

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII  
INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN CLUJ  
**LICEUL TEORETIC „LIVIU REBREANU” TURDA**  
Str. Tineretului nr. 6, Turda – 401040  
Tel. & Fax: (+40) 0264323948 / 0264323979, E-mail : [ltrebreanurda@yahoo.com](mailto:ltrebreanurda@yahoo.com)

**PROGRAMA EXAMEN DIFERENȚE PREGĂTIRE SPORTIVĂ TEORETICĂ**

CLASA IX

1. Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice- Viteza (cap. IX)
2. Sportul, fenomen social ( cap. I)

CLASA X

1. Teoria și metodică dezvoltării forței (cap. XI)
2. Principiile și cerințele antrenamentului sportiv (cap. V)

CLASA XI

1. Metode și tehnici de determinare a rezistenței (cap. VIII)
2. Selecția în sport ( cap IV)