



Ano Letivo	2011/2012			junho/setembro	
MATRIZ DE EXAME DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DO ENSINO BÁSICO - 6º ano					
Disciplina/Código	Educação Física				
Modalidade da Prova	Prática	Duração	45 minutos	Tolerância	-----

Competências	Aprendizagens (Conteúdos)	Estrutura	Cotações	CrITÉrios de Classificação	Material
- Análise e interpretação da realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização, participação, ética desportiva e regras. -Relacionamento com cordialidade e respeito pelos companheiros e adversários. - Participação ativa em todas as situações, procurando o êxito pessoal. - Elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas e relacionamento harmonioso do corpo com o espaço.	Modalidades Coletivas - Voleibol - Basquetebol Individuais - Atletismo - Ginástica: Solo Aparelhos	Modalidade coletiva Realiza com correção e oportunidade, em exercício critério, as ações técnicas inerentes à modalidade selecionada. Modalidades individuais Atletismo: os alunos realizam uma prova de velocidade - 40 metros Ginástica: os alunos realizam uma sequência gímnica (exercícios- critério obrigatórios) e realizam dois saltos no plinto. Os alunos serão avaliados em uma das duas modalidades coletivas acima mencionadas e nas duas modalidades individuais apresentadas.	1.Modalidade coletiva - 50% 2.Modalidades Individuais - 50% 2.1 - Atletismo (25%) 2.1.1 - Prova de Velocidade – 40 m (25%) 2.2 - Ginástica (25%) 2.2.1 - Solo: (15%) - Rolamento à frente (2%) - Rolamento à retaguarda (2%) - Apoio facial invertido com saída em rolamento à frente (3%) - Posição de equilíbrio (3%) - Posição de flexibilidade (3%) - Elementos de ligação (2%) 2.2.2 - Aparelhos: (10%) - Salto de eixo com o bock (5%) - Salto entre mãos no plinto longitudinal (5%)	- Execução técnica dos exercícios; - Aplicação criteriosa do regulamento das modalidades. - Na prova de Atletismo, é condição de aprovação completar a prova nos seguintes tempos: - Masculino: 6,80 seg - Feminino: 7,50 seg	Material indispensável a apresentar pelo aluno: T-shirt, calções e / ou fato de treino, meias, sapatilhas e material de higiene pessoal.

Observações/Notas

Coordenador de Departamento Luís Branquinho	Professores responsáveis Maria Augusta Patrício Duarte Nuno Costa Paulo Jorge Silva
---	---