

Informação-Prova Extraordinária de avaliação

7º Ano de Escolaridade/2024

Prova Prática de Educação Física

3 Páginas

1. Objeto de avaliação

O presente documento visa divulgar as características da prova extraordinária de avaliação da disciplina de Educação Física, a realizar em 2024 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, em conformidade com a respetiva Portaria de Avaliação

2. Caracterização da prova

A prova é constituída por um exame prático com uma duração igual a 90 minutos.

A classificação é expressa numa escala percentual de 0 a 100 pontos.

Será avaliada a aprendizagem através de uma prova prática de duração limitada referente aos seguintes temas:

- Jogos Desportivos Coletivos - Basquetebol, Futebol, Andebol e Voleibol;
- Ginástica - Solo;
- Aptidão Física - Teste da Milha

A estrutura da prova prática caracteriza-se no quadro 1.

Quadro 1 - Valorização dos temas/tópicos na prova

Temas	Tópicos	Cotação (em pontos)	
Jogos Desportivos Coletivos - Basquetebol Futebol Andebol Voleibol	<u>O aluno executa em exercício critério:</u> - Passe (peito ou picado), Drible de progressão, Drible de proteção, lançamento parado.	5+5+5+5	70
	<u>O aluno executa em exercício critério:</u> - Condução de bola, passe e receção, remate	2,5+2,5+5	
	<u>O aluno executa em exercício critério:</u>	5+5+5+5	

	- Passe de ombro, passe picado, remate em apoio, remate na passada <u>O aluno executa em exercício critério:</u> - Passe, Manchete, Serviço por baixo	5+5+10	
Ginástica - Solo	<u>O aluno executa de forma encadeada os seguintes elementos gímnicos:</u> - Posição de Flexibilidade (espargata ou ponte); - Posição de equilíbrio (avião ou bandeira); - Rolamento à frente engrupado; - Rolamento atrás engrupado; - Elemento de ligação ½ pirueta	5	20
		2,5	
		5	
		5	
		2,5	
Aptidão Física	O aluno executa o teste da milha	10	

A prova prática de Educação Física decorrerá em três espaços distintos: Pavilhão (JDC) e Ginásio (Ginástica) Exterior (Aptidão Física).

Quadro 2 - Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (pontos)
<p>Exercício critério de Basquetebol:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Passe de peito ou picado, Recepção, Drible de progressão, Drible de proteção e lançamento parado. <p><u>Exercício critério de Futebol:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Condução de bola, passe e recepção, remate <p><u>Exercício critério de Andebol:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Passe de ombro, passe picado, remate em apoio, remate na passada <p><u>Exercício critério de Voleibol:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Passe, Manchete, Serviço por baixo 	4	20+10+20+20
Sequência Gímnica de solo	1	20
Aptidão Física - Teste da Milha	1	10

3. Critérios de Classificação

A classificação final corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações da prova.

A classificação a atribuir resulta da aplicação das cotações apresentadas no Quadro 1 da prova prática e é expressa por um número inteiro.

Na prova prática a classificação é atribuída com base na observação direta do desempenho do aluno nas várias matérias.

<u>Basquetebol + Futebol + Andebol + Voleibol (20+10+20+20 pontos)</u>	<u>Ginástica de solo (20 pontos)</u>	<u>Fitnessgram (10 pontos)</u>
<u>Exercício Analítico (20 pontos)</u> -Drible de progressão; - Passe de peito e picado/receção; -Lançamento parado. <u>Exercício Analítico (10 pontos)</u> - Condução de bola; - passe e receção - remate <u>Exercício critério Analítico (20 pontos)</u> - Passe de ombro; - passe picado; - remate em apoio; - remate na passada <u>Exercício Analítico (20 pontos)</u> - Passe; - Receção em manchete; - Serviço por baixo	<u>Sequência Gimnica:</u> - Posição de equilíbrio (avião ou bandeira); - Rolamento à frente engrupado; - Posição de Flexibilidade (espargata ou ponte); - ½ pirueta; - Rolamento atrás engrupado;	<u>Teste de Aptidão Aeróbia:</u> Teste da Milha
Não Realiza - 0 pontos Realiza com algumas incorreções - metade dos pontos Realiza com correção - pontuação máxima		Dentro ou acima da Zona Saudável - 10 pontos Abaixo da Zona Saudável - 0 pontos

4. Material

A prova tem de ser realizada com equipamento adequado (ténis, t-shirt, calções ou fato de treino), estando interdita a utilização de quaisquer adornos (pulseiras, brincos, anéis, fios, entre outros) durante a realização da prova. As sapatilhas são obrigatórias nas provas de ginástica.

Não serão permitidas idas ao balneário, durante a realização da prova, só podendo os alunos deslocarem-se para outro espaço de prova, depois de indicação dada pelos professores.

Na prova não será permitido mastigar pastilha elástica.

5. Duração da Prova

A prova tem a duração de 90 minutos. O aluno deverá comparecer 20 minutos antes da prova para que se possa equipar, dirigir-se ao pavilhão gimnodesportivo e efetuar o aquecimento antes de iniciar a prova prática.