



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA



## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE OLIVEIRA DE FRADES

### MATRIZ EXAME – ENSINO PROFISSIONAL

Disciplina: Educação Física Módulo: 10 – Dança I Tipo de Prova: Prática Duração: 5 minutos Ano letivo: 2012/2013

#### PRÁTICA

Conteúdos	Objetivos	Estrutura da prova	Cotações
<p><b><u>Valsa lenta:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passos básicos (closed changes)</li> <li>- Quartos de volta à direita</li> <li>- Postura</li> <li>- Alinhamento / direcção da dança</li> <li>- Ritmo – Compasso ternário</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Realizar</b> correctamente os passos abordados, numa coreografia de 2 a 3 minutos, que combine postura, ritmo e fluidez, tendo em conta a sequência definida pelo professor:</li> <li>- Alinhamento / direcção da dança</li> <li>- Ritmo – Compasso ternário</li> <li>- Passos básicos (closed changes)</li> <li>- Quartos de volta à direita</li> </ul>	<p>Coreografia de 2 a 3 minutos, com música, que combine postura, ritmo e fluidez, tendo em conta a sequência definida pelo professor:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alinhamento / direcção da dança</li> <li>- Ritmo – Compasso ternário</li> <li>- Passos básicos (closed changes)</li> <li>- Quartos de volta à direita</li> </ul>	<b>20 valores</b>
<b>TOTAL</b>			<b>20 valores</b>

#### **Material a utilizar:**

- Material indispensável para a prática de Educação Física (Sapatilhas, meias, t-shirt, calção ou fato de treino)

#### **Critérios gerais de correcção:**

##### **Dança – Valsa lenta:**

- Coreografia / encadeamento e execução dos passos básicos segundo as exigências técnicas;
- Correção técnica;
- Postura;
- Alinhamento / direcção da dança
- Ritmo de execução.

Oliveira de Frades, 28 de Maio de 2013

O professor responsável: José Carlos Frende Félix

**Época de Junho/Julho de 2013**  
**Critérios Específicos de Classificação - Prática**

**Dança – Valsa lenta**

<b>Conteúdos</b>	<b>Crítérios de Êxito</b>	<b>Cotação</b>
<b><u>Coreografia</u></b>	O aluno não apresenta nenhum dos passos básicos abordados.	0,0
	O aluno apresenta apenas um dos passos básicos abordados.	1,0
	O aluno apresenta apenas dois dos passos básicos abordados.	2,0
	O aluno apresenta os três passos básicos abordados.	3,0
	O aluno apresenta os três passos básicos abordados, correctamente encadeados.	4,0
<b>Total</b>		<b>4 valor</b>
<b><u>Correcção técnica</u></b>	O aluno executa os passos básicos com muitas incorrecções técnicas.	0,0
	O aluno executa, correctamente, só um dos passos básicos.	2,0
	O aluno executa, correctamente, só dois passos básicos.	3,0
	O aluno executa todos os passos básicos sem nenhuma incorrecção técnica.	4,0
<b>Total</b>		<b>4 valor</b>
<b><u>Postura</u></b>	O aluno executa toda a coreografia sem postura e sem tónus muscular.	0,0
	O aluno não executa toda a coreografia com a mesma postura e o mesmo tónus muscular.	2,0
	O aluno executa toda a coreografia com postura e com tónus muscular.	4,0
<b>Total</b>		<b>4 valor</b>
<b><u>Alinhamento / direcção da dança</u></b>	O aluno executa toda a coreografia sem alinhamento com o par e sem seguir a correcta direcção da dança.	0,0
	O aluno não executa toda a coreografia alinhado com o com o par ou não segue sempre a correcta direcção da dança. (e vice-versa).	2,0
	O aluno executa toda a coreografia com um dos itens correctamente definido e parte do outro.	3,0
	O aluno executa toda a coreografia correctamente alinhado com o par e seguindo a correcta direcção da dança.	4,0
<b>Total</b>		<b>4 valor</b>
<b><u>Ritmo de execução</u></b>	O aluno realiza toda a coreografia fora do ritmo certo.	0,0
	O aluno realiza só parte da coreografia no ritmo certo.	2,0
	O aluno realiza toda a coreografia no ritmo certo.	4,0
<b>Total</b>		<b>4 valor</b>
<b><u>Total</u></b>		<b><u>20 valores</u></b>

Oliveira de Frades, 28 de Maio de 2013

 O professor responsável: José Carlos Frende Félix