

**CONCURSUL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR DECLARATE
VACANTE/REZERVATE ÎN UNITĂȚILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR
iulie 2015**

**Probă scrisă
Educație fizică și sport**

MODEL

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

SUBIECTUL I (30 de puncte)

1. Coordonarea (îndemânarea) este una dintre calitățile motrice. **15 puncte**
 - a. Delimitați conceptual calitatea motrică coordonarea (îndemânarea). 5 puncte
 - b. Precizați cinci dintre factorii care condiționează coordonarea (îndemânarea). 10 puncte
2. Funcțiile educației fizice realizează o corespondență între practicarea exercițiilor fizice și efectul acestora în ansamblul vieții sociale. **15 puncte**
 - a. Delimitați conceptual funcțiile educației fizice. 3 puncte
 - b. Prezentați funcția de optimizare a potențialului biologic. 6 puncte
 - c. Prezentați funcția de perfecționare a capacității motrice. 6 puncte

SUBIECTUL al II-lea (30 de puncte)

1. Evaluarea în educație fizică permite constatarea nivelului de îndeplinire a obiectivelor propuse. **18 puncte**
 - a. Prezentați trei dintre tipurile de evaluare existente în educație fizică. 6 puncte
 - b. Descrieți cele trei funcții ale notării. 6 puncte
 - c. Enumerați șase dintre criteriile de evaluare utilizate în educație fizică. 6 puncte
 2. Lecția reprezintă forma organizatorică de bază în practicarea exercițiului fizic. **12 puncte**
- Clasificați lecțiile de educație fizică după șase criterii diferite. 12 puncte

SUBIECTUL al III-lea (30 de puncte)

1. Prezentați un complex pentru dezvoltare fizică armonioasă, format din zece exerciții, executate liber. În descrierea fiecărui exercițiu, menționați acțiunea motrică, dozarea, formația de lucru, respectând eșalonarea metodică a exercițiilor în complex. **10 puncte**
2. Elaborați o secvență de plan de lecție pentru o verigă tematică, destinată învățării săriturii în lungime cu 1 ½ pași la groapa cu nisip. În elaborare, se va urmări: **20 de puncte**
 - a. descrierea exercițiilor utilizate; 8 puncte
 - b. succesiunea metodică a exercițiilor; 4 puncte
 - c. precizarea dozării efortului; 4 puncte
 - d. menționarea formațiilor de lucru. 4 puncte