

**CONCURSUL PENTRU OCUPAREA POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR DECLARATE
VACANTE/REZERVATE ÎN UNITĂȚILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR**

2 august 2012

**Proba scrisă
Educație fizică și sport
Antrenori**

BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE

Varianta 3

- Se punctează oricare alte formulări/modalități de rezolvare corectă a cerințelor.
- Nu se acordă punctaje intermediare, altele decât cele precizate explicit prin barem. Nu se acordă fracțiuni de punct.
- Se acordă 10 puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea punctajului total acordat pentru lucrare la 10.

SUBIECTUL I

(45 de puncte)

Procedeele metodice bazate pe relația efort-odihnă pentru dezvoltarea vitezei.

Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă a denumirii fiecărui procedeu metodic.
(5 x 1 punct = 5 puncte)

Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a fiecărui exercițiu, aferent fiecărui procedeu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(5 x 2 puncte = 10 puncte)

Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă a fiecărei formații de lucru.
(5 x 1 punct = 5 puncte)

Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a numărului de serii și de repetări pentru fiecare exercițiu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(5 x 2 puncte = 10 puncte)

Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă a tempoului/intensității pentru fiecare exercițiu. Pentru răspuns parțial corect, se acordă **câte 1 punct**.
(5 x 2 puncte = 10 puncte)

Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă a duratei pauzelor aferente fiecărui exercițiu.
(5 x 1 punct = 5 puncte)

SUBIECTUL al II-lea

(45 de puncte)

Stabilirea a patru obiective de instruire, două pentru pregătirea tehnică și două pentru pregătirea tactică, și elaborarea conținutului destinat îndeplinirii fiecărui obiectiv, pentru o grupă de avansați, perioada pregătitoare, etapa precompetițională, ramura sportivă la alegere.

a. Formularea obiectivelor de instruire, pe componente ale antrenamentului. 8 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru formularea corectă și completă a fiecărui obiectiv de instruire. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(4 x 2 puncte = 8 puncte)

b. Precizarea formațiilor de lucru. 4 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a formațiilor de lucru aferente fiecărui obiectiv.
(4 x 1 punct = 4 puncte)

c. Descrierea conținutului.

16 puncte

Se acordă **câte 4 puncte** pentru descrierea corectă și completă a conținutului aferent fiecărui obiectiv de instruire. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 2 puncte**.

(4 x 4 puncte = 16 puncte)

d. Precizarea dozării efortului.

8 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului aferent fiecărui obiectiv de instruire. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(4 x 2 puncte = 8 puncte)

Se acordă **4 puncte** pentru utilizarea adecvată a limbajului de specialitate.

Se acordă **5 puncte** pentru corelația corectă dintre obiective și solicitare.