# MATRIZ - PROVA

## PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO – 1.º CICLO 2025

## Prova: Educação Física 3ºAno

O presente documento divulga informação relativa à prova extraordinária de avaliação do 1.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física do 3º ano, a realizar em 2025, nomeadamente:

- **Objeto de avaliação**
- **Caracterização da prova**
- **Critérios gerais de classificação**
- **Duração**
- **Material autorizado**

## Objeto de Avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 3º ano, do 1.º Ciclo do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação, de duração limitada, nomeadamente Ginástica, Jogos, Atividades Rítmicas Expressivas (dança), Patinagem e Percursos na Natureza.

## Caracterização da prova

A prova desenvolve-se, exclusivamente, na modalidade prática, de duração limitada.
A prova é cotada para 100 pontos.
A sequência dos itens pode não corresponder à sequência da apresentação dos temas nas Orientações Curriculares da disciplina.
A prova prática é constituída por um conjunto de tarefas organizadas em concurso, em circuito e em situação de jogo. Inclui exercícios que pretendem aferir competências motoras essenciais, tais como:

**1.** Elevar o nível das capacidades condicionais e coordenativas:

- Resistência Geral
- Velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas e de deslocamento;
- Flexibilidade;
- Controlo de postura;
- Equilíbrio dinâmico em situações de “voo”, de aceleração e de apoio instável e ou limitado;
- Controlo de orientação espacial;

- Ritmo;
- Agilidade.

**2.** Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor;

**3.** Participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipo de atividades, procurando realizar as ações adequadas com correção e oportunidade.
Algumas das estações podem envolver a mobilização de competências diferenciadas, assim como de aprendizagens relativas a mais do que um dos temas organizadores constantes nas Orientações Curriculares.

A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Valorização dos domínios/ subdomínios na prova

| Domínios | Subdomínios | Cotação (em pontos) |
|---|---|---|
| Ginástica | . Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento. | 20 |
| Jogos | . Participar em jogos ajustando a iniciativa própria, e as qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. | 20 |
| Atividades Rítmicas Expressivas (dança) | .Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais. | 20 |
| Patinagem (Opcional) | . Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de percursos variados. | 20 |
| Percursos na Natureza | .Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente. | 20 |

## Critérios de classificação

O aluno é avaliado em exercício critério e em situação de jogo por um professor classificador.
Os critérios estão organizados por descritores de desempenho de cada item.
A classificação final a atribuir é expressa de forma quantitativa e resulta da observação direta da prestação motora e da média atribuída pelos professores classificadores, a cada item, de acordo com a seguinte tabela:

| | |
|---|---|
| Não executa | 0% da cotação do item |
| Executa parcialmente | 25% da cotação do item |
| Executa com erros | 50% da cotação do item |
| Executa sem erros | 75% da cotação do item |
| Executa plenamente | 100% da cotação do item |

A classificação final da prova é expressa em escala de 0 a 100, convertida em menções qualitativas

## Duração

A prova tem a duração de 90.
O tempo de preparação dos materiais, de avaliação geral e de experimentação das tarefas não está incluído no tempo de prova.

## Material Autorizado

Calções ou fato de treino e *t-shirt;* ténis ou sapatilhas.