

**CONCURSUL NAȚIONAL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR
VACANTE/REZERVATE DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR
12 iulie 2023**

**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-ИЙ СЮЖЕТ (30 балів)

1. Фізичне виховання і спорт розглядаються як соціальні явища. **15 балів**
 - a. Визначте чотири загальні цілі фізичного виховання і спорту. 8 балів
 - b. Визначте три підсистеми фізичного виховання. 3 бали
 - c. Представте функцію підвищення моторної потужності. 4 бали
2. Основні поняття фізичного виховання і спорту представляють собою специфічну мову. **15 балів**
 - a. Подайте визначення фізкультурного виховання. 3 бали
 - b. Представте ті три складові елементи людської мобільності (руховий акт, рухова дія, рухова діяльність). 6 балів
 - c. Вкажіть три основні завдання для досягнення правильного і гармонійного фізичного розвитку у фізкультурному вихованні. 6 балів

II-ИЙ СЮЖЕТ (30 балів)

1. Рухові дії залучають до їх виконання всі рухові якості. **15 балів**
 - a. Згадайте три обумовлюючі фактори резистентності моторної якості. 3 бали
 - b. Визначте рухову якість-сила. 4 бали
 - c. Вкажіть чотири форми прояву рухової якості-швидкість. 4 бали
 - d. Представте методичні прийоми розвитку резистентної моторики на основі варіації об'єму фізичного навантаження. 4 бали
2. Урок фізкультури є основною організаційною формою в практиці фізичних вправ. **15 балів**
 - a. Представте динаміку зусиль в перших трьох ланках уроку. 3 бали
 - b. Класифікуйте уроки фізкультури за етапами формування рухових якостей. 5 балів
 - c. Вкажіть дві причини організаційного характеру, що визначають низьку щільність фізкультури. 4 бали
 - d. Представте другий етап дидактичного проектування. 3 бали

III-ИЙ СЮЖЕТ (30 балів)

1. Створіть систему із семи методичних шахових вправ для навчання стрибків з перекидом в перед на гімнастичній коробці, розміщеній уздовж, однаковий робочий склад. Будете слідувати: **18 балів**
 - a. опис кожної вправи; 7 балів
 - b. визначення дозування зусиль для кожної вправи; 7 балів
 - c. згадку формування роботи; 2 бали
 - d. методична поетапність вправ в системі. 2 бали
2. Створіть структуру з чотирьох методичних шахових вправ для навчання виконання ударів з розмахом, та сама формація роботи. Будете слідувати: **12 балів**
 - a. опис кожної вправи; 4 бали
 - b. визначення дозування зусиль для кожної вправи; 4 бали
 - c. згадку про формації роботи; 2 бали
 - d. методичне оцінювання вправ за структурою. 2 бали