

**Prova de Aferição de Educação Física
Prova 59 | 5.º Ano de Escolaridade | 2023**

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho

Duração da Prova: 100 minutos.

8 Páginas

Versão 2 – a aplicar nos dias 22, 23, 24, 25 e 26 de maio de 2023

GUIÃO

1 – Instruções gerais de realização da prova

A prova tem uma duração prevista de 100 minutos e é composta por seis tarefas. No Quadro 1, apresenta-se a duração prevista de cada uma das tarefas e a forma de organização dos alunos. O tempo despendido na preparação dos espaços e dos materiais, na organização dos alunos e na experimentação das tarefas 1 e 2 não é contabilizado no tempo destinado à realização da prova.

A duração prevista para cada tarefa é uma estimativa. A prova só termina após ter sido observado e classificado o desempenho de todos os alunos na realização de todas as tarefas.

Quadro 1 – Duração prevista de cada uma das tarefas da prova e forma de organização dos alunos

| Ativação geral e experimentação das tarefas 1 e 2 | | |
|---|------------------|---|
| | Duração prevista | Organização dos alunos |
| Tarefa 1 – Ginástica de Aparelhos | 16 minutos | Individual |
| Tarefa 2 – Sequência de Ginástica no Solo | | |
| Tarefa 3 – Percurso de Patinagem | 16 minutos | Individual |
| Tarefa 4 – Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Dança Tradicional ou Dança Social) | 18 minutos | Grupos de 6, pares ou <i>Line Dance</i> , de acordo com a dança selecionada |
| Tarefa 5 – Jogos (Bola no Fundo ou Bola ao Poste) | 20 minutos | Grupos de 6 |
| Tarefa 6 – Jogo Desportivo Coletivo – Futebol | 30 minutos | Grupos de 6 |

O professor aplicador e os professores classificadores preparam o espaço e os materiais com antecedência.

Os alunos fazem exercícios de ativação geral e experimentam as tarefas 1 e 2, sob a orientação do professor aplicador, antes do início da prova (15 a 20 minutos).

Os alunos devem estar identificados com *T-shirts* ou coletes numerados, de acordo com o seu número na lista da turma e respeitando a sequência e as condições de realização descritas na prova, para poderem realizar as tarefas. Após a realização de cada tarefa, os alunos regressam e permanecem no local indicado pelo professor aplicador. Os alunos só podem ausentar-se deste local com a autorização do professor classificador.

O professor aplicador procede à organização dos alunos, de acordo com as condições de realização das tarefas e com as instruções definidas na Informação Complementar, publicada pelo IAVE, I.P.

Ao professor aplicador compete garantir a segurança dos alunos na realização da prova, designadamente, identificando os alunos que não reúnam condições para realizar alguma das tarefas. Esta informação deve ser transmitida aos professores classificadores.

O professor aplicador deve acompanhar os alunos na realização das tarefas e apenas deve intervir caso a integridade física dos alunos esteja em risco. Se for necessária ajuda ou manipulação, considera-se que o aluno «Realiza outra tarefa» (**código 00**).

Cada professor classificador preenche a Ficha de Registo da Observação, de acordo com os descritores de desempenho que constam no documento dos Critérios de Classificação, concertando os registos com o outro professor classificador, para cada aluno, após o seu desempenho em cada tarefa.

Os professores classificadores garantem que a Ficha de Registo da Observação de cada professor classificador tem as mesmas classificações atribuídas para cada aluno.

2 – Guião das tarefas da prova

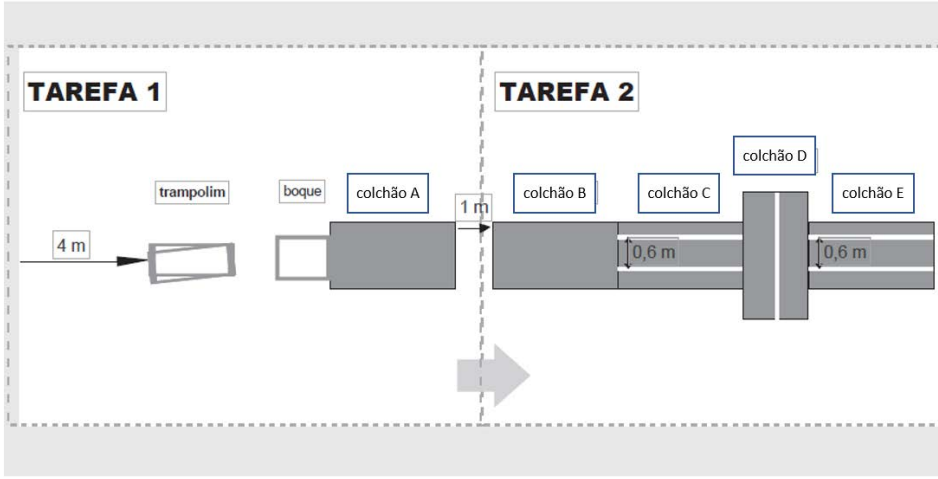
Antes da realização de cada uma das tarefas, um professor classificador lê o respetivo enunciado, sem informações ou esclarecimentos adicionais.

Na Tarefa 4, o professor aplicador opta por uma das Atividades Rítmicas Expressivas seguintes: uma Dança, uma Dança Tradicional ou uma Dança Social.

Na Tarefa 5, o professor aplicador opta por um destes jogos: Bola no Fundo ou Bola ao Poste.

Na Tarefa 6, após a leitura do enunciado, o professor classificador utiliza o primeiro grupo de alunos para realizar uma demonstração do Jogo Desportivo Coletivo.

Os desempenhos dos alunos da turma são todos avaliados na mesma opção, que foi escolhida pelo professor aplicador.

| Tarefa 1 – Ginástica de Aparelhos | |
|--|---|
| Enunciado da tarefa (a ler aos alunos) | Corre e, após chamada a pés juntos no trampolim, realiza o salto de eixo no boque, chegando ao solo em equilíbrio. A seguir, realiza a tarefa 2. |
| Tarefa 2 – Sequência de Ginástica no Solo | |
| Enunciado da tarefa (a ler aos alunos) | Realiza a sequência gímnica no solo, sem interrupções e pela ordem seguinte: cambalhota atrás, terminando com os pés juntos; meia pirueta; roda, partindo com os pés dentro do corredor, coloca alternadamente as mãos no colchão colocado transversalmente (uma mão de cada lado da linha) e termina com apoio alternado dos pés, dentro do corredor. |
| Condições de realização das tarefas 1 e 2 | <p>Cada aluno realiza sequencialmente as tarefas 1 e 2, de acordo com o esquema seguinte:</p>  <p>No final de um corredor, com cerca de 4 m de comprimento, dispor, sequencialmente, um trampolim, um boque, colocado transversalmente, com cerca de 80 a 90 cm de altura e um colchão de ginástica (A) posicionado no chão, longitudinalmente.</p> <p>A uma distância de aproximadamente 1 m do colchão A, são colocados sequencialmente os quatro colchões de ginástica (B, C, D e E), todos longitudinalmente, à exceção do colchão D, que deverá estar posicionado transversalmente.</p> <p>A meio do colchão D, é marcada longitudinalmente uma linha com giz ou fita adesiva. Nos colchões C e E, é marcado, ao centro, um corredor de 60 cm de largura, delimitado com giz ou fita adesiva.</p> <p>Os alunos, enquanto esperam, devem visualizar no cartaz as tarefas 1 e 2 (Anexo).</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 30 segundos por aluno.</p> |

Tarefa 3 – Percurso de Patinagem

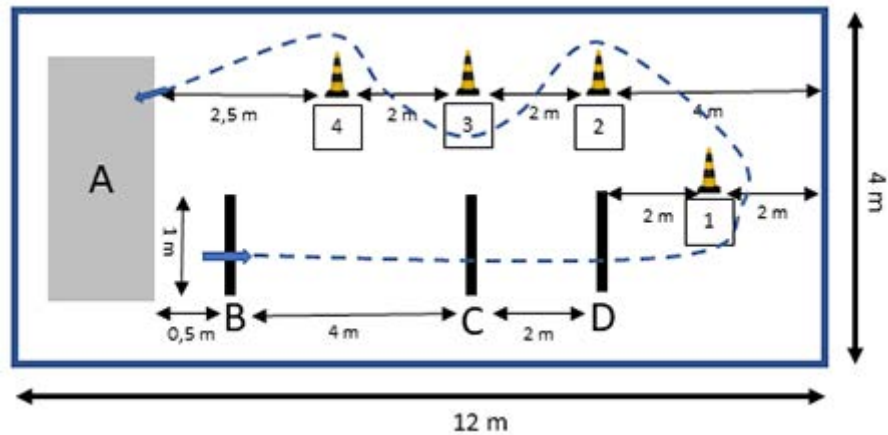
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)

Equipado com patins e capacete, coloca-te atrás da linha mais próxima do colchão e realiza o percurso seguinte, sem interrupções:

- arranca e desliza para a frente até à linha seguinte;
- desliza de cócoras entre as próximas duas linhas;
- desliza para a frente e curva, para contornares o cone mais distante do colchão;
- contorna os próximos três cones, em ziguezague, e desliza até ao colchão.

Condições de realização da tarefa

Cada aluno realiza o percurso da tarefa 3, de acordo com o esquema seguinte:



Um corredor com 12 m de comprimento, delimitado por duas linhas paralelas e uma linha final, com 4 m de comprimento, marcadas no solo com fita adesiva, cones ou cordas.

Um colchão de ginástica (A), colocado transversalmente no início do corredor.

Uma linha (B), com 1 m, marcada com giz ou com fita adesiva, a uma distância de 0,5 m do colchão.

Uma linha (C), com 1 m, marcada à distância de 4 m da linha B.

Uma linha (D), com 1 m, marcada à distância de 2 m da linha C.

O cone (1) é colocado ao centro do corredor e à distância de 2 m da linha final.

O cone 2 é colocado a 4 m da linha final, e os cones 3 e 4 são alinhados com o cone 2 e equidistantes (2 m).

O aluno inicia o percurso atrás da linha B e termina no colchão A, depois de realizar as habilidades.

Tempo previsto para a realização da tarefa: 30 segundos por aluno.

Tarefa 4 – Atividades Rítmicas Expressivas: De entre as opções apresentadas, o professor aplicador seleciona uma Dança (sequência de movimentos), uma Dança Tradicional (Regadinho, Erva cidreira, Sariquité ou outra) ou uma Dança Social (Rumba quadrada, Valsa lenta, Foxtrot ou Merengue), e informa os professores classificadores. Os professores classificadores leem o enunciado da tarefa correspondente à opção selecionada.

Opção 4 a) – Dança: Utilizando o trecho musical selecionado pelo professor da turma, realiza a sequência previamente preparada, incluindo, pelo menos, quatro movimentos diferentes característicos da dança (por exemplo, andar, correr, saltitar, deslizar, saltar, cair, rolar, rastejar e rodopiar).

| | |
|--|---|
| Enunciado da tarefa (a ler aos alunos) | Em grupos de seis, realiza a sequência preparada pelo teu professor, com pelo menos quatro movimentos diferentes característicos da dança, como, andar, correr, saltitar, deslizar, saltar, cair, rolar, rastejar e rodopiar, em sincronia com a música. |
| Condições de realização da tarefa | <p>O professor classificador lê o enunciado da tarefa.</p> <p>Todos os alunos executam a mesma sequência de movimentos.</p> <p>A tarefa realiza-se numa zona livre de obstáculos e com as dimensões adequadas à dança selecionada.</p> <p>O professor aplicador forma grupos de seis alunos.</p> <p>Os alunos colocam-se na posição inicial, correspondente à dança que vão executar.</p> <p>O professor classificador dá início à tarefa com a reprodução do ficheiro áudio, que contém o trecho musical selecionado, disponibilizado pelo professor aplicador.</p> <p>O professor aplicador reproduz o mesmo ficheiro áudio, de cada vez que o grupo realiza a sequência de movimentos.</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 3 minutos por grupo.</p> |

Opção 4 b) – Dança Tradicional: Regadinho, Erva Cidreira, Sariquité ou outra.

| | |
|--|--|
| Enunciado da tarefa (a ler aos alunos) | Dança com o teu par a Dança Tradicional, executando os passos característicos da mesma, em sincronia com a música. |
| Condições de realização da tarefa | <p>O professor classificador lê o enunciado da tarefa, indicando a Dança Tradicional selecionada pelo professor aplicador.</p> <p>Todos os alunos executam a mesma coreografia.</p> <p>A tarefa realiza-se numa zona livre de obstáculos e com as dimensões adequadas à dança selecionada.</p> <p>O professor aplicador forma grupos de seis alunos, organizados em três pares.</p> <p>Os alunos colocam-se na posição inicial, correspondente à dança que vão executar.</p> <p>O professor classificador dá início à tarefa com a reprodução do ficheiro áudio, que contém a música correspondente à dança selecionada, disponibilizado pelo professor aplicador.</p> <p>Se não houver pares em número suficiente, o grupo deverá ser completado com outros alunos da turma cujo desempenho já tenha sido observado e classificado.</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 3 minutos por grupo.</p> |

Opção 4 c) – Dança Social: Rumba Quadrada, Valsa Lenta, Foxtrot ou Merengue.

| | |
|--|--|
| Enunciado da tarefa (a ler aos alunos) | Dança com o teu par a Dança Social, ou em <i>Line dance</i> , caso esta seja o Merengue, executando os passos característicos da mesma, em sincronia com a música. |
| Condições de realização da tarefa | <p>O professor classificador lê o enunciado da tarefa, indicando a Dança Social selecionada pelo professor aplicador.</p> <p>Todos os alunos executam a mesma coreografia.</p> <p>A tarefa realiza-se numa zona livre de obstáculos e com as dimensões adequadas à dança selecionada.</p> <p>O professor aplicador forma grupos de seis alunos, organizados em três pares ou em xadrez para a <i>Line Dance</i>.</p> <p>Os alunos colocam-se na posição inicial, correspondente à dança selecionada.</p> <p>O professor classificador dá início à tarefa com a reprodução do ficheiro áudio, que contém a música correspondente à dança selecionada, disponibilizado pelo professor aplicador.</p> <p>Se não houver pares em número suficiente, o grupo deverá ser completado com outros alunos da turma cujo desempenho já tenha sido observado e classificado.</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 3 minutos por grupo.</p> |

Tarefa 5 – Jogos: De entre as opções apresentadas, o professor aplicador seleciona um jogo, Bola no Fundo 3x3 ou Bola ao Poste 3x3, e informa os professores classificadores. Estes leem o enunciado da tarefa, correspondente à opção selecionada.

Opção 5 a) – Jogo (Bola no Fundo 3x3)

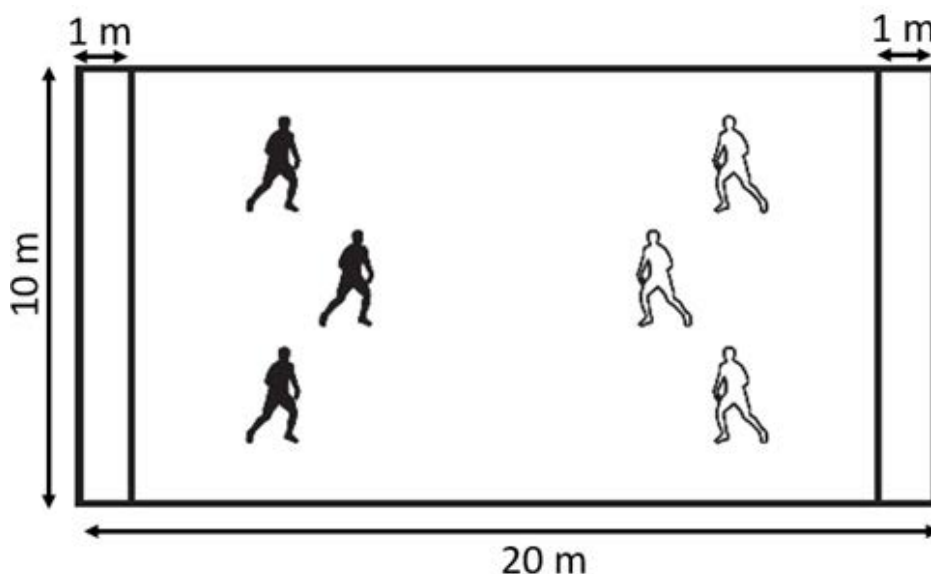
Enunciado da tarefa
(a ler aos alunos)

Para iniciar o jogo, coloca-te com a tua equipa de um dos lados do campo e joga com os teus companheiros o jogo da Bola no Fundo. O objetivo do jogo é colocar a bola na zona de fundo do campo adversário e evitar que a equipa adversária faça o mesmo, de acordo com as seguintes regras:

- a progressão só pode ser feita em passe com as mãos;
- a equipa marca ponto sempre que um dos seus jogadores conseguir pousar a bola na zona de fundo do campo adversário;
- a bola não pode ser lançada para a zona de fundo;
- não se pode andar ou correr com a bola na mão;
- não se pode tirar a bola das mãos dos adversários;
- não se pode empurrar, puxar ou agarrar os adversários.

Condições de realização da tarefa

A tarefa realiza-se num campo com dimensões aproximadas de 20 x 10 m. De cada lado do campo, há uma linha marcada à distância de 1 m da linha final, que delimita a zona de fundo. Deve usar-se uma bola de textura suave (semelhante às usadas na ginástica rítmica).



O professor aplicador organiza equipas de três alunos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar, publicada pelo IAVE, I.P.

Se houver um grupo com menos de seis alunos, este tem de ser completado com outros alunos da turma cujo desempenho já tenha sido observado e classificado.

Os alunos de cada equipa devem estar identificados com fitas ou coletes, que possibilitem a visibilidade do número do aluno.

Os alunos autorregulam a sua participação, de acordo com as regras do jogo.

Tempo previsto para a realização da tarefa: 4 minutos por jogo.

Opção 5 b) – Jogo (Bola ao Poste 3x3)

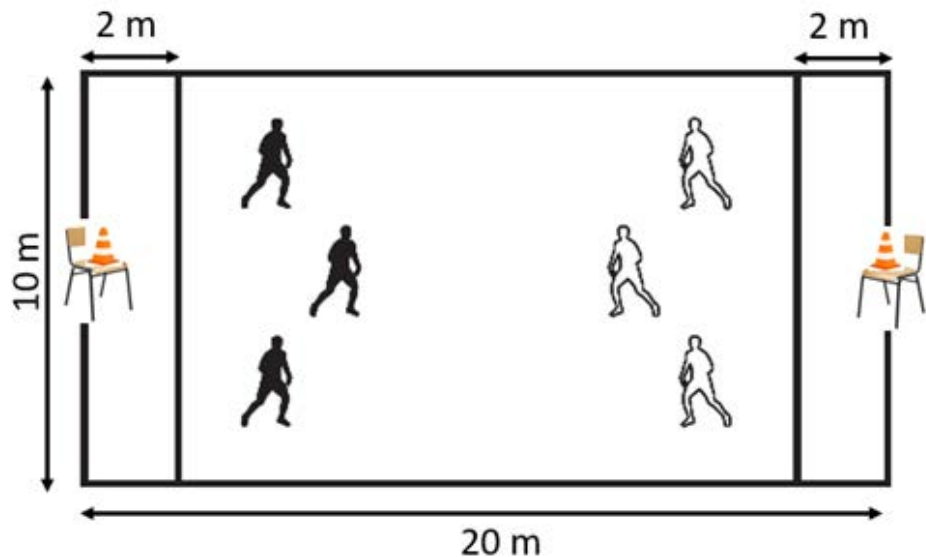
Enunciado da tarefa
(a ler aos alunos)

Para iniciar o jogo, coloca-te num dos lados do campo e joga com os teus companheiros o jogo da Bola ao Poste. O objetivo do jogo é acertar com a bola no cone adversário e evitar que a equipa adversária faça o mesmo, de acordo com as regras seguintes:

- a progressão só pode ser feita em passe com as mãos;
- a equipa marca ponto sempre que um dos seus jogadores conseguir acertar com a bola no cone;
- não se pode entrar na zona de fundo, onde está o cone;
- não se pode andar ou correr com a bola na mão;
- não se pode tirar a bola das mãos dos adversários;
- não se pode empurrar, puxar ou agarrar os adversários.

Condições de realização da tarefa

A tarefa realiza-se num campo com dimensões aproximadas de 20 x 10 m. De cada lado do campo há uma linha marcada à distância de 2 m da linha final, que delimita a zona de fundo. Coloca-se uma cadeira com um cone em cima, sobre a linha final e num ponto equidistante das linhas laterais. Deve usar-se uma bola de textura suave (semelhantes às usadas na ginástica rítmica).



O professor aplicador organiza equipas de três alunos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar, publicada pelo IAVE, I.P.

Se houver um grupo com menos de seis alunos, este tem de ser completado com outros alunos da turma cujo desempenho já tenha sido observado e classificado.

Os alunos de cada equipa devem estar identificados com fitas ou coletes, que possibilitem a visibilidade do número do aluno.

Os alunos autorregulam a sua participação, de acordo com as regras do jogo.

Tempo previsto para a realização da tarefa: 4 minutos por jogo.

Tarefa 6 – Jogo Desportivo Coletivo – Futebol (3x1)

Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)

Para iniciar o jogo, coloca-te com os teus dois companheiros de um dos lados do campo e joga com eles para marcares golo na baliza contrária, superando a oposição de um defesa e de um guarda-redes (GR), em cada uma das balizas (3x1).

As jogadas iniciam-se com o passe do GR mais próximo para um dos elementos da tua equipa, que joga para marcar golo na outra baliza.

O defesa coloca-se no meio-campo oposto ao início da jogada e só pode intervir defensivamente após a bola ter ultrapassado a linha de meio-campo.

Quando a tua equipa perder a bola ou marcar golo, o jogo continua, só que agora devem marcar golo na baliza do meio-campo onde iniciaste a jogada. As jogadas continuam de um meio-campo para o outro, até o professor classificador dar a tarefa por terminada.

As bolas que saem pela linha lateral pertencem à equipa atacante e são repostas com o pé no local onde a bola saiu. Não há lugar à marcação de pontapés de canto, sendo, nesse caso, a bola repostada pelo guarda-redes, e iniciando-se nova jogada.

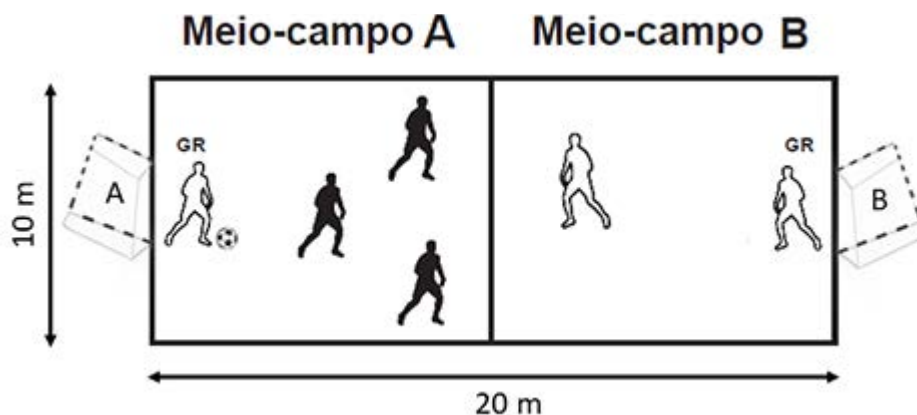
Condições de realização da tarefa

A tarefa realiza-se num campo, com dimensões aproximadas de 20 x 10 m, com 2 balizas. A tarefa representa uma situação de exercício de futebol, com superioridade numérica dos atacantes (3x1).

O professor aplicador forma duas equipas de três alunos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar, publicada pelo IAVE, I.P.

A equipa atacante é composta pelos alunos a avaliar e a outra, a dos defesas, é constituída por dois guarda-redes (GR) e um defesa.

A tarefa inicia-se com o passe do GR para um dos elementos da equipa posicionada no meio-campo A. Os três alunos progredem na direção da baliza do meio-campo B, para finalizar.



Após a finalização ou quando a equipa atacante perder a bola, esta é repostada em jogo pelo GR da baliza mais próxima, junto à sua baliza, para que a equipa volte a atacar para o meio-campo oposto.

O aluno em situação defensiva coloca-se no meio-campo B ou no meio-campo A, consoante o ataque se desenvolva na direção de uma ou de outra baliza, e só pode intervir defensivamente após a bola ter ultrapassado a linha de meio-campo.

Quando o desempenho dos três alunos atacantes já tiver sido avaliado, estes trocam de funções com os três alunos defensores.

Quando o número de alunos da turma não for múltiplo de seis, o último grupo a avaliar será completado com alunos cujo desempenho já tenha sido observado e classificado.

Se necessário, pode haver reorganização dos grupos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar, publicada pelo IAVE, I.P.

Tempo previsto para a realização da tarefa: 6 minutos (3 minutos por cada grupo de três alunos).

FIM DA PROVA