

MATRIZ DE PROVA DE ACESSO
CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO(A) DE DESPORTO
PRÉ-REQUISITOS
Prova de conhecimentos

Os pré-requisitos exigidos para acesso ao curso visam comprovar a aptidão funcional, física e desportiva adequada às exigências do curso,

O candidato deve ainda ter em sua posse as últimas avaliações da disciplina de Educação Física.

Abaixo, somente para conhecimento, segue as provas que teriam de efetuar numa situação normal para acesso ao curso.

Atletismo:

• **Salto em comprimento;**

Distâncias/cumprimento para avaliação máxima (20 valores):

1. *Masculinos* – 4 m e 40 cm; 2. *Femininos* – 3 m e 40 cm.

Cada candidato poderá efetuar 3 tentativa, a execução deverá cumprir o regulamento técnico.

• **Corrida de resistência - 1000 m;**

Tempos de referência para obtenção da avaliação máxima (20 valores):

1. *Masculinos*: 3 m e 30 s; 2. *Femininos* – 4 m e 30 s.

A execução deverá cumprir o regulamento técnico.

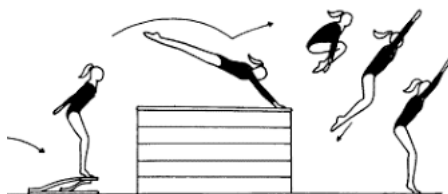
Ginástica

Prova gímnica composta por uma prova de solo e uma prova de cavalo (masculino, feminino).

• **Realização de uma seqüência (Masculino e Feminino)**



• **Salto de cavalo (Masculino e Feminino)**



O Coordenador Pedagógico
(Rogério Bessa, prof.)