

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

**Probă scrisă
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PROFESORI**

BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE

Varianta 3

- 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. Educația fizică și sportul - fenomene sociale. 15 puncte**
a. Precizarea a patru obiective generale ale educației fizice și sportului. 8 puncte
Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăror patru obiective generale ale educației fizice și sportului. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(4 x 2 puncte = 8 puncte)
b. Menționarea a trei subsisteme ale educației fizice. 3 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă și completă a oricăror trei subsisteme ale educației fizice.
(3 x 1 punct = 3 puncte)
c. Prezentarea funcției de perfecționare a capacității motrice. 4 puncte
Se acordă **4 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a funcției de perfecționare a capacității motrice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.
- 2. Noțiuni fundamentale. 15 puncte**
a. Definirea educației fizice. 3 puncte
Se acordă **3 puncte** pentru definirea corectă și completă a educației fizice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
b. Prezentarea elementelor motricității. 6 puncte
Se acordă **câte 2 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui element component al motricității. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(3 x 2 puncte = 6 puncte)
c. Precizarea a trei obiective principale ale dezvoltării fizice armonioase. 6 puncte
Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăror trei obiective principale pentru realizarea unei dezvoltări fizice corecte și armonioase în educație fizică. 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. Calități motrice. 15 puncte**
a. Menționarea a trei factori de condiționare a calității motrice rezistența. 3 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă și completă a oricăror trei factori de condiționare a calității motrice rezistența.
(3 x 1 punct = 3 puncte)
b. Definirea calității motrice forța. 4 puncte
Se acordă **4 puncte** pentru definirea corectă și completă a calității motrice forța. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.
c. Specificarea a patru forme de manifestare a calității motrice viteza. 4 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru specificarea corectă și completă a oricăror patru forme de manifestare a vitezei.
(4 x 1 punct = 4 puncte)
d. Prezentarea procedeelelor metodice de dezvoltare a rezistenței, bazate pe variația volumului efortului. 4 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui procedeu metodic de dezvoltare a calității motrice rezistență, bazate pe variația volumului efortului. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(2 x 2 puncte = 4 puncte)

2. Lecția de educație fizică.

15 puncte

a. Prezentarea dinamicii efortului în primele trei verigi ale lecției.

3 puncte

Se acordă **3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a dinamicii efortului în primele trei verigi ale lecției. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

b. Clasificarea lecțiilor de educație fizică în funcție de etapele formării deprinderilor motrice.

5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru clasificarea corectă și completă a fiecărei lecții de educație fizică în funcție de etapele formării deprinderilor motrice.
(5 x 1 punct = 5 puncte)

c. Specificarea a două cauze de natură organizatorică care determină o densitate slabă a lecției.

4 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru specificarea corectă și completă a oricăror două cauze de natură organizatorică care determină o densitate slabă.
(2 x 2 puncte = 4 puncte)

d. Prezentarea etapei a doua a proiectării didactice.

3 puncte

Se acordă **3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a etapei a doua a proiectării didactice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

SUBIECTUL al III-lea

(30 de puncte)

1. Crearea unui sistem de șapte exerciții pentru învățarea săriturii cu rostogolire înainte pe lada de gimnastică așezată longitudinal, aceeași formație de lucru.

18 puncte

a. Descrierea fiecărui exercițiu.

7 puncte

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

(7 x 1 punct = 7 puncte)

b. Precizarea dozării efortului pentru fiecare exercițiu.

7 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului pentru fiecare exercițiu.

(7 x 1 punct = 7 puncte)

c. Menționarea formației de lucru.

2 puncte

Se acordă **2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a formației de lucru.

d. Eșalonarea metodică a exercițiilor în sistem.

2 puncte

Se acordă **2 puncte** pentru eșalonarea metodică corectă a exercițiilor în sistem.

2. Crearea unei structuri de patru exerciții, eșalonate metodic pentru învățarea bății la săritura în lungime cu elan, aceeași formație de lucru.

12 puncte

a. Descrierea fiecărui exercițiu.

4 puncte

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

(4 x 1 punct = 4 puncte)

b. Precizarea dozării efortului pentru fiecare exercițiu.

4 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului pentru fiecare exercițiu.

(4 x 1 punct = 4 puncte)

c. Menționarea formației de lucru.

2 puncte

Se acordă **2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a formației de lucru.

d. Eșalonarea metodică a exercițiilor în structură.

2 puncte

Se acordă **2 puncte** pentru eșalonarea metodică corectă a exercițiilor în structură.