

INFORMAÇÃO-PROVA | Ensino Profissional

Módulo/UFCD: 3 – Jogos Desportivos Coletivos III - Basquetebol

Disciplina: Educação Física

Modalidade: Teórica (30%) + Prática (70%)¹

Duração da Prova: Teórica - 45 minutos | Prática - 45 minutos

O Exame consiste na realização de uma componente teórica, que tem uma ponderação de 30%, e de uma componente prática, com ponderação de 70%. As respetivas caracterizações serão apresentadas de seguida, contemplando os conteúdos, objetivos/competências e material de cada uma das componentes.

Caracterização da Prova Teórica | 200 pontos

Itens de escolha múltipla, verdadeiro ou falso, itens de resposta restrita e respostas de desenvolvimento.

Conteúdos

Objetivo do jogo;
História da modalidade;
Caracterização da modalidade - Área de jogo, duração, constituição das equipas;
Regras principais – pontos, drible, passes, bola fora, bola ao ar, retorno (regresso da bola à zona de defesa), faltas, tempos-limite;
Posições-base;
Rotações;
Paragens;
Passes/receções;
Dribles;
Lançamentos;
Passe e corte;
Ressaltos;
Enquadramentos.

Objetivos/Competências

Demonstrar conhecimento teórico sobre os conteúdos referidos anteriormente, nomeadamente quanto ao objetivo do jogo, área de jogo e regras, assim como em relação aos gestos técnicos e sua execução, determinantes técnicas, critérios de êxito e erros a evitar.

Material

Caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta.

Nota: as respostas serão registadas em folha própria, fornecida pela escola.

Conteúdos

Regras essenciais – drible, passos, bola fora, bola ao ar, retorno (regresso da bola à zona de defesa), faltas;

Posição-base;

Posições-base;

Rotações;

Paragens;

Passes/receções;

Dribles;

Lançamentos;

Passe e corte;

Ressaltos;

Enquadramentos.

Objetivos/Competências

Cooperar com o colega e/ou o professor.

Executar com correção e adequação os conteúdos supramencionados, cumprindo as componentes críticas, seja em situação de jogo, seja em exercício-critério.

Material

Equipamento adequado, nomeadamente: *t-shirt*, calções ou calças de fato-de-treino, meias de desporto e sapatilhas.

ⁱ - Alunos dispensados da prova prática, ao abrigo do artigo 20.º, alínea b), do Regimento do Curso Profissional – Teórica 100%.