

**CONCURSUL NAȚIONAL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR
VACANTE/REZERVATE DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR
21 iulie 2021**

**Probă scrisă
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PROFESORI**

BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE

Model

- Se punctează orice modalitate de rezolvare corectă a cerințelor.
- Nu se acordă punctaje intermediare, altele decât cele precizate explicit în barem. Nu se acordă fracțiuni de punct.
- Se acordă zece puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea la zece a punctajului total acordat pentru lucrare.

SUBIECTUL I (30 de puncte)

1. Forța. 15 puncte

a. Definirea calității motrice forța. 3 puncte

Se acordă **3 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

b. Prezentarea a trei forme de manifestare ale forței, în funcție de caracterul contracției musculare. 6 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a oricăror trei forme de manifestare. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(3 x 2 puncte = 6 puncte)

c. Specificarea a șase factori de condiționare ai forței. 6 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru specificarea corectă și completă a oricăror șase factori de condiționare. (6 x 1 punct = 6 puncte)

2. Exercițiul fizic. 15 puncte

a. Definirea exercițiului fizic. 3 puncte

Se acordă **3 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

b. Prezentarea conținutului și formei exercițiului fizic. 6 puncte

Se acordă **6 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a conținutului și formei exercițiului fizic. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

c. Clasificarea exercițiilor fizice, în funcție de trei criterii de clasificare diferite. 6 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru clasificarea corectă și completă a exercițiilor fizice în funcție de oricare trei criterii. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(3 x 2 puncte = 6 puncte)

SUBIECTUL al II-lea (30 de puncte)

1. Principiile de instruire. 15 puncte

a. Precizarea importanței principiului sistematizării și continuității în procesul de instruire. 4 puncte

Se acordă **4 puncte** pentru răspuns corect și complet. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

b. Detalierea uneia dintre metodele clasice de instruire folosite în cadrul aplicării principiului intuiției în procesul de instruire. 5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru detalierea corectă și completă a oricărei metode clasice de instruire folosite în cadrul aplicării principiului intuiției. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

c. Prezentarea a două dintre cerințele ce trebuie respectate în aplicarea principiului accesibilității. 6 puncte

Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a oricăror două cerințe. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (2 x 3 puncte = 6 puncte)

2. Motricitatea. 15 puncte

a. Definirea motricității. 3 puncte

Se acordă **3 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

b. Prezentarea celor trei elemente componente/de structură ale motricității. 9 puncte

Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui element. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (3 x 3 puncte = 9 puncte)

c. Exemplificarea pentru fiecare element component al motricității. 3 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru oricare exemplu corect dat. (3 x 1 punct = 3 puncte)

SUBIECTUL al III-lea (30 de puncte)

1. Crearea unei structuri de cinci exerciții, eșalonate metodic, pentru învățarea alergării de rezistență. 18 puncte

a. Precizarea acțiunii motrice aferente fiecărui exercițiu. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a acțiunii motrice aferente fiecărui exercițiu. (5 x 1 punct = 5 puncte)

b. Precizarea dozării efortului aferente fiecărui exercițiu. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului aferente fiecărui exercițiu. (5 x 1 punct = 5 puncte)

c. Precizarea formației de lucru aferente fiecărui exercițiu. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a fiecărei formații de lucru aferente fiecărui exercițiu. (5 x 1 punct = 5 puncte)

Se acordă **3 puncte** pentru succesiunea metodică corectă a exercițiilor în structură.

2. Crearea unei secvențe de proiect didactic pentru o verigă tematică, destinată dezvoltării capacității coordinative - îndemânarea (clasa la alegere, condiții materiale optime), care să cuprindă cinci exerciții. 12 puncte

a. Descrierea exercițiilor. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru descrierea corectă și completă a fiecărui exercițiu.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

b. Precizarea dozării efortului. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului aferente fiecărui exercițiu. (5 x 1 punct = 5 puncte)

c. Specificarea formațiilor de lucru. 2 puncte

Se acordă **2 puncte** pentru specificarea corectă a formațiilor de lucru. Pentru răspuns parțial corect, se acordă **1 punct**.