

**CONCURSUL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR DECLARATE
VACANTE/REZERVATE ÎN UNITĂȚILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR
11 iulie 2018**

**Probă scrisă
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**

Varianta 3

- Toate subiectele sunt obligatorii. Se acordă 10 puncte din oficiu.
- Timpul de lucru efectiv este de 4 ore.

I TÊTEL (30 punct)

1. A szerep egy tevékenység irányításának a mértékét jellemzi a cél elérése érdekében. **15 pont**
- a. Határozzák meg a testnevelés szerepeit. 5 pont
 - b. Mutassák be a biológiai teljesítőképesség optimalizálásának a szerepét. 5 pont
 - c. Mutassák be a motrikus kapacitás tökéletesítésének a szerepét. 5 pont
2. A motrikus készségek a testnevelés és sport szerkezeti modelljének az alkotó elemei. **15 pont**
- a. Határozzák meg a motrikus készségeket. 3 pont
 - b. Mutassanak be a motrikus készségek jellemzői közül hármat. 6 pont
 - c. Osztályozzák a motrikus készségeket három különböző osztályozási kritérium szerint. 6 pont

II TÊTEL (30 punct)

1. A verbális módszerek hozzájárulnak a sajátos oktatási célkitűzések megvalósításához. **15 pont**
- a. Nevezzenek meg három verbális módszert, amelyeket a testnevelésben használnak. 3 pont
 - b. Mutassák be az a. pontnál felsorolt verbális módszereket. 12 pont
2. A lecke a testgyakorlatok végrehajtásának alapvető formája. **15 pont**
- a. Osztályozzák a testnevelés és sport leckét a motrikus készségek és/vagy jártasságok tanulási szakaszai szerint. 5 pont
 - b. Nevezék meg *A test szelektív befolyásolása az órára* láncszemének az időtartamát és három célkitűzését. 7 pont
 - c. Mutassák be az erő kifejtés dinamikáját a testnevelési lecke keretén belül. 3 pont

III TÊTEL (30 punct)

1. Alkossanak egy tizenkét gyakorlatból álló szabadon végzett gyakorlatsort a harmonikus fizikai fejlődés céljából. Minden gyakorlat leírásánál nevezék meg a motrikus cselekedetet és az adagolást, betartván a gyakorlatok módszertani egymásutánosságát a sorozaton belül. **15 pont**
2. Alkossanak egy lecketerv részt, egy tematikus láncszem részére, az gyorsasági futás rögzítése érdekében. A tervrész öt módszertanilag felsorolt gyakorlatot kell, tartalmazzon, amelyet a gyerekek ugyanabban az alakzatban hajtanak végre. Követni fogják: **15 pont**
- a. a gyakorlatok leírását 5 pont
 - b. az erő kifejtés adagolásának megjelölése 5 pont
 - c. az alakzatok megnevezése 2 pont
- Pontozzák a gyakorlatok módszertani egymásutánosságát a lecke rész keretén belül. 3 pont