



# 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 PRIVIND ORGANIZAREA ȘI DESFĂȘURAREA EXAMENULUI DE ADMITERE PENTRU OBTINEREA LICENȚEI UEFA A ELITE – 2026, BUCUREȘTI

Începând cu data de **05 FEBRUARIE 2026** și până la data de **04 MARTIE 2026**, Școala Federală de Antrenori din cadrul Federației Române de Fotbal anunță perioada de depunere a dosarelor pentru candidații care doresc să urmeze cursurile licenței UEFA A ELITE.

### A. ÎNSCRIERE

Pentru a putea fi admis la un concurs de admitere pentru diploma UEFA A ELITE, un candidat trebuie:

- a) să dețină un carnet de antrenor cu specializarea Fotbal eliberat conform Legii nr. 69/2000;
- b) să fie titularul unei Licențe UEFA B JUNIORI/ UEFA A/ UEFA PRO valabile;
- c) să aibă minimum un an de experiență profesională ca antrenor de fotbal după obținerea licenței UEFA B JUNIORI sau a licenței UEFA A;
- d) la momentul înscrierii, să aibă un contract (CIM/CAS) valabil (vizat de SFA) ca antrenor principal pe toată perioada desfășurării cursului pentru obținerea licenței UEFA A Elite la o echipă care participă într-o competiție de format 11v11 (condiție obligatorie întrucât pe parcursul cursului vor fi desfășurate activități de mentorat în cadrul clubului candidatului).

Dosarul de înscriere trebuie să conțină următoarele:

- 1) Carnetul de antrenor cu specializarea *Fotbal* completat cu numele clubului angajator și cu viza anuală la zi, eliberat conform Legii nr. 69/2000, original și fotocopie;
- 2) Diplomă de licență/ diplomă de masterat/ certificat de absolvire/ calificare și foaia matricolă din care să reiasă specializarea Fotbal – în original și fotocopii;



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

## Școala Federală de Antrenori

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

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

*Carnetul de instructor sportiv sau diploma de licență UEFA C NU reprezintă același lucru cu carnetul de antrenor.*

- 3) Dovada prin care se atestă experiența profesională ca antrenor de minimum 1 an:
  - Contractul de muncă (CIM/CAS) în original înregistrat la FRF sau la AJF-ul pe raza căruia antrenorul își desfășoară activitatea – în original și fotocopie;
  - Adeverință de la clubul angajator în original și fotocopie;
- 4) Fotocopie după cardul de licență UEFA B JUNIORI/ A/ PRO valabil;
- 5) Fotocopie după cartea de identitate sau pașaport;
- 6) Dovada medicală care atestă că este clinic sănătos și este apt pentru efort fizic, eliberată de o policlinică sportivă competentă (în original);
- 7) Aviz medical care să ateste că este apt din punct de vedere psihologic (în original);
- 8) Cazier judiciar (în original);
- 9) CV-ul EUROPASS care să cuprindă studiile de bază și de specialitate, activitatea de jucător și activitatea de antrenor (dacă este cazul);
- 10) Două fotografii color tip  $\frac{3}{4}$  recente;
- 11) Cerere înscriere curs Licența UEFA A ELITE;
- 12) Acordul de prelucrare a datelor cu caracter personal;
- 13) Dovada plății taxei de depunere a dosarului (**se va achita valoarea de 400 lei după verificarea și aprobarea dosarului de către S.F.A. – taxa nu este rambursabilă**);
- 14) Dosar plic.

**Notă:** Cetățenii străini sau cetățenii români care au absolvit studiile de calificare ca **antrenor de fotbal** în alte țări, membre ale Uniunii Europene, trebuie să depună la înscriere documentele (original și fotocopie) de recunoaștere și echivalare a diplomei și calificării profesionale pentru profesia de **antrenor**, (conform Legii nr. 200/2004), profesie reglementată în România.

Documentele vor fi eliberate la cerere de către **CNRED** (Centrul Național de Recunoaștere și Echivalare a Diplomelor) sau **CNFPA** (Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor), după depunerea de către solicitant la sediul instituțiilor sus-numite a tuturor actelor solicitate.

Cetățenii străini trebuie să depună Atestatul de competență lingvistică (de limba română) scris și vorbit.



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

## Școala Federală de Antrenori

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

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

### **B. ADMITERE**

#### ***EXAMENUL DE ADMITERE***

##### **1. PROBA SCRISĂ**

- ❖ Toți candidații înscriși au obligația de a participa la proba scrisă.
- ❖ Nota minimă de promovare a probei scrise este 6 (șase).
- ❖ Rezultatul la proba scrisă se poate contesta.

##### **2. PROBA PRACTICO-METODICĂ**

- ❖ Candidații înscriși care au obținut cel puțin nota minimă 6 (șase) la proba scrisă au obligația de a participa la proba practico-metodică.
- ❖ Nota minimă de promovare a probei practice este 6 (șase).
- ❖ Rezultatul la proba practico-metodică NU se poate contesta.

#### **ABSENȚA LA ORICARE DINTRE PROBE ATRAGE DUPĂ SINE ELIMINAREA DIN CONCURS.**

**1. PROBA SCRISĂ** constă într-un **test grilă** cu 50 de întrebări (cu o singură variantă de răspuns corectă) din bibliografia recomandată, plus cunoștințe generale despre fotbal.

#### **Bibliografia recomandată:**

1. Periodizarea. Teoria și metodologia antrenamentului. Editie hardcover – Tudor O. Bompa, Carlo Buzzichelli, ediția 6 – Capitolele 1-3-4-7-10-11-12;
2. Conducerea unei echipe. Antrenorul de copii și juniori. – Dan APOLZAN
3. Manual de cultură fotbalistică suport de curs pentru licențele UEFA, volumul 1, FRF, 2019
4. Termeni specifici utilizați în FOTBAL – FRF



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

## Școala Federală de Antrenori

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

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

### Se va respecta următoarea procedură:

- pe masa comisiei de admitere vor fi 2 plicuri șampilate și inscripționate cu *Subiect 1* și *Subiect 2*, fiecare plic va conține o singură variantă de test grilă a câte 50 de întrebări;
- unul dintre candidați va extrage unul din cele 2 plicuri;
- din plicul respectiv, comisia va distribui câte un test grilă fiecărui cursant și câte o ciornă;
- după primirea testului grilă fiecare candidat își va completa numele și prenumele în spațiul destinat și va îndoi colțul negru care va fi lipit și șampilat de un membru al comisiei, înainte de începerea probei.
- candidații au la dispoziție 2 ore pentru completarea testului grilă;

***Este interzis accesul candidaților în sala de examen cu telefon mobil, smartwatch, orice dispozitiv electronic sau materiale didactice, indiferent de suport. În cazul în care se încalcă această prevedere, candidatul va fi exclus din examen definitiv și i se va anula în totalitate participarea la examen.***

- la terminarea timpului, candidații predau testul și ciorna/ciornele;
- după strângerea tuturor lucrărilor, comisia de examinare va începe corectarea acestora;
- fiecare întrebare va fi notată cu 0.18 puncte, la totalul de 9 puncte se va acorda un punct din oficiu.
- la un interval de 4 ore de la finalizarea examenului scris se vor anunța notele pe site și pe mail-ul candidaților – fiecare candidat va primi un cod, pe baza lui își identifică nota;
- candidații au la dispoziție 2 ore pentru depunerea contestațiilor din momentul afișării rezultatelor. Contestațiile pot fi depuse și online pe [sfa@frf.ro](mailto:sfa@frf.ro);
- pentru contestații, se întrunește *Comisia de contestații* pentru reevaluarea lucrărilor candidaților;



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

## Școala Federală de Antrenori

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

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

- se afișează *Rezultatele finale la proba scrisă - după contestații*, pe baza cărora candidații cu nota (peste) 6 sunt programați la proba practică-tehnică.

**2. PROBA PRACTICO-METODICĂ** constă în conceperea, reprezentarea grafică, organizarea, susținerea în fața comisiei și conducere a 2-3 exerciții specifice părții principale dintr-un antrenament a cărei temă este menționată în biletul extras de către candidat.

| ACTIVITATE                                                               | TIMP         |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Pregătirea părții de antrenament                                         | 25 minute    |
| Organizarea suprafeței de joc - teren și a materialelor necesare         | 5 minute     |
| Prezentarea antrenamentului în fața Comisiei de examinare și jucătorilor | 5 minute     |
| Conducerea părții de antrenament                                         | 12-15 minute |
| Discuții cu comisia după examinare                                       | 10 minute    |

Efectuarea probei practice se va face cu ajutorul unor grupe de jucători cu vârste cuprinse între 16-18 ani.

Fiecare membru al comisiei va acorda candidatului o notă întreagă (cuprinsă între 1-10) la fiecare din criteriile de mai sus; nota finală la proba practico-metodică va rezulta din media aritmetică a notelor date de fiecare membru al comisiei.

Comisia de examinare va urmări în vederea evaluării:

- Înțelegerea corectă de către candidat a temelor cuprinse în subiectul extras;
- Prezentarea de către candidat a detaliilor legate de **pregătirea antrenamentului**;
  - a. Pentru **pregătirea antrenamentului**:
    - Structură corectă a sesiunii de antrenament;
    - Existența obiectivelor sesiunii de antrenament (tehnico-tactic și fizic);



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

## Școala Federală de Antrenori

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

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

- Aspecte legate de conținutul sesiunii de antrenament (profil: Of, Def, Tr; mijloace de lucru: exerciții, forme de joc, jocuri, jocul de final):
  - Legătura mijloacelor folosite cu obiectivele sesiunii, cu realitatea jocului, progresia metodică în desfășurare, puncte cheie de observare/coaching;
  - **Descrierea** succintă în scris a desfășurării fiecărui mijloc de lucru ales;
  - **Organizare** (dimensiuni terenuri, materiale, veste, mingi, grupe de lucru etc.);
  - **Dozarea efortului**: intensitate, volum, pauze, repetări, serii, pauze între serii;
- Pentru **conducere/coaching** în cadrul sesiunii de antrenament, comisia va urmări în vederea evaluării:
  - Aspecte legate de **prezentare** a antrenamentului, **explicare-demonstrare simultană**, **corectare**, de **animare** (ton, plasament, mobilitate în teren, stimulare, motivare a jucătorilor, etc.) și **feedback**.

**NUMĂRUL DE LOCURI ESTE DE MAXIMUM 25.**

**ÎN CAZUL ÎN CARE, NUMĂRUL DE CANDIDAȚI ESTE SUB 25 NU SE VA ORGANIZA EXAMENUL DE ADMITERE, TOȚI CANDIDAȚII ÎNSCRIȘI FIIND ADMIȘI.**

**MEDIA FINALĂ** se calculează făcând media aritmetică între nota obținută la proba scrisă și nota obținută la proba practico-metodică, media minimă de admitere fiind 6 (șase).

**OCUPAREA LOCURILOR** (dacă numărul de candidați depășește numărul de locuri) se va face în ordinea descrescătoare a mediilor finale obținute (de la cea mai mare spre cele mai mici).



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE FOTBAL

## Școala Federală de Antrenori

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

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

Dacă după cele 2 probe, candidatul **obține minimum nota 6 și se clasează printre primii 25 de candidați este declarat ADMIS** și devine cursant al licenței UEFA A ELITE ediția respectivă.

***DACĂ MEDIA primului sau primilor candidați respinși este egală cu cea a ultimului admis, aceștia sunt declarați admiși.***

Dacă după cele 2 probe, candidatul **obține minimum nota 6 și NU se clasează printre primii 25 de candidați este declarat RESPINS.**

Dacă după cele 2 probe, candidatul **NU obține minimum nota 6 este declarat RESPINS.**

În calitate de parte a *Convenției UEFA a Antrenorilor 2025*, Federația Română de Fotbal prin departamentul Școala Federală de Antrenori definește exigențele cerute pentru ca un cursant declarat respins să poată totuși susține un alt examen de admitere.

**Candidatul nu poate să se prezinte la concursul de admitere decât de maximum două ori în anii competiționali care urmează nereușitei lui.**

**Un cursant nu poate urma două cursuri de licență UEFA simultan, indiferent că sunt licențe din categoria „bază” sau „specialiști”.**

**Taxa de înscriere: 400 lei (taxa nu este rambursabilă)**

**Taxa de curs: 1700 euro (la cursul BNR)**

### **PERSOANĂ DE CONTACT:**

**RĂZVAN POPESCU – 0744 847 088**

**(DOAR de luni-vineri în intervalul orar 10:30-15:30)**