

**MINISTERUL EDUCAȚIEI, CERCETĂRII ȘI TINERETULUI
CONSILIUL NAȚIONAL PENTRU CURRICULUM ȘI EVALUARE ÎN
ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR**

PROGRAME ȘCOLARE PENTRU CLASA A VIII-A

EDUCAȚIE FIZICĂ

Aprobat prin ordin al ministrului

Nr. 4700/07.07.2008

București – 2008

NOTĂ DE PREZENTARE

Ca parte a învățământului general obligatoriu cu durată de 10 ani, ciclul gimnazial trebuie să asigure pregătirea elevilor pe linia celor opt domenii de competențe cheie, stabilite ca finalități ale sistemelor educaționale și de formare profesională din țările Comunității Europene, fiecare disciplină de învățământ fiind chemată să-și aducă contribuția specifică la realizarea acestora.

În acest context, redefinirea obiectivelor de referință, revizuirea categoriilor de conținuturi utilizate, cât și armonizarea metodologiei predării se constituie ca priorități obiectiv necesare.

Disciplina **Educație fizică**, la clasa a VIII-a este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară **Educație fizică și sport** și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a elevilor – finalitate prevăzută în Legea învățământului.

Această disciplină beneficiază de o oră pe săptămână în trunchiul comun, cu posibilitatea alocării a încă unei ore destinate extinderii și/ sau studierii unei discipline sportive opționale.

La baza revizuirii programei de educație fizică pentru clasa a VIII-a, elaborată și aprobată în anul 2003, s-au avut în vedere următoarele aspecte:

- analiza propunerilor de modificare provenite din rețeaua școlară;
- rezultatele înregistrate de către elevi în planul dezvoltării fizice, al evoluției capacității motrice și al nivelului atins în practicarea disciplinelor sportive;
- concordanța dintre obiective, conținuturi, metodologie și evaluare, cu elementele de contribuție specifică a disciplinei la realizarea domeniilor de competențe cheie;
- asigurarea unei oferte de conținuturi (obligatorii, alternative, opționale) menite să asigure realizarea obiectivelor, în toate situațiile de dotare tehnico-materială de care beneficiază această disciplină în învățământul gimnazial;
- promovarea ca exemple de activități de învățare, a celor centrate pe elev și care favorizează acționarea individuală/ în grup cât și parcurgerea unor trasee particulare de învățare;
- crearea premizelor de manifestare a autonomiei profesorului de educație fizică în determinarea conținuturilor instruirii corespunzător nivelului de pregătire al elevilor clasei cât și în funcție de condițiile în care își desfășoară activitatea;
- descongestionarea programei pe linia obiectivelor de referință și esențializarea conținuturilor, dimensionate la numărul de ore prevăzute în trunchiul comun, specificând cu asterisc (*) elementele abordabile în situațiile în care se beneficiază de acordarea orelor în limita maximă a plajei orare (extinderi).

În spiritul aspectelor mai sus menționate și pentru a putea promova în clasa a IX a un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a elevilor, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în clasa a VIII-a să se asigure dobândirea de către elevi a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării fizice și a calităților motrice, cât și formarea capacității de a practica 1-2 probe atletice, a gimnasticii acrobatice, a unei sărituri la aparate și a unui joc sportiv predat în anii anteriori.

Procesul de instruire capătă un caracter preponderent unitar desfășurat cu întreaga clasă pe linia dezvoltării capacității de organizare, a influențării dezvoltării fizice, a consolidării deprinderilor motrice de bază și utilitar-aplicative, cât și a dezvoltării calităților motrice.

În ceea ce privește practicarea disciplinelor sportive prevăzute de programa școlară pentru cls. a VIII-a, se vor preda:

- 1-2 probe atletice, la alegere dintre cele predate în anii anteriori
- elemente acrobatice statice și dinamice;
- una dintre săriturile la aparatele de gimnastică, la alegere
- 1 joc sportiv, opțional dintre cele predate în anii anteriori.

Disciplinele sportive alternative sunt predate, cu aprobarea directorului unității de învățământ, pe perioade precizate, numai în situații speciale determinate de factorii de mediu și de baza tehnico-materială, cu condiția existenței materialelor didactice necesare pentru toți elevii clasei și abilitarea profesională a cadrului didactic în disciplina sportivă respectivă. Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei discipline sportive alternative se elaborează de către profesorul clasei și se avizează de către inspectorul școlar de specialitate.

Strategiile didactice utilizate în predarea disciplinelor sportive prevăzute de programă vor viza consolidarea tehnicii probelor atletice, ale elementelor din gimnastica acrobatică și săriturilor la aparate, cât și capacitatea de practicare a jocurilor sportive în condiții de autonomie, autoorganizare și autoarbitrare. Pe parcursul instruirii practice se vor transmite și cunoștințe referitoare la regulile/ regulamentele de concurs.

Orientarea procesului de predare-învățare în această manieră va permite, ca după finalul cls. a VIII-a, pe baza cunoștințelor dobândite și corelate cu disponibilitățile personale, elevii să opteze pentru practicarea independentă a execuțiului fizic, sub toate formele sale.

Această programă, document reglator al procesului de învățământ, stabilește și permite fiecărui cadru didactic realizarea, cu caracter obligatoriu, a obiectivelor de referință, utilizând, ca mijloace, categoriile de conținuturi și activitățile de învățare pe care le consideră eficiente, corespunzător particularităților clasei și condițiilor concrete de activitate. Ea are un caracter concentric în sensul reluării conținuturilor pentru întărirea deprinderilor și pentru a preciza fenomenul de transfer în învățarea noilor deprinderi și dezvoltarea capacităților, ca urmare, conținuturile predate în clasele V-VII vor fi reluate în clasa a VIII-a, ca elemente de bază în predarea noilor conținuturi.

Conținuturile marcate cu asterisc (*) se predau în cadrul orelor de extindere. În abordarea diferențiată a instruirii, în cadrul orelor din trunchiul comun, profesorul poate utiliza aceste conținuturi în cazul elevilor cu nivel de pregătire superior.

Este obligatorie prezența profesorului de educație fizică și sport la orele de educație fizică în echipament sportiv.

OBIECTIVE CADRU

- 1. Favorizarea întreținerii/ îmbunătățirii stării de sănătate și asigurarea evoluției armonioase a dezvoltării fizice, conform particularităților de vârstă și de sex**
- 2. Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate favorabile integrării sociale**
- 3. Dezvoltarea capacității motrice generale**
- 4. Asimilarea procedurilor tehnice de bază și a acțiunilor tactice individuale și colective elementare, necesare practicării în condiții regulamentare a unor discipline sportive, în școală și în afara acesteia**

Obiective de referință și exemple de activități de învățare

O.C.1 - Favorizarea întreținerii/ îmbunătățirii stării de sănătate și asigurarea evoluției armonioase a dezvoltării fizice, conform particularităților de vârstă și de sex

Obiective de referință	Exemple de activități de învățare
1.1. Sesizarea relațiilor dintre indicii morfologici și parametrii funcționali	<ul style="list-style-type: none"> • autoobservarea reacțiilor organismului la diferite tipuri de efort • sesizarea/ identificarea cauzelor care măresc sau limitează capacitatea de efort • compararea valorilor indicatorilor și parametrilor proprii cu datele din literatura de specialitate • exersarea unor programe individuale de dezvoltare fizică sau, după caz, de corectare a unor atitudini/ deficiențe fizice
1.2. Utilizarea exercițiilor fizice ca mijloace de relaxare și compensare fizică și psihică	<ul style="list-style-type: none"> • selectarea și exersarea conținuturilor preferate • organizarea de întreceri pe perechi/ echipe constituite spontan cu reguli autostabilite • integrarea în regimul de activitate zilnică și săptămânală a formelor de practicare a exercițiilor fizice, corespunzător interesului personal
1.3. Sesizarea eventualelor abateri de la raportul corect dintre înălțimea și greutatea corpului și acționarea, după caz, în vederea optimizării acestuia	<ul style="list-style-type: none"> • verificarea stării de funcționalitate a materialelor folosite în activitate • însușirea și aplicarea modalităților de utilizare optimă a aparatelor și instalațiilor sportive • aplicarea măsurilor de securitate și de igienă în exersare

O.C.2 - Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate favorabile integrării sociale

Obiective de referință	Exemple de activități de învățare
2.1. Integrarea activă și acționarea eficientă în echipe/ grupe constante sau stabilite spontan	<ul style="list-style-type: none"> • exersarea în cadrul echipei/ grupului, potrivit sarcinilor și regulilor stabilite • îndeplinirea de roluri de conducere și de subordonare • inițiative în conceperea de activități de exersare în regim de autoorganizare și autoconducere • implicarea în aplanarea/ rezolvarea situațiilor conflictuale
2.2. Manifestarea dorinței de afirmare și a capacității de apreciere obiectivă a rezultatelor proprii, în raport cu cele ale colegilor	<ul style="list-style-type: none"> • participarea sistematică în întreceri și concursuri • autoevaluarea obiectivă a randamentului propriu și a echipei din care face parte • compararea rezultatelor proprii cu cele ale colegilor și cu cerințele sistemului de evaluare

O.C.3 - Dezvoltarea capacității motrice generale

Obiective de referință	Exemple de activități de învățare
3.1. Acționarea independentă pentru menținerea și/ sau dezvoltarea capacității motrice generale	<ul style="list-style-type: none"> • executarea de exerciții analitice libere și cu obiecte • exersarea de complexe de dezvoltare fizică • efectuarea de complexe de exerciții recomandate pentru activitatea independentă • aprecierea nivelului propriu de dezvoltare a capacității motrice • acționarea pentru menținerea/ creșterea indicilor calităților motrice • aplicarea deprinderilor și priceperilor motrice însușite în trasee/ parcursuri aplicative și întreceri • efectuarea de circuite medii și lungi pentru dezvoltarea forței în regim de rezistență

O.C.4 - Asimilarea procedeelor tehnice de bază și a acțiunilor tactice individuale și colective elementare, necesare practicării în condiții regulamentare a unor discipline sportive, în școală și în afara acesteia

Obiective de referință	Exemple de activități de învățare
4.1. Folosirea oportună a procedeelor tehnice și a acțiunile tactice însușite, în condiții de întrecere/ concurs	<ul style="list-style-type: none">• exersarea de structuri tehnico-tactice cu conținuturi variate• crearea și rezolvarea de situații complexe în întreceri și concursuri
4.2. Aplicarea eficientă a cunoștințelor și deprinderilor însușite, în practicarea independentă/ autonomă a conținuturilor disciplinelor sportive	<ul style="list-style-type: none">• determinarea conținuturilor exersării independente, individual și în grup• autoorganizarea și autoconducerea exersării• autoevaluarea

CONȚINUTURI

O.C.1 - Favorizarea întreținerii/ îmbunătățirii stării de sănătate și asigurarea evoluției armonioase a dezvoltării fizice, conform particularităților de vârstă și de sex

O.R.1.1. Sesizarea relațiilor dintre indicii morfologici și parametrii funcționali

❖ **RELAȚIA DINTRE PARAMETRII MORFOLOGICI ȘI FUNCȚIONALI:**

- procedee de determinare a frecvenței cardiace și respiratorii, înainte și după desfășurarea efortului
- timpul de revenire după efort, indicator obiectiv al capacității funcționale
- perimetrele toracelui și elasticitatea acestuia, factori determinanți ai capacității de ventilație pulmonară
- cunoștințe teoretice despre:
 - anatomia și fiziologia efortului
 - efectele nocive ale curelor de slăbire intensivă

O.R.1.2. Utilizarea exercițiilor fizice ca mijloace de relaxare și compensare fizică și psihică

❖ **COMPENSAREA FIZICĂ ȘI PSIHICĂ A ELEVILOR:**

- variante de întreceri cu structuri motrice adaptate din diferite discipline sportive
- caracteristicile efectuării corecte a jogging-ului
- caracteristicile desfășurării corecte a activității într-o sală de fitness
- caracteristicile desfășurării corecte a activității într-o sală de gimnastică aerobică
- caracteristicile desfășurării activităților turistice
- cunoștințe teoretice despre regimul echilibrat de viață (zilnic și săptămânal)

O.R.1.3. Sesizarea eventualelor abateri de la raportul corect dintre înălțimea și greutatea corpului și acționarea, după caz, în vederea optimizării acestuia

❖ **SECURITATE ȘI IGIENĂ INDIVIDUALĂ:**

- caracteristicile echipamentului adecvat desfășurării activităților fizice
- modalități de verificare a funcționalității aparatului și materialelor didactice folosite în activitățile de educație fizică
- procedee de asigurare a condițiilor igienice specifice activităților de educație fizică
- cunoștințe teoretice despre acordarea primului ajutor în cazul accidentelor

O.C.2 - Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate favorabile integrării sociale

O.R.2.1. Integrarea activă și acționarea eficientă în echipe/ grupe constante sau stabile spontan

O.R.2.2. Manifestarea dorinței de afirmare și a capacității de apreciere obiectivă a rezultatelor proprii, în raport cu cele ale colegilor

❖ DEZVOLTAREA TRĂSĂTURILOR DE PERSONALITATE:

- criteriile echitabile de constituire a grupelor/echipelor în vederea participării la întreceri/ concursuri
- atribuțiile rolurilor de conducere îndeplinite de elevi
- variante de activități de exersare, în regim de autoorganizare și autoconducere
- soluții de aplanare/ rezolvare a situațiilor conflictuale care pot interveni pe parcursul desfășurării întrecerilor/ concursurilor
- criterii obiective de evaluare a rezultatelor obținute în exersare și în întreceri/ concursuri
- întreceri și concursuri individuale sau pe echipe, cu adversari stabiliți între elevi
- cunoștințe teoretice despre:
 - fair-play și formele sale de manifestare
 - olimpismul

O.C.3 - Dezvoltarea capacității motrice generale

O.R.3.1. Acționarea independentă pentru menținerea și/ sau dezvoltarea capacității motrice generale

❖ DEPRINDERI MOTRICE DE BAZĂ:

- acțiuni combinate: mers, alergare, săritură, aruncare, prindere

❖ DEPRINDERI UTILITAR-APLICATIVE:

- acțiuni combinate: cățărare, escaladare, tracțiune, împingere, târâre, transport de obiecte

❖ CALITĂȚI MOTRICE:

1. Viteza

- viteza de reacție și execuție în acțiuni motrice complexe
- viteza de deplasare pe distanțe progresive
- viteza de deplasare în condiții variate
- * viteza de reacție, execuție și deplasare în regim de îndemânare
- * viteza de deplasare în regim de rezistență

2. Îndemânarea

- orientarea corpului în spațiu și coordonarea mișcării segmentelor
- îndemânare specifică probelor și disciplinelor sportive predate
- echilibru

3. Forța

- forța dinamică segmentară
- detentă
- forța segmentară în regim de rezistență
- * forța specifică probelor și disciplinelor sportive predate

4. Rezistența

- rezistența cardio-respiratorie la eforturi aerobe
- rezistența cardio-respiratorie la eforturi mixte
- rezistența musculară locală;
- * rezistența specifică probelor și disciplinelor sportive predate.

5. Calități motrice combinate

- viteză-coordonare

O.C.4 - Asimilarea procedeelor tehnice de bază și a acțiunilor tactice individuale și colective elementare, necesare practicării în condiții regulamentare a unor discipline sportive, în școală și în afara acesteia

O.R.4.1. Folosirea oportună a procedeelor tehnice și a acțiunile tactice însușite, în condiții de întrecere/ concurs

O.R.4.2. Aplicarea eficientă a cunoștințelor și deprinderilor însușite, în practicarea independentă/ autonomă a conținuturilor disciplinelor sportive

❖ DISCIPLINE SPORTIVE:

A. ATLETISM

1. Alergări

- alergarea de viteză cu start de jos:
 - alergare de viteză cu start de jos pe distanțe între 10-60 m, sub formă de concurs
- alergarea de rezistență:
 - alergare de rezistență pe distanțe între 400-1000 m, sub formă de concurs
 - * *alergare pe teren variat*
- * *alergarea cu trecere peste obstacole:*
 - *atacul obstacolului*
 - *ritmul pașilor între obstacole*

2. Sărituri

- elemente din *școala săriturii*:
 - plurisalt
- săritura în lungime cu elan cu 1½ pași în aer:
 - etalonarea elanului
 - bătaia și desprinderea în zona precizată
 - zborul și aterizarea
- săritura în înălțime cu pășire:
 - etalonarea elanului
 - bătaia, desprinderea, zborul și aterizarea
- * *săritura în înălțime prin alte procedee*

3. Aruncări

- elemente din *școala aruncării*:
 - aruncări azvârlite și lansate cu o mână
 - * *aruncări lansate și împinse cu ambele brațe*
- aruncarea mingii de oină cu elan la distanță:
 - elanul
 - blocarea
 - mișcarea brațului
 - traiectoria optimă

4. Cunoștințe teoretice despre:

- arbitraj, organizare și conducere, în desfășurarea probelor din atletism

B. GIMNASTICĂ

1. GIMNASTICĂ ACROBATICĂ

- elemente acrobatic statice și dinamice:
 - înlănțuiri de elemente însușite în clasele anterioare și linii acrobatic
 - exercițiu acrobatic liber ales.

2. SĂRITURI LA APARATE

- săritura cu rostogolire înainte cu picioarele întinse pe lada de gimnastică
- săritura în sprijin depărtat peste capră

3. Cunoștințe teoretice despre:

- arbitraj, organizare și conducere, în desfășurarea concursurilor de gimnastică

C. JOCURI SPORTIVE

1. BASCHET

Anul III de instruire

- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de atac cunoscut
- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de apărare cunoscut
- variante de joc cu temă, de joc cu efectiv redus, pe teren redus
- integrarea acțiunilor tehnico-tactice în jocul bilateral, în condiții regulamentare
- cunoștințe teoretice despre arbitraj, organizare și conducere a jocului de baschet
- informații sportive

2. FOTBAL

Anul III de instruire

- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de atac cunoscut
- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de apărare cunoscut
- variante de joc cu temă, de joc cu efectiv redus, pe teren redus
- integrarea acțiunilor tehnico-tactice în jocul bilateral, în condiții regulamentare
- cunoștințe teoretice despre arbitraj, organizare și conducere a jocului de fotbal
- informații sportive

3. HANDBAL

Anul III de instruire

- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de atac cunoscut
- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de apărare cunoscut
- variante de joc cu temă, de joc cu efectiv redus, pe teren redus
- integrarea acțiunilor tehnico-tactice în jocul bilateral, în condiții regulamentare
- cunoștințe teoretice despre arbitraj, organizare și conducere a jocului de handbal
- informații sportive

4. OINĂ

Anul III de instruire

- acțiuni de joc la bătaie:
 - acțiuni de joc ce cuprind pase lungi de contraatac, dribling, finalizare servirea și bătaia mingii
 - alergare pe culoare
 - blocarea (oprirea) mingii
 - apărarea individuală și colectivă
 - intrarea în joc
- acțiuni de joc în teren:
 - prinderea și pasarea mingii în triunghi și pătrat
 - "țintirea" adversarului
 - așezarea pe posturi
- joc în pătrat
- integrarea acțiunilor tehnico-tactice în jocul bilateral
- cunoștințe teoretice despre arbitraj, organizare și conducere a jocului de oină
- informații sportive

5. VOLEI

Anul III de instruire

- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de atac cunoscut
- acțiuni tehnico-tactice specifice sistemului de apărare cunoscut
- variante de joc cu temă, de joc cu efectiv redus, pe teren redus
- integrarea acțiunilor tehnico-tactice în jocul bilateral, în condiții regulamentare
- cunoștințe teoretice despre arbitraj, organizare și conducere a jocului de volei
- informații sportive

D. DISCIPLINE SPORTIVE ALTERNATIVE

1. BADMINTON	10. PATINAJ PE GHEAȚĂ/PATINAJ CU ROLE
2. CICLOTURISM	11. SANIE (obișnuită sau de concurs)
3. DANS SPORTIV	12. SCHI ALPIN
4. DANS FOLCLORIC SPECIFIC ZONEI	13. SCHI FOND
5. ESCALADA PE PERETE ARTIFICIAL	14. SPORT AEROBIC
6. GIMNASTICĂ RITMICĂ	15. ȘAH
7. ÎNOT	16. TAG-RUGBY
8. KORFBALL	17. TENIS DE MASĂ
9. ORIENTARE SPORTIVĂ	18. TRÂNTA

NOTĂ: Așa cum este prevăzut în NOTA de PREZENTARE, disciplinele sportive alternative sunt predate pe perioade precizate, numai în situații speciale determinate de factorii de mediu și de baza tehnico-materială, cu condiția existenței materialelor didactice necesare pentru toți elevii clasei și abilitarea profesională a cadrului didactic în disciplina sportivă respectivă, cu aprobarea directorului unității de învățământ. Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei discipline sportive alternative se elaborează de către profesorul clasei și se avizează de către inspectorul școlar de specialitate.

STANDARDE CURRICULARE DE PERFORMANȚĂ

Obiective cadru	Standarde curriculare de performanță
O.C.1. Favorizarea întreținerii/îmbunătățirii stării de sănătate și asigurarea evoluției armonioase a dezvoltării fizice a elevilor conform particularităților de vârstă și de sex	S.C.P.1. Exprimarea reflexului de atitudine corporală corectă, globală și segmentară
O.C.2. Dezvoltarea trăsăturilor de personalitate favorabile integrării sociale	S.C.P.2. Respectarea prevederilor regulamentare și de comportament, pe parcursul desfășurării activităților sportive
O.C.3. Dezvoltarea componentelor capacității motrice generale a elevilor	S.C.P.3. Realizarea indicilor de dezvoltare a calităților motrice, la nivelul valorilor prevăzute de sistemul național de evaluare
	S.C.P.4. Folosirea eficientă a deprinderilor motrice de bază și aplicativ-utilitare însușite, în activități motrice variate
O.C.4. Asimilarea procedeelor tehnice de bază și a acțiunilor tactice individuale și colective elementare, necesare practicării în condiții regulamentare a unor discipline sportive, în școală și în afara acesteia.	S.C.P.5. Aplicarea cunoștințelor și procedeelor tehnico-tactice în practicarea activităților sportive

**NORMATIV
DE DOTARE MINIMALĂ/ UNITATE DE ÎNVĂȚĂMÂNT,
LA DISCIPLINA EDUCAȚIE FIZICĂ**

UNITĂȚI DE ÎNVĂȚĂMÂNT CU CLASELE V-VIII

Nr. crt.	Mijloace de învățământ	U.M.	Titluri	Cantitate/ Titlu
	APARATE, ECHIPAMENTE ȘI MATERIALE SPORTIVE			
1.	Bancă de gimnastică	Buc.	1	4
2.	Capră pentru sărituri	Buc.	1	1
3.	Ladă de gimnastică	Buc.	1	1
4.	Masă de tenis (palete și fileu)	Buc.	1	1
5.	Panouri de baschet cu stâlpi și inele	Buc.	1	2
6.	Poartă de handbal	Buc.	1	2
7.	Spalier	Buc.	1	6
8.	Stâlpi pentru volei	Set.	1	1
9.	Saltea	Buc.	1	8
10.	Trambulină dură	Buc.	1	2
11.	Instrumente de măsură - cronometru cu 10 timpi	Buc.	1	2
12.	Instrumente de măsură – ruletă de 10m	Buc.	1	2
13.	Joc de șah	Buc.	1	8
14.	Mingii pentru jocuri sportive - fotbal	Buc.	1	6
15.	Mingii pentru jocuri sportive - handbal	Buc.	1	6
16.	Mingii pentru jocuri sportive - volei	Buc.	1	6
17.	Mingii pentru jocuri sportive - baschet	Buc.	1	6
18.	Mingii de oină	Buc.	1	6
19.	Mingii medicinale - 1-2 kg	Buc.	1	6
20.	Plase pentru jocuri sportive - handbal	Per.	1	1
21.	Filee pentru jocuri sportive - volei	Buc.	1	1