

EXAMENUL NAȚIONAL DE DEFINITIVARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT
24 iulie 2019

Probă scrisă
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE

Model

- 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

(60 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 menționarea corectă și completă a oricăror trei indici funcționali ai organismului. (3 x 1 punct = 3 puncte)
- b. Se acordă **3 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- c. Se acordă **3 puncte** pentru numirea corectă a oricăreia dintre structurile organizatorice, de nivel județean.
- d. Se acordă **3 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- e. Se acordă **3 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăruia dintre factorii de condiționare a rezistenței. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

2. Exercițiul fizic.

15 puncte

a. Definirea exercițiului fizic.

2 puncte

Se acordă **2 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.

b. Prezentarea conținutului exercițiului fizic.

5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a conținutului exercițiului fizic. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

c. Prezentarea formei exercițiului fizic.

5 puncte

Se acordă **5 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a formei exercițiului fizic. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

d. Clasificarea exercițiilor fizice, după trei criterii de clasificare diferite.

3 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru clasificarea corectă și completă a exercițiilor, după oricare trei criterii diferite. (3 x 1 punct = 3 puncte)

3. Densitatea lecției de educație fizică.

15 puncte

a. Definirea densității lecției de educație fizică.

3 puncte

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

b. Prezentarea densității pedagogice.

8 puncte

Se acordă **8 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a densității pedagogice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

c. Menționarea a două măsuri care conduc la obținerea unei densități optime a lecției de educație fizică.

4 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a oricăror două măsuri. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (2 x 2 puncte = 4 puncte)

4. Îndemânarea (capacitățile coordinative). 15 puncte

a. Definirea îndemânării. 4 puncte

Se acordă **4 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

b. Prezentarea celor trei forme de manifestare. 6 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărei forme de manifestare. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(3 x 2 puncte = 6 puncte)

c. Precizarea a cinci dintre factorii care condiționează îndemânarea. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a oricăror cinci factori.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

SUBIECTUL al II-lea

(30 de puncte)

1. Crearea unei structuri de cinci exerciții, eșalonate metodic, având aceeași formație de lucru, pentru învățarea alergării de rezistență. 15 puncte

a. Descrierea exercițiilor. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru descrierea corectă și completă a fiecărui exercițiu.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

b. Precizarea dozării efortului. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă 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.

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

2. Crearea unui circuit format din cinci stații, pe grupe de cinci elevi, pentru dezvoltarea forței membrilor inferioare. 15 puncte

a. Descrierea exercițiilor. 10 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru descrierea corectă și completă a fiecărui exercițiu. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(5 x 2 puncte = 10 puncte)

b. Precizarea dozării efortului. 5 puncte

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului pentru fiecare stație.

(5 x 1 punct = 5 puncte)