

INFORMAÇÃO-PROVA DE AVALIAÇÃO EXTRAORDINÁRIA – CURSOS PROFISSIONAIS

EDUCAÇÃO FÍSICA

2022

Módulo/Unidade de Formação n.º: 10 – DANÇA I

Duração da Prova: 60 minutos | Tolerância: 30 minutos

Modalidade: Prática

1. Objeto de avaliação

A prova tem como referência os conteúdos programáticos **Módulo 10. Dança I**, do Programa de Educação Física dos Cursos Profissionais.

2. Caracterização da prova

A prova é prática.

3. Estrutura da prova

A prova é prática e organiza-se numa fase única de execução de duas coreografias, uma Dança Social Latino-Americana não progressiva, e uma Dança Tradicional Portuguesa.

4. Âmbito dos conteúdos

O/A aluno/a deverá ser capaz de executar as coreografias definidas, tendo apenas uma oportunidade de apresentação das mesmas.

Dança Tradicional Portuguesa - Regadinho (100 pontos):

- Passo de passeio;
- Passo saltado cruzado à frente;
- Passo saltitado.

Dança latino-americana não progressiva - Merengue (100 pontos).

O/A aluno/a, em situação de “*Line Dance*” e definindo previamente o tempo de execução dos passos (4 ou 8 tempos), deverá realizar uma coreografia utilizando:

- Passo básico;
- Passo progressivo à frente e atrás;
- Passo de mambo;
- Passos laterais com junção de apoios;
- Passos laterais cruzados;
- Passo em “V”;
- Voltas à direita e à esquerda.

5. Objetivos

Realizar as coreografias da Dança Social Latino-Americana não progressiva, e Dança Tradicional Portuguesa definidas, com uma boa postura, ritmo, fluidez e correção.

6. Material a utilizar

Uso obrigatório de equipamento desportivo adequado (calções ou fato de treino, *t-shirt* e ou *sweat-shirt*), bem como de calçado próprio.

Se o/a examinado/a não se apresentar com o vestuário adequado, não poderá realizar a prova.

7. Cotações

A prova é cotada em 200 (duzentos) pontos.