

## Matriz da Prova Extraordinária de Avaliação

### Educação Física

#### 5.º ano

#### 1. Objeto de avaliação

A Prova Extraordinária de Avaliação tem por referência o Perfil do Aluno à saída da Escolaridade Obrigatória e incide sobre as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 5.º ano.

A Prova Extraordinária de Avaliação é constituída por uma prova prática, de duração limitada, que vai permitir avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciadas nas Aprendizagens.

No que respeita à aptidão física, o aluno, em função da sua idade e género, deve demonstrar ter capacidade aeróbia e muscular dentro dos valores inscritos na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF), de acordo com o programa FITescola®.

#### 2. Características e estrutura da prova

A prova é constituída por uma componente prática.

A classificação da componente de prova, é expressa na escala percentual de 0 a 100, sendo a classificação final convertida na escala de níveis de 1 a 5.

##### Estrutura da Prova

A componente prática apresenta oito grupos de itens.

Grupo I – Aptidão Física;

Grupo II – Jogos Desportivos Coletivos;

Grupo III – Ginástica de solo – Avaliação de sequência de elementos gímnicos;

Grupo IV – Atletismo – Avaliação de lançamentos;

Grupo V – Andebol - Avaliação de dois gestos técnicos;

Grupo VI – Basquetebol - Avaliação de dois gestos técnicos;

Grupo VII – Futebol - Avaliação de dois gestos técnicos;

Grupo VIII – Voleibol - Avaliação de três gestos técnicos.

### 3. Critérios gerais de classificação

#### Prova prática

Grupo I – Exercício da Aptidão Aeróbia – 6%

Grupo II – Exercício de jogo – 20%

Grupo III – Exercício de solo – 10%

Grupo IV – Exercício de lançamentos – 10%

Grupo V – Exercício de Andebol – 13,5%

Grupo VI – Exercício de Basquetebol - 13,5%

Grupo VII – Exercício de Futebol - 13,5%

Grupo VIII – Exercício de Voleibol - 13,5%

### 4. Duração

A prova tem uma componente, prática, com duração de 90 minutos.

### 5. Material autorizado

A prova prática é realizada no espaço desportivo interior, sendo necessário o seguinte equipamento: ténis, calças de fato de treino ou calções e camisola (t-shirt).