

**CONCURSUL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR DECLARATE
VACANTE/REZERVATE ÎN UNITĂȚILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR
30 iulie 2013**

**Probă scrisă
Educație fizică**

VARIANTA 2

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

SUBIECTUL I (45 de puncte)

Principiul accesibilității contribuie, prin aplicarea sa, la participarea subiecților în lecția de educație fizică, indiferent de particularitățile individuale ale acestora.

a. Prezentați o situație de instruire destinată dezvoltării forței principalelor grupe musculare, în care acest principiu să-și găsească aplicativitatea. Se va lua în considerare o grupă de elevi-băieți, clasa a VI-a, cu un nivel mediu de dezvoltare a acestei calități, menționând:

- forma/formele de manifestare a forței, stabilită/stabilite pentru această situație de instruire; 5 puncte
- particularitățile bio-motrice ale grupei valorice alese. 5 puncte

b. Elaborați cinci exerciții destinate aplicării principiului accesibilității, în situația de instruire prezentată. 35 de puncte

SUBIECTUL al II-lea (45 de puncte)

1. Elaborați un complex pentru dezvoltarea fizică armonioasă, format din opt exerciții, executate la banca de gimnastică. În descrierea fiecărui exercițiu, menționați acțiunea motrică, dozarea, formația de lucru, respectând eșalonarea metodică a exercițiilor în complex. **18 puncte**

2. Elaborați o secvență de plan de lecție pentru o verigă tematică destinată dezvoltării calității motrice viteza, clasa la alegere. În elaborare, se va urmări: **27 de puncte**

- a. descrierea exercițiilor utilizate; 12 puncte
- b. succesiunea metodică a exercițiilor; 5 puncte
- c. precizarea dozării efortului; 5 puncte
- d. menționarea formațiilor de lucru. 5 puncte

**CONCURSUL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR DECLARATE
VACANTE/REZERVATE ÎN UNITĂȚILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR
30 iulie 2013**

**Probă scrisă
Educație fizică**

BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE

VARIANTA 2

- Se punctează orice modalitate de rezolvare corectă a cerințelor, în limita punctajului maxim corespunzător.
- Nu se acordă fracțiuni de punct, dar se pot acorda punctaje intermediare pentru rezolvări parțiale, în limitele punctajului indicat în barem.
- Se acordă 10 puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea la 10 a punctajului total obținut pentru lucrare.

SUBIECTUL I

(45 de puncte)

Prezentarea unei situații de instruire destinată dezvoltării forței principalelor grupe musculare, în care principiul accesibilității să-și găsească aplicativitatea și elaborarea a cinci exerciții destinate aplicării acestui principiu.

a. 10 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru menționarea corectă a formei/formelor de manifestare a forței, stabilită/stabilite pentru această situație de instruire. Pentru răspuns parțial corect, se acordă **2 puncte**.

Se acordă **5 puncte** pentru menționarea corectă a particularităților bio-motrice ale grupei valorice alese. Pentru răspuns parțial corect, se acordă **2 puncte**.

b. 35 de puncte

Se acordă **câte 7 puncte** pentru elaborarea corectă și completă a oricăror cinci exerciții destinate aplicării principiului accesibilității, în situația de instruire prezentată. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 4 puncte**. (5 x 7 puncte = 35 de puncte)

SUBIECTUL al II-lea

(45 de puncte)

1. Elaborarea unui complex de gimnastică pentru dezvoltare fizică armonioasă, format din opt exerciții, executate la banca de gimnastică, eșalonate metodic. **18 puncte**

Se acordă **câte 2 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui exercițiu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (8 x 2 puncte = 16 puncte)

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

2. Elaborarea unei secvențe de plan de lecție pentru o verigă tematică destinată dezvoltării calității motrice viteza (forma de manifestare la alegere, clasa la alegere, condiții materiale optime). **27 de puncte**

a. Descrierea exercițiilor utilizate. 12 puncte

Se acordă **12 puncte** pentru descrierea corectă și completă a exercițiilor. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **6 puncte**.

b. Succesiunea metodică a exercițiilor. 5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru succesiunea metodică corectă a exercițiilor. Pentru răspuns parțial corect, se acordă **3 puncte**.

c. Precizarea dozării efortului. 5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

d. Menționarea formațiilor de lucru. 5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru menționarea corectă și completă a formațiilor de lucru. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.