



Matriz do Exame de Equivalência à Frequência de Educação Física		
Ano Lectivo 2009/2010	(Decreto-Lei n.º 6/2001, de 18 de Janeiro, com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei n.º 209/2002, de 17 de Outubro) (Situações Especiais – ao abrigo dos pontos 48 e 49 do Despacho Normativo n.º 1/2005, de 5 de Janeiro, com as alterações introduzidas pelo Despacho Normativo n.º 7/2010, de 16 de Março)	3.º Ciclo do Ensino Básico

Tipo de prova: Prova Prática	Duração da prova: Quarenta e cinco (45) minutos
------------------------------	---

Unidade Temática	Conteúdos	Competências/Objectivos	Estrutura da prova	Cotações	Critérios de classificação
Grupo I Desportos Individuais	Ginástica: Solo.	<p>Grupo I</p> <p>-Compor, realizar e analisar, da ginástica, as destrezas elementares do solo, aplicando os critérios de correcção técnica, expressão e combinação, regras de segurança e normas de utilização do material;</p>	<p>Grupo I</p> <p>Realização de uma sequência gímnica escolhida pelo aluno.</p>	<p>Grupo I</p> <p>50%</p>	<p>Uso de material adequado à prática da actividade física.</p> <p>Adopção de uma postura correcta para com todos os intervenientes na avaliação.</p> <p>Realização correcta das tarefas propostas segundo as competências indicadas.</p>
	Atletismo: Corrida de Velocidade.	<p>- Realizar do atletismo, corridas, cumprindo correctamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.</p>	<p>Realização da prova de velocidade 40m.</p>		
Grupo II Desportos Colectivos	Andebol	<p>Grupo II</p> <p>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos DC, realizando com oportunidade e correcção as acções técnico -</p>	<p>Grupo II</p> <p>Jogo formal condicionado em campo reduzido.</p>	<p>Grupo II</p>	<p>Grupo II</p> <p>Uso de material adequado à prática da actividade física.</p>



Ano Lectivo 2009/2010	Matriz do Exame de Equivalência à Frequência de Educação Física (Decreto-Lei n.º 6/2001, de 18 de Janeiro, com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei n.º 209/2002, de 17 de Outubro) (Situações Especiais – ao abrigo dos pontos 48 e 49 do Despacho Normativo n.º 1/2005, de 5 de Janeiro, com as alterações introduzidas pelo Despacho Normativo n.º 7/2010, de 16 de Março)	3.º Ciclo do Ensino Básico
--------------------------	---	-------------------------------

	Basquetebol Voleibol Futsal	tácticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando correctamente as regras.	Execução de exercício critério.	50%	Adopção de uma postura correcta para com todos os intervenientes na avaliação. Realização correcta das tarefas propostas segundo as competências indicadas.
--	-----------------------------------	--	---------------------------------	-----	--

Material a utilizar:
Equipamento próprio para a prática desportiva.