

**EXAMENUL NAȚIONAL DE DEFINITIVARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT  
2020**

**Probă scrisă  
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
ANTRENORI  
BAREM DE EVALUARE ȘI DE NOTARE**

**MODEL**

- Se punctează orice modalitate de rezolvare corectă a cerințelor.
- Nu se acordă fracțiuni de punct. Nu se acordă punctaje intermediare, altele decât cele precizate explicit în barem.
- Se acordă 10 puncte din oficiu. Nota finală se calculează prin împărțirea la 10 a punctajului total obținut pentru lucrare.

**SUBIECTUL I (60 de puncte)**

**1. (5 x 6 puncte = 30 de puncte)**

Se acordă **câte 6 puncte** pentru fiecare răspuns corect, după cum urmează:

- a. Se acordă **6 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.
- b. Se acordă **câte 2 puncte** pentru enumerarea corectă a oricăror trei indicatori interni.  
(3 x 2 puncte = 6 puncte)
- c. Se acordă **6 puncte** pentru numirea corectă a oricăreia dintre etapele de abordare a pregătirii în stadiul II al antrenamentului sportiv.
- d. Se acordă **6 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.
- e. Se acordă **6 puncte** pentru precizarea corectă și completă a oricăreia dintre sarcinile antrenamentului de bază orientat. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

**2. Selecția copiilor cu aptitudini pentru practicarea sportului.**

**30 de puncte**

**a. Definirea selecției.**

**6 puncte**

Se acordă **6 puncte** pentru definiție corectă și completă. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

**b. Precizarea modului în care se stabilesc componentele modelului de selecție pentru o anumită disciplină sportivă.**

**6 puncte**

Se acordă **6 puncte** pentru răspuns corect și complet. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **3 puncte**.

**c. Prezentarea a trei elemente de structură (indici) ale modelelor de selecție.**

**18 puncte**

Se acordă **câte 6 puncte** pentru prezentarea corectă și completă a oricăror trei elemente de structură (indici). Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **câte 2 puncte**.

(3 x 6 puncte = 18 puncte)

**SUBIECTUL al II-lea (30 de puncte)**

Elaborarea unui microciclu de pregătire (sistem de cinci lecții) pentru o grupă de începători, perioada pregătitoare – etapa de pregătire generală, disciplina sportivă la alegere.

**a. Precizarea obiectivelor de instruire operaționale pe componente ale antrenamentului, pentru fiecare lecție în parte.**

**7 puncte**

Se acordă **7 puncte** pentru precizarea corectă și completă a obiectivelor de instruire pe componente ale antrenamentului. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

**b.** Precizarea mijloacelor utilizate și a dozării acestora.

7 puncte

Se acordă **7 puncte** pentru precizarea și dozarea corectă și completă a mijloacelor utilizate. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

**c.** Precizarea dinamicii solicitării (volum și intensitate în %), în funcție de obiectivele operaționale ale fiecărei lecții.

7 puncte

Se acordă **7 puncte** pentru precizarea corectă și completă a dinamicii solicitării. Pentru răspuns parțial corect sau incomplet, se acordă **4 puncte**.

Se acordă **3 puncte** pentru utilizarea adecvată a limbajului de specialitate.

Se acordă **3 puncte** pentru modul corect de alternare a obiectivelor.

Se acordă **3 puncte** pentru corelația corectă obiectiv-solicitare.