



INFORMAÇÃO- PROVA
EDUCAÇÃO FÍSICA

2018

Prova 26

3.º Ciclo do Ensino Básico

(Decreto-Lei n.º139/2012, de 5 de julho; Despacho Normativo n.º 4-A/2018)

Prova Prática (45 minutos)

Estrutura	Atividades Desportivas	Exercícios	Cotação
Grupo I	Skills de Basquetebol	<ul style="list-style-type: none">▪ Drible de progressão, com contorno de obstáculos;▪ Lançamento em Apoio.	10%
Grupo II	Skills de Futebol	<ul style="list-style-type: none">▪ Condução da bola em linha recta, contornando obstáculos;▪ Remate à baliza de precisão.	12,5%
Grupo III	Atletismo	<ul style="list-style-type: none">▪ Mega Quilómetro (1000 m);▪ Mega Sprinter (40 m).	12,5%
Grupo IV	Atividades Gímnicas	<ul style="list-style-type: none">▪ Realiza rolamento à frente engrupado.▪ Realiza posições de equilíbrio e flexibilidade;▪ Realiza Apoio Facial Invertido de cabeça;▪ Realiza a Roda.	15%
Total			50%

Prova 26

3.º Ciclo do Ensino Básico

(Decreto-Lei n.º139/2012, de 5 de julho; Despacho Normativo nº 4-A/2018)

EDUCAÇÃO FÍSICA - Prova Escrita (45 minutos)			
	Conteúdos	Indicadores	Cotação
Grupo I	Saúde/Estilo de Vida Saudável	- Identifica conceito de Saúde; - Identifica hábitos e estilos de vida saudável.	10%
Grupo II	Futebol/Voleibol	- Identifica regras elementares da modalidade; - Identifica as principais ações técnicas da modalidade;	10%
Grupo III	Ginástica	- Identifica as principais ações técnicas da modalidade; - Identifica os aparelhos utilizados na prática da modalidade	10%
Grupo IV	Atletismo	- Identifica as principais ações técnicas da modalidade; - Identifica os aparelhos utilizados na prática da modalidade	10%
Grupo V	Cultura Desportiva	- Exprime opinião fundamentada sobre um tema relacionado com a prática desportiva.	10%
TOTAL			50%



Prova 26

3.º Ciclo do Ensino Básico

(Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho; Despacho Normativo n.º 4-A/2018)

Em cada grupo, além do domínio em foco, podem ser mobilizadas aprendizagens de outros domínios.

No Grupo II da Prova Escrita, o aluno terá de optar por responder às questões relativas a um só desporto coletivo (futebol ou voleibol)

Material

Para a realização da prova prática o aluno deve trazer o equipamento desportivo adequado à sua realização (camisola, calção, meias e sapatilhas)

- Todo o material desportivo usado para a prática das diferentes modalidades estará à disposição do aluno como é habitual durante as aulas.
- Antes do início da prova o aluno dispõe de dez minutos (10') para a realização de aquecimento geral e específico.

Duração

A prova escrita tem a duração de 45 minutos.

A prova prática tem a duração de 45 minutos.

Critérios gerais de classificação

Na **prova prática** serão tidos em consideração a execução das diferentes técnicas, a capacidade de mobilização das diferentes qualidades físicas e coordenativas e a destreza motora evidenciada na realização das tarefas solicitadas.

Na **prova escrita**, a classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos apresentados para cada item.

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.