

**CONCURSUL NAȚIONAL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR
VACANTE/REZERVATE DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR
iulie 2025**

**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. (5 x 3 puncte = 15 puncte)

Se acordă **câte 3 puncte** pentru fiecare răspuns corect, după cum urmează:

- a.** Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a oricăror trei obiective ale educației fizice în plan motric. (3 x 1 punct = 3 puncte)
- b.** Se acordă **3 puncte** pentru definirea corectă și completă a capacității motrice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. 3 puncte
- c.** Se acordă **3 puncte** pentru precizarea corectă a oricărei categorii de cunoștințe teoretice. 3 puncte
- d.** Se acordă **3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a comenzii. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. 3 puncte
- e.** Se acordă **3 puncte** pentru menționarea corectă și completă a oricărui obiectiv al verigii *Pregătirea organismului pentru efort*. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. 3 puncte

2. Rezistența.

15 puncte

- a.** Definirea calității motrice rezistența. 4 puncte

Se acordă **4 puncte** pentru definirea corectă și completă a calității motrice rezistența. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

- b.** Prezentarea formelor de manifestare a rezistenței, după criteriul proceselor metabolice care furnizează energia. 8 puncte

Se acordă **câte 4 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărei forme de manifestare a rezistenței, după criteriul proceselor metabolice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 2 puncte**. (2 x 4 puncte = 8 puncte)

- c.** Specificarea unuia dintre factorii psihici de condiționare a rezistenței. 3 puncte

Se acordă **3 puncte** pentru specificarea corectă a oricărui factor psihic de condiționare a rezistenței.

SUBIECTUL al II-lea (30 de puncte)

1. Motricitatea în etapa pubertară (10-14 ani). 14 puncte

- a.** Prezentarea caracteristicilor dezvoltării somatice în etapa pubertară. 5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a caracteristicilor dezvoltării somatice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

- b.** Prezentarea caracteristicilor dezvoltării funcționale în etapa pubertară. 5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a caracteristicilor dezvoltării funcționale. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

- c.** Descrierea comportamentului motric în etapa pubertară. 4 puncte

Se acordă **4 puncte** pentru descrierea corectă și completă a comportamentului motric. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

- 2. Proiectarea didactică. 16 puncte**
- a.** Precizarea celor patru întrebări reper ale proiectării didactice. 4 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a fiecărei întrebări reper.
(4 x 1 punct = 4 puncte)
- b.** Prezentarea operațiilor corespunzătoare fiecărei etape. 12 puncte
Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a operațiilor corespunzătoare fiecărei etape. 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 unei secvențe de proiect didactic pentru o verigă tematică destinată învățării alergării de viteză, care să cuprindă cinci exerciții eșalonate metodic și desfășurate în aceeași formație de lucru. 15 puncte**
- a.** Descrierea exercițiilor. 5 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru descrierea corectă și completă a exercițiilor.
(5 x 1 punct = 5 puncte)
- b.** Precizarea dozării efortului. 5 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a dozării efortului pentru fiecare exercițiu.
(5 x 1 punct = 5 puncte)
- c.** Specificarea formației de lucru. 2 puncte
Se acordă **2 puncte** pentru specificarea corectă a formației de lucru.
- d.** Eșalonarea metodică a exercițiilor. 3 puncte
Se acordă **3 puncte** pentru eșalonarea corectă a exercițiilor.
- 2. Crearea unui circuit pentru dezvoltarea forței, format din patru stații, eșalonate metodic. 15 puncte**
- a.** Descrierea exercițiilor. 8 puncte
Se acordă **câte 2 puncte** pentru descrierea corectă și completă a exercițiilor.
(4 x 2 puncte = 8 puncte)
- b.** Precizarea dozării efortului. 4 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a dozării efortului. (4 x 1 punct = 4 puncte)
- c.** Eșalonarea metodică. 3 puncte
Se acordă **3 puncte** pentru eșalonarea metodică corectă a stațiilor în circuit.