

MATRIZ DA PROVA DE EXAME DE ATIVIDADES DE NATUREZA E LAZER – MÓDULO/UFCD 8628
(Cursos Profissionais - Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, Portaria n.º 235-A/2018, de 23 de agosto)

Ano Letivo: 2019/2020

Curso Profissional de Técnico de Desporto

Época de julho/setembro

<p>CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS <u>MÓDULO/ UFCD Nº8628</u></p> <p><u>METODOLOGIA DAS ATIVIDADES BODY & MIND</u></p>	Grupos	Questões	Tipo de questão/ tarefa	Competências	Cotações
<p><u>Metodologia das atividades body & mind</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercícios de Body & Mind <ul style="list-style-type: none"> ◦ Técnicas para o desenvolvimento da força, flexibilidade e equilíbrio em aulas de Body & Mind ◦ Técnicas para o desenvolvimento postural e para a consciencialização corporal ◦ Técnicas de respiração, de relaxamento, de concentração e de meditação • Estrutura e planeamento das aulas de Body & Mind 	I	1 2	Tarefa prática	Aplicação e demonstração de conhecimentos.	<u>30</u>
	II	3	Tarefa prática		<u>50</u>
	III	4	Tarefa prática		<u>80</u>
	IV	5	Item de resposta aberta		<u>40</u>
					<u>200</u>

Nota: A aluna terá de estar devidamente equipada (t-shirt, calções ou calças de fato de treino) para efetuar as tarefas práticas.

<ul style="list-style-type: none">• <u>Duração da prova:</u> 45 minutos• <u>Estrutura da prova:</u> 4 grupos• <u>Modalidade da prova:</u> Teórico/ prático	<p style="text-align: center;"><u>Critérios gerais de correção :</u></p> <p><u>Tarefas práticas</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Classificação das tarefas práticas através de níveis diferenciados de desempenho;• Atribuição dum dada pontuação a cada nível de desempenho. <p><u>Item de resposta aberta</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Aplicação do vocabulário específico da disciplina;• Organização, clareza e sistematização do discurso;• Classificação organizada por níveis de desempenho descritos e níveis de desempenho intercalares não descritos, de modo a contemplar as variações nas respostas dos examinandos.
---	--