

**MINISTERUL
EDUCAȚIEI
AL
REPUBLICII
MOLDOVA**

Numele: _____

Prenumele: _____

Data, luna, anul nașterii: _____

Instituția de învățământ, localitatea: _____



**OLIMPIADA REPUBLICANĂ LA EDUCAȚIA FIZICĂ
Ediția a XV, 18 mai 2018, or. Vadul lui Vodă, mun. Chișinău**

TEST DE COMPETENȚE COGNITIVE

Clasa a IX-a

Timp alocat - 90 minute

Instrucțiuni pentru elev:

- Rechizite și materiale permise: pix de culoare albastră, creion.
- Citiște cu atenție fiecare item și enunț efectuând operațiile solicitate.
- Se interzice strict copiatul și consultările.
- Lucrează independent, cu acuratețe.

Îți dorim mult succes!

Evaluatorul I - _____ Scor acordat _____ Semnătura _____
(numele, prenumele)

Evaluatorul II - _____ Scor acordat _____ Semnătura _____
(numele, prenumele)

Scor maxim prognozat – 65 puncte

Scor final acordat - _____ puncte

Coordonatorul grupului de evaluatori – Sava Panfil, conf. univ. - _____
(semnătura)

SUBIECTUL I. Competențe cognitive generale (35 puncte)

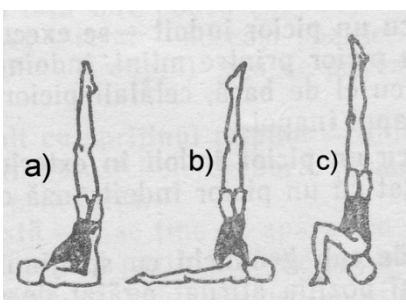
Sarcina pentru subiectul nr. 1

Nr.	I t e m i ș i e n u n ț u r i	Scor acordat de evaluatori											
		I	II										
1.	În baza cuvintelor-cheie: sănătate; calități motrice – formulează două enunțuri care justifică importanța educației fizice pentru elevi: a) _____ b) _____	L 0 1 2	L 0 1 2										
2.	Identifică două componente ale modului de viață sănătos, care sunt în corelare cu disciplina de studii <i>Educație fizică</i> : a) _____ b) _____	L 0 1 2	L 0 1 2										
3.	Completează enunțul. Modul de viață sănătos este stilul cotidian de viață al elevului raportat la _____ _____ _____	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3										
4.	Completează graficul T. <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td colspan="2">F A C T O R I I</td> </tr> <tr> <td>care dăunează sănătatea omului:</td> <td>care fortifică sănătatea omului</td> </tr> <tr> <td>1. _____</td> <td>1. _____</td> </tr> <tr> <td>2. _____</td> <td>2. _____</td> </tr> <tr> <td>3. _____</td> <td>3. _____</td> </tr> </table>	F A C T O R I I		care dăunează sănătatea omului:	care fortifică sănătatea omului	1. _____	1. _____	2. _____	2. _____	3. _____	3. _____	L 0 1 2 3 4 5 6	L 0 1 2 3 4 5 6
F A C T O R I I													
care dăunează sănătatea omului:	care fortifică sănătatea omului												
1. _____	1. _____												
2. _____	2. _____												
3. _____	3. _____												
5.	Definește noțiunea calității motrice „suplețea”: _____ _____ _____	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3										
6.	Definește noțiunea calității motrice „forța”: _____ _____ _____	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3										
7.	Definește noțiunea calității motrice „rezistența”: _____ _____ _____	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3										
8.	Identifică, încercuind varianta răspunsului corect. Sănătatea reprezintă: a) Parte componentă a culturii universale a omului, care prevede călirea organismului cu apă, aer și raze solare. b) Cea mai valoroasă avuție a omului. Ea reflectă starea psihică, fizică și funcțională a organismului uman care este dispus către orice activitate social utilă.	L 0 1 2	L 0 1 2										
9.	Încercuind literele respective vei identifica calitățile motrice solicitate elevului în timpul executării rostogolirii înainte: a) viteza; b) forța explozivă; c) îndemânarea; d) rezistența; e) suplețea; f) încrederea în sine.	L 0 1	L 0 1										

10.	Completează enunțul. Primele Jocuri Olimpice antice s-au desfășurat în anul _____ î.e.n., care ulterior din 4 în 4 ani s-au disputat _____ ediții, după care în anul _____ î.e.n. au fost interzise de către Teodosiu I. Renașterea Jocurilor Olimpice moderne a avut loc în anul _____, desfășurate în orașul _____ din inițiativa baronului _____.	L 0 1 2 3 4 5	L 0 1 2 3 4 5
11.	Scrive, în cuvinte proprii, esența noțiunii „sănătatea omului”: _____ _____ _____ _____	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3
12.	Explică, cum înțelegi expresia „dezvoltarea fizică armonioasă a omului”: _____ _____ _____	L 0 1 2	L 0 1 2

SUBIECTUL II. Competențe cognitive speciale (30 puncte)

Sarcina pentru subiectul nr. 2

Nr.	I t e m i ș i e n u n ț u r i	Scor acordat de evaluatori	
		I	II
13.	 <p>1. Încercuiește litera variantei din desenul alăturat, care reprezintă poziția stînd pe omoplați.</p> <p>2. Completează enunțul. Exersarea tuturor pozițiilor reflectate în desen antrenează aparatul _____, concomitent dezvoltînd calitatea motrică _____.</p>	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3
14.	<p>Scrive patru noțiuni, alcătuite dintr-un singur sau din două cuvinte întâlnite în practica educației fizice școlare, definind, la alegere, una din acestea:</p> <p>1- _____ 2- _____ 3- _____, 4- _____,</p> <p>Definiția noțiunii „_____”:</p> <p>_____ _____ _____</p>	L 0 1 2 3 4 5 6 7 8	L 0 1 2 3 4 5 6 7 8
15.	<p>Scrive tehnica executării testului motrice „<i>aplecare înainte din poziția stînd pe banca de gimnastică</i>”:</p> <p>_____ _____ _____</p>	L 0 1 2 3 4	L 0 1 2 3 4
16.	<p>Completează enunțul. Prin intermediul celor cinci teste motrice, susținute de elevi la început și la sfîrșit de an școlar, determinăm gradul _____ _____, indicii căror sunt introduși în _____.</p>	L 0 1 2	L 0 1 2

17.	Scrie, terminologic corect, exercițiul fizic preferat al tău, care îl exersezi în cadrul gimnasticii matinale: _____ _____.	L 0 1 2	L 0 1 2
18.	Citește afirmațiile și identifică prin încercuirea literei A răspunsurile adevărate, iar prin încercuirea literei F răspunsurile false. 1. A F - Comitetul Național Olimpic și Sportiv al Republicii Moldova dirijează mișcarea olimpică națională și internațională. 2. A F - Actualmente, Președintele Comitetului Internațional Olimpic este Huan Samaranch. 3. A F - Primele Jocuri Olimpice Antice sau desfășurat în anul 886 î.e.n., iar renașterea Jocurilor Olimpice moderne a avut loc în anul 1886. 4. A F - Actualmente, Președintele Comitetului Național Olimpic și Sportiv al Republicii Moldova este Tudor Casapu. 5. A F - Autorul siglei oficiale a Comitetului Național Olimpic și Sportiv al Republicii Moldova este Nicolai Ambrosi.	L 0 1 2 3 4 5	L 0 1 2 3 4 5
19.	Identifică, încercuind litera, probele de sport la care sportivii moldoveni au obținut medalii olimpice: a) atletism; b) baschet; c) volei; d) box; e) șah; g) ciclism; i) tir.	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3
20.	Completează enunțul. Prin termenul „călirea organismului” eu înțeleg _____ _____ _____ _____.	L 0 1 2 3	L 0 1 2 3