

**EXAMENUL NAȚIONAL DE DEFINITIVARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT**

**18 iulie 2013**

**Probă scrisă  
Educație fizică**

**VARIANTA 3**

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

**I TÊTEL** (30 pont)

1. A testgyakorlat a testnevelés és a sportedzés sajátos alapeszköze. **15 pont**
- a. Határozzák meg a testgyakorlatot. 2 pont
- b. Mutassanak be ötöt a testgyakorlatok jellegzetességei közül. 10 pont
- c. Osztályozzák a testgyakorlatokat három különböző osztályozási kritérium szerint. 3 pont
2. A pubertás idején (10-14 év) a motricitás egyes az életkor által kiváltott jellegzetességeket mutat. **15 pont**
- a. Nevezzék meg a szomatikus fejlődés legfontosabb jellegzetességeit. 5 pont
- b. Mutassák be a funkcionális fejlődés legfontosabb jellegzetességeit. 5 pont
- c. Elemézzék a motrikus viselkedést. 5 pont

**II TÊTEL** (30 pont)

Dolgozzanak ki egy hat gyakorlatból álló szerkezetet, módszertanilag felsorolva, az állóképességi futás megtanítása érdekében. Minden gyakorlat leírásánál jelöljék meg:

- a. a motoros cselekedetet; 12 pont
- b. az erő kifejtés adagolását; 6 pont
- c. a munka közbeni felállást. 6 pont

**Jegyzet:** pontozzák a gyakorlatok módszertani felsorolását is a szerkezeten belül (6 pont).

**III TÊTEL** (30 pont)

A nevelési célok rendszere: osztályozás, nevelési eszmény, nevelési célok, operacionalizált célok, a műveltesítés eljárásai.