



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

Școala Federală de Antrenori

Str. Vasile Șerbănică nr. 12, sector 2, 022186

București, România, tel: +4 031 403 20 01

## INSTRUCȚIUNI CU PRIVIRE LA ORGANIZAREA ȘI DESFĂȘURAREA EXAMENULUI DE ADMITERE LA CURSUL DE FORMARE ANTRENORI CU DURATA DE 2 ANI (1080 ORE) - 2024

**Înscrierile și depunerea dosarelor: 01 octombrie – 31 octombrie 2024.**

**Loc de desfășurare: - sediul C.N.F.P.A., B-dul Basarabia, nr. 37-39, sector 2, București.**

### Condiții de înscriere :

- vârsta minimă 18 ani;
- absolvent de liceu cu diplomă sau adeverință de bacalaureat;
- categoria I sau a II-a de clasificare sportivă;
- instructori sportivi în situația în care candidatul nu posedă categoria de clasificare sportivă menționată;

Pentru înscriere, candidatul va depune la secretariatul Centrului Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor din B-dul Basarabia 37-39, sector 2 București, un dosar care va cuprinde următoarele documente:

- **C.V.-ul care să cuprindă activitatea de jucător;**
- **cerere de înscriere tip avizată de Federația Română de Fotbal;**
- **adeverință în original de la Federația Română de Fotbal din care să reiasă categoria de clasificare sportivă;**
- **carnet de instructor sportiv (specializarea fotbal) cu viză anuală la zi și fotocopie a acestuia (pentru candidații care nu au categorie de clasificare sportivă) sau certificat de competențe profesionale nivel 4 și fotocopie a acestuia eliberat de liceele cu profil sportiv (specializarea fotbal);**
- **fotocopie și original după certificatul de naștere;**
- **fotocopie și original după cartea de identitate sau pașaport;**



- **fotocopie însoțită de originalul diplomei sau adeverinței de bacalaureat de absolvire a liceului;**
- **în cazul în care candidatul nu depune (deține) la dosar diploma de bacalaureat, poate fi acceptată adeverința de absolvire a liceului însoțită obligatoriu de dovada activării ca jucător de fotbal profesionist participant la minimum 7 sezoane competiționale într-o ligă profesionistă de fotbal în România sau în străinătate, înglobând un minimum de 180 de prezențe în jocuri oficiale;**
- **dovadă medicală (adeverință) care atestă că este clinic sănătos/apt efort fizic eliberată de medicul de familie sau de o policlinică competentă;**
- **aviz medical care să ateste că este apt din punct de vedere psihologic (în original);**
- **cazier judiciar (în original);**
- **dovada plății taxei de avizare a dosarului (se va achita valoarea de 400 lei după verificarea și aprobarea dosarului de către S.F.A./F.R.F. – taxa nu este rambursabilă);**
- **dosar plic.**

**Nota:** Pentru cetățenii străini sau cetățenii români care au absolvit studiile (ex: bacalaureat, licee cu profil sportiv) în alte țări, aceștia trebuie să depună documentele traduse în limba română, legalizate și echivalate conform Legii nr. 200/2004 privind recunoașterea diplomelor și calificărilor profesionale pentru profesiile reglementate din România. Cetățenii străini trebuie să depună și testul de limba română scris și vorbit.

**Taxa de înscriere este de 300 lei, se achită la sediul C.N.F.P.A. în momentul depunerii dosarului.**

**Taxa de avizare a dosarului de către Federația Română de Fotbal este de 400 lei, se achită la sediul F.R.F. la avizarea dosarului.**

**Taxa de curs este de 1200 lei (C.N.F.P.A.) și 2000 lei (F.R.F.).**



Concursul de admitere constă în susținerea următoarelor probe :

- **proba de aptitudini** – test de evaluare a capacității de comunicare în cadrul ramurii de sport fotbal, proba eliminatorie, nota de promovare fiind **7 (șapte)**;
- **examen de biologie (test grilă)**, nota de promovare fiind **5 (cinci)**.

Evaluarea cunoștințelor candidaților se va face cu note de la 1 la 10. Nota finală rezultă din media aritmetică a notelor obținute la cele două probe.

**Media generală de promovare a examenului de admitere este de minim 6 (șase).**

Candidații care obțin medii generale egale cu cea a ultimului admis, vor fi declarați admiși.

Contestațiile cu privire la acordarea notelor, se depun la secretariatul Centrului Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor în termen de 24 de ore de la afișarea rezultatelor și se rezolvă pe parcursul următoarei zile de la data depunerii de către comisia de contestații.

**Contestațiile se pot depune doar pentru examenul de biologie (test grilă).**

Comisia de examen, aprobată de C.N.F.P.A, în componența căreia va fi un președinte, vicepreședinte, secretar și membrii, răspunde de organizarea și desfășurarea concursului de admitere.

**Numărul de locuri aprobat de către C.N.F.P.A.** pentru organizarea concursului de admitere la Cursul de formare antrenori cu durata de 2 ani (1080 ore), cu specializarea fotbal, la solicitarea Federației Române de Fotbal **este de 30 de locuri.**

### **Probele de examen:**

#### **1. Proba de aptitudini - data desfășurării **04-05 noiembrie 2024.****

Cuprinde probe practice (teste specifice) și baremul de apreciere elaborat de către Federația Română de Fotbal și avizate de Comisia de organizare a examenului.



**Proba de aptitudini va consta** din joc la două porți (2x10 minute), pe teren redus: 4v4 sau 5v5 sau 7v7, în funcție de numărul de candidați înscriși. Criteriile utilizate în evaluare fiind următoarele:

- Noțiuni de tactică individuală:
  - defensiv
    - presiune
    - marcaj om la om
    - marcaj zonă
    - dublaj
    - poziționare
  - ofensiv
    - poziționare
    - demarcare suport
    - învăluire
    - „tăiere” (demarcare diagonală în adâncime)
    - amplitudine/profunzime
- Acuratețe în execuții de procedee tehnice (ofensive/defensive): dribling, preluare, pasă, deposedari, combinații, „un-doi”-uri, etc.

**Evaluarea candidaților se va face de către comisia de examinare cu note de la 1 la 10.**

**Pentru proba de aptitudini nu se pot depune contestații.**

**Candidații care au un minimum de 180 de prezențe în jocuri oficiale ca jucător de fotbal profesionist într-o ligă profesionistă de fotbal în România sau în străinătate, NU vor susține proba de aptitudini.**

**2. Test grilă - Biologie - data desfășurării : 06 noiembrie 2024.**



## **BIBLIOGRAFIE :**

### **ANATOMIE**

1. Celula.
2. Țesuturile.
3. Organele și sistemele.
4. Sensibilitatea. Sistemul nervos.
5. Analizatorii:
  - Cutanat, visual, acustico-vestibular;
  - Kinesteziac, olfactiv, gustativ.
6. Sistemul endocrin.
7. Sistemul osos și sistemul muscular.
8. Sistemul digestiv. Digestia și absorbția.
9. Sistemul cardio-vascular :
  - Circulația - inima;
  - Sistemul vascular. Circulația.
10. Sistemul respirator. Respirația.
11. Sistemul excretor. Excreția.
12. Sistemul reproducător. Reproducerea.
13. Reglarea funcțiilor organismului (reglarea funcțiilor sistemelor: nervos, endocrin, digestiv, respirator, circulator, excretor, osos, muscular, reproducător).

### **Bibliografia indicată:**

Biologie: **Manual pentru clasa a XI-a.**

**Culegere de texte grilă la anatomie**, Editura Dio Universitaria Craiova, 2019, Șef de lucrări UMF Carol Davila, Medic Primar Medicină Sportivă Apostol Adela (C.N.F.P.A. – 30 lei).