



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
Ginástica Realiza um esquema individual, combinando habilidades do Nível Introdução da Ginástica de Solo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas: - 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).	Concretiza o Nível Elementar na Ginástica de Solo. 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.	Sequência de movimentos gímnicos em situação de exercícios-critério	20 valores	Executa as determinadas habilidades gímnicas com base nos seguintes descriptores de desempenho que determinarão os níveis para cada habilidade gímnica, que corresponderá a uma cotação final de 200 pontos: - Não realiza a tarefa; - Realiza outra tarefa; - Realiza a habilidade gímnica, podendo apresentar incorreções, interrompendo com frequência a dinâmica do esquema; - Realiza a habilidade gímnica sem fluidez e/ou com falhas, mas de acordo com o padrão global de execução; - Realiza a habilidade gímnica 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