

**MINISTERUL EDUCAȚIEI
CENTRUL NAȚIONAL DE POLITICI ȘI EVALUARE
ÎN EDUCAȚIE**

**EXAMENUL NAȚIONAL
PENTRU DEFINITIVARE ÎN
ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR**

P R O G R A M A

PENTRU

**EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PROFESORI**

- București -

2023

A. NOTA DE PREZENTARE

Programa pentru Educație fizică și sport - profesori se adresează profesorilor care îndeplinesc condițiile legale pentru susținerea Examenului național de definitivare în învățământ.

Conținutul și structura programei sunt elaborate în așa fel încât să răspundă schimbărilor care accentuează importanța formării competențelor specifice domeniului și se caracterizează prin următoarele dimensiuni:

- reconsiderarea rolului elevului, în calitate de beneficiar al educației;
- învățarea prin rezolvarea de probleme, stimularea gândirii creative;
- tendința de prospectare, anticipare, reconstrucție a structurilor de învățare;
- preponderența experiențelor interactive, care generează învățare în profunzime: predare-învățare cooperantă, activități bazate pe experiență de viață, confruntări de opinii, modele acționale;
- reconstrucția spațiului școlar în vederea favorizării interacțiunilor, a cooperării, a schimbului de experiențe, a exprimării opiniilor și a exersării colaborative.

Astfel, examenul de definitivare în învățământul preuniversitar vizează evaluarea atingerii unui nivel corespunzător al pregătirii teoretice de specialitate, al abilității de construire a unui demers didactic creativ, diferențiat, adaptat specificului disciplinei, dar și particularităților diferitelor forme de învățământ, profiluri și specializări unde se predă educație fizică și sport.

Programa pentru Examenului național de definitivare în învățământ la disciplina Educație fizică și sport permite, prin structura sa, evaluarea competențelor candidaților, din perspectiva cunoașterii și aplicării creative și moderne a conținuturilor științifice, precum și a utilizării adecvate a noțiunilor de didactică în demersul complex de predare – învățare - evaluare.

Profesorul de educație fizică și sport trebuie să demonstreze o serie de abilități și competențe pe plan profesional (al specialității), pe plan didactic și social, și să dovedească în cursul evaluării prin Examenul național de definitivare în învățământ, nu numai nivelul atingerii competențelor vizate, cât și capacitatea sa de a asigura funcțional interdependența acestora.

B. COMPETENȚELE PROFESORULUI DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

1. Analizarea și utilizarea conținuturilor științifice provenite din teoria și din didactica disciplinei Educație fizică și sport.
2. Identificarea locului, rolului și importanței disciplinei Educație fizică și sport.
3. Aplicarea prevederilor documentelor școlare reglatoare în activitatea specifică disciplinei Educație fizică și sport.
4. Respectare principiilor didacticii specifice Educației fizice și sportului.
5. Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, gen, nivel de pregătire ale elevilor și la condițiile materiale.
6. Organizarea și conducerea procesului de instruire la disciplina Educație fizică și sport.
7. Realizarea documentelor de proiectare didactică, în acord cu cerințele specifice disciplinei Educație fizică și sport.
8. Elaborarea programelor și dezvoltarea activităților didactice în cadrul curriculumului la decizia școlii, activități curriculare și extracurriculare;
9. Aplicarea criteriilor și probelor de evaluare la disciplina Educație fizică și sport.

C. CONȚINUTURILE PROGRAMEI

C.I. TEMATICA ȘTIINȚIFICĂ - TEORIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI

1. Concepte și noțiuni fundamentale în educație fizică și sport.
2. Funcțiile educației fizice și sportului.
3. Calitățile motrice, deprinderile și priceperile motrice.
4. Exercițiul fizic – mijlocul specific de bază în educație fizică și sport.
5. Motricitatea la diferite vârste; stadiile dezvoltării motrice; aspecte psihogenetice și psihodinamice ale dezvoltării motrice.
6. Efortul în lecția de educație fizică și sport.
7. Sistemul de educație fizică și sport din România.
8. Acțiunile profesorului în lecția de educație fizică și sport.
9. Lecția de educație fizică și sport.
10. Principiile didactice specifice educației fizice și sportului.
11. Metodele de instruire în educație fizică și sport.
12. Proiectarea activității didactice.
13. Evidența în educație fizică și sport.
14. Evaluarea la disciplina Educație fizică și sport.

C.II. TEMATICA PENTRU METODICA PREDĂRII – DIDACTICA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI

1. Programele pentru disciplina Educație fizică și sport.
2. Metodica dezvoltării calităților motrice în lecția de educație fizică.
3. Alcătuirea complexelor de influențare selectivă a aparatului locomotor, pentru diferite cicluri de învățământ.
4. Metodica predării disciplinelor sportive prevăzute de programele școlare.
5. Modalități de dirijare a efortului în lecția de educație fizică.
6. Particularitățile utilizării metodelor verbale, intuitive și practice în predarea conținuturilor specifice disciplinei Educație fizică și sport, pentru diferite cicluri de învățământ.
7. Modalități de optimizare a densității motrice în lecția de educație fizică, la diferite cicluri de învățământ.
8. Elaborarea documentelor de proiectare didactică în educație fizică și sport.
9. Metodologia evaluării la diferite cicluri de învățământ.
10. Particularități privind respectarea principiilor specifice educației fizice și sportului pentru diferite cicluri de învățământ.
11. Criterii de stabilire a structurilor motrice pentru evaluarea nivelului de instruire în gimnastică și jocuri sportive.

D. BIBLIOGRAFIE

1. Barbu, C., Stoica M., (2000), *Metodica predării exercițiilor de atletism în lecția de educație fizică*, Editura Printech, București.
2. Cătăneanu, S.M., Ungureanu, A., (2011), *Educație fizică și sportivă școlară – Teoria și metodica predării*, Editura Universitaria, Craiova.
3. Cârstea, Gh., (1993), *Teoria și metodica educației fizice și sportului*, Editura Universul, București.
4. Cârstea, Gh., (1999), *Educație fizică – fundamente teoretice și metodice*, Casa de editură Petru Maior, București.
5. Cârstea, Gh., (2000), *Teoria și metodica educației fizice și sportului*, Editura AN-DA, București.
6. Croitoru, D., Șerban, M., (2002), *Volei în școală*, Editura Semne, București.
7. Dina, G., (2012), *Volei în școală*, Editura SITECH, Craiova.

8. Dragnea, A., (coord.), (2002), *Teoria educației fizice și sportului*, Editura FEST, București.
9. Dragnea, A., (coord.), (2006), *Educație fizică și sport – teorie și didactică*, Editura FEST, București.
10. Dragnea, A., Bota, A., (1999), *Teoria activităților motrice*, Editura Didactică și Pedagogică, București.
11. Dragomir, P., Scarlat, E., (2004), *Educația fizică – repere noi, mutații necesare*, Editura Didactică și Pedagogică, București.
12. Epuran, M., Stănescu, M., (2013), *Învățarea motrică – aplicații în activități corporale*, Editura Discobolul, București.
13. Ghervan, P., (2014), *Metodica handbalului în liceu*, Editura Universității din Suceava.
14. Grigore, V., (2003), *Gimnastica. Manual pentru cursul de bază*, Editura Bren, București.
15. Grigore, V., Niculescu, G., (2004), *Gimnastica acrobatică. Elemente și modele*, Editura Bren, București.
16. Grigore, G., Dințică, G., (2011), *Metodica dezvoltării calităților motrice la copiii de 7 – 11 ani*, Editura Discobolul, București.
17. Hantău, C., (2000), *Handbal*, Editura Alpha, Buzău.
18. Hidi, I., Dina, L., Corlaci, I., (2010), *Metodica dezvoltării fizice armonioase*, Editura Discobolul, București.
19. Ivan, C., Stoica, M., Ciobanu, C., (2010), *Metodica formării deprinderilor motrice de bază*, Editura Discobolul, București.
20. Moanță, A., (2005), *Baschet – metodică*, Editura Alpha, Buzău.
21. Monea, G., Sabău, E., (2007), *Atletism – tehnica și metodică probelor*, Editura Bren, București.
22. Negulescu, I., (2000), *Handbal, tehnica jocului*, București.
23. Orășnescu, C., (2006), *Handbal. Instruirea tehnico - tactică de bază*, Editura Universitaria, Craiova.
24. Orășnescu, D., (2008), *Mijloacele gimnasticii de bază*, Editura Universitaria, Craiova.
25. Popescu, G., (2005), *Gimnastica: pregătirii, educării, dezvoltării fizice generale*, Editura Elisavaros, București.

26. Predescu, T., Moanță, A., (2001), *Baschetul în școală. Instruire – învățare*, Editura Semne, București.
27. *Programele școlare pentru educație fizică și sport (în vigoare)*.
28. Rață, G., (2008), *Didactica educației fizice și sportului*, Editura Pim, Iași.
29. *Reperete metodologice pentru aplicarea curriculumului la clasa a IX-a, a X-a, a XI-a, a XII-a (în vigoare)*.
30. Rinderu, I., Dragomir, M., Albină, A., (2003), *Atletism*, Editura Universitaria Craiova.
31. *Sistemul național școlar de evaluare la educație fizică și sport, (1999), București*.
32. Stănescu, M., (2012), *Didactica educației fizice*, Editura Universitară, București.
33. Șerbănoiu, S., (2004), *Metodica educației fizice*, Editura Cartea Universitară, București.
34. Teodorescu, S., Bota, A., (2011), *Orientări actuale în predarea educației fizice în învățământul primar*, Editura Discobolul, București.
35. Tudor, V., (2001), *Evaluarea în educație fizică*, Editura Printech, București.