

Educație fizică și sportivă

Concursul va consta în competiția de volei, echipă mixtă, formată din maxim 7 elevi, din care minim 3 fete. Se acceptă o echipă pentru fiecare liceu. Pentru organizarea competiției va fi necesară participarea a minimum 4 echipe. Sistemul competițional (eliminativ, turneu sau mixt) va fi decis în funcție de numărul echipelor înscrise. Pentru echipa clasată pe locul 1, ierarhizarea componentilor se va face utilizând întrebări din tematica disciplinei **Pregătire teoretică sportivă**, clasa a XI-a.

Tematică – Pregătire teoretică sportivă clasa a XI-a

1. România la Jocurile Olimpice
2. Mijloace de informare din domeniul sportiv
3. Conținutul antrenamentului sportiv
4. Selecția în sport
5. Jurnalul de autocontrol
6. Metode și tehnici de determinare a rezistenței aerobe
7. România în competițiile sportive internaționale

Bibliografie: Pregătire sportivă teoretică : manual pentru clasa a. XI-a / Adrian Dragnea, Alin Cătălin Păunescu, Virgil Tudor, Magda Morenciu, Editura CD PRESS, București, 2011.