

## MATRIZ DA PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO

### 7º Ano de Escolaridade (3º Ciclo do Ensino Básico)

#### Educação Física

2022

---

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, acrescido do Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, e em conformidade com a Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto.

---

O presente documento divulga informação relativa à Prova Extraordinária de Avaliação do 7º ano da disciplina de Educação Física, a realizar em 2022, nomeadamente:

- Objetivos
- Conteúdos
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material
- Duração

#### **Objetivos**

A Prova Extraordinária de Avaliação tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais da disciplina de Educação Física e permite avaliar as aprendizagens passíveis de avaliação numa prova de duração limitada na componente prática, nos domínios das atividades físicas e desportivas, aptidão física e conhecimentos.

#### **Caracterização da prova**

A prova é cotada para 100 pontos. É constituída por exercícios-critério, que solicitam um desempenho motor revelador dos níveis de capacidades motoras, dos níveis de competências técnicas e de conhecimento básico das regras dos jogos coletivos/individuais.

## Conteúdos

**Quadro I – Valorização relativa dos domínios e conteúdos da componente prática.**

Domínios	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Aptidão Física	<b>Testes do FITescola</b> – vaivém, senta e alcança; abdominais; flexões de braços.	30
Atividades Físicas e Desportivas	<b>Atletismo</b> – resistência, velocidade e lançamento da bola/peso; <b>Ginástica de solo</b> - rolamento à frente e à retaguarda; rolamento à frente e à retaguarda de pernas afastada; apoio facial invertido de cabeça; roda; elementos de equilíbrio (avião) e elementos de ligação (pirueta e ½ pirueta); <b>Badminton</b> – clear, lob, serviço curto e serviço comprido; <b>Voleibol</b> – serviço por baixo, serviço tipo ténis, passe e manchete; <b>Tag Rugby</b> - pega/receção da bola, passe, avançar, finta, tag e finalização; <b>Orientação</b> - leitura e interpretação de mapas e croquis; percursos	70

A componente prática é cotada para 100 pontos.

### **CrITÉRIOS de Classificação**

A classificação a atribuir resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de avaliação da disciplina de Educação Física.

O aluno deverá demonstrar o domínio das aprendizagens essenciais das subáreas de Atletismo, Ginástica de solo, Badminton, Voleibol, Tag Rugby e Orientação e executar os diferentes testes do FITescola, de acordo com o referencial das respetivas zonas de desempenho.

As classificações das aprendizagens apresentam-se organizadas por níveis de desempenho, de acordo com os critérios gerais e específicos de avaliação na disciplina de Educação Física.

#### Componente prática

O aluno deverá demonstrar o domínio das competências específicas de cada matéria, exercício critério no Atletismo, Ginástica de solo, Badminton, Voleibol, Tag Rugby, Orientação e executar os testes do FITescola, de acordo com as normas do programa FITescola.

As classificações das competências apresentam-se organizadas por níveis de desempenho, de acordo com os critérios de avaliação da disciplina de Educação Física.

#### **Material**

##### Componente prática

Equipamento desportivo (fato de treino ou calção, t-shirt, calçado desportivo) e material de higiene pessoal.

#### **Duração**

A componente prática tem a duração de noventa minutos.