

**EXAMENUL NAȚIONAL DE DEFINITIVARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT
2020**

**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 **3 puncte** pentru numirea corectă a oricărei funcții a educației fizice, în plan cultural. **3 puncte**
- b.** Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a fiecărui element al conținutului exercițiului fizic. **(3 x 1 punct = 3 puncte)**
- c.** Se acordă **câte 1 punct** pentru specificarea corectă a oricăror trei elemente componente ale psihomotricității. **(3 x 1 punct = 3 puncte)**
- d.** Se acordă **3 puncte** pentru definirea corectă și completă a actului motric. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. **3 puncte**
- e.** Se acordă **3 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricărui factor de condiționare a calității motrice rezistența. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. **3 puncte**

2. Programarea efortului.

- a.** Prezentarea dinamicii efortului în lecția de educație fizică. **9 puncte**
Se acordă **9 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a dinamicii efortului în lecția de educație fizică. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.
- b.** Prezentarea celor două modalități de dirijare a efortului în lecția de educație fizică.
Se acordă **câte 3 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a fiecărei modalități. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. **(2 x 3 puncte = 6 puncte)**

3. Motricitatea în etapa pubertară (10-14 ani).

- a.** Specificarea principalelor caracteristici ale dezvoltării somatice. **5 puncte**
Se acordă **5 puncte** pentru specificarea corectă și completă a principalelor caracteristici ale dezvoltării somatice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.
- b.** Prezentarea principalelor caracteristici ale dezvoltării funcționale. **5 puncte**
Se acordă **5 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a principalelor caracteristici ale dezvoltării funcționale. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.
- c.** Analizarea comportamentului motric. **5 puncte**
Se acordă **5 puncte** pentru analizarea corectă și completă a comportamentului motric. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

4. Evaluarea.

- a.** Se acordă **3 puncte** pentru definirea corectă și completă a evaluării. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. **3 puncte**
- b.** Se acordă **4 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a evaluării sumative. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**. **4 puncte**

c. Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a oricăror două scopuri. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**.

(2 x 2 puncte = 4 puncte)

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

SUBIECTUL al II-lea

(30 de puncte)

1. Crearea unei structuri de 5 exerciții, eșalonate metodic, pentru învățarea unei deprinderi motrice sportive care este planificată a se desfășura în aer liber: **18 puncte**

a. Precizarea acțiunii motrice a fiecărui exercițiu.

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a fiecărei acțiuni motrice.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

b. Precizarea dozării efortului pentru fiecare exercițiu.

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a fiecărei dozări a efortului.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

c. Precizarea formației de lucru pentru fiecare exercițiu.

Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă și completă a fiecărei formații de lucru.

(5 x 1 punct = 5 puncte)

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

2. Crearea unei secvențe de proiect didactic care să cuprindă 5 exerciții, având aceeași formație de lucru, pentru o verigă tematică destinată dezvoltării calității motrice rezistența. **12 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.