

**EXAMENUL NAȚIONAL PENTRU DEFINITIVARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR  
14 iulie 2021**

**Probă scrisă  
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
PROFESORI**

**BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE**

**Varianta 3**

- Se punctează orice formulare/modalitate de rezolvare corectă a cerințelor.
- Nu se acordă punctaje intermediare, altele decât cele precizate explicit în barem. Nu se acordă fracțiuni de punct.
- Se acordă zece puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea punctajului total acordat pentru lucrare la zece.

**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 precizarea corectă și completă a oricărei caracteristici a programei de educație fizică și sport. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- b.** Se acordă **3 puncte** pentru menționarea corectă și completă a oricărui obiectiv aferent primei etape a formării deprinderilor motrice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**.
- c.** Se acordă **3 puncte** pentru numirea corectă a oricărei funcții a educației fizice, în plan psiho-social. 3 puncte
- d.** Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a oricăror trei criterii în funcție de care sunt clasificate exercițiile fizice. (3 x 1 punct = 3 puncte)
- e.** Se acordă **3 puncte** pentru definirea corectă și completă a formei exercițiului fizic. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **1 punct**. 3 puncte

**2. Dezvoltarea calităților motrice.**

**15 puncte**

- a.** Prezentarea procedurii metodice folosit pentru dezvoltarea forței generale în lecția de educație fizică. 9 puncte

Se acordă **9 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a procedurii metodice folosit pentru dezvoltarea forței generale. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **5 puncte**.

- b.** Precizarea a trei procedee metodice folosite pentru dezvoltarea capacităților coordinative în lecția de educație fizică. 6 puncte

Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăror trei procedee metodice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (3 x 2 puncte = 6 puncte)

**3. Activitatea de planificare.**

**15 puncte**

- a.** Definirea planificării în domeniul educației fizice. 4 puncte  
Se acordă **4 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **2 puncte**.

- b.** Precizarea a patru cerințe ce trebuie respectate în activitatea de planificare. 8 puncte  
Se acordă **câte 2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăror patru cerințe. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 1 punct**. (4 x 2 puncte = 8 puncte)

- c.** Numirea documentelor de planificare individuale. 3 puncte  
Se acordă **câte 1 punct** pentru numirea corectă a fiecărui document de planificare. (3 x 1 punct = 3 puncte)

- 4. Densitatea lecției de educație fizică și sport. 15 puncte**  
**a. Definirea densității lecției. 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. 4 puncte**  
Se acordă **câte 2 puncte** pentru menționarea corectă și completă a oricăror două măsuri care conduc la obținerea unei densități optime. 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 cinci exerciții, eșalonate metodic, pentru învățarea unei deprinderi motrice sportive care este planificată a se desfășura în interior (sală). 18 puncte**  
**a. Acțiunea motrică. 5 puncte**  
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a fiecărei acțiuni motrice. (5 x 1 punct = 5 puncte)  
**b. Dozarea efortului. 5 puncte**  
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a dozării efortului aferente fiecărui exercițiu. (5 x 1 punct = 5 puncte)  
**c. Formația de lucru. 5 puncte**  
Se acordă **câte 1 punct** pentru precizarea corectă a formației de lucru aferente fiecărui exercițiu. (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 cinci 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.