

## Ensino Secundário – Cursos Profissionais

(DL 139/2012 de 5 de julho)

### Componente de Formação TÉCNICO DE APOIO À GESTÃO DESPORTIVA

#### Matriz - Prova de Recuperação de Módulos de Desportos de Combate

Ano Letivo	2013/2014
Disciplina	PAFD
Módulo(s)	10
Prova	Judo
Duração (min)	60'

Objeto de avaliação	Características e estrutura da prova	Critérios de Classificação
<p>1. Origem, evolução e tendências de desenvolvimento da modalidade</p> <p>1.1. Contextos organizacionais e formas de prática</p> <p>2. Prática da modalidade</p> <p>2.1. Tipos de intervenientes e sua relação prática</p> <p>3. Legislação e regulamentos aplicáveis ao contexto de prática da modalidade</p> <p>3.1. Regulamentos específicos da modalidade de âmbito federado e o sistema de graduações.</p> <p>4. Materiais e equipamentos específicos da modalidade</p> <p>4.1. Modo de utilização dos materiais e equipamentos, conforme o âmbito formal/informal de prática, ao nível da formação.</p> <p>5. Procedimentos de montagem e desmontagem de espaços e equipamentos afectos às práticas desportivas</p> <p>5.1. Equipamento necessário à prática da modalidade de acordo com os regulamentos para o efeito</p> <p>5.2. Montagem e desmontagem do equipamento desportivo em condições de segurança e de forma tecnicamente adequada</p> <p>6. Fundamentos técnicos e táticos predominantes na modalidade:</p> <p>6.1. Saudação e os princípios fundamentais das técnicas;</p> <p>6.2. Quedas; 6.3. Pegas; 6.4. Posturas, os deslocamentos e os desequilíbrios; 6.5. Técnicas no solo; 6.5.1. Técnicas de controlo;</p> <p>6.5.2. Técnicas de imobilização; 6.5.3. Técnica dos estrangulamentos</p> <p>6.5.4. Técnica das luxações; 6.6. Técnicas de pé</p> <p>6.6.1. As projecções; 6.6.2. Encadeamentos</p> <p>7. Principais acções e técnicas de ataque e defesa, entrada e saídas</p>	<p><u>Prática (130 pts):</u></p> <p>- O aluno realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A colocação/arrumação dos materiais de segurança, assim com a colocação do kimono;</li> <li>▪ Usa a terminologia adequada;</li> <li>▪ Quedas;</li> <li>▪ Trabalho no solo: imobilização; chave e estrangulamento;</li> <li>▪ Trabalho em Pé: projecções pra a frente e para trás;</li> <li>▪ Randori (encadeamento de situações).</li> </ul> <p><u>Teórica (70 pts):</u></p> <p>- O aluno realiza a Prova de conhecimentos teóricos relativa à matéria de judo.</p>	<p>O aluno prepara a sala de judo em segurança, possibilitando a prática.</p> <p>O aluno realiza com sucesso as diferentes quedas.</p> <p>O aluno realiza com sucesso uma imobilização por ele escolhida, a que dá nome.</p> <p>O aluno realiza com sucesso uma chave por ele escolhida, a que dá nome.</p> <p>O aluno realiza com sucesso um estrangulamento por ele escolhido, a que dá nome.</p> <p>O aluno realiza com sucesso uma projecção por ele escolhida, a que dá nome.</p> <p>O aluno realiza com sucesso o randori.</p> <p>O aluno entra e sai do tapete fazendo a saudação.</p> <p>O aluno utiliza os termos corretos para o começo e finalização do combate no chão.</p> <p>O aluno realiza a Prova teórica, respondendo às questões que lhe forem colocadas:</p> <p>Em cada questão serão somados os elementos contribuintes para a resposta correta, de acordo com a grelha de correção estabelecida.</p> <p>Haverá lugar à dedução de 5% por acumulação de erros ortográficos ou de pontuação, e de outros 5 pela desorganização do raciocínio/resposta ou incorreta apresentação da prova.</p>

**Material autorizado:** Calção ou calça desportiva; t-shirt; ténis. Esferográfica azul ou preta e folha de Prova.

NOTA: O aluno em situação de avaliação de confronto direto ou em que necessite de ajuda à execução da prova, deverá procurar (providenciar) um colega que colabore com o examinado de modo a **possibilitar** a realização da Prova de Recuperação.