

Assinale as afirmações verdadeiras com (V) e as falsas com (F).

Grupo I - VOLEIBOL

1. No serviço por baixo colocamos o pé contrário ao membro superior do batimento numa posição mais avançada. _____
2. Na manchete estendemos e unimos os membros superiores em rotação externa. _____
3. Na posição fundamental mantemos os membros inferiores estendidos. _____
4. Nos deslocamentos laterais cruzamos os apoios. _____
5. Durante o jogo adotamos uma atitude dinâmica. _____
6. Devemos reenviar a bola sempre ao primeiro toque para o campo adversário. _____
7. Na construção do ataque deve-se contribuir para os três toques. _____
8. Após ganhar a jogada a equipa tem de realizar uma rotação. _____
9. O jogador que serve é o da posição seis. _____
10. O jogo de Voleibol tem a duração de quatro partes de 10 minutos. _____

Grupo II - ANDEBOL

11. No passe de ombro mantemos o cotovelo junto ao tronco. _____
12. No remate em salto elevamos e fletimos o joelho do membro inferior livre. _____
13. A receção da bola deve ser feita preferencialmente com ambas as mãos. _____
14. Na posição base defensiva mantemos o olhar dirigido para o solo. _____
15. No jogo fazemos circular a bola, para impedir que seja interceptada pelo adversário. _____
16. Depois de passarmos a bola ficamos parados para não criar linhas de passe. _____
17. Um jogador só pode dar quatro apoios com a bola na mão sem driblar. _____
18. O guarda-redes pode sair da sua área com a bola em seu poder. _____

19. No lançamento lateral o jogador deve pisar a linha lateral pelo menos com um dos pés. _____
20. Para marcar golo basta que a bola toque na linha de baliza. _____

Grupo III - BADMÍNTON

21. O batimento utilizado nas trajetórias altas chama-se *Smash*. _____
22. No serviço curto imprimimos uma trajetória alta e tensa ao volante, de forma a cair no campo adversário perto da linha final. _____
23. No *Clear* imprimimos ao volante uma trajetória alta e longa. _____
24. Na fase final do *Amorti* deve-se acelerar o movimento. _____
25. No jogo individual, o serviço é realizado do lado direito, quando a pontuação do adversário for ímpar. _____
26. Quando a pontuação registar um empate a 27-27, o jogador que obter o ponto seguinte, ganha esse jogo. _____
27. Um jogador pontua sempre que ganha o serviço. _____
28. Um jogador pode dar um número máximo de dois batimentos consecutivos. _____

Grupo IV - FUTEBOL

29. O guarda-redes ao recuperar a bola deve passá-la a um jogador marcado. _____
30. Na finta protegemos a bola com o corpo. _____
31. No jogo devemos conservar a bola, não a fazendo circular. _____
32. O atacante com bola, em posição vantajosa e próximo da baliza adversária deve esperar e a passar a bola a um colega da sua equipa. _____
33. Sem prolongamentos e sem intervalo, o jogo de Futebol de 11, tem a duração de 100 minutos _____
34. O pontapé de canto ocorre sempre que a bola transpõe a linha final. _____

Grupo V - GINÁSTICA

35. No rolamento à frente engrupado as mãos devem ser colocadas junto às orelhas com as palmas das mãos voltadas para cima. _____
36. A roda inicia-se na posição de afundo. _____
37. Nos Saltos de Minitrampolim, a pré-chamada é executada encima da lona. _____
38. No salto engrupado baixamos o peito em direção aos joelhos. _____
39. Na Ginástica Acrobática, no monte, o base sobe para o volante. _____
40. Na posição de deitado, o base deve manter o corpo em total extensão. _____

Fim da prova

Cotações

Grupo I	Grupo II	Grupo III	Grupo IV	Grupo V
1. cinco pontos	11. cinco pontos	21. cinco pontos	29. cinco pontos	35. cinco pontos
2. cinco pontos	12. cinco pontos	22. cinco pontos	30. cinco pontos	36. cinco pontos
3. cinco pontos	13. cinco pontos	23. cinco pontos	31. cinco pontos	37. cinco pontos
4. cinco pontos	14. cinco pontos	24. cinco pontos	32. cinco pontos	38. cinco pontos
5. cinco pontos	15. cinco pontos	25. cinco pontos	33. cinco pontos	39. cinco pontos
6. cinco pontos	16. cinco pontos	26. cinco pontos	34 cinco pontos	40. cinco pontos
7. cinco pontos	17. cinco pontos	27. cinco pontos		
8. cinco pontos	18. cinco pontos	28. cinco pontos		
9. cinco pontos	19. cinco pontos			
10. cinco pontos	20. cinco pontos			
Total cinquenta pontos	Total cinquenta pontos	Total quarenta pontos	Total trinta pontos	Total trinta pontos

TOTAL = 200 pontos