

# Informação-Prova Extraordinária de Avaliação

8.º ano

15. maio. 2024

## Disciplina - Ed. Física

TIPO DE PROVA – Prática

3.º ciclo do Ensino Básico (8.º ano)

2024

(aluno do 3º ciclo do ensino básico pela portaria nº 59/2019 de 28 de agosto de 2019, artº 23º e 24º).

## 1. OBJETO DE AVALIAÇÃO:

A prova tem como objetivo cumprir o disposto na legislação indicada, de forma a suprir a falta de assiduidade do aluno que tenha frequentado e, conseqüentemente, obtido avaliação num único período letivo.

Demonstrar domínio e eficácia dos fundamentos táticos e técnicos em diferentes modalidades desportivas.

Atingir os mínimos definidos na zona saudável da tabela “Fitnessgram” para o teste da MILHA.

## 2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA:

### PROVA PRÁTICA

Prova prática na qual os alunos serão avaliados da seguinte forma: duas modalidades coletivas; uma individual (no atletismo – salto em comprimento e estafetas; na ginástica – solo e um aparelho); badminton ou na dança e aptidão física (Milha).

### Aptidão Física

A prova mede a condição cardiovascular através da realização do teste da MILHA.

### Andebol

Execução dos seguintes gestos técnicos: pega da bola; passe de ombro, picado; receção de bola; drible de progressão; remate em apoio e em suspensão.

Marcação individual ao seu adversário, na proximidade e na distância.

Situação de jogo 6X6.

### Badminton

Execução dos seguintes gestos técnicos: pega da raquete; drive; lob; clear; amortie; serviço curto.

Jogo de singulares.

### Basquetebol

Execução dos seguintes gestos técnicos: Pega da bola; paragens a 1 e a 2 tempos; rotações; passe de

---

peito, picado e de ombro; recepção de bola; drible de progressão e de proteção; lançamento na passada e em salto; posição básica ofensiva; posição de tripla ameaça; 3X3 passe e corte.

#### **Futebol**

Execução dos seguintes gestos técnicos: passe e recepção; condução de bola e remate; controlo da bola; finta e proteção; 1X1.

2X2 – movimentação de rutura e cobertura ofensiva. Situação de jogo 5X5.

#### **Voleibol**

Execução dos seguintes gestos técnicos: passe de frente e de costas; manchete; deslocamentos; serviço/recepção; remate.

Situação de jogo reduzido: 2X2 e 4X4 – dispositivo de recepção ao serviço; defesa ao ataque contrário; funções ofensivas e defensivas dos jogadores.

#### **Atletismo**

Execução do Salto em comprimento.

#### **Ginástica artística - Solo**

Esquema de solo: equilíbrio; força; flexibilidade; Rolamento à frente; Rolamento à retaguarda; Apoio facial invertido com rolamento à frente; Roda; Rodada.

#### **Ginástica de aparelhos** (o aluno opta por um dos aparelhos)

Minitrampolim - salto em extensão; pirueta; carpa.

ou

Trave - entrada para ângulo; marcha; ½ volta; avião; saída em roda; rolamento à frente.

#### **Dança**

Compor e interpretar uma coreografia a partir de uma música, com a duração de 1 minuto, englobando os seguintes elementos: salto, volta; afundo e deslocamentos variados.

---

## **3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO:**

### **PROVA PRÁTICA**

O aluno dispõe de três tentativas para realizar com êxito as ações técnicas pretendidas para cada uma das modalidades avaliadas. Será contabilizada para a avaliação a melhor prestação.

### **PERCENTAGEM**

1 - 0 a 19

2 - 20 a 49

3 - 50 a 69

4 - 70 a 89

5 - 90 a 100

A prova será cotada na escala percentual de 0 a 100. Sendo a classificação final da prova convertida na escala de níveis de 1 a 5, de acordo com a tabela.

---

---

## 4. MATERIAL A UTILIZAR:

### PROVA PRÁTICA

Equipamento desportivo.

---

## 5. TIPO E DURAÇÃO:

TIPO DE PROVA: Prática

DURAÇÃO DA PROVA prática: 90 minutos.

---