



**EVALUARE NAȚIONALĂ
LA FINALUL CLASEI a VI-a
2021**

Testul 1

Limbă și comunicare - Limba spaniolă

Județul/sectorul.....

Localitatea.....

Unitatea de învățământ

Numele și prenumele elevului/elevei

.....

Clasa a VI-a.....

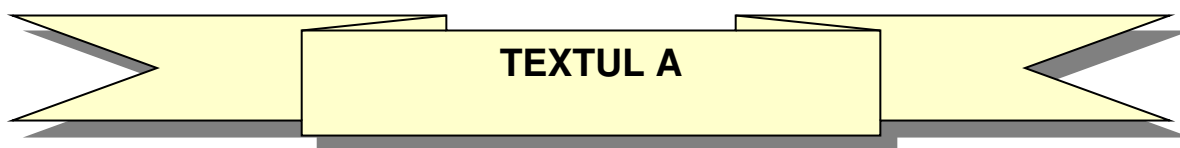
Băiat ☐

Fată ☐

Ai de realizat un proiect despre „**Beneficiile practicării sportului**”. Fiindcă te interesează în mod deosebit subiectul, te pregătești serios. Astfel, cauți informații atât în TEXTUL A, cât și în TEXTUL B.

Îți recomandăm să citești cu atenție textele propuse și să răspunzi la fiecare dintre cerințele date.

SUCCES!



De ce este bun pentru copil sportul de echipă

Sportul ar trebui să facă parte din viața tuturor copiilor, fără a avea pretenții de performanțe, dacă nu există aptitudini ieșite din comun sau dacă nu își dorește copilul să ajungă olimpic, ci doar pentru a-și consuma energia într-un mod plăcut.

Beneficii fizice și psihice

Rolul sportului în dezvoltarea fizică a copiilor este de netăgăduit. S-a descoperit că sportul de echipă are și beneficii asupra stării mintale. Așadar, practicarea unui sport ajută copiii să se dezvolte armonios și să evite problemele de greutate.

Sportul este leacul timidității

Un copil sau un adolescent care are o încredere scăzută în sine va avea un câștig uriaș în urma practicării unui sport de echipă, întrucât această activitate îi oferă prilejul de a socializa cu cât mai multe persoane și de a crea legături bazate pe încredere. Într-o echipă, încrederea jucătorilor, unul în celălalt, este esențială. Sportul de echipă îl va învăța pe adolescent (rebel prin definiție) să accepte deciziile altora și să înțeleagă că oamenii au abilități diferite.

Respect pentru oameni și reguli

Când începe să practice un sport de echipă, copilul își însușește totodată și o mulțime de alte lecții legate de valorile personale. El va învăța că nu întotdeauna lucrurile se desfășoară numai așa cum își dorește el și că trebuie să respecte oamenii. Și mai cu seamă regulile. Fie că îi plac sau nu. Totodată, copiii care practică sporturi de echipă învață să treacă mult mai ușor peste eșecuri, tocmai pentru că se vor confrunta cu ele și va trebui să le accepte.

Sociabili și empatici

Un copil al cărui țel este comun cu al celorlalți din echipa lui va dobândi capacitatea de a lega mai ușor prietenii. Și nu doar cu cei care îi sunt coechipieri, ci și în general, în afara terenului sau a sălii de antrenament. Asta pentru că deja este beneficiarul unei interacțiuni sociale în care își dezvoltă abilitatea de a colabora, de a lucra în echipă, de a-și respecta coechipierii și de a-i ajuta.

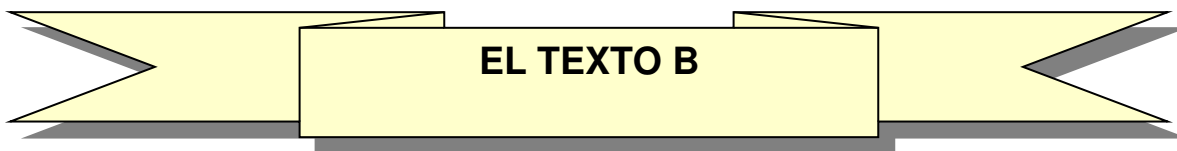
Sportul crește nivelul de fericire personală

În cadrul unei alte cercetări, oamenii de știință au analizat informații de la tineri care practicau diverse sporturi, cărora le-au cerut să indice nivelul de satisfacție la trei intervale, pe durata a șase luni. La final, s-a observat că cei care aveau cel mai înalt grad de satisfacție față de echipa din care făceau parte au raportat și cel mai mare nivel de mulțumire în viața personală. Concluzia oamenilor de știință a fost aceea că participarea tinerilor la antrenamente și competiții ca parte a unei echipe a crescut în mod evident nivelul de fericire.

Lecția de disciplină și rigoare

Un copil care este la școală și, în paralel, face și un sport, va fi nevoit să învețe să-și gestioneze timpul în mod eficient. Va trebui să găsească echilibrul între activitatea școlară (incluzând și temele pentru acasă), antrenamente, odihnă și timp liber. Poate că tocmai de aceea unii părinți și chiar antrenori condiționează practicarea sportului de rezultatele școlare, ceea ce îl determină pe copil să găsească soluțiile, ritmul și disciplina care să le facă posibile pe toate.

[după oanavoicu.ro/de-ce-este-bun-pentru-copil-sportul-de-echipa](http://oanavoicu.ro/de-ce-este-bun-pentru-copil-sportul-de-echipa)



Cinco razones para practicar deportes

Los niños y jóvenes deben invertir como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas. Para aquellos que tienen entre 5 y 17 años, estas consisten en practicar deportes, juegos o hacer ejercicio. He aquí algunos beneficios físicos y sociales:

1. Desarrollo físico: El deporte practicado habitualmente contribuye al desarrollo físico. El niño desarrolla destrezas, obtiene mayor coordinación, agilidad, resistencia, velocidad etc.

2. Evitar enfermedades: El deporte puede reducir o evitar problemas que provienen del sedentarismo, como la obesidad, el colesterol etc.

3. Mayor autoestima: Practicar un deporte sirve como medio para que los niños se diviertan, se relacionen, aprendan a jugar y mejoren su autoestima. La confianza en sí mismo y en los demás se ve muy potenciada a través del deporte.

4. Niños más sociables: En el deporte, los pequeños encuentran un entretenimiento y la posibilidad para hacer más amigos y relacionarse. Esto hace que se alejen de los vicios y malas actividades.

5. Fijarse metas: Algo que forma parte del deporte es el logro de objetivos, a corto y largo plazo. Así aprenden a respetar a sus compañeros, a seguir las reglas de juego y a saber comportarse ante la derrota o la victoria.

Los padres deben promover la práctica de deportes en sus hijos de acuerdo a los intereses del niño. Es importante ponerlo en manos de un especialista en la actividad física elegida. De este modo se evitarán esfuerzos incorrectos, cargas excesivas o superar las capacidades del niño que ocasionen daños importantes.

Por último, es importante tener en cuenta que los niños que no practican un deporte probablemente tampoco lo harán durante su vida adulta.

(<https://rpp.pe/>)

I. Bifează, în tabelul de mai jos, căsuța potrivită pentru a arăta cărui text îi corespunde fiecare dintre afirmațiile din stânga.

	A	B	C	D
	TEXT A	TEXT B	AMBELE TEXTE	NICIUN TEXT
1. Practicarea unui sport de echipă te învață să respecti regulile, chiar dacă nu îți plac.				
2. Practicând un sport, eviți problemele cu greutatea.				
3. Se recomandă practicarea de activități fizice cel puțin 60 de minute zilnic.				
4. Practicarea unui sport la vârsta adolescenței implică numeroase riscuri.				

II. Pentru fiecare text, asociază, prin săgeți, cuvintele care să reflecte informațiile prezentate.

Textul A

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. oamenii | a. de satisfacție |
| 2. grad | b. personală |
| 3. viața | c. școlare |
| 4. rezultatele | d. olimpic |
| | e. de știință |

Textul B

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. practicar | a. físicas |
| 2. actividades | b. sociables |
| 3. evitar | c. autoestima |
| 4. niños | d. enfermedades |
| | e. un deporte |

III. Transcrie, din fiecare text, câte două cuvinte care se referă la **sport**.

cuvinte în limba română

palabras en español

IV. Încercuiește ADEVĂRAT (A) / FALS (F) sau VERDADERO (V) / FALSO (F), justificând alegerea cu secvențe din text.

Cod 21 11 12 13 00 99

1. Practicarea unui sport este benefică doar dacă duce la performanță. **A / F**

Justificare: _____

Cod 21 11 12 13 00 99

2. Un om care practică un sport e un om mai fericit. **A / F**

Justificare: _____

Cod 21 11 12 13 00 99

3. Cuando practica un deporte, el niño desarrolla muchas destrezas. **V / F**

Justificación: _____

Cod 21 11 12 13 00 99

4. Practicar deportes te ayuda a actuar bien ante una derrota o una victoria. **V / F**

Justificación: _____

Cod 21 11 12 13 00 99

V. Subliniază varianta corectă, motivând alegerea prin valorificarea informațiilor din textul A.

Unii părinți condiționează practicarea sportului de rezultatele școlare și de aceea copilul este / nu este determinat să _____

Cod 2 1 0 9

VI. Continúa la siguiente frase utilizando la información del texto B.

Los que no practican un deporte cuando son niños probablemente _____

Utilizarea informațiilor din texte în pregătirea temei

„Beneficiile practicării sportului”

Cod

2

1

0

9

VII. Prezintă într-un enunț o asemănare între cele două texte.

Cod

2

1

0

9

VIII. Contesta brevemente: ¿Qué deportes te gusta practicar? ¿Por qué?

IX. Vrei să realizezi un chestionar pe care să-l aplici colegilor tăi, în clasă, pentru a afla ce loc ocupă practicarea unui sport în viața lor.

Completează chestionarul de mai jos cu întrebările potrivite, la care colegii tăi trebuie să răspundă.

ÎNTREBARE	DA	NU
1.		
2.		
3.		
4.		

X. Care dintre sporturi ți se par cele mai potrivite pentru adolescenți: sporturile individuale sau cele de echipă? Motivează-ți răspunsul în maximum 5 rânduri.

FELICITĂRI, AI AJUNS LA SFÂRȘITUL TESTULUI!

MULȚUMIM PENTRU PARTICIPARE!