timpul de joc: o oră pentru fiecare jucător, deci două ore până la căderea stegulețului;
- 02.□.□. șah activ – cu aplicarea regulamentului respectiv;
- fiecare jucător, la faza județeană/ mun. București și națională trebuie să aibă asupra sa o garnitură de șah, o tablă de joc și un ceas de control.
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Șah.

## **IX. TENIS DE MASĂ**

### **IX.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează jocuri de simplu, pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele V-VIII;
- la faza pe județ/mun.București se califică ocupanții/ocupantele primului loc la faza pe localitate/sector;
- la faza națională se califică ocupantul/ocupanta primului loc la faza pe județ/mun.București;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere, în funcție de numărul elevilor/elevelor participanți/participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților județelor participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Tenis de Masă.

### **IX.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează jocuri de simplu, pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele IX-XII/XIII;
- la faza pe județ/mun.București se califică ocupanții/ocupantele primului loc la faza pe localitate/sector;
- la faza națională se califică ocupantul/ocupanta primului loc la faza pe județ/mun.București;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere, în funcție de numărul elevilor/elevelor participanți/participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților județelor participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Tenis de Masă.

## **X. VOLEI**

### **X.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

#### **PREVEDERI METODOLOGICE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele V-VIII;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- terenul de joc este cel normal;



- înălțimea fileului este de 2,20 metri la fete și 2,38 metri la băieți;
- la faza pe județ /sectoare și la faza pe zonă/mun.București se joacă numai 2 seturi din 3;
- la faza națională se joacă 3 seturi din 5;
- jocurile se pot desfășura în aer liber sau în sală pe orice suprafață de joc netedă și nealunecoasă;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București – faza pe unitatea e învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Volei.

## **X.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI (competițiile au finalitate națională)**

### **INDICAȚII METODOLOGICE GENERALE**

- se organizează pentru o singură categorie de vârstă: elevi/eleve din clasele IX-XII/XIII;
- fiecare echipă va avea asupra sa două rânduri de tricouri de culori diferite și numere regulamentare;
- terenul de joc este cel normal;
- înălțimea fileului este cea corespunzătoare pentru jocurile juniorilor/junioarelor I;
- la faza pe județ /sectoare și la faza pe zonă/mun.București se joacă numai 2 seturi din 3;
- la faza națională se joacă 3 seturi din 5;
- jocurile se pot desfășura în aer liber sau în sală pe orice suprafață de joc netedă și nealunecoasă;
- la toate fazele, competițiile se organizează în sistem la alegere (eliminatory, turneu sau mixt), în funcție de numărul echipelor participante;
- stabilirea sistemului se face în urma votului delegaților unităților de învățământ participante – majoritate simplă;
- în cazul votului egal, organizatorii decid sistemul de organizare a competiției;
- la faza pe centre de localități participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe localitate;
- la faza pe județ /sectoare participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe centre de localități (în cazul mun. București – faza pe unitatea e învățământ);
- la faza pe zonă/mun.București participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe județ /sectoare;
- la faza națională participă echipele unităților de învățământ care au câștigat faza pe zonă/mun.București;
- pentru celelalte prevederi necuprinse în prezentul document se aplică Regulamentul Federației Române de Volei.

## **COMPONENȚA DELEGAȚIILOR SPORTIVE ȘCOLARE PARTICIPANTE LA O.N.Ș.S. - începând cu faza pe localitate –**

### **I. ATLETISM**

#### **I.1. ÎNVĂȚĂMÂNT PRIMAR – FETE ȘI BĂIEȚI**

##### **I.1.1. PROBE INDIVIDUALE: 50m plat și 600m plat**

Nr. crt.	Proba	Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
		băieți	fete		
01.	<b>50m plat</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
02.	<b>600m plat</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		

## **I.2. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

### **I.2.1. CROS INDIVIDUAL**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

### **I.2.2. TETRATLON ȘCOLAR PE ECHIPE**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Total persoane
01.	Tetratlon fete: rural-urban	5	1	6
02.	Tetratlon băieți: rural-urban	5	1	6

## **I.3. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

### **I.3.1. CROS INDIVIDUAL**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

## **II. BADMINTON**

### **II.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

## **III. BASCHET**

### **III.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Baschet băieți	10	1	1	12
02.	Baschet fete	10	1	1	12

### **III.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Baschet băieți	10	1	1	12
02.	Baschet fete	10	1	1	12

## **IV. FOTBAL PE TEREN REDUS**

### **IV.1. ÎNVĂȚĂMÂNT PRIMAR – BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Fotbal-urban	10	1	1	12
02.	Fotbal-rural	10	1	1	12

### **IV.2. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Fotbal-urban	10	1	1	12
02.	Fotbal-rural	10	1	1	12

### **IV.3. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Fotbal băieți	10	1	1	12

## **V. HANDBAL**

### **V.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Handbal băieți- urban	12	1	1	14
02.	Handbal băieți- rural	12	1	1	14
03.	Handbal fete- urban	12	1	1	14
04.	Handbal fete- rural	12	1	1	14

### **V.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Handbal băieți	12	1	1	14
03.	Handbal fete	12	1	1	14

## **VI. OINĂ**

### **VI.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Oină	14	1	1	16

### **VI.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Oină	14	1	1	16

## **VII. RUGBY**

### **VII.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – BĂIEȚI + FETE**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Rugby - TAG	12	1	1	14

### **VII.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	Rugby în 7	12	1	1	14

## **VIII. SAH**

### **VIII.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

### **VIII.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

## **IX. TENIS DE MASĂ**

### **IX.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

**IX.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. de elevi/eleve		Număr de profesori delegați	Total persoane
băieți	fete		
1	1	1	3

**X. VOLEI****III.1. ÎNVĂȚĂMÂNT GIMNAZIAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	<b>Volei băieți</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>12</b>
02.	<b>Volei fete</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>12</b>

**X.2. ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL ȘI PROFESIONAL – FETE ȘI BĂIEȚI**

Nr. crt.	Competiția	Nr. de elevi/eleve	Număr de profesori delegați	Număr de arbitri	Total persoane
01.	<b>Volei băieți</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>12</b>
02.	<b>Volei fete</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>12</b>

**DIRECTOR GENERAL,**  
**Liliana PREOTEASA**

**DIRECTOR,**  
**Marica ȘTEFAN**

**INSPECTOR GENERAL,**  
**Alin-Cătălin PĂUNESCU**