

**CONCURSUL NAȚIONAL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR
VACANTE/REZERVATE DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR
17 iulie 2024**

**Probă scrisă
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PROFESORI**

Varianta 3

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

I. TÊTEL (30 punct)

1. Vărsololanak a vizsgalapra a k vetkező k vetelm nyekre: **15 pont**
- a. Nevezzenek meg motrikus téren a testnevelés célkitűzései k z l hármat. 3 pont
 - b. Határozzák meg a motrikus kapacitást. 3 pont
 - c. Nevezzenek meg egy elméleti ismeret kategóriát, amelyet az oktatas i folyamat során adnak  t. 3 pont
 - d. Mutassák be a vezényszót, mint a lecke  r ny t s nak alkotóeleme. 3 pont
 - e. Eml tsenek meg egy célkitűzést a *Szervezet erőkifejtésre való felkészítése* láncszem számára. 3 pont
2. Az állóképesség egy alap motrikus képesség. **15 pont**
- a. Határozzák meg az állóképességet. 4 pont
 - b. Mutassák be az állóképesség megnyilvánulási formáit az energiát biztosító anyagcsere folyamatok krit rium  szerint. 8 pont
 - c. Nevezzenek meg az állóképességet feltételező pszichikai tényezők közül egyet. 3 pont

II. T TEL (30 punct)

1. Az iskolai képzés egy meghat ro t  tevékenység típus a motricit s terén, a pubertás (10-14  v) szakaszában. **14 pont**
- a. Mutassák be a szomatikus fejlődés jellegzetességeit a pubertás szakaszában. 5 pont
 - b. Mutassák be a funkcionális fejlődés jellegzetességeit a pubertás szakaszában. 5 pont
 - c. Mutassák be a motrikus viselkedést a pubertás szakaszában. 4 pont
2. A didaktikai tervezés a tanár módszertani gondolkodását tükrözi. **16 pont**
- a. Említsük meg a didaktikai tervezés 4 alapvető kérdését. 4 pont
 - b. Mutassák be a didaktikai tervezés minden szakaszának a megfelelő intézkedéseket. 12 pont

III. T TEL (30 punct)

1. Alkossanak egy lecketerv részt, egy tematikus láncszem részére a gyorsasági futás megtanítása céljából. A lecketerv rész kell tartalmazzon  t gyakorlatot, módszertanilag helyesen felsorolva, ugyanabban az alakzatban v grehajtv . Követni fogják: **15 pont**
- a. a gyakorlatok leírását; 5 pont
 - b. az erőkifejtés adagolását; 5 pont
 - c. a gyakorlatoknál használt alakzatot; 2 pont
 - d. a gyakorlatok helyes módszertani felsorolását. 3 pont
2. Alkossanak egy négy gyakorlatból álló sorozatot, az erő fejlesztésére, módszertanilag helyesen felsorolva, alkalmazva a körforgásos módszert. Követni fogják: **15 pont**
- a. a gyakorlatok leírását; 8 pont
 - b. az erőkifejtés adagolását; 4 pont
 - c. a gyakorlatok módszertani felsorolását. 3 pont