

INFORMAÇÃO – Prova de Equivalência à Frequência

EDUCAÇÃO FÍSICA - PROVA PRÁTICA

PROVA 47| 2024

1º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova prática do 1º ciclo do ensino básico da disciplina de educação física a realizar em 2024, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material autorizado
- Duração

Objeto de avaliação

A prova de equivalência à frequência tem como referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais do 1.º Ciclo do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo não só sobre o conhecimento de conteúdos curriculares, mas também sobre a forma como estes são mobilizados através de processos cognitivos.

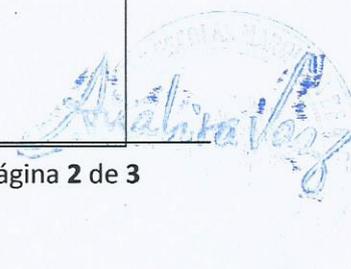
Caracterização da prova

A Prova é constituída pela componente **Prática** – estruturada em 3 Áreas – Quadro A

Quadro A – Estrutura da Prova Prática (Áreas/Competências/Cotação)

Área das Atividades Físicas	Competências	N.º de Habilidades Motoras	Cotação
Ginástica	Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento. - Cambalhota à frente no plano inclinado;	5	50 pontos

	<ul style="list-style-type: none"> - Cambalhota à retaguarda num plano inclinado; - Posição de flexibilidade (Ponte ou folha) - Posição de Equilíbrio (deslocamento no banco sueco) - SALTAR À CORDA em corrida e no local (a pés juntos e pé coxinho), com coordenação e fluidez de movimentos. 		
Jogos	<p>Cooperar com os companheiros procurando realizar as ações favoráveis ao cumprimento das regras e do objetivo do jogo. Tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Com uma raquete e uma bola (tipo ténis), em concurso individual, impulsionar a bola na vertical e BATÊ-LA acima da cabeça, imprimindo à bola uma trajetória tensa, numa direção determinada. 	1	35 pontos
(Subárea) Atividades Rítmicas Expressivas	<p>Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais.</p> <p>Em situação de exploração do movimento, com ambiente musical adequado:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizamovimentos locomotores e não locomotores, pausas e equilíbrios, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais. 	1	15 pontos



Crêterios gerais de classifica o

A prova   constituída por uma componente prática, sendo a classifica o final resultante da m dia aritmética simples arredondada às unidades.

Na Prova Prática a classifica o a atribuir a cada exercício resulta da aplica o dos cr terios específicos de classifica o e   expressa por um número inteiro.

Material

- Prova Prática

O aluno deve ser portador de material adequado   prática desportiva.

- Material Específico:

- Colchões de ginástica/tapete
- Plano inclinado
- Banco sueco
- Raquete
- Bolas de t nis
- Corda
- Aparelhagem
- Apito

Dura o

A prova tem a dura o de 45 minutos, sem direito a qualquer período de tolerância.

Indica es específicas

A sala onde   realizada a prova deve estar equipada Junto da prova deve constar a folha de registo de desempenho do aluno.

