

# Graficul desfășurării concursului de selecție la Liceul cu Program Sportiv Iași, an școlar 2023-2024

**29 mai – 2 iunie 2023**

- **Înscrierea candidaților pentru susținerea probelor sportive**

**3 iunie 2023**

- **ora 9, susținerea examenului medical la cabinetul de specialitate al liceului (parterul sălii de sport);**
- **ora 10, susținerea probelor sportive**
  - o **ATLETISM** - stadionul "Emil Alexandrescu" Iași;
  - o **FOTBAL** - terenul II sintetic, în spatele stadionului "Emil Alexandrescu" Iași;
  - o **HANDBAL** - sala de sport a Liceului cu Program Sportiv Iași

## **SUSȚINEREA PROBELOR SPORTIVE**

### **1. ATLETISM**

#### **Probe pentru evaluarea calităților motrice:**

- Alergare de viteză 50 metri cu start din picioare;
- Săritura în lungime de pe loc;
- Aruncarea mingii de oină, de pe loc.

### **2. FOTBAL**

#### **Probe pentru evaluarea calităților motrice:**

- Alergare de viteză 30 metri cu start din picioare;
- Săritura în lungime de pe loc;

#### **Probe specifice:**

- Conducerea mingii pe 30 metri (pentru controlul balonului), pasa;
- Șut la poartă din deplasare (autopasa) – 5 execuții;
- Joc bilateral cu reguli simplificate.

### **3. HANDBAL**

- Alergare de viteză 30 metri cu start din picioare;
- Săritura în lungime de pe loc;
- Aruncare mingii de handbal (nr. 0) la distanță, de pe loc

#### **Probe specifice:**

- Dribling de la centrul terenului, aruncare la poartă (procedeu la alegere);
- Joc bilateral cu reguli simplificate.