

BAREM DE CORECTARE

a testului de competențe cognitive, desfășurat în cadrul Olimpiadei Republicane de educație fizică. Ediția a XV-a 18-20 mai 2018, Vadul lui Vadă. **Clasa a XII-a.**

Nr. itemului	Scor	R ă s p u n s u r i l e c o r e c t e
Subiectul I. Competențe cognitive generale		
1	3	... exercițiul fizic. <i>Argument:</i> numai prin exersarea fizică poate fi antrenate și dezvoltate calitățile motrice, diverse grupe de mușchi, organele și sistemele organismului etc., care constituie componente de bază ale condiției fizice a omului.
2	3	...exercițiul fizic... a) viteza; b) forța; c) rezistența; d) îndemânarea; e)suplețea
3	3	b); c); d);
4	4	... hipodinamie ... „boala civilizației” ... sănătatea ... psihică...
5	5	... fiind o parte componentă a culturii fizice, reprezintă odihna activă a omului, realizată prin intermediul practicării exercițiului fizic sau sportului pentru sănătate, în scopul recuperării forțelor consumate în procesul activității profesionale. ... culturii fizice, odihna activă, exercițiul fizic, recuperarea forțelor, omul.
6	1	... netezirea
7	4	
8	4	„hipodinamie” – ...consecințe – răspunsurile trebuie să vizeze înrăutățirea (dereglarea) stării de sănătate a omului
9	4	a ↔ b; b ↔ c; c ↔ d; d ↔ a.
10	3	Se va lua în considerație formularea logică a enunțurilor și pe cât de convingătoare sunt acestea.
11	5	Practicarea culturii fizice recreative contribuie la: a) recuperarea forțelor psihologice și fizice; b) sporește capacitatea de muncă fizică și intelectuală c) preîntâmpină oboseală. Notă. Pot fi și alte răspunsuri, care reflectă utilitatea practicării culturii fizice recreative.
12	4	1 – A ; 2 – F .
13	4	Cauze: - orice încălcare referitoare la modul de viață sănătos. Soluții - orice răspuns scris esența căruia indică la înlăturarea /evitarea obezității
Total: 47		
Subiectul II. Competențe cognitive speciale		
14	1	Stând, picioarele drepte, pe banca de gimnastică
15	3	a, b, c.
16	1	b;
17	1	da.
18	2	Tudor Casapu Igor Dobrovolschi
19	6	a – podul; b - stând pe mâini; c - sfoara. d – elasticitatea; e – echilibrul; f – elasticitatea.
20	3	- înregistrarea indicilor antropometrici, fiziometrici și motrici, pe parcursul anilor de studii, dau posibilitate de a urmări dinamica gradului de dezvoltare fizică, funcțională și motrică a elevului.

21	6	Sprijin ghemuit. Rostogolirea înainte. Îndemânarea.
22	3	Oferă posibilitate de a analiza dinamica indicilor respectivi și de a întreprinde măsuri în vederea ameliorării condiției fizice.
23	3	... 26 ... 26 ... 7 ... 8 ... 11
24	4	1 – sigla olimpică a Comitetului Național Olimpic și Sportiv a Republicii Moldova. 2 – Nicolae Ambrosi.
Total: 33		
Total general: 80		