

EXAMENUL NAȚIONAL DE DEFINITIVARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT
20 aprilie 2017
Probă scrisă

EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE

Varianta 3

- Se punctează orice modalitate de rezolvare corectă a cerințelor, în limita punctajului maxim corespunzător.
- 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 **3 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- b. Se acordă **3 puncte** pentru menționarea corectă și completă a oricăreia dintre funcțiile atribuite evaluării în educație fizică și sport. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- c. Se acordă **3 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăreia dintre cerințele care asigură eficiența și integrarea sistemului românesc de educație fizică și sport în sistemul social. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- d. Se acordă **câte 1 punct** pentru menționarea corectă a oricăror trei indici funcționali ai organismului.
(3 x 1 punct = 3 puncte)
- e. Se acordă **3 puncte** pentru exemplificarea corectă a oricăreia dintre categoriile de exerciții fizice clasificate după tipul de încărcătură adițională.

2. Viteza.

15 puncte

- a. Definirea calității motrice viteza.

4 puncte

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

- b. Prezentarea a trei forme de manifestare a vitezei.

6 puncte

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

(3 x 2 puncte = 6 puncte)

- c. Precizarea a cinci factori de condiționare a vitezei.

5 puncte

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

(5 x 1 punct = 5 puncte)

3. Priceperile motrice.

15 puncte

- a. Definirea priceperilor motrice.

3 puncte

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

- b. Specificarea a trei caracteristici ale priceperilor motrice.

6 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru specificarea corectă și completă a oricăror trei caracteristici ale priceperilor motrice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(3 x 2 puncte = 6 puncte)

- c.** Prezentarea celor două tipuri de priceperi motrice. 6 puncte
Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărui tip de pricepere motrică. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.
(2 x 3 puncte = 6 puncte)

- 4.** 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 motrice, indicând și formula de calcul a acesteia. 6 puncte
Se acordă **3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a densității motrice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
Se acordă **3 puncte** pentru indicarea corectă și completă a formulei de calcul a densității motrice.
(3 puncte + 3 puncte = 6 puncte)
- c.** Prezentarea densității pedagogice, indicând și formula de calcul a acesteia. 6 puncte
Se acordă **3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a densității pedagogice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
Se acordă **3 puncte** pentru indicarea corectă și completă a formulei de calcul a densității pedagogice.
(3 puncte + 3 puncte = 6 puncte)

SUBIECTUL al II-lea (30 de puncte)

- 1.** Crearea unei structuri de cinci exerciții, având aceeași formație de lucru, eșalonate metodic, pentru învățarea săriturii în sprijin depărtat la capra de gimnastică. 15 puncte
- a.** Precizarea acțiunii motrice. 5 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a acțiunii motrice aferente fiecărui exercițiu.
(5 x 1 punct = 5 puncte)
- b.** Precizarea dozării efortului. 5 puncte
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a dozării efortului aferente fiecărui exercițiu.
(5 x 1 punct = 5 puncte)
- c.** Precizarea formației de lucru. 2 puncte
Se acordă **2 puncte** pentru precizarea 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 explozive - detenta. 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 exercițiu.
(5 x 1 punct = 5 puncte)