

MATRIZ – Prova Extraordinária de Avaliação – 2023

Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto

Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA

7.º ano – 3.º Ciclo de Escolaridade

Prova Prática

Objetivos	A prova tem como objeto as Aprendizagens Essenciais, com especial enfoque nas áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.
Conteúdos	Área da Aptidão Física: força inferior e força média. Área das Atividades Físicas: Subárea - Jogos Desportivos Coletivos: basquetebol e voleibol Subárea - Atletismo, Patinagem, Raquetas e outras: atletismo (corrida de velocidade) e badminton Subárea da Ginástica: ginástica de Solo
Estrutura E Cotações	Tipo de prova: componente prática (100%). Os alunos realizam as tarefas, respeitando a sequência descrita no enunciado da prova. Composição da prova e tipologia que a constituem: a prova é composta por 6 tarefas: Tarefa 1 – 15 Pontos: execução de dois testes da bateria de testes FITescola. Tarefa 2 – 20 Pontos: execução de exercícios-critério do basquetebol. Tarefa 3 – 20 Pontos: execução de exercícios-critério do voleibol. Tarefa 4 – 20 Pontos: execução de exercícios-critério do badminton. Tarefa 5 – 10 Pontos: execução de uma corrida de velocidade do atletismo. Tarefa 6 – 15 Pontos: execução de uma sequência gímnica da ginástica de solo.
CrITÉrios de Classificação	A classificação a atribuir a cada exercício executado, resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada tarefa e é expressa em

	<p>pontos (de 0 a 100 pontos). A não realização de um dos exercícios é classificada com zero pontos. De acordo com as aprendizagens avaliáveis neste tipo de prova prática, deverão ser considerados os seguintes critérios:</p> <p>Tarefa 1: o aluno enquadra-se na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo, através da realização dos testes de impulsão horizontal e de abdominais. Estes testes devem ser executados e avaliados de acordo com o estipulado nos protocolos da bateria de testes do programa FITescola.</p> <p>Tarefa 2: o aluno realiza com oportunidade e correção as seguintes ações técnicas elementares do basquetebol: passe de peito, passe picado, drible de progressão e lançamento em apoio.</p> <p>Tarefa 3: o aluno realiza com oportunidade e correção as seguintes ações técnicas elementares do voleibol: serviço por baixo e passe alto de frente.</p> <p>Tarefa 4: de acordo com o padrão global de execução, o aluno executa os seguintes batimentos: serviço e clear.</p> <p>Tarefa 5: cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas, o aluno realiza uma corrida de velocidade de 20 metros, com partida de dois apoios.</p> <p>Tarefa 6: aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, o aluno realiza as seguintes destrezas elementares, em esquema individual, da ginástica de solo: rolamento à frente de membros inferiores unidos, rolamento atrás de membros inferiores unidos, meia pirueta e avião.</p>
Material	<p>Os alunos devem apresentar-se com o equipamento adequado, semelhante ao usado nas aulas de Educação Física.</p> <p>Não é permitido o uso de qualquer adereço que ponha em risco a integridade física do aluno. Todos os materiais e instalações necessários para a execução das diferentes tarefas, são disponibilizados pela escola.</p>
Duração	<p>A prova tem a duração de 90 minutos.</p>