

## ÉPOCA DE RECUPERAÇÃO DE MÓDULOS

### MATRIZ DA PROVA DE RECUPERAÇÃO

<b>Disciplina:</b> Educação Física	<b>Módulo/UFCD/UF:</b> 2 – Ginástica I
<b>Modalidade da Prova:</b> Exame prático	
<b>Duração da Prova:</b> 1 hora	
<b>Ano Letivo:</b> 2025/2026	

CONTEÚDOS	OBJETIVOS	ESTRUTURA	COTAÇÕES	CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO
<p>Ginástica</p> <p>Realiza um esquema individual, combinando habilidades do Nível Introdução da Ginástica de Solo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rolamento à frente, terminando a pés juntos;</li> <li>- Cambalhota à retaguarda, terminando a pés juntos;</li> <li>- Pino de cabeça;</li> <li>- Roda;</li> <li>- Posições de flexibilidade e equilíbrio variadas (Ponte; Vela; Avião, entre outras).</li> </ul>	<p>Concretiza o Nível Introdução na Ginástica de Solo.</p> <p>O Nível Introdução da Ginástica de Solo inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam a aptidão específica ou a preparação de base.</p>	<p>Sequência de movimentos gímnicos em situação de exercícios-critério</p>	<p>20 valores</p>	<p>Executa as determinadas habilidades gímnicas com base nos seguintes descritores de desempenho que determinarão os níveis para cada habilidade gímica, que corresponderá a uma cotação final de 200 pontos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Não realiza a tarefa;</li> <li>- Realiza outra tarefa;</li> <li>- Realiza a habilidade gímica, podendo apresentar incorreções, interrompendo com frequência a dinâmica do esquema;</li> <li>- Realiza a habilidade gímica sem fluidez e/ou com falhas, mas de acordo com o padrão global de execução;</li> <li>- Realiza a habilidade gímica com fluidez e sem falhas, de acordo com o padrão global de execução.</li> </ul>

**MATERIAL PERMITIDO:** O uso de material adequado à prática da atividade física (estabelecido pela escola) é indispensável, assim como a adoção de uma postura correta para com todos os intervenientes na avaliação, bem como a realização das tarefas propostas segundo as competências indicadas.

O Professor: Marco Matos