

ÉPOCA DE RECUPERAÇÃO DE MÓDULOS

MATRIZ DA PROVA DE RECUPERAÇÃO

| | |
|---|---|
| Disciplina: Educação Física | Módulo/UFCD/UF: 8 – Ginástica II |
| Modalidade da Prova: Exame prático | |
| Duração da Prova: 1 hora | |
| Ano Letivo: 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"> - Cambalhota saltada; - Rolamento à frente terminando com pernas afastadas e estendidas; - Apoio facial invertido (pino de braços); - Roda; - Posições de flexibilidade e equilíbrio variadas (Ponte; Vela; Avião, entre outras). | <p>Concretiza o Nível Elementar na Ginástica de Solo.</p> <p>O Nível Introdução da Ginástica de Solo integra os conteúdos que representam o domínio (mestria) desta atividade nos seus elementos principais e com carácter mais formal.</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"> - Não realiza a tarefa; - Realiza outra tarefa; - Realiza a habilidade gímica, podendo apresentar incorreções, interrompendo com frequência a dinâmica do esquema; - Realiza a habilidade gímica sem fluidez e/ou com falhas, mas de acordo com o padrão global de execução; - Realiza a habilidade gímica com fluidez e sem falhas, de acordo com o padrão global de execução. |

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