



ESCOLA SECUNDÁRIA D. PEDRO V

CURSOS PROFISSIONAIS

MATRIZ DA PROVA DE RECUPERAÇÃO DE MÓDULOS EDUCAÇÃO FÍSICA - 10º ANO

ESTRUTURA	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS	AVALIAÇÃO
<p>As provas são constituídas por um conjunto de situações sobre as diversas competências do Programa Nacional de Educação Física (P.N.E.F.) nas seguintes áreas: Actividades Físicas Desportivas, Aptidão Física e Conhecimentos.</p> <p>As Provas de Recuperação dos Módulos: <u>JDC I</u>, <u>GIN I</u>, <u>ATL I / PAT I / RAQ I</u> e <u>DANÇA I</u> terão a duração de trinta (30) minutos.</p> <p>A Prova de Recuperação do Módulo: <u>ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE I</u> terá a duração de quarenta e cinco (45) minutos.</p>	<p>○ MÓDULO JDC I Andebol, Basquetebol, Futebol ou Voleibol</p>	- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO num jogo desportivo colectivo.	<p>- O aluno para ter sucesso deverá alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Nível Muito Bom – 17 - 20 Valores ○ Nível Bom – 14 - 16 Valores ○ Nível Suficiente – 10 - 13 Valores <p>- O aluno terá insucesso se alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Nível Insuficiente – 5 - 9 Valores ○ Nível Muito Insuficiente - 0-4 Valores
	<p>○ MÓDULO GIN I Gin. Solo + Gin. Aparelhos – Plinto</p>	- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO na ginástica de solo e nos saltos de plinto.	
	<p>○ MÓDULO ATL I / RAQ I / PAT I Atletismo, Raquetes ou Patinagem</p>	- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO numa matéria deste grupo.	
	<p>○ MÓDULO DANÇA I Danças Tradicionais – Regadinho</p>	- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO nas Danças Tradicionais	
	<p>○ MÓDULO ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE I Teste de Avaliação Escrito acerca de: a) Capacidades Motoras, b) Estilos de Vida Saudáveis, c) Benefícios da Actividade Física e d) Universo das Actividades Físicas.</p>	- O aluno revela domínio dos conhecimentos essenciais, relativos aos objectivos 1, 2 e 3 especificados no programa.	



ESCOLA SECUNDÁRIA D. PEDRO V

CURSOS PROFISSIONAIS

MATRIZ DA PROVA DE RECUPERAÇÃO DE MÓDULOS EDUCAÇÃO FÍSICA - 11º ANO

ESTRUTURA	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS	AVALIAÇÃO
<p>As provas são constituídas por um conjunto de situações sobre as diversas competências do Programa Nacional de Educação Física (P.N.E.F.) nas seguintes áreas: Actividades Físicas Desportivas, Aptidão Física e Conhecimentos.</p> <p>As Provas de Recuperação dos Módulos: <u>JDC II</u>, <u>GIN II</u>, <u>ATL II/PAT II</u>, <u>RAQ II</u> e <u>DANÇA II</u> terão a duração de trinta (30) minutos.</p> <p>A Prova de Recuperação do Módulo: <u>ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE II</u> terá a duração de quarenta e cinco (45) minutos.</p>	<p>○ MÓDULO JDC II Andebol, Basquetebol, Futebol ou Voleibol</p>	<p>- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO num jogo desportivo colectivo diferente do JDC I</p>	<p>- O aluno para ter sucesso deverá alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <ul style="list-style-type: none">○ Nível Muito Bom – 17 - 20 Valores○ Nível Bom – 14 - 16 Valores○ Nível Suficiente – 10 - 13 Valores <p>- O aluno terá insucesso se alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <ul style="list-style-type: none">○ Nível Insuficiente – 5 - 9 Valores○ Nível Muito Insuficiente - 0-4 Valores
	<p>○ MÓDULO GIN II Gin. Solo + Gin. Aparelhos – MT</p>	<p>- O aluno realiza competências do nível ELEMENTAR na ginástica de solo e do nível INTRODUÇÃO nos saltos de mini-trampolim.</p>	
	<p>○ MÓDULO ATL II / RAQ II / PATII Atletismo, Raquetes ou Patinagem</p>	<p>- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO numa matéria deste grupo, diferente da realizada no Módulo ATL I/RAQ I/PAT I, ou de nível ELEMENTAR na matéria seleccionada no módulo anterior.</p>	
	<p>○ MÓDULO DANÇA II Danças Sociais – Rumba Quadrada</p>	<p>- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO nas Danças Sociais</p>	
	<p>○ MÓDULO ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE II Teste de Avaliação Escrito acerca de: a) Capacidades Motoras, b) Estilos de Vida Saudáveis, c) Benefícios da Actividade Física e d) Universo das Actividades Físicas.</p>	<p>- O aluno revela domínio dos conhecimentos essenciais, relativos aos objectivos 4 e 5 especificados no programa.</p>	



ESCOLA SECUNDÁRIA D. PEDRO V

CURSOS PROFISSIONAIS

MATRIZ DA PROVA DE RECUPERAÇÃO DE MÓDULOS EDUCAÇÃO FÍSICA - 12º ANO

ESTRUTURA	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS	AVALIAÇÃO
<p>As provas são constituídas por um conjunto de situações sobre as diversas competências do Programa Nacional de Educação Física (P.N.E.F.) nas seguintes áreas: Actividades Físicas Desportivas, Aptidão Física e Conhecimentos.</p> <p>As Provas de Recuperação dos Módulos: <u>JDC III</u>, <u>GIN III</u>, <u>ACT.EXPL.NAT</u> e <u>DANÇA III</u> terão a duração de trinta (30) minutos.</p> <p>As Provas de Recuperação dos Módulos: <u>ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE III</u> e <u>APTIDÃO FÍSICA</u> terão a duração de quarenta e cinco (45) minutos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ MÓDULO JDC III Andebol, Basquetebol, Futebol ou Voleibol 	- O aluno realiza competências do nível ELEMENTAR num jogo desportivo colectivo.	<p>- O aluno para ter sucesso deverá alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Nível Muito Bom – 17 - 20 Valores ○ Nível Bom – 14 - 16 Valores ○ Nível Suficiente – 10 - 13 Valores <p>- O aluno terá insucesso se alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Nível Insuficiente – 5 - 9 Valores ○ Nível Muito Insuficiente - 0-4 Valores
	<ul style="list-style-type: none"> ○ MÓDULO GIN III Ginástica Acrobática 	- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO na ginástica acrobática.	
	<ul style="list-style-type: none"> ○ MÓDULO ACT.EXPL.NAT Natação ou Escalada 	- O aluno realiza competências do nível INTRODUÇÃO numa matéria deste grupo.	
	<ul style="list-style-type: none"> ○ MÓDULO DANÇA III Danças Sociais ou Tradicionais (Rumba Quadrada / Cha-Cha-Cha ou Tacão e Bico / Malhão) 	- O aluno realiza competências do nível ELEMENTAR numa Dança Tradicional ou Social	
	<ul style="list-style-type: none"> ○ MÓDULO ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE III Teste de Avaliação Escrito acerca de: a) Capacidades Motoras, b) Estilos de Vida Saudáveis, c) Benefícios da Actividade Física e d) Universo das Actividades Físicas. 	- O aluno revela domínio dos conhecimentos essenciais, relativos aos objectivos 6 e 7 especificados no programa.	
<ul style="list-style-type: none"> ○ MÓDULO DE APTIDÃO FÍSICA Testes de Condição Física da Bateria de Testes do Fitnessgram. 	- O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física.		