

**Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova**  
**Agencia Națională pentru Curriculum și Evaluare**

Universitatea Pedagogică de Stat “Ion Creangă” din Chișinău

**OLIMPIADA REPUBLICANĂ LA EDUCAȚIA FIZICĂ**

Ediția a – XXIII-a, 15-17 mai 2026

**BAREMUL DE CORECTARE**

*a testului de cunoștințe/ și competențe cognitive rezolvat de către elevii-finaliști (clasa a XII-a)*

Aspectele competențelor cognitive	Nr. crt.	Codul itemului	Punctaj	Specificarea punctajului	Răspunsuri corecte
1.Cunoașterea și aplicarea terminologiei sportive.	1.	1.1	5	Câte 1 punct pentru fiecare răspuns corect (P.i., 1,2,3,4)	1. Exercițiul fizic ales este relevant pentru dezvoltarea fizică generală. 2.Exercițiul este descris corect din punct de vedere terminologic. 3. Conține 4 acte motrice, fiecare fiind formulat clar și într-o ordine logică. <u>Exemplificare.</u> P.i. Picioarele depărtate, mâinele după cap. 1 – Înclinarea trunchiului la dreapta. 2 – P.i. 3 - Înclinarea trunchiului la stânga. 4 – P.i.
		1.2	3	Câte 1 punct pentru fiecare răspuns corect solicitat de cerințele itemului.	1. Rostogolire înainte. 2. Rostogolire înapoi. 3. Stând pe mâini și cap s a u Stând pe omoplați.
		1.3	6	1 punct pentru fiecare răspuns corect.	Elemente/componente: 1 - Poziționarea 2 - Elanul 3 – Explozia/Bătaia 4 – Zborul 5 - Aterizarea Elementul/componenta de bază - Explozia/Bătaia
Total			14		
2.Înțelegerea și interpretarea noțiunilor/ definițiilor domeniului culturii fizice	2.	2.1	5	3 puncte pentru descrierea esenței noțiunii. Câte 1 punct pentru răspuns corect la reperele a și b.	Esența noțiunii „rezistență musculară”: calitate mortice dezvoltată, care asigură executarea acțiunii motrice, activității motrice timp îndelungat fără ca omul să obosească. a) distanța aproximativă – mai mult de 1000m. b) durata alergării – de la 3 până la 15/20 min.
		2.2	3	3 puncte pentru răspuns corect, relevant.	Comentariul elevului se va axa pe două dimensiuni: 1-ce prezintă condiția fizică (starea fizi-

					că/fiziologică a corpului/organismului s a u gradul pregătirii fizice al omului) 2-stare, care asigură calitatea și eficiența activității profesionale.
		2.3	2	Câte 1 punct pengru fiecare răspuns corect.	1. Hipodinamie – fenomen negativ 2. Sedentarism - fenomen negativ
Total			10		
3. Cunoaște- rea impactu- lui dezvolta- tiv al exercți- lor fizice asupra cor- pului uman.	3.	3.1	6	Câte 2 puncte pentru fiecare răspuns con- form cerințelor baremului.	a)-ridicarea trunchiului din culcat pe spate, b)-forța-viteza-rezistența, c)-dominant, mușchii abdomenali.
		3.2	3	Câte 1 punct pentru identi- ficarea sisteme- lor de organe care se regăsesc în barem.	• Sistemul cardiovascular • Sistemul respirator • Sistemul locomotor
		3.3	5	3 puncte pentru tratarea corectă și logică a noțiunii și 2 puncte pentru răspuns corect la p.- b	a-Dezvoltarea fizică armonioasă repre- zintă dezvoltarea proporțională a tuturor grupelor de mușchi a corpului uman. b- ... prin selectarea excrțiilor fizice putem acționa concret și eficace asupra dezvoltării unor sau altor grupe de mușchi.
4. Argumen- tarea benefi- ciilor culturii fizice recrea- tive în com- baterea sedentaris- mului, fortificării/ menținerii sănătății omului.	4.	4.1	4	Câte 2 pncte pentru fiecare răspuns con- form cerințelor baremului.	Enunțurile trebuie să fie relevante, formulate logic și convingător.
		4.2	6	Câte 2 pncte pentru fiecare răspuns con- form cerințelor baremului.	Enunțurile trebuie să corespundă tema- ticii itemului, acestea, ca conținut, ega- lând cu afirmații justificate despre rolul culturii fizice recreative în viața cotidia- nă a omului/elevului contemporan.
Total			10		
5. Cunoaște- rea, analiza și interpreta- rea itemilor cu referire la Jocurile Olimpice de vară.	5.	5.1	9	Câte 1 punct pengru fiecare răspuns corect.	...776 î.H., ...1896, ...1960-2024, ...31, ...7,...9, ...15, ...Efim Josanu.
		5.2	3	1 punct pentru denumirea co- rectă a motto- ului olimpic și 2 puncte pentru tratarea corectă a esenței motto- ului.	-Simbolul olimpic – motto-ul olimpic. -Esența cuvintelor din imagine – reprezintă îndemn, provocare spre perfecțiune fizică.
		5.3	4	Câte 1 punct pentru fiecare	➤ Anastasia Nichita ➤ Lupte libere feminine

				răspuns corect.	➤ Jocurile Olimpice de vară, 2021, 2024 ➤ Vicecampioană olimpică
		<b>5.4</b>	<b>4</b>	Câte 1 punct pengru fiecare răspuns corect.	1-F 2-F 3-F 4-F
		<b>5.5</b>	<b>3</b>	1 punct pentru denumirea co- rectă a simbo- lului olimpic și 2 puncte pentru explicarea co- rectă a semni- ficației aces- tuia.	1-Simbolul olimpic – <i>inelele olimpice</i> . 2-Răspunsul elevului va conține infor- mație - <i>ce perprezintă culoarea cercuri- lor olimpice și de ce ele se intercalează</i> .
		<b>5.6</b>	<b>6</b>	Câte 1 punct pengru fiecare răspuns corect.	1 – Nicolae Juravski 2 – Larisa Popova 3 – Stela Zaharova 4 – Igor Dobrovolschi 5 – Tudor Casapu 6 – Veaceslav Gorpișin
		<b>5.7</b>	<b>13</b>	Câte 1 punct pentru toate răspunsurile, inclusiv și pentru unele răspunsuri identice (care se repetă: judo, bronz).	1-2024, Paris, Franța 2-26 sportivi 3-3 genuri de sport 4.1-Nichita A., Vieru D., Osmanov A., Tarnovschi S. 4.2 a) medalia de argint pentru Nichita A. și medalia de bronz pentru restul 3 sportivi. 4.2.b) Lupte libre feminine. Judo. Caiac- canoie.
<b>Total</b>			<b>42</b>		
<b>6.Aplicarea tehnicilor de autodiagnos- ticare a indi- cilor antro- pometrice, caracteristici dezvoltării fizice a omu- lui.</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	5 puncte pentru identificarea și aplicarea corectă a formulei. Câte 1 punct pentru compa- rarea și anali- zarea indicilor respectivi. 3 puncte pentru deducerea concluziei.	<b>1. <math>I = \frac{P(kg)}{L(cm)}</math></b> - <b>Evaluatorii vor stabili:</b> - <i>pe cât de corect elevul a utilizat formula Quettle (plasarea indicilor, operațiunile de calcul și dacă elevul a indicat corect unitatea de măsură a indiciului calculat).</i> - <i>dacă elevul/eleva cunoaște indicile standard și dacă următoarele acțiuni ale acestuia/acesteia s-au axat pe indicile vizat pentru a deduce concluzie.</i>
<b>Total</b>			<b>10</b>		
		<b>TOTAL GENERAL</b>	<b>100</b>		

