



Prova de Aferição de Educação Física
Prova 28 | 2.º Ano de Escolaridade | 2024

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

Duração prevista da Prova: 60 minutos.

7 Páginas

Versão 1 – a aplicar nos dias 2, 3, 6 e 7 de maio de 2024

GUIÃO

1 – Instruções gerais de realização da prova

A prova tem uma duração prevista de 60 minutos e é composta por três estações. No Quadro 1, apresenta-se a duração prevista para cada uma das estações. A prova decorre sem interrupções e só termina quando tiver sido observado e classificado o desempenho de todos os alunos.

Quadro 1

Ativação geral Explicação da prova e demonstração das tarefas em cada estação Experimentação das tarefas das Estações I e II	(15 a 20 minutos)
Prova	Duração prevista
Estação I – Tarefas 1, 2 e 3 (equilibrar-se e saltar para um plano superior; deslocar-se e descer o espaldar; realizar a cambalhota e saltar obstáculos)	24 minutos
Estação II – Tarefas 4, 5 e 6 (lançar e agarrar o arco; conduzir a bola com o pé; acertar no alvo, com uma bola)	24 minutos
Estação III – Tarefa 7 (jogo da «Espetada de frutos»)	12 minutos

A orientação e o acompanhamento da turma durante a prova são da responsabilidade do professor aplicador, podendo este ser coadjuvado por outro professor.

Os alunos são identificados em função do seu número na lista da turma. O número inscrito na *T-shirt* ou no colete deverá ter a dimensão suficiente para possibilitar uma boa leitura por parte dos professores classificadores. Os alunos devem realizar as tarefas pela ordem da sua numeração na lista da turma.

Os alunos realizam as tarefas de acordo com a sequência descrita no Quadro 1 – Estações I a III. A prova só termina após a observação e a classificação do desempenho de todos os alunos na Tarefa 7.

Na realização da Tarefa 7 (jogo da «Espetada de frutos»), a turma é organizada em grupos de seis alunos, respeitando a sua numeração. Nesta tarefa, se o número de alunos não for divisível de modo a permitir a formação de grupos de seis, o grupo com alunos em falta será completado com alunos da turma cujo desempenho já tenha sido observado e classificado.

Nas Estações I e II, no caso de o desempenho do aluno ter sido classificado, na primeira tentativa, com o código máximo (código 20) em todas as tarefas, o aluno regressa ao lugar ocupado no início da prova. No caso de não ter obtido o código máximo na primeira tentativa em uma ou mais tarefas de cada uma das estações, o aluno realiza a segunda tentativa nessa(s) tarefa(s) e regressa ao lugar do início da prova. Cabe aos professores classificadores a indicação das tarefas a repetir, devendo ser realizadas na ordem sequencial da respetiva estação. O desempenho destes alunos nestas tarefas é registado após a segunda tentativa, não havendo a possibilidade de realizar mais repetições.

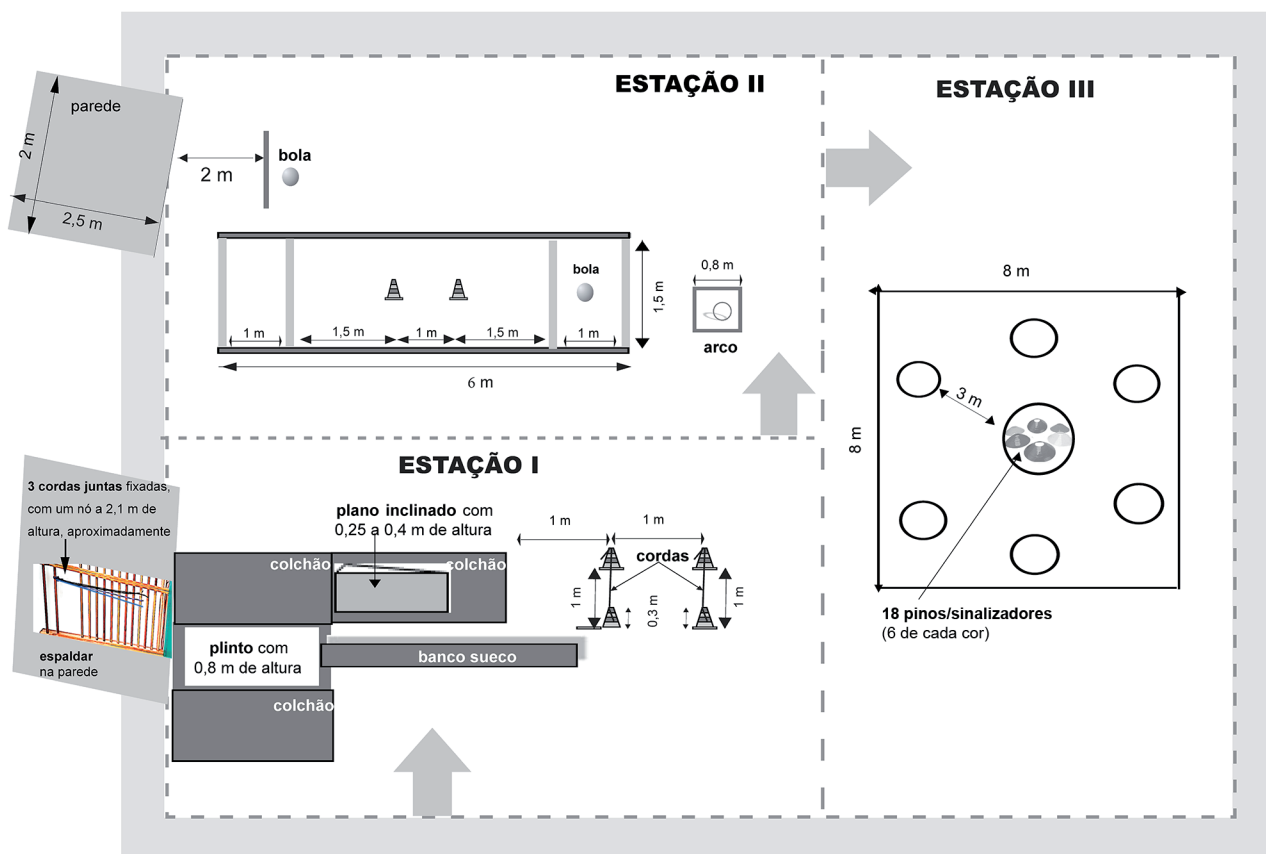
Na Estação III, os alunos realizam o jogo duas vezes: a primeira, para o experimentar e, a segunda, para observação e classificação.

Após a realização das tarefas em cada estação, os alunos regressam ao lugar ocupado no início da prova.

2 – Organização do espaço de realização da prova

Antes de os alunos iniciarem a prova, os professores classificadores preparam o espaço e os materiais, de acordo com o esquema apresentado na Figura 1.

Figura 1 – Esquema de organização e distribuição do material pelo espaço de realização da prova



3 – Instruções para o PROFESSOR APLICADOR

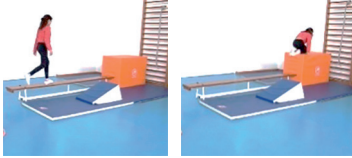

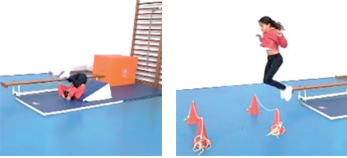
- Antes da realização da prova, o professor aplicador deve:
 - garantir que os alunos se apresentam na prova equipados com calção e *T-shirt* OU fato de treino e com sapatos de ténis OU sapatilhas OU outro equipamento que o professor aplicador considere adequado para a prática de exercício físico em aulas de Educação Física;
 - identificar os alunos através de *T-shirts* ou coletes numerados de acordo com a lista da turma;
 - verificar se os números têm dimensão suficiente para possibilitar a sua boa leitura por parte dos professores classificadores;
 - orientar os alunos na realização dos exercícios prévios de ativação geral;
 - certificar-se de que, após a demonstração feita pelos professores classificadores e antes de os alunos iniciarem a prova, estes experimentam uma vez todas as tarefas das Estações I e II;
 - dar indicações para o início da prova.
 - Durante a realização da prova, o professor aplicador deve:
 - certificar-se de que, na Tarefa 7, cada grupo de alunos realiza o jogo duas vezes: a primeira, para o experimentar e, a segunda, para observação e registo;
 - informar, oralmente, os professores classificadores de restrições, físicas ou de outra natureza, que condicionem ou impeçam a realização de tarefas pelos alunos;
 - orientar, organizar e acompanhar os alunos durante a realização das tarefas, em articulação com os professores classificadores, enquanto estes vão preenchendo as Fichas de Registo da Observação.
- Nota** – O professor aplicador deve acompanhar os alunos na realização das tarefas, mas apenas deve intervir caso a integridade física dos alunos esteja em risco. Se for necessária ajuda ou manipulação, considera-se que o aluno realiza uma tarefa cujo desempenho está enquadrado no descritor que corresponde ao código 00.




4 – Instruções para os PROFESSORES CLASSIFICADORES

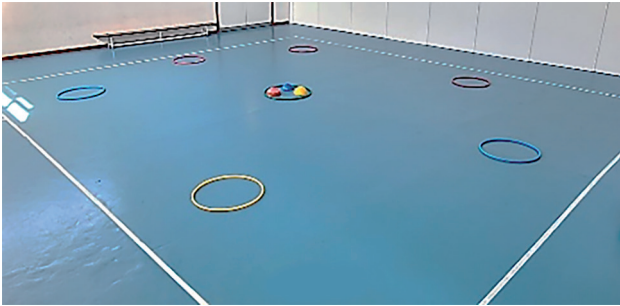
- Antes da realização da prova, o professor classificador deve:
 - apresentar-se no local de realização da prova 30 minutos antes da hora marcada para o seu início;
 - preparar o espaço e os materiais necessários, de acordo com as instruções gerais e a organização do espaço;
 - explicar as tarefas e demonstrá-las, com exceção da Tarefa 7, uma única vez, sem outros esclarecimentos além dos constantes no guião da prova;
 - convidar um aluno que não frequente o 2.º ano de escolaridade para demonstrar as tarefas, caso não possa ser um professor classificador a demonstrá-las.
- Durante a realização da prova, o professor classificador deve:
 - colocar-se num local adequado à observação do desempenho dos alunos;
 - registar na Ficha de Registo da Observação a classificação de cada aluno, garantindo o acordo com o outro professor classificador quando surge uma divergência sobre a classificação a atribuir ao desempenho de um aluno;
 - gerir o tempo da prova;
 - decidir o início e o fim do período de observação em cada estação e, em articulação com o professor aplicador, gerir a transição dos alunos de estação para estação. O tempo previsto para observação em cada estação poderá ser excedido ou encurtado, desde que seja garantida a observação do desempenho de todos os alunos;
 - assegurar que os alunos realizam uma segunda tentativa nas tarefas das Estações I e II em que foram observados e não obtiveram código máximo de desempenho (código 20) na primeira tentativa. O desempenho destes alunos é registado após a segunda tentativa, não havendo a possibilidade de realizar mais repetições;
 - observar e classificar o desempenho dos alunos na segunda vez em que realizam o jogo (Estação III), ou seja, após a experimentação;
 - atribuir o código 00, se for necessária ajuda ou manipulação do professor aplicador;
 - solicitar a repetição de quaisquer tarefas, se ocorrerem imprevistos não imputáveis aos alunos;
 - dar a prova por terminada, após verificar se o desempenho de todos os alunos foi classificado.
- Após a realização da prova, o professor classificador deve:
 - conferir os registos dos desempenhos na Ficha de Registo da Observação, garantindo que todos os alunos observados foram classificados em todas as tarefas;
 - garantir que a Ficha de Registo da Observação de cada professor classificador tem as mesmas classificações atribuídas para cada aluno.

5 – Descrição de cada uma das tarefas da prova

Os alunos realizam as tarefas da Estação I e da Estação II na sequência enunciada e em percurso, isto é, sem interrupção ou paragem entre as tarefas de cada estação.

Estação I (24 minutos)	Tarefa 1 (Equilibrar-se e saltar para um plano superior)	Tarefa 2 (Deslocar-se e descer o espaldar)	Tarefa 3 (Realizar a cambalhota e saltar obstáculos)
<p>Ilustração das tarefas</p>			
<p>Tarefas</p>	<p>Marcha em frente sobre o banco sueco e salta a pés juntos, colocando primeiro as mãos em cima do plinto e depois os dois joelhos simultaneamente.</p>	<p>Desloca-se lateralmente no espaldar até agarrar as cordas. Desce, alternando a pega das mãos e apoiando os pés até chegar ao último degrau. Mantendo os pés no degrau, termina a descida com as mãos nas cordas até ficar sentado no colchão.</p>	<p>Realiza a cambalhota à retaguarda, sobre um plano inclinado, sem interrupções, terminando em pé, sem sair do colchão. Faz meia volta e salta a pés juntos por cima de cada um dos dois obstáculos.</p>
<p>Narrativa para apresentação das tarefas aos alunos</p>	<p>Era uma vez uma bombeira que se chamava Maria e era famosa por ser destemida e hábil. Um dia, aceitou um desafio em que tinha de realizar uma série de exercícios, colocando à prova as suas capacidades de salvamento. O primeiro exercício consistia em «Equilibrar-se e saltar». O banco sueco e o plinto, ali à frente, eram obstáculos fáceis comparados com as pontes e as montanhas que já tinha ultrapassado. A Maria subiu para o banco, andou sem hesitar, e com um salto a pés juntos colocou as mãos no plinto para, logo em seguida, apoiar os joelhos ao mesmo tempo, demonstrando uma destreza incrível.</p> <p>O segundo exercício era ainda mais desafiante, «Deslocar-se e descer o espaldar». A Maria agarrou um degrau com as mãos e apoiou os pés noutra. De forma corajosa, deslocou-se lateralmente, segurando-se com firmeza, até agarrar as cordas. Em seguida, começou a descer, alternando o apoio das mãos e descendo os pés nos degraus. A descida assemelhava-se a uma operação de salvamento, e a Maria alcançou o último degrau com sucesso. Fixou os pés nesse degrau e, só com as mãos nas cordas, desceu até ficar sentada no colchão. Uma habilidade essencial para uma bombeira!</p> <p>O terceiro exercício consistia em "Realizar a cambalhota e saltar obstáculos". A Maria estava determinada a superar mais este desafio. A cambalhota era para a retaguarda! Sentou-se no plano inclinado, realizou a cambalhota para trás, sem interrupções, e, surpreendentemente, terminou de pé, sem sair do colchão. Não podia perder tempo, pois ainda tinha dois obstáculos que precisava de transpor. Com determinação, fez meia volta, saltou o primeiro obstáculo e depois o segundo, ambos a pés juntos, conquistando mais uma vitória com um sorriso no rosto.</p> <p>A Maria provou ser uma bombeira forte e habilidosa, enfrentando os exercícios com determinação e coragem. Tornou-se um exemplo, inspirando os seus colegas bombeiros a superar os desafios com confiança e alegria, contribuindo para que a cidade continuasse a ser um lugar seguro. Agora vais tu fazer como a Maria! Vamos a isso, bombeiros!</p>		
<p>Condições de realização das tarefas</p>	<p>Um plinto, de 80 cm de altura, é encostado perpendicularmente ao espaldar. No chão, é encostado um banco sueco, longitudinalmente, à frente do plinto. Colocar dois colchões paralelamente, um de cada lado do plinto. O aluno inicia esta tarefa, em pé, em cima do banco sueco e termina de joelhos sobre o plinto. A seguir, executa a Tarefa 2.</p>	<p>Três cordas de saltar, juntas, são fixadas, com um nó, num degrau do espaldar, aproximadamente, a 2,1 m de altura. Um colchão de ginástica está colocado no chão, longitudinalmente ao espaldar. O aluno inicia esta tarefa, em pé, em cima do plinto e termina, sentado no colchão, com os pés no último degrau e as mãos a agarrar as três cordas juntas. A seguir, executa a Tarefa 3.</p>	<p>No chão, é encostado um segundo colchão, longitudinalmente, à frente do utilizado na tarefa anterior. Um plano inclinado é colocado sobre o segundo colchão de ginástica. Os obstáculos são duas barreiras, colocadas paralelamente, com 1 m de largura e a cerca de 30 cm de altura, formadas por dois cones com uma corda por cima dos dois topos. A primeira barreira está colocada a 1 m do colchão e a segunda a 1 m da primeira.</p>
<p>Materiais necessários</p>	<p>No caso de o desempenho do aluno ter sido classificado, na primeira tentativa, com o código máximo (código 20) em todas as tarefas desta estação, o aluno regressa ao lugar ocupado no início da prova. No caso de não ter obtido o código máximo na primeira tentativa em uma ou mais tarefas, o aluno realiza a segunda tentativa nessa(s) tarefa(s).</p>		
<p>Materiais necessários</p>	<p>Um espaldar com um mínimo de 2 m de altura. Cinco cordas de saltar com, aproximadamente, 1 cm de diâmetro e com 2,5 m de comprimento. Três colchões de ginástica com cobertura de PVC ou lona, com 5 a 10 cm de espessura, 2 a 2,5 m de comprimento e 1 a 1,5 m de largura. Um plinto ou bloco de espuma com, aproximadamente, 80 cm de altura. Um banco sueco. Um plano inclinado de espuma, com 25 cm a 40 cm de altura na parte mais alta. Quatro cones com cerca de 30 cm de altura. Fita métrica.</p>		

Estação II (24 minutos)	Tarefa 4 (Lançar e agarrar o arco)	Tarefa 5 (Conduzir a bola com o pé)	Tarefa 6 (Acertar no alvo, com uma bola)
Ilustração das tarefas			
Tarefas	Lança o arco com uma mão, acima da cabeça, e volta a agarrá-lo com as duas mãos, sem que toque em qualquer outra parte do corpo ou no chão, mantendo-se em pé, na zona marcada.	Conduz a bola, partindo da zona marcada, mantendo-a próxima dos pés e dentro dos limites definidos. Percorre o corredor, contornando o primeiro cone por um lado e o segundo pelo outro, sem lhes tocar. Conduz a bola até à outra zona marcada, parando-a com o pé.	Lança a bola para cima, na vertical, com as duas mãos, e, sem ultrapassar a linha, bate-lhe com uma mão, acima da cabeça, para acertar diretamente no alvo (parede).
Narrativa para apresentação das tarefas aos alunos	<p>Era uma vez um rapaz que se chamava Duarte, que vivia numa pequena vila e adorava brincar ao ar livre. Um dia, viu um anúncio emocionante no parque da vila. Iria realizar-se uma atividade em que as crianças poderiam mostrar as suas habilidades com bolas e arcos. O Duarte ficou entusiasmado, vestiu o seu colete mágico e decidiu participar imediatamente.</p> <p>O primeiro desafio do torneio era «Lançar e agarrar o arco». Só teria de lançar o arco acima da cabeça com uma mão e voltar a agarrá-lo com as duas mãos. Iria ser fácil! Teria de se colocar na zona assinalada, não sair dela e não deixar que o arco tocasse no seu corpo ou no chão. Ele fez isso com tanta habilidade que todos aplaudiram com entusiasmo! O seu colete mágico tinha dado uma ajuda valiosa.</p> <p>O segundo desafio chamava-se «Conduzir a bola com o pé». O Duarte estava confiante, pois até já tinha feito desafios parecidos na aula de Educação Física. Era preciso conduzir a bola num corredor estreito, contornando dois cones, um de cada lado, sem lhes tocar, e voltar a conduzi-la. Não podia sair do corredor até parar a bola com o pé, na zona assinalada. Quando finalmente chegou ao fim, pensou: “a bola não era mágica, mas o seu colete era!”</p> <p>Já só faltava um desafio, «Acertar no alvo». Tinha de ter força e precisão, pois precisava que a bola acertasse na parede. O Duarte tinha de lançar a bola para cima, na vertical, com as duas mãos. Depois, sem ultrapassar a linha, tinha de bater na bola, com uma mão, acima da cabeça, para fazê-la acertar diretamente na parede. A bola voou, acertando na parede com estrondo, até parecia que os poderes do colete mágico tinham passado para a bola. O Duarte ficou tão feliz, que partilhou a sua alegria com os amigos e todos quiseram participar.</p> <p>Agora é a tua vez! Afinal também tens um colete mágico. Mostra que, tal como o Duarte, também consegues fazer estas habilidades. Vais adorar. Boa sorte!</p>		
Condições de realização das tarefas	Um quadrado, com 80 cm de lado, é marcado no chão com fita adesiva ou giz. O aluno inicia a tarefa, dentro do quadrado, com o arco numa mão e termina quando agarra o arco com as duas mãos, dentro do quadrado. A seguir, executa a Tarefa 5.	Um retângulo com 6 m de comprimento por 1,5 m de largura, marcado no chão com fita adesiva ou giz. Duas linhas são marcadas no interior do retângulo a 1 m de cada topo. No interior do retângulo, e equidistante das linhas laterais, são colocados dois cones a 1,5 m de cada linha marcada no interior do retângulo. O aluno inicia a tarefa com a bola no chão, dentro da zona inicial, e termina, na zona final, com a bola parada com o pé. A seguir, executa a Tarefa 6.	Parede lisa e livre de obstáculos, com 2 m de largura e 2,5 m de altura, no mínimo. Linha marcada no chão a 2 m de distância da parede. O aluno inicia a tarefa com a bola nas mãos, atrás da linha marcada e termina após fazer o batimento.
	No caso de o desempenho do aluno ter sido classificado, na primeira tentativa, com o código máximo (código 20) em todas as tarefas desta estação, o aluno regressa ao lugar ocupado no início da prova. No caso de não ter obtido o código máximo na primeira tentativa em uma ou mais tarefas, o aluno realiza a segunda tentativa nessa(s) tarefa(s).		
Materiais necessários	Um arco com um diâmetro de aproximadamente 60 cm. Fita métrica. Fita adesiva ou giz.	Uma bola escolar de material sintético, com um diâmetro de 15 a 20 cm. Dois cones com aproximadamente 30 cm de altura. Fita métrica. Fita adesiva ou giz.	Parede lisa e livre de obstáculos, com 2 m de largura e 2,5 m de altura, no mínimo. Um balão de voleibol, com um diâmetro de 20 a 25 cm. Fita métrica. Fita adesiva ou giz.

Estação III (12 minutos)	Tarefa 7 (Jogo da «Espetada de frutos»)
<p>Ilustração da tarefa</p>	
<p>Tarefa</p>	<p>Joga o jogo da «Espetada de frutos», durante 30 segundos.</p> <p>No jogo, os «cozinheiros» (alunos) têm como objetivo recolher «frutos» (pinos) para a sua «mesa» (arco) e preparar uma «espetada de frutos» (pinos empilhados com cor alternada).</p> <p>Na «cozinha» (espaço de jogo amplo e limitado), os «cozinheiros» estão dispostos em círculo e de pé, cada um na sua «mesa».</p> <p>Ao sinal do «cozinheiro-chefe» (um dos professores classificadores), os «cozinheiros» saem da sua «mesa» e vão apanhar um «fruto», entre os que estão no centro da «cozinha». Regressam à sua «mesa» e têm de colocar o «fruto» na «espetada».</p> <p>Durante o jogo, podem ser recolhidos «frutos», um de cada vez, que estejam dispersos no chão ou nas outras «mesas», se os respetivos «cozinheiros» não estiverem no seu interior. Só podem recolher o «fruto» que está no topo da «espetada de frutos» de outros cozinheiros.</p> <p>Não é permitido tirar «frutos» que estejam na mão de outros «cozinheiros», nem alterar a ordem dos frutos colocados na espetada.</p> <p>Ao sinal do professor, o jogo termina e os «cozinheiros» voltam à sua «mesa», procedendo-se ao apuramento dos resultados: número de frutos (pinos) empilhados, com cor alternada. Não é permitido qualquer contacto físico.</p>
<p>Narrativa para apresentação da tarefa aos alunos</p>	<p>Estava a aproximar-se o aniversário da professora e os alunos combinaram fazer-lhe uma surpresa! Organizaram-se em grupos e resolveram preparar um lanche saudável. Uma espetada de frutos colorida! A professora iria ficar contente, pois estava sempre a dizer que deviam comer fruta, porque fazia bem à saúde. A ideia parecia ser genial e todos quiseram participar. Fariam um concurso para ver quem conseguia preparar a maior e a mais colorida espetada de frutos. A espetada tem que ter o maior número possível de frutos empilhados, com cores alternadas, e não podem deixar frutos espalhados na mesa da cozinha.</p> <p>A cozinha tem seis mesas. No início, cada cozinheiro tem de estar na sua mesa. Ao sinal do cozinheiro-chefe, todos se devem movimentar o mais depressa possível, para apanhar frutos coloridos e empilhá-los na sua mesa. Todos os cozinheiros podem ir buscar frutos às mesas dos outros cozinheiros, se estes não estiverem lá! Por isso, atenção, não devem deixar a vossa mesa sozinha muito tempo, pois os vossos frutos podem ir parar às mãos dos outros cozinheiros.</p> <p>Não se podem esquecer que, durante o concurso, devem manter-se dentro da cozinha. Também precisam de ser rápidos, porque a possibilidade de fazerem uma bonita espetada de frutos acaba ao fim de 30 segundos. Vão fazer uma vez para experimentar e depois outra, já a sério, para o concurso.</p> <p>Quando o cozinheiro-chefe der por terminado o concurso, devem ter conseguido fazer uma bonita espetada de frutos com o maior número possível de frutos (pelo menos três), todos sobrepostos e sempre com cores alternadas! ATENÇÃO, não podem colocar dois frutos seguidos com a mesma cor, nem alterar a ordem dos frutos depois de colocados na espetada.</p>
<p>Condições de realização da tarefa</p>	<p>Espaço de jogo delimitado com fita adesiva ou giz (8 m x 8 m).</p> <p>Seis arcos distribuídos de forma equilibrada, em círculo, a 3 m do centro do espaço de jogo. No centro, encontram-se dezoito pinos/sinalizadores, seis de cada cor, empilhados em grupos de três, dentro de um arco.</p> <p>Os grupos são formados por seis alunos. Se houver um grupo com um número inferior a seis, tem de ser completado com outros alunos da turma cujo desempenho já tenha sido observado e classificado. No entanto, para classificação, cada aluno joga apenas uma vez.</p> <p>Cada grupo de alunos realiza o jogo duas vezes: a primeira, para o experimentar e, a segunda, para observação e registo.</p> <p>Antes do início do jogo, os alunos colocam-se dentro dos arcos, que são as suas «mesas».</p> <p>Um dos professores classificadores dá início ao jogo, com um sinal sonoro.</p> <p>O jogo tem a duração de 30 segundos.</p> <p>No final do tempo, o professor classificador dá por terminado o jogo, momento em que os alunos ou regressam aos seus arcos ou se mantêm neles, de modo a permitir a contagem dos pinos/sinalizadores.</p>
<p>Materiais necessários</p>	<p>Dezoito pinos/sinalizadores de três cores diferentes, seis de cada cor.</p> <p>Sete arcos com diâmetro de 60 a 80 cm.</p> <p>Cronómetro.</p> <p>Fita adesiva ou giz, para delimitar a área de jogo.</p>

FIM DA PROVA