

ESCOLA SECUNDÁRIA DA MOITA**Matriz da Prova Extraordinária de Avaliação (PEA)****Disciplina:** Educação Física

10º ano

Curso: Científico-Humanístico**Modalidade:** Prova Escrita e Prática**1. Objetivos**

A PEA tem por referência as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para o 10º ano de escolaridade da disciplina de Educação Física e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática e escrita de duração limitada.

2. Conteúdos

São abordados conteúdos programáticos da disciplina de Educação Física, nas áreas das Atividades Físicas, da Aptidão Física e dos Conhecimentos.

Prova Escrita

Aptidão Física e Saúde, fatores associados a um estilo de vida saudável

Limitações à prática dos desportos e atividades físicas

Suporte Básico de Vida

Prova Prática

Grupo I - Protocolo de Avaliação da Aptidão Física (Fitescola)

Grupo II - Atividades Físicas Desportivas Coletivas

Grupo III - Atividades Gímnicas

Grupo IV - Atividades Físicas Desportivas Raquetas/Atletismo

Grupo V - Atividades Rítmicas Expressivas

3. Estrutura e respetivas cotações

Esta prova caracteriza-se pela realização de uma componente escrita (**25% da classificação final**) e de uma componente prática (**75% da classificação final**)

4. Material

Na prova escrita, os alunos devem fazer-se apenas acompanhar de caneta/ esferográfica de cor azul ou preta. As respostas são registadas em folha própria, fornecida pelo estabelecimento de ensino.

ESCOLA SECUNDÁRIA DA MOITA

Não é permitida a consulta de dicionário. Não é permitido o uso de corretor.

Na prova prática, os alunos devem comparecer devidamente equipados com vestuário desportivo adequado para a realização da atividade física, ténis limpos e sapatilhas de ginástica.

Nas Danças Sociais Latino-americanas/não progressivas e Badminton, os examinandos devem apresentar um elemento/par para a realização das ações motoras.

5. Duração

Prova Escrita - 50 min.

Prova Prática - 100 min.

6. Critérios de classificação**Prova Escrita****Grupos I, II, III**

Nos itens de *escolha múltipla*, é atribuída a cotação total à resposta correta. As respostas incorretas são classificadas com *zero pontos*.

Também será atribuída a classificação de zero pontos às respostas em que o examinando apresente:

- mais do que uma opção (ainda que nelas esteja incluída a opção correta);
- o número do item e/ou a letra da alternativa escolhida ilegíveis.

Nos itens de *verdadeiro/falso*, são classificadas com zero pontos as respostas em que todas as afirmações sejam assinaladas como verdadeiras ou como falsas. Não são classificadas as afirmações consideradas simultaneamente verdadeiras e falsas, e aquelas cujos números do item, a letra da afirmação e/ou a sua classificação (V/F) sejam ilegíveis.

Nos itens *Resposta Direta*, a classificação é atribuída de acordo com os elementos de resposta solicitados e apresentados.

Nos itens *Resposta Aberta*, a cotação é distribuída pelos parâmetros relativos aos aspetos de conteúdo e aos aspetos de organização.

As classificações a atribuir às respostas dos examinandos são expressas, obrigatoriamente, em números inteiros.

Grupo I - 65 pontos

Grupo II - 65 pontos

Grupo III - 70 pontos

ESCOLA SECUNDÁRIA DA MOITA**Prova Prática****Grupo I - 50 pontos - Aptidão Física**

Realização dos testes de Aptidão aeróbia (vai-vem), força média (abdominais), força superior (extensões de braços), força inferior (Impulsão Horizontal) e flexibilidade (senta e alcança)

Os resultados obtidos são analisados de acordo com as Tabelas de avaliação da Zona Saudável de Aptidão Física do Fitescola.

Grupos II, III, IV e V - 150 pontos**Grupo II - Atividades Físicas Desportivas Coletivas**

Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol (das 4 modalidades apresentadas o aluno opta por 2)

Grupo III - Atividades Gímnicas

Desportos Gímnicos - Realizar uma sequência gímica de Ginástica no solo

Grupo IV - Atividades Físicas Desportivas de Raquetas/Atletismo

Badminton: jogo singulares

Atletismo - o aluno realiza uma corrida de velocidade de 40 metros, salto em comprimento e lançamento do vortex

Grupo V - Atividades Rítmicas Expressivas:

Danças Sociais Latino-americanas/não progressivas - Realiza uma coreografia do Merengue

A avaliação será de acordo com os objetivos programáticos de cada matéria/modalidade.

O aluno será situado num dos níveis de desempenho para cada modalidade/disciplina (Introdutório, Elementar ou Avançado), da qual resultará a pontuação dos grupos II, III, IV e V, de acordo com as referências para a conclusão do ensino secundário na área das atividades físicas da disciplina de Educação Física.

- Referência para o sucesso: 5I + 1E
- Referência para a Excelência: 5E + 1A