

Educație fizică și sport

Candidați calificați

Varianta 2

BAREM DE EVALUARE

Se acordă 10 puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea punctajului total acordat pentru lucrare la zece.

Se punctează orice formulare/modalitate de rezolvare corectă a cerințelor.

SUBIECTUL I

(30 PUNCTE)

1. Evaluarea este definită și ca „procesul menit să măsoare și să aprecieze valoarea rezultatelor sistemului

de educație fizică și sport:

15 puncte

a. Menționați trei dintre funcțiile atribuite evaluării. Se acordă câte 2 puncte pentru prezentarea corectă și completă

a fiecărei funcții. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă câte 1 punct.

(3 x 2 puncte = 6 puncte) 6 puncte

b. Enumerați tipurile de evaluare din educație fizică și sport. Se acordă câte 9 puncte pentru prezentarea corectă și completă a tipurilor de evaluare. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă câte 4 puncte

9 puncte

2. Funcțiile educației fizice realizează o corespondență între practicarea exercițiilor fizice și efectul acestora

în ansamblul vieții sociale.

15 puncte

a. Definiți funcțiile educației fizice. Se acordă 6 puncte pentru prezentarea corectă și completă a funcțiilor

educației fizice. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă 1 punct.

6 puncte b. B.

b. Prezentați la alegere o funcție a educației fizice și sportului. Se acordă 9 puncte pentru prezentarea corectă

și completă a volumului efortului. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă 4 puncte.

9 puncte

SUBIECTUL II

(30 PUNCTE)

1. Îndemânarea (capacitățile coordinative) reprezintă o componentă a capacității motrice

15 puncte

a. Definiți calitatea motrică îndemânarea/capacitățile coordinative. Se acordă 3 puncte pentru definirea corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă 1 punct.

3 puncte

b. Prezentați trei forme de manifestare a calității motrice îndemânarea/ capacitățile coordinative. 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.

(2 punct x 3 = 6 puncte) 6 puncte

c. Specificați trei factori de condiționare ai îndemânării/ capacitățile coordinative. Se acordă 2 puncte pentru

fiecare factor de condiționare specificat.

(2 punct x 3 = 6 puncte) 6 puncte

2. Activitatea de planificare are la bază proiectarea didactică prin intermediul căreia se asigură conducerea științifică a procesului de învățământ.

15 puncte

a. Definiți planificarea în domeniul educației fizice. Se acordă 5 puncte pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă 2 puncte.

5 puncte

b. Numiți documentele de planificare individuale. Se acordă câte **6 puncte** pentru prezentarea corectă și completă

a fiecărui element al motricității. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă câte **2 puncte**. **6 puncte**

c. Precizați patru cerințe ce trebuie respectate în activitatea de planificare. Se acordă **4 puncte** pentru precizarea celor patru cerințe care trebuie respectate în planificare. **4 puncte**

SUBIECTUL III

(30 PUNCTE)

1. Crearea unui circuit format din patru stații, pe grupe de șase elevi, pentru dezvoltarea forței membrilor

inferioare și superioare. Veți urmări:

a. descrierea exercițiilor;

b. precizarea dozării efortului;

c. eșalonarea metodică a exercițiilor în circuit.

15 puncte

8 puncte

2 puncte

5 puncte

2. Creați un complex pentru dezvoltarea fizică armonioasă, format din opt exerciții, executate cu bastonul.

În descrierea fiecărui exercițiu, menționați acțiunea motrică, dozarea, respectând eșalonarea metodică a exercițiilor în complex.

15 puncte

a. Descrierea fiecărui exercițiu. Se acordă câte **1 punct** pentru descrierea corectă și completă a fiecărui exercițiu. **(8 x 1 punct = 8 puncte)**

8 puncte

b. Precizarea dozării efortului. Se acordă **2 puncte** pentru precizarea corectă și completă a dozării efortului. **2 puncte**

c. Eșalonarea metodică a exercițiilor în circuit. Se acordă **5 puncte** pentru eșalonarea metodică corectă a exercițiilor în circuit.

5 puncte