

Nr. _____ /11.09.2025

SCRISOARE METODICĂ
privind activitatea de educație fizică și sport - în județul Sibiu- în anul școlar 2025/2026

În conformitate cu:

- » Legea educației naționale nr. 198/2023;
- » OME 5726/06.08.2024 privind aprobarea Regulamentului-cadru de organizare și funcționare a unităților de învățământ preuniversitar, modificat cu ordinul nr. 4.498/08.07.2025;
- » Ordinul nr. 3462/2012 privind aprobarea Metodologiei organizării și desfășurării activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar;
- » Ordinul comun M.T.S. nr. 708/18.05.2021 și M.S. nr. 310/18.05.2021, „Privind asigurarea asistenței medicale a preșcolarilor, elevilor din unitățile de învățământ preuniversitar și studenților din instituțiile de învățământ superior pentru menținerea stării de sănătate a colectivităților și pentru promovarea unui stil de viață sănătos”.

I. Rolul educației fizice și sportului în învățământul preuniversitar

Educația fizică și sportul sunt componente ale educației globale, prin conținutul lor, influențând sănătatea, creșterea și dezvoltarea corpului, dezvoltând motricitatea, procesele și fenomenele psihice și favorizând socializarea. În acest context, funcțiile educației fizice și sportului sunt de natură biologică, motrică, psihologică și socială, ceea ce corespunde conceptului de dezvoltare echilibrată și integrată a personalității.

Legea Educației Naționale nr.198/2023 precizează că educația fizică și sportul constituie disciplină de învățământ. Legea educației fizice și sportului stabilește că „educația fizică și sportul sunt activități de interes național sprijinite de stat”. În consecință, în învățământul preuniversitar educația fizică și sportul figurează atât ca activități curriculare, cât și ca activități extracurriculare.

Educația fizică este o formă de educație care valorifică mișcarea pentru dezvoltare corporală, comunicare, formare de deprinderi motrice și atitudini favorabile privind practicarea exercițiilor fizice pe tot parcursul vieții.

Sportul este parte a culturii, fiind înțeles, încă de la începuturile sale, ca mijloc ideal pentru menținerea stării de sănătate, pentru formarea corpului și a caracterului, trăsătura sa principală fiind întrecerea, care stimulează dorința de afirmare și, implicit, obținerea unor performanțe.

Sportul este elementul valorizator în simbioza sa cu educația fizică, ambele activități devenind permanente pe întreaga perioadă de educare a tinerei generații.

Educația fizică și sportul utilizează exercițiul fizic ca mijloc de bază și dispun de sisteme de mijloace specifice și nespecifice de acționare, de metode și procedee metodice, de tehnologii și de forme de organizare diferențiate, în funcție de obiectivele generale.

Obiectivele generale ale educației fizice și sportului sunt următoarele:

- a) menținerea stării optime de sănătate;
- b) favorizarea proceselor de creștere și de dezvoltare fizică armonioasă;
- c) dezvoltarea capacității de mișcare prin formarea deprinderilor motrice și prin optimizarea calităților motrice;
- d) dezvoltarea echilibrată a laturilor personalității (cognitivă, afectivă și volitivă);
- e) formarea obișnuinței de practicare sistematică a exercițiilor fizice;
- f) formarea capacității de integrare și acționare în grup;
- g) însușirea cunoștințelor de bază proprii domeniului educației fizice și sportului.

II. Forme de organizare a activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar

Formele de organizare curriculară a activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar sunt următoarele:

- a) ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREȘCOLAR

- activitatea de educație fizică cu grupa
- b) **ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR**
 - lecția de educație fizică
 - lecția de pregătire sportivă practică (clasele vocaționale cu program sportiv)
 - lecția opțională
- c) **ÎNVĂȚĂMÂNTUL GIMNAZIAL**
 - lecția de educație fizică
 - lecția de pregătire sportivă practică (clasele vocaționale cu program sportiv)
 - lecția opțională
- d) **ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL**
 - lecția de educație fizică
 - lecția de pregătire sportivă teoretică, cls.XI-XII, clase vocaționale cu program sportiv
 - lecția de pregătire sportivă practică, cls.IX-XII, clase vocaționale cu program sportiv
 - lecția de atac și apărare, cls.IX-XII, profil militar
- e) **ÎNVĂȚĂMÂNTUL SPORTIV SUPPLEMENTAR**
 - lecția de pregătire sportivă practică/antrenament sportiv

În vederea organizării curriculare a activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar trebuie respectate următoarele cerințe:

a) predarea acestor forme de organizare a activităților de educație fizică și sport se realizează de către:

- educatoare/institutoare – pentru învățământul preșcolar
- profesorul de educație fizică și sport, sau, în lipsa acestuia, de învățător/ institutor – pentru învățământul primar
- profesorul de educație fizică și sport – pentru învățământul gimnazial și liceal
- profesorul de educație fizică și sport/antrenor – pentru învățământul cu program sportiv suplimentar

b) activitățile de educație fizică și sport se vor organiza și desfășura în conformitate cu prevederile programelor școlare elaborate de Ministerul Educației; pentru formele de organizare a activităților de educație fizică și sport, care nu beneficiază de programe școlare elaborate de Ministerul Educației, catedrele metodice de educație fizică și sport/profesorii de educație fizică și sport au obligația de a le elabora și a le supune avizării inspectorului școlar de educație fizică și sport;

c) pe parcursul anului școlar, catedrele/ comisiile metodice de educație fizică și sport/profesorii de educație fizică și sport, în urma exprimării opțiunilor elevilor și părinților acestora, vor stabili formele de activitate și conținuturile pentru care au optat elevii în cadrul curriculumului la decizia școlii; opțiunile exprimate de fiecare clasă se vor înregistra la secretariatul unității de învățământ și vor fi înaintate spre aprobare conducerii acesteia.

Formele de organizare extracurriculară a activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar sunt următoarele:

a) **ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREȘCOLAR**

- gimnastica de înviorare – organizată zilnic
- momentul de înviorare
- întreceri sportive și jocuri între grupe – organizate săptămânal
- activități turistice (minim una pe semestru)
- „KALOKAGATHIA” – Program național de stimulare a interesului pentru educație fizică și sport la preșcolari și școlarii mici.
- serbări sportiv-culturale organizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar
- serbări sportive organizate la finalul fiecărui an școlar, precum și cu alte ocazii

b) **ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR**

- gimnastica de înviorare – organizată zilnic
- momentul de înviorare

-
- întreceri sportive între clase – organizate săptămânal
 - activități turistice (minim una pe semestru)
 - „KALOKAGATHIA” – Program național de stimulare a interesului pentru educație fizică și sport la preșcolari și școlarii mici.
 - serbări sportiv-culturale organizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar, prin Asociația Sportivă Școlară
 - concursuri/ competiții organizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar, prin Asociația Sportivă Școlară
 - ansamblu sportiv
 - lecția de pregătire a formațiilor sportive reprezentative ale unității de învățământ
 - cantonamente/ semicantonamente/ tabere de pregătire sportivă pentru elevii din învățământul sportiv integrat, în vederea participării la concursurile/competițiile prevăzute în calendarul competițional oficial
 - serbări sportive organizate la finalul fiecărui an școlar, precum și cu alte ocazii
- c) ÎNVĂȚĂMÂNTUL GIMNAZIAL
- ansamblu sportiv
 - lecția de pregătire a formațiilor sportive reprezentative ale unității de învățământ
 - activități turistice/orientare turistică (minim una pe semestru)
 - concursuri/competiții/campionate organizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar, prin Asociația Sportivă Școlară
 - cantonamente/semicantonamente/tabere de pregătire sportivă pentru elevii din învățământul sportiv integrat, în vederea participării la concursurile/competițiile prevăzute în calendarul competițional oficial
 - serbări sportive organizate la finalul fiecărui an școlar precum și cu alte ocazii
- d) ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL
- ansamblu sportiv
 - lecția de pregătire a formațiilor sportive reprezentative ale unității de învățământ
 - activități turistice/orientare turistică
 - concursuri/competiții/campionate organizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar, prin Asociația Sportivă Școlară
 - cantonamente/semicantonamente/tabere de pregătire sportivă pentru elevii din învățământul sportiv integrat, în vederea participării la concursurile/competițiile prevăzute în calendarul competițional oficial
 - serbări sportive organizate la finalul fiecărui an școlar precum și cu alte ocazii
- e) ÎNVĂȚĂMÂNTUL SPORTIV SUPPLEMENTAR
- activități de selecție (cel puțin două activități pe an școlar)
 - cantonamente/semicantonamente/tabere de pregătire sportivă pentru elevii din învățământul cu program sportiv suplimentar, în vederea participării la concursurile/ competițiile prevăzute în calendarul competițional oficial
- f) PALATE ȘI CLUBURI ALE ELEVILOR/COPIILOR
- activități în cadrul cercurilor sportive
- g) CENTRELE NAȚIONALE DE EXCELENȚĂ (pentru disciplinele sportive):
- lecția de pregătire sportivă practică/antrenament sportiv
 - activități de selecție
 - cantonamente/semicantonamente/tabere de pregătire sportivă pentru elevii din centrele naționale de excelență, în vederea participării la concursurile/competițiile prevăzute în calendarul competițional oficial
- În vederea organizării extracurriculare a activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar trebuie respectate următoarele cerințe:
- a) activitățile extracurriculare se vor organiza cu respectarea prevederilor legislației în vigoare, de către:
- educatoare/institutoare – pentru învățământul preșcolar
 - profesorul de educație fizică și sport, sau, în lipsa acestuia, de învățător/ institutor – pentru învățământul

primar

- profesorul de educație fizică și sport – pentru învățământul gimnazial și liceal
- profesorul de educație fizică și sport/antrenorul – pentru învățământul cu program sportiv suplimentar
- b) activitățile de educație fizică și sport, organizate în regim extracurricular, trebuie să aibă un caracter diversificat și continuu și să cuprindă majoritatea copiilor/elevilor din unitățile de învățământ;
- c) conducerile unităților de învățământ au obligația de a sprijini catedrele/ comisiile metodice de educație fizică și sport/profesorii de educație fizică și sport, în vederea înființării asociațiilor sportive școlare;
- d) conducerile unităților de învățământ au obligația de a sprijini înființarea Cercurilor Olimpice;
- e) catedrele/ comisiile metodice de educație fizică și sport/profesorii de educație fizică și sport, împreună cu factorii responsabili ai Asociației Sportive Școlare și, după caz, ai Cercului Olimpic, vor elabora, anual/semestrial, Calendarul activităților sportive extracurriculare pe care îl vor supune aprobării conducerii unității de învățământ. Calendarul activităților sportive extracurriculare va fi afișat, pentru elevi, la loc vizibil, de regulă la avizierul catedrei/ comisiei metodice de educație fizică și sport;
- f) toate cadrele didactice care predau disciplina educație fizică au obligația de a sprijini acțiunile de selecție inițiate de unitățile de învățământ cu program sportiv integrat și unitățile de învățământ cu program sportiv suplimentar și de a recomanda/semnala acestora, elevii cu disponibilități de practicare a sportului de performanță;
- g) catedrele/ comisiile metodice de educație fizică și sport/profesorii de educație fizică și sport vor afișa periodic, la loc vizibil, de regulă la avizierul catedrei/ comisiei metodice de educație fizică și sport, rezultatele obținute de elevii unității de învățământ în cadrul concursurilor/ competițiilor la care au participat.

III. Participarea elevilor la activitățile de educație fizică și sport în funcție de starea lor de sănătate

Funcția principală a educației fizice și sportului este de a optimiza sănătatea elevilor, folosind mijloace, metode și tehnologii diferențiate, astfel încât de efectele acestor activități să beneficieze toți elevii, indiferent de nivelul aptitudinilor sau al capacităților de mișcare.

Se abrogă prevederile art. 9, art. 14 lit. a) și b), art. 20 lit. a) din cap. III din Metodologia organizării și desfășurării activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar, aprobată prin Ordinul ministrului educației, cercetării, tineretului și sportului nr. 3.462/2012, **„adeverința medicală apt pentru efort fizic sau clinic sănătos în anul școlar 2025/2026” NU SE VA MAI ADUCE DE CĂTRE ELEVI;**

Metodologia privind eliberarea scutirilor medicale de la orele de educație fizică și sport pentru elevi și Baremul medical cuprinzând afecțiunile pentru care se acordă scutirile medicale de la orele de educație fizică și sport, aprobate prin ordin al ministrului sănătății publice și al ministrului educației și cercetării, sunt obligatorii pentru toate unitățile de învățământ.

Scutirile medicale de la orele/lecțiile de educație fizică și sport se eliberează de către medicul unității de învățământ, iar în lipsa acestuia de către medicul de familie al elevului și se consemnează pe Adeverința medicală, al cărei formular tipizat este aprobat prin ordin al ministrului sănătății.

Scutirile medicale de la orele/lecțiile de educație fizică și sport pot fi:

- a) anuale (totale sau parțiale);
- b) semestriale (totale sau parțiale);
- c) temporare (totale sau parțiale), pe durate mai mici decât un semestru.

Scutirile anuale și semestriale se acordă:

- a) elevilor inapți total pentru orele/lecțiile de educație fizică și sport, care nu primesc notă la această disciplină; la recomandarea medicului, consemnată pe verso-ul adeverinței medicale, elevii în cauză pot efectua în cadrul orelor/lecțiilor de educație fizică și sport unele elemente ușoare de dezvoltare fizică;
- b) elevilor inapți total pentru orele/lecțiile de educație fizică și sport, fără notă la această disciplină, dar cu recomandarea, consemnată pe adeverința medicală, de a efectua exerciții de recuperare medicală în cabinete medicale sau în unități sanitare de specialitate; acești elevi vor prezenta profesorului de educație fizică, la sfârșitul fiecărei luni, o dovadă privind efectuarea programului de recuperare eliberată de unitatea sanitară în care a efectuat recuperarea; pentru elevii care învață în localități fără posibilități de recuperare medicală,

medicii specialiști care îi dispensarizează vor consemna în adeverința medicală de scutire programul de exerciții pe care elevul îl va efectua în orele/lecțiile de educație fizică și sport sub supravegherea profesorului de educație fizică și sport;

- c) elevilor inapți parțial numai pentru unele dintre activitățile incluse în orele/lecțiile de educație fizică și sport, cu notă la această disciplină de învățământ; tipurile de exerciții fizice contraindicate medical vor fi consemnate pe verso-ul adeverinței medicale.

Scutirile temporare se acordă:

- a) elevilor inapți total pentru orele/lecțiile de educație fizică și sport, fără a fi notați în perioada pentru care s-a eliberat scutirea;
- b) elevilor inapți parțial pentru unele dintre activitățile incluse în orele/lecțiile de educație fizică și sport, fiind notat, în perioada pentru care s-a eliberat scutirea, la celelalte activități.

Scutirile medicale de la orele/lecțiile de educație fizică și sport nu pot fi eliberate retroactiv, ele fiind valabile din ziua acordării lor, cu excepția situației în care elevul, din cauză de boală, a absentat la toate disciplinele de învățământ.

În vederea participării elevilor la activitățile de educație fizică și sport, în funcție de starea lor de sănătate, trebuie respectate următoarele cerințe:

- (a) Elevii scutiți de efort fizic au obligația de a fi prezenți la orele de educație fizică și sport. Beneficiarilor primari scutiți medical pe parcursul unui întreg an școlar nu li se acordă calificative/note și nu li se încheie media la această disciplină, respectiv, media anuală se calculează fără media de la această disciplină.

- (b) Pentru elevii scutiți medical pe parcursul unui întreg an școlar, profesorul de educație fizică și sport consemnează în catalog, la rubrica respectivă, „scutit medical în anul școlar”, specificând totodată documentul medical, numărul și data eliberării acestuia. Documentul medical va fi atașat la dosarul personal al elevului, aflat la secretariat.

- (c) Pentru elevii scutiți medical, pe o perioadă determinată în timpul anului școlar, profesorul de educație fizică și sport consemnează în catalog, la rubrica respectivă, „scutit medical în anul școlar, începând cu data de:...până la...”, specificând totodată documentul medical, numărul și data eliberării acestuia. Documentul medical va fi atașat la dosarul personal al elevului, aflat la secretariat.

- (d) Beneficiarilor primari scutiți de efort fizic la orele de educație fizică și sport, pe o perioadă determinată în timpul anului școlar, li se încheie media la această disciplină, pentru anul școlar respectiv, numai dacă au obținut cel puțin 2 calificative/note. În caz contrar, acestor elevi nu li se încheie media la această disciplină și, respectiv, media anuală se calculează fără media de la această disciplină.

- (e) Elevii scutiți medical nu sunt obligați să vină în echipament sportiv la orele de educație fizică și sport, dar trebuie să aibă încălțăminte adecvată pentru sălile de sport. Absențele la aceste ore se consemnează în catalog.

- (f) Pentru integrarea în colectiv a beneficiarilor primari scutiți medical, în timpul orei de educație fizică și sport, cadrul didactic le poate atribui sarcini organizatorice care vor avea în vedere recomandările medicale, de exemplu: arbitraj, cronometrare, măsurare, înregistrarea unor elemente tehnice, ținerea scorului etc.

- g) În clasele/școlile generale și liceele cu program sportiv integrat, elevii cu scutiri medicale, declarați inapți total pe întregul an școlar, vor fi declarați inapți pentru acest profil și îndrumați spre alte profile/forme de școlarizare, cu excepția elevilor din clasele terminale (IV-VIII-XII);

- h) La fiecare lecție/activitate de educație fizică, cadrul didactic se va informa, în veriga de organizare a colectivului, asupra stării momentane de sănătate a elevilor, luând măsurile care se impun, în cazul unui/unor elevi care reclamă un disconfort fizic (elevii vor fi reținuți de la efort, trimiși la cabinetul medical etc.);

- i) În procesul verbal de protecția muncii care va fi prelucrat și semnat de elevi, va exista cerința ca elevii care simt deteriorări ale stării de sănătate (amețeli, senzații de vomă, dureri acute, sufocări etc.), pe parcursul lecției, să anunțe imediat profesorul.

IV. Măsuri pentru prevenirea și evitarea accidentelor în timpul activităților de educație fizică și sport

Prevenirea și evitarea accidentelor în timpul activităților de educație fizică și sport implică măsuri diferențiate, în funcție de etapa de desfășurare: înainte începerii activității (cu caracter preventiv), pe parcursul

desfășurării și în încheiere. Măsurile preventive intră în atribuția conducerii unității de învățământ, a cadrelor didactice care conduc activitățile de educație fizică și sport, a elevilor și a părinților acestora.

Conducerea unității de învățământ și personalul administrativ au următoarele atribuții:

- a) asigurarea spațiilor necesare pentru organizarea activităților de educație fizică și sport, atât în aer liber cât și în interior;
- b) amenajarea corespunzătoare a spațiilor de lucru, prin asigurarea unor suprafețe ale terenurilor care să nu favorizeze alunecarea, derapajele sau împiedicarea acțiunilor motrice;
- c) dotarea spațiilor de lucru cu instalații funcționale și asigurate corespunzător;
- d) amenajarea și asigurarea spațiilor pentru sărituri și aterizări;
- e) asigurarea spațiilor necesare echipării elevilor (vestiare), separat fete și băieți și a instalațiilor sanitare necesare, cu funcționalitate permanentă;
- f) asigurarea corpurilor de iluminat, bine protejate;
- g) asigurarea instalațiilor de aerisire a spațiilor de desfășurare a activităților;
- h) igienizarea sistematică (de două ori pe zi, sau de câte ori este necesară), a spațiilor destinate activităților de educație fizică și sport;
- i) protejarea ferestrelor cu grilaje de protecție bine fixate;
- j) protejarea tablourilor electrice și a altor instalații din interior;
- k) protejarea corespunzătoare a întrerupătoarelor și prizelor;
- l) dotarea catedrei de educație fizică cu un dulap sanitar care să conțină materiale și produse medicale, necesare acordării primului ajutor.

Atribuțiile personalului didactic sunt următoarele:

Art. 19 Atribuțiile personalului didactic sunt următoarele:

A) LA ÎNCEPUTUL FIECĂRUI AN ȘCOLAR:

(i) planificarea și realizarea primei lecții de educație fizică și sport ca lecție teoretică, în care se vor prezenta normele de sănătate și securitate a muncii, elevii semnând un proces-verbal în acest sens în care se consemnează că au luat cunoștință de prevederile privind protecția în timpul activităților de educație fizică și sport;

B) ÎNAINTEA ÎNCEPERII ACTIVITĂȚII:

- (i) verificarea permanentă a respectării normelor de sănătate și securitate a muncii în activitățile cu elevii;
- (ii) verificarea funcționalității instalațiilor și aparatelor ce urmează a fi folosite, eliminându-se orice cauză de producere a unor accidente;
- (iii) verificarea echipamentului sportiv corespunzător al elevilor, potrivit condițiilor materiale și climatice în care se organizează activitatea;
- (iv) asigurarea condițiilor pentru aplicarea operativă a mijloacelor de prim ajutor, în cazul producerii unor accidente;
- (v) dispunerea adecvată, în spațiul de lucru, a materialelor didactice necesare lecției, astfel încât acestea să nu poată fi utilizate, necontrolat, de elevi;

C) PE PARCURSUL DESFĂȘURĂRII LECȚIEI:

- (i) verificarea stării de sănătate a elevilor, trecându-i în repaus pe cei cu simptome nefavorabile desfășurării activității;
- (ii) asigurarea permanentă a disciplinei, prevenind ieșirile necontrolate;
- (iii) acordarea, după caz, a asistenței, sprijinului sau ajutorului, potrivit conținuturilor și nivelului de instruire;
- (iv) evitarea programării unor eforturi solicitante în condiții climatice nefavorabile;
- (v) supravegherea atentă a situațiilor în care se supraaglomerează spațiul de desfășurare a activității cu obiecte, materiale și instalații sportive;
- (vi) asigurarea desfășurării activității didactice numai în spații care pot fi permanent supravegheate;

D) LA ÎNCHEIEREA LECȚIEI:

(i) supravegherea părăsirii spațiului de desfășurare a activității de către elevi.

Elevii care participă la activitățile de educație fizică și sport au următoarele obligații:

- a) să respecte prevederile referitoare la statutul de „scutit medical”, atunci când este cazul;
- b) să respecte integral normele de sănătate și securitate a muncii pentru care au semnat procesul verbal;
- c) să fie prezenți, la timp și să nu părăsească locul unde se desfășoară lecțiile fără acordul cadrului didactic;
- d) să efectueze numai exercițiile indicate de cadrul didactic;
- e) să solicite, după caz, explicații suplimentare, sprijin sau ajutor pentru execuțiile cu grad ridicat de dificultate;
- f) să semnaleze cadrului didactic problemele apărute în funcționarea aparatelor și instalațiilor sportive;
- g) să respecte regulile stabilite pentru participarea în concursuri și întreceri;
- h) să întrerupă exercițiile și să anunțe cadrul didactic, asupra unor tulburări privind starea de sănătate;
- i) să utilizeze echipamentul sportiv adecvat în lecții;
- j) să nu intre în spațiul de desfășurare a lecției fără a avea acordul cadrului didactic.

În activitatea sportivă de performanță, la începutul fiecărui semestru, prima lecție de antrenament/pregătire sportivă practică va fi lecție teoretică, în care se vor prezenta NORMELE DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE A MUNCII, elevii semnând un proces verbal în acest sens, în care se consemnează că au luat la cunoștință de prevederile privind protecția activităților de educație fizică și sport.

Măsurile privind prevenirea și evitarea accidentării elevilor cuprinși în activitatea sportivă de performanță sunt următoarele:

- a) asigurarea măsurilor de prim ajutor și/ sau a asistenței medicale, în timpul antrenamentelor și competițiilor sportive;
- b) cunoașterea de către elevii sportivi a măsurilor de autoprotecție;
- c) verificarea funcționalității și utilizarea, în antrenamente, a instalațiilor și aparatelor ce urmează a fi folosite, eliminându-se orice cauză de producere a unor accidente;
- d) informarea asupra stării de sănătate a elevilor sportivi, înaintea începerii lecției de antrenament;
- e) acordarea, după caz, a asistenței, sprijinului sau ajutorului, potrivit conținuturilor și nivelului de instruire;
- f) asigurarea echipamentului de protecție specific disciplinelor sportive.

V. Amenajarea, dotarea și întreținerea bazelor sportive școlare

Fiecare unitate de învățământ, are obligația să amenajeze, cu sprijinul organelor administrației locale, a unor sponsori și din propriile fonduri, să dezvolte și să asigure funcționalitatea necesară bazei sportive proprii, atât pentru activitatea organizată în aer liber cât și pentru cea din interior, asigurând astfel condițiile optime pentru realizarea obiectivelor înscrise în programele școlare și activitățile sportive extracurriculare.

Structura bazei sportive, amenajate în aer liber, se adaptează disponibilităților spațiului existent, inclusiv cel din curțile interioare. În funcție de aceste condiții, se vor amenaja:

- pistă pentru alergări cu 2-3 culoare pe distanțe de 25-30m, 50-60m;
- groapă cu nisip pentru sărituri;
- spații marcate pentru săritura în lungime de pe loc;
- spații pentru aruncarea mingii de oină, cu marcaje transversale la 15 – 20 – 25 – 30 – 40m și, după caz, un spațiu pentru aruncarea greutății, plasat separat, în extremitatea bazei sportive, ferit de circulația elevilor;
- pistă pentru un traseu specific alergării de rezistență, cu marcaje vizibile pe: obiecte, pomi, pereți, etc.
- două terenuri separate pentru jocurile sportive cu marcaje suprapuse: handbal – fotbal; baschet – volei; sau separate, potrivit spațiilor avute la dispoziție. Acestea vor fi delimitate/ îngrădite, evitând circulația elevilor care nu participă la lecții.

În interior, în lipsa spațiilor cu destinații specifice (săli de sport), conducerea unității de învățământ va asigura un alt spațiu, minim o sală de clasă, care se va amenaja, dota și utiliza în exclusivitate pentru lecțiile de educație fizică.

În cazul dotării bazelor sportive școlare trebuie avute în vedere următoarele:

- a) în aer liber, pe lângă instalațiile sportive specifice fiecărui tip de activitate (jocuri sportive – atletism), se recomandă și instalarea unor bare de tracțiune, dotarea cu blocstarturi, cronometre, rulete;

- b) în interior (săli), dotarea se realizează cu aparate, instalații obiecte și alte mijloace de învățământ care să permită exersarea frontală, cum ar fi: bastoane de gimnastică, corzi de sărituri, jaloane, cercuri etc.

Principalele instalații și aparate sunt prevăzute în normativele de dotare minimală, înscrise în noile programe de educație fizică pentru învățământul gimnazial.

În situația când se organizează două lecții concomitent, conduse de doi profesori, în activitatea de dotare trebuie să se aibă în vedere posibilitatea de utilizare simultană a unor aparate și obiecte.

Pentru predarea jocurilor sportive este necesar ca fiecare cadru didactic să dispună de un număr mare de mingi (una la doi elevi), în scopul obținerii unei densități motrice optime a lecției.

În cazul întreținerii bazelor sportive școlare trebuie avute în vedere următoarele:

- a) baza sportivă pe care se desfășoară activitatea trebuie verificată zilnic de fiecare cadru didactic; acesta trebuie să solicite, după caz, personalului de îngrijire și de întreținere, asigurarea curățeniei, completarea nisipului din groapa de sărituri, remedierea unor eventuale defecțiuni apărute la nivelul instalațiilor și aparatelor din dotare;
- b) fiecare cadru didactic are datoria de a folosi și întreține, în bună stare, materialele utilizate în comun cu colegii de specialitate;
- c) fiecare cadru didactic trebuie să acorde o atenție sporită modului de utilizare a materialelor sportive de către elevi, în scopul propus și în condiții de asigurare a integrității corporale, evitând producerea de accidente.

VI. Baza sportivă și dotarea materială pentru învățământul sportiv integrat și suplimentar

Alături de selecție, existența și calitatea bazelor sportive, dotate corespunzător realizării obiectivelor sportive propuse, constituie principalele pârghii de obținere a unor rezultate de un nivel ridicat.

Baza sportivă trebuie să fie disponibilă la ore potrivite și situată la distanțe care să permită elevilor sportivi participarea eficientă la procesul de instruire.

Bazele sportive utilizate de cele două categorii de unități de învățământ cu profil sportiv de performanță sunt de trei categorii:

- a) baze sportive proprii, cu dotări speciale;
- b) baze sportive aparținând unităților de învățământ fără profil sportiv, folosite în comun cu anumite secții din învățământul sportiv suplimentar, pentru secții care nu necesită dotări deosebite, cum este cazul jocurilor sportive;
- c) baze sportive aparținând altor cluburi sau instituții, utilizate pe baza unor protocoale de colaborare sau prin închiriere.

Pentru realizarea obiectivelor unităților sportive școlare, cu deosebire a celor din învățământul sportiv suplimentar, se impun următoarele măsuri:

- a) punerea de către conducerea unităților de învățământ deținătoare de baze sportive (în special săli de sport), în mod gratuit, la dispoziția secțiilor sportive din învățământul sportiv suplimentar, a spațiilor disponibile, după realizarea procesului didactic de educație fizică;
- b) continuarea realizării unor baze sportive proprii la cluburile sportive școlare, cu deosebire pentru disciplinele sportive care impun dotări speciale;
- c) optimizarea structurii secțiilor din învățământul sportiv suplimentar, în concordanță cu posibilitățile reale de a asigura stabilitate.

VII. Cerințe deontologice privind activitatea personalului didactic de predare

Personalul didactic de predare trebuie să cunoască drepturile și obligațiile legale în vigoare ce îi revin în unitatea de învățământ în care funcționează.

În relațiile cu clasa/grupa de elevi, din punct de vedere comportamental, personalul didactic de predare trebuie să îndeplinească următoarele cerințe:

- a) ținută morală demnă, concordantă cu valorile educaționale transmise elevilor;
- b) comportament responsabil concretizat prin respect și considerație față de elevi;
- c) echipament sportiv adecvat și decent, impecabil sub aspect igienic, modern și aspectuos;
- d) aspect fizic îngrijit;

- e) stare psihică caracterizată de bună dispoziție și optimism, stimulativă pentru activitatea elevilor;
- f) disponibilitate totală pentru susținerea fiecărui elev, corespunzător caracteristicilor sale, în dobândirea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor predate.

Respectarea prevederilor legislative în vigoare care interzic personalului didactic de predare următoarele:

- a) afectarea imaginii publice, viața intimă, privată și familială a elevului;
- b) aplicarea de pedepse corporale, precum și agresarea verbală sau fizică a elevilor;
- c) condiționarea prestației didactice la clasă sau evaluarea elevilor, de obținerea oricărui tip de avantaje de la elevi sau de la părinții acestora;
- d) orice altă acțiune care ar putea leza statutul de cadru didactic.

Cerințe didactice specifice:

- a) prezentarea la fiecare clasă a sistemului de evaluare, inclusiv cu exemplificări practice, a eșalonării susținerii probelor de evaluare și a scalelor de notare, a posibilelor opțiuni în alegerea instrumentelor de evaluare. Se vor prezenta și categoriile de conținuturi care vor face obiectul notării curente;
- b) conștientizarea elevilor asupra necesității obținerii și prezentării avizului medical și consecințele lipsei acestuia;
- c) prelucrarea cu elevii fiecărei clase, a prevederilor regulamentare privind frecvența la lecții, precizând numărul de absențe nemotivate care conduc la scăderea notei la purtare, la emiterea preavizului de exmatriculare sau a exmatriculării;
- d) înregistrarea la fiecare lecție, a absențelor în caietul personal și în catalog;
- e) realizarea evaluării în fața întregului colectiv al clasei, făcând publică nota/ calificativul acordat;
- f) acționarea în consecință, în situațiile de deteriorare a instalațiilor, aparatelor, materialelor didactice specifice, a mobilierului și a instalațiilor electrice/ sanitare, ca urmare a unui comportament necorespunzător al elevilor.

În relațiile cu învățătorii/diriginții claselor, din punct de vedere comportamental, personalul didactic de predare trebuie să îndeplinească următoarele cerințe:

- a) exercitarea activă a calității de membru al consiliului clasei, exprimându-și opinia motivată asupra situației școlare sau disciplinare a elevilor;
- b) informarea promptă a învățătorilor/ diriginților asupra comportamentelor atipice ale unor elevi;
- c) participarea, după caz, la ședințele cu părinții;
- d) informarea și/ sau solicitarea sprijinului învățătorului/ dirigintei, în organizarea unor activități sportiv-turistice.

În relația cu responsabilul catedrei/comisiei metodice, din punct de vedere comportamental, personalul didactic de predare trebuie să îndeplinească următoarele cerințe:

- a) prezentarea șefului de catedră, la termenele stabilite, a documentelor de planificare și de proiectare didactică, pentru clasele la care este normat;
- b) propunerea acțiunilor/ activităților specifice care urmează a fi cuprinse în programul de activitate al catedrei;
- c) îndeplinirea, cu responsabilitate, a sarcinilor specifice care îi revin din planul de activitate al catedrei;
- d) prezentarea rapoartelor scrise asupra rezultatelor obținute în plan didactic, educativ și competițional, cu clasele la care este normat;
- e) informarea curentă a șefului catedrei asupra oricărui eveniment (pozitiv sau negativ) intervenit în activitatea sa;
- f) informarea conducerii unității de învățământ, în timp optim, asupra oricărei indisponibilități de a fi prezent la lecții;
- g) respectarea dreptului de îndrumare și control a șefului de catedră.

În relația cu colegii de catedră, din punct de vedere comportamental, personalul didactic de predare trebuie să îndeplinească următoarele cerințe:

- a) disponibilitate de colaborare;
- b) respect reciproc;

- c) solidaritate;
- d) onestitate și corectitudine.

În relația cu conducerea unității de învățământ, din punct de vedere comportamental, personalul didactic de predare trebuie să îndeplinească următoarele cerințe:

- a) participarea sistematică și activă la ședințele consiliului profesoral;
- b) aplicarea hotărârilor consiliului profesoral/ de administrație;
- c) îndeplinirea cu responsabilitate a atribuțiilor în comisiile, constituite în unitatea de învățământ;
- d) respectarea dreptului de îndrumare și control al directorului unității de învățământ.

În relațiile cu organismele de specialitate constituite la nivel teritorial (sector, localitate, județ), din punct de vedere comportamental, personalul didactic de predare trebuie să îndeplinească următoarele cerințe:

- a) respectarea dreptului de îndrumare și control al inspectorului școlar de specialitate și al profesorilor metodiști numiți de acesta;
- b) participarea activă și sistematică la acțiunile cercurilor pedagogice teritoriale, angajându-se în susținerea de lecții demonstrative, referate și comunicări științifice, prezentări de documente de planificare, de proiectare didactică sau de evaluare;
- c) participarea activă la ședințele comisiei pe disciplină sportivă care organizează fazele locale ale competițiilor sportive școlare;
- d) exprimarea disponibilității de a participa la activitățile de evaluare externă organizate de inspectoratele școlare, în calitate de evaluator la disciplina educație fizică și sport (bacalaureat) sau de supraveghere la alte discipline, cât și în calitate de secretari/ vicepreședinți ai comisiilor de examinare;
- e) studierea ofertelor de perfecționare profesională ale C.C.D. și participarea la forme de perfecționare.

VIII. Activitatea asociației sportive școlare

Asociația sportivă reprezintă principala formă extrașcolară de organizare a activităților competiționale și necompetiționale ale elevilor de la nivelul unităților de învățământ. Ea își dobândește legitimitatea prin certificatul de identitate sportivă (CIS) și afilierea la Federația Sportului Școlar și Universitar, organizându-și activitatea în conformitate cu regulamentele și cerințele acesteia.

Afilieră la asociației sportive școlare constituie o condiție obligatorie pentru înscrierea și participarea unității de învățământ pe care o reprezintă în cadrul competițiilor cuprinse în Olimpiada Națională a Sportului Școlar și la acțiunile sportive cu caracter național și internațional cuprinse în calendarul F.S.S.U.

Activitatea asociației sportive se organizează pe secții sportive sau forme de activitate cu caracter recreativ, la care pot participa inclusiv cadrele didactice angajate în unitatea de învățământ respectivă, cu respectarea propriilor reglementări, aprobate în Adunarea generală, organizată anual.

Catedra de educație fizică și sport se implică în sprijinirea organizării secțiilor/ activităților care se vor organiza în fiecare an școlar, punând la dispoziția acestora întreaga bază sportivă și materială existentă, precum și în conducerea unor programe sportiv-turistice solicitate de elevi și pentru care se impune un sprijin de instruire specializat (gimnastica acrobatică, culturism, etc.).

În cadrul asociației sportive, fiecare clasă își pregătește formațiile care participă la competițiile interne.

În organizarea și realizarea activităților stabilite, pentru un an școlar, pot fi implicați elevii cu inițiativă și pasiune în acest sens, cadre didactice, părinți, sponsori pentru implicarea în asemenea activități și pentru care își dă avizul directorul școlii.

În aprecierea anuală a activității profesorilor de educație fizică și sport se va avea în vedere și contribuția acestora în organizarea timpului liber al elevilor prin variate acțiuni cu specific sportiv, agreeate de grupuri de elevi cu preocupări comune în acest sens.

1. PROGRAMELE ȘCOLARE ÎN VIGOARE SUNT:

1.1. Clasele P-I-II - Programa școlară aprobată prin OMEN, nr.3418/19.03.2013

http://programe.ise.ro/Portals/1/2013_CP_I_II/54_Educatie%20fizica_CP_II_OMEN.pdf

1.2. Clasele III-IV- Programa școlară aprobată prin OMEN nr. 5003/02.12.2014

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/26-Educatie%20fizica_clasele%20a%20III-a-a%20IV-a.pdf

1.3. Clasele V-VIII- Programa școlară aprobată prin OMEN nr. 3393/28.02.2017

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2017-progr/75-Educatie%20fizica%20si%20sport.pdf>

1.4. Clasele IX-XII- Programa școlară aprobată prin OMEN nr 5099/09.09.2009

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/Educatie%20fizica_clasele%20a%20IX-a%20-%20a%20XII-a.pdf

1.5. Învățământ profesional - Programa școlară aprobată prin OMECI nr. 3458/09.03.2004

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-progr/profesionala/EFS/Educatie%20fizica-11_ancompletare_omec.pdf

1.6. Învățământ sportiv integrat, Pregătire sportivă practică, clasele I - II-Programa școlară aprobată prin OMEN nr. 5004 / 02.12.2014

[http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/PSP-1-2/06%20-%20FOTBAL%20cls.1-2%20\(F3\).pdf](http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/PSP-1-2/06%20-%20FOTBAL%20cls.1-2%20(F3).pdf)

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/PSP-3-4/06%20-%20FOTBAL%20cls.3-4.pdf>

[http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/PSP-1-2/13%20-%20INOT%20cls.1-2%20\(F3\).pdf](http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/PSP-1-2/13%20-%20INOT%20cls.1-2%20(F3).pdf)

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2014-12/PSP-3-4/13%20-%20INOT%20cls.3-4.pdf>

1.7. Învățământ sportiv integrat, Pregătire sportivă practică, clasele V-VIII-Programa școlară aprobată prin OMEN nr. 3393 / 28.02.2017

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2017-progr/78-BASCHET%20-%205-8%20PSP.pdf>

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2017-progr/82-FOTBAL-%205-8%20PSP.pdf>

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2017-progr/87-HANDBAL%20-%205-8%20PSP.pdf>

1.8. Învățământ sportiv integrat, Pregătire sportivă practică, clasele IX-XII - Programa școlară aprobată prin OMEN nr. 5098/09.09.2009

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/PSP/04_Baschet.pdf

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/PSP/11_Fotbal.pdf

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/PSP/17_Handbal.pdf

1.9. Învățământ sportiv integrat, Pregătire sportivă teoretică, Programele școlare aprobate prin OMEN nr. 3.432/2006 (IX-X), OMEN nr.3.252/2006 (XI), OMEN nr. 5.959/2006 (XII)

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/Pregatire%20sportiva%20teoretica_CD_vocational_clasele%20a%20IX-a%20-%20a%20X-a.pdf

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/Pregatire%20sportiva%20teoretica_vocational_clasa%20a%20XI-a.pdf

http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/Progr_Lic/EF/Pregatire%20sportiva%20teoretica_vocational_clasa%20a%20XII-a.pdf

2. REPERE METODOLOGICE

2.1. Pentru clasa a IX a și a X-a, învățământul profesional, pregătire militară, pregătire sportivă practică și pregătire sportivă teoretică, planificarea se va realiza conform modelelor din „Repere Metodologice pentru aplicarea Curriculumului Național la clasa a IX a și a X-a, în anul școlar 2022 - 2023”

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/curriculum/repere%20metodologice%202022-23/REPERE_METODOLOGICE_EDUCA%C8%9AIE_FIZIC%C4%82_2022_2023.pdf

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/curriculum/repere%20metodologice%202022-23/REPERE_METODOLOGICE_PREG%C4%82TIRE_MILITAR%C4%82_2022_2023.pdf

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/curriculum/repere%20metodologice%2022-23/REPERE_METODOLOGICE_PREG_SPORTIV%C4%82_TEORETIC%C4%82_2022_2023.pdf

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/curriculum/repere%20metodologice%2022-23/REPERE_METODOLOGICE_PREG_SPORTIV%C4%82_PRACTIC%C4%82_2022_2023.pdf

https://www.edu.ro/sites/default/files/fi%C8%99iere/Minister/2023/preuniversitar_root/repere_metodologice_XI/invatamant liceal/REPERE_METODOLOGICE_ED_FIZICA_2023_2024_CLS_XI.pdf
ÎNVĂȚĂMÂNT PROFESIONAL SPECIAL

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/repere_medotologice/2025/finale/IPS_2024_2025/IPS_REPERE_METODOLOGICE_2024_2025_Educa%C8%9Bie%20fizic%C4%83_%20cls_XII.pdf

LICEU TEHNOLOGIC SPECIAL

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/repere_medotologice/2025/finale/LTS_2024_2025/LTS_REPERE_METODOLOGICE_2024_2025_Educatie_fizic%C4%83_cls_XII.pdf

ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL

[https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/repere_medotologice/2025/finale/REPERE_METODOLOGICE_ED_FIZIC%C4%82_\(SPORT\)_2024_2025_CLS_XII.pdf](https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/repere_medotologice/2025/finale/REPERE_METODOLOGICE_ED_FIZIC%C4%82_(SPORT)_2024_2025_CLS_XII.pdf)

ÎNVĂȚĂMÂNT VOCAȚIONAL - PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/repere_medotologice/2025/finale/REPERE_METODOLOGICE_PREG%C4%82TIRE_SPORTIV%C4%82_PRACTIC%C4%82_2024_2025_CLS_XII.pdf

ÎNVĂȚĂMÂNT VOCAȚIONAL - PREGĂTIRE SPORTIVĂ TEORETICĂ

https://rocnee.eu/images/rocnee/fisiere/repere_medotologice/2025/finale/REPERE_METODOLOGICE_PREG%C4%82TIRE_SPORTIV%C4%82_TEORETIC%C4%82_2024_2025_CLS_XII.pdf

3. DOCUMENTE DE PROIECTARE DIDACTICĂ

3.1. Cadrele didactice vor elabora, următoarele documente de proiectare/planificare:

- planificarea/eșalonarea anuală a unităților tematice;
- planificare calendaristică modulară;
- proiectarea unităților tematice;
- proiect didactic -pentru cadrele didactice care nu au definitivat și pentru inspecțiile de specialitate.

INSPECTOR ȘCOLAR
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PROF. Mircea GALAȚĂ