

**3.13. PLAN-CADRU DE ÎNVĂȚĂMÂNT PENTRU CLASELE A XI-A ȘI A XII-A  
– ciclul superior al liceului –**

**FILIERA VOCAȚIONALĂ. PROFIL SPORTIV**

**TOATE SPECIALIZĂRILE**

ARIA CURRICULARĂ / Disciplina	Clasa a XI-a				Clasa a XII-a			
	TC	CD	TC+CD	CDS	TC	CD	TC+CD	CDS
<b>LIMBĂ ȘI COMUNICARE</b>	7	-	7	2-5*	7	-	7	2-5*
Limba și literatura română	3	-	3		3	-	3	
Limba modernă 1	2	-	2		2	-	2	
Limba modernă 2	2	-	2		2	-	2	
<b>MATEMATICĂ ȘI ȘTIINȚE ALE NATURII</b>	2	-	2		2	-	2	
Matematică	1	-	1		1	-	1	
Fizică	-	-	-		-	-	-	
Chimie	-	-	-		-	-	-	
Biologie	1	-	1		1	-	1	
<b>OM ȘI SOCIETATE</b>	4	-	4		4	-	4	
Istorie	1	-	1		1	-	1	
Geografie	1	-	1		1	-	1	
Discipline socio-umane (Economie)	1	-	1		-	-	-	
Discipline socio-umane (Filosofie)	-	-	-		1	-	1	
Religie	1	-	1		1	-	1	
<b>ARTE</b>	1	-	1		1	-	1	
Educație muzicală	1	-	1		1	-	1	
<b>TEHNOLOGII</b>	-	-	-		-	-	-	
<b>EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT</b>	2	12	14		2	12	14	
Pregătire sportivă teoretică	2	-	2		2	-	2	
Pregătire sportivă practică	-	12	12	-	12	12		
<b>CONSILIERE ȘI ORIENTARE</b>	1	-	1	1	-	1		
Consiliere și orientare	1	-	1	1	-	1		
<b>TOTAL TC/ CD/ CDS</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>29</b>	<b>2-5</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>29</b>	<b>2-5</b>
<b>TOTAL (TC+CD+CDS)</b>	<b>31-34</b>				<b>31-34</b>			

TC = trunchi comun (pe profil)

CD = curriculum diferențiat (de specializare)

CDS = curriculum la decizia școlii

\* În clasele a XI-a și a XII-a, 2 ore din CDS se alocă pregătirii sportive practice.

## CURRICULUM DIFERENȚIAT PENTRU CLASELE A XI-A ȘI A XII-A

– ciclul superior al liceului –

### FILIERA VOCAȚIONALĂ. PROFIL SPORTIV

#### TOATE SPECIALIZĂRILE

Disciplina	Număr de ore / săptămână	
	Clasa a XI-a	Clasa a XII-a
Pregătire sportivă practică*	12	12
<i>Număr total de ore pe săptămână / CD</i>	<i>12</i>	<i>12</i>

\* Pentru disciplina *Pregătire sportivă practică*, pe lângă cele 12 ore/ săptămână prevăzute în CD, se alocă, suplimentar, 2 ore din CDS.

• Disciplina sportivă (specializarea) prevăzută pentru curriculumul diferențiat se alege dintre:

1. Alpinism/ Escaladă	19. Handbal	37. Schi alpin
2. Atletism	20. Hochei pe gheață	38. Schi biatlon
3. Badminton	21. Hochei pe iarbă	39. Schi combinata nordică
4. Baschet	22. Înot	40. Schi fond
5. Baseball	23. Judo	41. Schi orientare turistică
6. Box	24. Karate	42. Schi sărituri
7. Caiac	25. Lupte greco-romane	43. Scrimă
8. Caiac-canoe	26. Lupte libere	44. Softball
9. Canotaj	27. Oină	45. Sport aerobic
10. Ciclism	28. Orientare sportivă	46. Șah
11. Culturism	29. Patinaj artistic	47. Taekwondo WTF
12. Dans sportiv	30. Patinaj sincron	48. Tenis de câmp
13. Fotbal	31. Patinaj viteză	49. Tenis de masă
14. Gimnastică artistică sportivă	32. Polo pe apă	50. Tir cu arcul
15. Gimnastică ritmică sportivă	33. Radioamatorism	51. Tir pistol
16. Gimnastică sportivă	34. Rugby	52. Tir pușcă
17. Go	35. Sanie	53. Volei
18. Haltere	36. Sărituri în apă	54. Yachting

#### PRECIZĂRI

privind aplicarea planului-cadru pentru clasele a XI-a – a XII-a,  
filiera vocațională, profil sportiv, toate specializările

1. Disciplina *Pregătire sportivă teoretică* se studiază cu întreaga clasă, indiferent de specializare/ specializări.
2. *Pregătirea sportivă practică* se realizează pe clase, pe grupe, pe grupe valorice sau individual, potrivit nivelului de învățământ, specificului fiecărei discipline sportive, performanțelor elevilor, criteriilor de vârstă și sex, astfel :
  - a) pentru o singură disciplină sportivă, cu întreaga clasă, considerată o grupă, fete și/ sau băieți, în limita numărului maxim de locuri alocat unei clase;
  - b) pentru o singură disciplină sportivă, două grupe pe criterii de sex, în limita numărului de locuri, minim/ maxim, specific disciplinei sportive și în limita numărului maxim de locuri alocat unei clase;

- c) pentru o singură disciplină sportivă, două grupe valorice, fete și/ sau băieți, în limita numărului de locuri, minim/ maxim, specific disciplinei sportive și în limita numărului maxim de locuri alocat unei clase;
  - d) pentru două discipline sportive, două grupe, fete și/ sau băieți, în limita numărului de locuri, minim/ maxim, specific fiecărei discipline sportive și în limita numărului maxim de locuri alocat unei clase;
  - e) pentru mai mult de două discipline sportive la o clasă, grupe de fete și/ sau băieți, în limita numărului de locuri, minim/ maxim, specific fiecărei discipline sportive și în limita numărului maxim de locuri alocat unei clase;
  - f) pe grupe valorice, constituite din elevi proveniți din două sau mai multe clase, din cadrul aceluiași ciclu de învățământ;
  - g) individual și/ sau pe grupe constituite din 2-3 elevi atestați ca fiind membri ai loturilor sportive naționale, ai echipelor divizionare sau din elevi care dispun de calități morfologice de excepție, solicitate de înalta performanță la disciplina sportivă respectivă.
3. a) O grupă de studiu conține minimum 10 elevi. Prin excepție, inspectoratul școlar poate aproba grupe și grupe valorice cuprinzând cel puțin 7 elevi fiecare.
- b) În situații deosebite, când, prin abandon, îmbolnăviri sau accidentări irecuperabile, transfer școlar, alte situații, nu există posibilitatea completării imediate cu alți elevi, clasele, grupele și grupele valorice rămase sub efectiv pot funcționa până la sfârșitul anului școlar, cu aprobarea Ministerului Educației și Cercetării.
- c) În orice situație, conducerea unității de învățământ trebuie să respecte raportul optim dintre numărul disciplinelor sportive, specificul acestora și numărul de elevi, pe de o parte, și numărul profesorilor, specializările acestora și constituirea normelor didactice, pe de altă parte.
4. În învățământul sportiv liceal, **pregătirea practică de specialitate** se realizează prin antrenamentul sportiv, care are o durată de 100 de minute, echivalentul a două ore în norma de predare.
5. În învățământul liceal, clasele/ grupele cu profil sportiv se pot constitui numai cu elevi al căror nivel valoric este de **avansați ( II și I )** și/ sau de **performanță/ înaltă performanță**.
- a) Elevii de nivel valoric **avansați II** sunt cei care participă în sistemul competițional local (de sector).
  - b) Elevii de nivel valoric **avansați I** sunt cei care participă în sistemul competițional județean (Municipiul București).
  - c) Elevii de nivel valoric **performanță** sunt cei care participă în sistemul competițional național.
  - d) Elevii de nivel valoric **înaltă performanță** sunt componenți ai loturilor naționale/ reprezentative naționale și participă în competițiile rezervate acestora.
6. **Clasele mozaic** sunt alcătuite din elevi de la mai multe discipline sportive, pentru care nu a fost posibilă constituirea de grupe având numărul minim de sportivi, prevăzut în reglementările legale în vigoare.
- a) În cazul în care, pentru elevii din clasa mozaic, unitatea de învățământ are profesori cu specializări corespunzătoare, întreaga pregătire teoretică și practică de specialitate a elevilor se desfășoară, în mod obligatoriu, în unitatea școlară, cu aceste cadre didactice.
  - b) În cazul în care pentru o parte sau pentru toți elevii din clasa mozaic, unitatea de învățământ nu are profesori cu specializări corespunzătoare, acești elevi vor efectua **obligatoriu în unitatea școlară** cele **2** ore de pregătire sportivă teoretică și **4** ore de pregătire sportivă practică. În cadrul celor 4 ore de pregătire sportivă practică, se urmărește realizarea competențelor specifice, marcate cu asterisc în programele pentru profilul sportiv. La sfârșitul fiecărei luni, elevii vor aduce dirigintelui clasei documentele care atestă prezența la celelalte **8** ore de pregătire sportivă practică de specialitate, efectuate la cluburile sportive școlare sau la structurile sportive la care se pregătesc.