CONCURS NAȚIONAL PENTRU OCUPAREA POSTURILOR DIDACTICE DECLARATE VACANTE TITULARIZABILE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR
16 iulie 2008

Proba scrisă la EDUCAȚIE FIZICĂ ŞI SPORT
- PROFESORI I ŞI PROFESORI II - **Varianta 5**

- **Toate subiectele sunt obligatorii. Se acordă 10 puncte din oficiu.**
- **Timpul efectiv de lucru este de 4 ore.**

SUBIECTUL I (60 de puncte)

1. Metodele verbale contribuie la realizarea obiectivelor specifice de instruire. **20 de puncte**
a. Enumerați cele patru metode verbale utilizate în educația fizică. 4 puncte
b. Prezentați fiecare dintre aceste metode. 16 puncte

2. Forța este una dintre calitățile motrice, al cărei nivel se modifică pe parcursul vieții, după o dinamică dependentă de mai mulți factori. **20 de puncte**
a. Delimitați conceptual calitatea motrică forța. 2 puncte
b. Clasificați formele de manifestare a forței, în funcție de trei criterii. 6 puncte
c. Precizați şase factori de condiționare a forței. 12 puncte

3. Funcțiile educației fizice realizează o corespondență între practicarea exercițiilor fizice şi efectul acestora în ansamblul vieții sociale. **20 de puncte**
a. Delimitați conceptual funcțiile educației fizice. 4 puncte
b. Prezentați funcția de optimizare a potențialului biologic. 8 puncte
c. Prezentați funcția de perfecționare a capacității motrice. 8 puncte

SUBIECTUL II (30 de puncte)

1. Alcătuiți un sistem de opt exerciții, eşalonate metodic, pentru învățarea aruncării mingii de oină. În descrierea exercițiilor, menționați: acțiunea motrică; dozarea; formațiile de lucru. **10 puncte**

2. Elaborați un complex de gimnastică pentru dezvoltare fizică armonioasă, format din opt exerciții, eşalonate metodic, executate cu banca de gimnastică. În descrierea exercițiilor, menționați: acțiunea motrică; dozarea; formațiile de lucru. **10 puncte**

3. Elaborați o structură de şapte exerciții, eşalonate metodic, pentru însuşirea unui procedeu tehnic de atac, dintr-un joc sportiv la alegere. În descrierea exercițiilor, menționați: acțiunea motrică; dozarea; formațiile de lucru. **10 puncte**

CONCURS NAȚIONAL PENTRU OCUPAREA POSTURILOR DIDACTICE DECLARATE VACANTE TITULARIZABILE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR
16 iulie 2008

Proba scrisă la EDUCAȚIE FIZICĂ ŞI SPORT
-PROFESORI I ŞI PROFESORI II- **Varianta 5**
BAREM DE CORECTARE ŞI DE NOTARE

- **Nu se acordă punctaje intermediare, altele decât cele precizate explicit prin barem.**
- **Se vor puncta orice formulări şi modalități de rezolvare corectă a cerințelor, în acord cu ideile precizate în barem.**

SUBIECTUL I **(60 de puncte)**

1. Metodele verbale. **20 de puncte**

a. Enumerarea celor patru metode verbale utilizate în educația fizică. 4 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru enumerarea corectă şi completă a fiecărei metode verbale.
(4 x 1 punct = 4 puncte)

b. Prezentarea fiecăreia dintre aceste metode. 16 puncte
Se acordă **câte 4 puncte** pentru prezentarea corectă şi completă a fiecărei metode. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 2 puncte**. (4 x 4 puncte = 16 puncte)

2. Forța. **20 de puncte**

a. Delimitarea conceptuală a calității motrice forța. 2 puncte
Se acordă **2 puncte** pentru definiție corectă şi completă.
Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

b. Clasificarea formelor de manifestare a forței, în funcție de trei criterii. 6 puncte
Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă şi completă a fiecăreia dintre cele trei clasificări. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(3 x 2 puncte = 6 puncte)

c. Precizarea a şase factori de condiționare a forței. 12 puncte
Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă şi completă a oricăror şase factori. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (6 x 2 puncte = 12 puncte)

3. Funcțiile educației fizice. **20 de puncte**

a. Delimitarea conceptuală a funcțiilor educației fizice. 4 puncte
Se acordă **4 puncte** pentru definiție corectă şi completă.
Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

b. Prezentarea funcției de optimizare a potențialului biologic. 8 puncte
Se acordă **8 puncte** pentru răspuns corect şi complet.
Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

c. Prezentarea funcției de perfecționare a capacității motrice. 8 puncte
Se acordă **8 puncte** pentru răspuns corect şi complet.
Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

SUBIECTUL II (30 de puncte)

1. Alcătuirea unui sistem de opt exerciții, eşalonate metodic, pentru învățarea aruncării mingii de oină, menționând: acțiunea motrică; dozarea; formațiile de lucru. **10 puncte**

Se acordă **câte 1 punct** pentru fiecare exercițiu corect şi complet descris.
(8 x 1 punct = 8 puncte)

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

2. Elaborarea unui complex de gimnastică pentru dezvoltare fizică armonioasă, format din opt exerciții, eşalonate metodic, executate cu banca de gimnastică, menționând: acțiunea metodică; dozarea; formațiile de lucru. **10 puncte**

Se acordă **câte 1 punct** pentru fiecare exercițiu corect şi complet descris.
(8 x 1 punct = 8 puncte)
Se acordă **2 puncte** pentru eşalonarea metodică corectă a exercițiilor în complex.

3. Elaborarea unei structuri de şapte exerciții, eşalonate metodic, pentru însuşirea unui procedeu tehnic de atac, dintr-un joc sportiv la alegere, menționând: acțiunea motrică; dozarea; formațiile de lucru. **10 puncte**

Se acordă **câte 1 punct** pentru fiecare exercițiu corect şi complet descris.

(7 x 1 punct = 7 puncte)

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

Total test: 90 de puncte. Se acordă 10 puncte din oficiu. Nota finală se stabileşte prin împărțirea la 10 a punctajului obținut.