

**CONCURSUL NAȚIONAL DE OCUPARE A POSTURILOR DIDACTICE/CATEDRELOR  
VACANTE/REZERVATE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR**

**29 iulie 2020**

**Probă scrisă  
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
ANTRENORI**

**BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE**

**Varianta 3**

- 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. Competițiile sportive.

**15 puncte**

a. Menționarea a cinci aspecte precizate de regulamentele de desfășurare a competițiilor sportive.  
5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă și completă a oricărui cinci aspecte.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

b. Specificarea a cinci reguli de planificare a competițiilor sportive. **10 puncte**

Se acordă **câte 2 puncte** pentru specificarea corectă și completă a oricărui cinci reguli. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.  
(5 x 2 puncte = 10 puncte)

2. Evaluarea de etapă.

**15 puncte**

a. Precizarea perioadei de realizare a evaluării de etapă și frecvența aplicării ei. **4 puncte**

Se acordă **2 puncte** pentru precizarea corectă a perioadei de realizare.

Se acordă **2 puncte** pentru precizarea corectă a frecvenței aplicării evaluării de etapă.

b. Menționarea celor două sarcini principale ale acestui tip de evaluare. **8 puncte**

Se acordă **câte 4 puncte** pentru menționarea corectă și completă a fiecărei sarcini. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 2 puncte**.  
(2 x 4 puncte = 8 puncte)

c. Specificarea condițiilor de efectuare a evaluării de etapă. **3 puncte**

Se acordă **3 puncte** pentru răspuns corect și complet. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

**SUBIECTUL al II-lea** **(30 de puncte)**

Stadiul II al antrenamentului sportiv.

a. Precizarea celor trei argumente principale care stau la baza întocmirii sistemelor competiționale în stadiul II. **6 puncte**

Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a fiecăruia dintre cele trei argumente principale. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(3 x 2 puncte = 6 puncte)

b. Menționarea celor șase obiective ale stadiului II al antrenamentului sportiv. **6 puncte**

Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă și completă a fiecărui obiectiv.

(6 x 1 punct = 6 puncte)

c. Prezentarea conținutului instruirii, aferent fiecărui obiectiv. **18 puncte**

Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a conținutului instruirii, aferent fiecărui obiectiv. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(6 x 3 puncte = 18 puncte)

**SUBIECTUL al III-lea**

**(30 de puncte)**

Crearea unui microciclu de pregătire (sistem de cinci lecții) pentru o grupă de începători în perioada pregătitoare, etapa pregătirii de bază, disciplina sportivă la alegere.

**a.** Precizarea obiectivelor de instruire pe componente ale antrenamentului, pentru fiecare lecție în parte. 7 puncte

Se acordă **7 puncte** pentru răspuns corect și complet. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

**b.** Precizarea mijloacelor utilizate și dozarea acestora. 7 puncte

Se acordă **7 puncte** pentru răspuns corect și complet. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

**c.** Precizarea dinamicii solicitării (volum și intensitate în %), în funcție de obiectivele operaționale ale fiecărei lecții. 7 puncte

Se acordă **7 puncte** pentru răspuns corect și complet. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

Se acordă **3 puncte** pentru utilizarea limbajului de specialitate.

Se acordă **3 puncte** pentru modul corect de alternare a obiectivelor.

Se acordă **3 puncte** pentru corelația corectă obiectiv-solicitare.