

**CONCURSUL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR DECLARATE  
VACANTE/REZERVATE ÎN UNITĂȚILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR**

2020

**Probă scrisă  
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**

**BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE**

**MODEL**

- Se punctează orice modalitate de rezolvare corectă a cerințelor.
- Nu se acordă fracțiuni de punct. Nu se acordă punctaje intermediare, altele decât cele precizate explicit în barem.
- Se acordă 10 puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea la 10 a punctajului total obținut pentru lucrare.

**SUBIECTUL I**

**(30 de puncte)**

- 1. Noțiunile fundamentale. 15 puncte**
- a. Definiția educației fizice. 2 puncte**  
Se acordă **2 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- b. Prezentarea celor trei elemente ale motricității. 6 puncte**  
Se acordă **câte 2 puncte** pentru specificarea corectă și completă a fiecărui element al motricității.  
(2 x 2 puncte = 4 puncte)
- c. Scrierea a trei clasificări diferite ale sporturilor. 3 puncte**  
Se acordă **câte 1 punct** pentru scrierea corectă și completă a oricăror trei clasificări diferite ale sporturilor.  
(3 x 1 punct = 3 puncte)
- d. Prezentarea tipologiei capacității motrice. 4 puncte**  
Se acordă **câte 2 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui tip de capacitate motrică. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.  
(2 x 2 puncte = 4 puncte)
- 2. Priceperile motrice. 15 puncte**
- a. Definiția priceperilor motrice. 4 puncte**  
Se acordă **4 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.
- b. Menționați cinci caracteristici ale priceperilor motrice. 5 puncte**  
Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă și completă a oricăror cinci caracteristici ale priceperilor motrice.  
(5 x 1 punct = 5 puncte)
- c. Prezentați tipologia priceperilor motrice. 6 puncte**  
Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui tip de priceperi motrice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.  
(2 x 3 puncte = 6 puncte)

**SUBIECTUL al II-lea**

**(30 de puncte)**

- 1. Calitățile motrice. 15 puncte**
- a. Definiția calității motrice viteza. 2 puncte**  
Se acordă **2 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

- b.** Prezentarea a trei forme de manifestare a calității motrice rezistența. 3 puncte  
Se acordă **câte 1 punct** pentru prezentarea corectă și completă a oricăror trei forme de manifestare a calității motrice rezistența. (3 x 1 punct = 3 puncte)
- c.** Specificarea a cinci factori de condiționare a calității motrice forța. 5 puncte  
Se acordă **câte 1 punct** pentru specificarea corectă și completă a oricăror cinci factori de condiționare a calității motrice forța. (5 x 1 punct = 5 puncte)
- d.** Precizarea a cinci factori de condiționare a calității motrice îndemânarea. 5 puncte  
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a oricăror cinci factori de condiționare a calității motrice îndemânarea. (5 x 1 punct = 5 puncte)
- 2.** Principiul sistematizării și continuității. 15 puncte
- a.** Menționarea aspectelor generale ale acestui principiu. 3 puncte  
Se acordă **3 puncte** pentru menționarea corectă și completă a aspectelor generale ale acestui principiu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- b.** Prezentarea celor patru cerințe evidențiate în respectarea acestui principiu. 12 puncte  
Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărei cerințe evidențiate în respectarea acestui principiu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (4 x 3 puncte = 12 puncte)

**SUBIECTUL al III-lea**

**(30 de puncte)**

- 1.** Crearea unui complex pentru dezvoltare fizică armonioasă, format din douăsprezece exerciții executate în perechi. 15 puncte  
Se acordă **câte 1 punct** pentru descrierea corectă și completă a fiecărui exercițiu (acțiune motrică și dozare). (12 x 1 punct = 12 puncte)  
Se acordă **3 puncte** pentru eșalonarea corectă a exercițiilor în complex.
- 2.** Scrierea a cinci exerciții pentru dezvoltarea forței membrilor superioare. 15 puncte
- a.** Descrierea acțiunii motrice. 10 puncte  
Se acordă **câte 2 puncte** pentru descrierea corectă și completă a acțiunii motrice pentru fiecare exercițiu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (5 x 2 puncte = 10 puncte)
- b.** Precizarea dozării efortului. 5 puncte  
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului pentru fiecare exercițiu. (5 x 1 punct = 5 puncte)