

MATRIZ DA PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

7ºAno

2022

O presente documento divulga informação relativa à prova extraordinária de avaliação do **3º** ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, 7º ano, a realizar em 2022, nomeadamente:

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e das Aprendizagens Essenciais da Disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova escrita:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

OBJETO DE AVALIAÇÃO

Compreender e operacionalizar segundo as dimensões de ordem prática, técnica e regulamentar as modalidades desportivas de Badminton e Basquetebol.

Compreender e operacionalizar um esquema de Ginástica Artística no solo em contexto das modalidades desportivas individuais nas suas dimensões prática, técnica e regulamentar.

Conhecer e aplicar diversos processos de elevação da aptidão física. Desenvolvimento de Capacidades coordenativas e Condicionais gerais básicas, em particular a Resistência Aeróbia.

CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

A prova é de **componente prática** e realizar-se-á no Pavilhão Polidesportivo.

No Grupo I, avalia-se a execução de elementos técnicos e regulamentares básicos dos jogos desportivos colectivos e individuais numa sequência de exercícios nas modalidades de Badminton e de Basquetebol.

No Grupo II, avalia-se a execução de elementos técnicos e regulamentares básicos da Ginástica através de uma frase gímnica onde constam as seguintes destrezas:

- A- Apoio facial invertido no espaldar com enrolamento à frente
- B- Meia pirueta
- C- Enrolamento à retaguarda
- D- Vela
- E- Folha

No Grupo III, avalia-se a resistência aeróbia geral do aluno segundo uma prova de aptidão física, teste “Vai e vem- 20 metros” da bateria de testes do Fitnessgram.

CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A prova é cotada em 100 pontos.

O grupo I tem uma cotação máxima de 50 pontos, o grupo II tem uma cotação máxima de 25 pontos e o grupo III tem uma cotação máxima de 25 pontos.

MATERIAL

Os alunos utilizam o equipamento de Educação Física da Escola.

DURAÇÃO

A prova tem a duração de 50 minutos.