

CURSO PROFISSIONAL	
Matriz da Prova de Exame de Educação Física Módulo 4 – designação: “GINÁSTICA I”	
ANO DE FORMAÇÃO: 10º ANO (1º ANO)	MODALIDADE: PROVA TEÓRICA-PRÁTICA
DURAÇÃO: 60 MINUTOS + 15 MINUTOS TOLERÂNCIA	MATERIAL: CANETA E EQUIPAMENTO DESPORTIVO
JÚRI: PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA	

DOMÍNIO DE REFERÊNCIA	OBJETIVOS / COMPETÊNCIAS	ESTRUTURA / TIPO DE QUESTÕES	COTAÇÕES
Ginástica Solo	1- Prova Teórica (Ponderação = 40%) Identificar e descrever o contexto, o modo de execução e as ajudas de alguns dos seguintes elementos gímnicos: Rolamento à frente engrupado; Rolamento à frente com os membros inferiores afastados e estendidos; Rolamento à retaguarda engrupado; Rolamento à retaguarda com os membros inferiores afastados e estendidos; Apoio facial invertido; Roda; Elementos Gímnicos de flexibilidade. Elementos gímnicos de ligação.	Questões com resposta de desenvolvimento. Questões com resposta de verdadeiro e falso. Questões com resposta de escolha múltipla. Legendagem de figuras.	80
Atividade Física Ginástica Solo	2- Prova prática - Executar os exercícios cumprindo as determinantes técnicas (Esquema gímnico) Ponderação = 60% Esquema gímnico elaborado pelo aluno com os seguintes elementos: 1 rolamento à frente engrupado 1 rolamento à frente de pernas afastadas e estendidas 1 rolamento à retaguarda engrupado 1 rolamento à retaguarda de pernas afastadas e estendidas 1 Apoio facial invertido 1 Roda 1 Elemento Gímnico de Força 1 Elemento Gímnico de Flexibilidade 1 Elemento Gímnico de Equilíbrio Elementos de ligação (saltos, voltas, afundos)	Combinar com fluidez numa sequência gímnica os exercícios indicados Critérios de execução motora	120 pontos
Total			200 pontos

CRITÉRIOS GERAIS DE CORREÇÃO PROVA TEÓRICA

Nas respostas serão considerados os seguintes aspetos:

- *Utilização de uma escrita clara;*
- *Objetividade;*
- *Estruturação e argumentação coerentes;*
- *Análise e relacionamento adequados de conteúdos;*
- *Utilização de terminologia adequada.*

A ausência de resposta ou resposta de leitura ambígua (apresentação não clara resultante de rasura ou emenda e de onde resulte uma dificuldade ou dúvida interpretação – letra sobre letra; número sobre número; palavra sobre palavra) terão cotação zero.

Quando a resposta a uma questão não estiver totalmente correta, cabe ao professor corretor adoptar um critério para fracionar as cotações de modo a contemplar os conhecimentos revelados.

As respostas que contenham elementos que se contradigam serão penalizadas.

Nas questões de resposta curta, em que é pedido mais de que um elemento, apenas serão consideradas as primeiras respostas assinaladas, de acordo com o número pedido.

Em questões de legendagem, escolha múltipla, correspondência ou verdadeiro/falso, a cotação é dividida pelos itens pedidos.

Nas questões de escolha múltipla, as respostas que excedam o número de opções pedidas serão anuladas. Poderão ser atribuídas cotações intermédias.

CRITÉRIOS GERAIS DE CORREÇÃO PROVA PRÁTICA

CrITÉrios descritores de avaliação motora: 0 - Não executa 4 - Executa com erros graves 8 - Executa com um erro grave 12 - Executa com erros 16 - Executa com um erro 20 - Executa na perfeição