

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA – TIPO DE PROVA (PRÁTICA)

PROVA (26) | 2022

3.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento visa divulgar as características da prova final do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2022.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura da prova;
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência o Programa de Educação Física do 3º ciclo e as Aprendizagens Essenciais, e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada nos domínios das Atividades Físicas Desportivas e da Aptidão Física.

São objeto de avaliação as matérias e a aptidão física constantes do quadro em síntese.

1. JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	2. GINÁSTICA	3. DESPORTOS INDIVIDUAIS	4. APTIDÃO FÍSICA
Andebol Voleibol Basquetebol	Solo Aparelhos	Badminton Atletismo	Testes FITEscola

CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA DA PROVA

A prova é prática e apresenta 4 grupos.

A execução dos exercícios realizada em circuito ou em situação de 1x1 com os outros examinandos. No caso de a prova ser realizada por um único examinando, estes elementos serão executados com um professor integrante do júri.

A prova prática é cotada para 100 pontos. A valorização apresenta-se no Quadro B.

	Domínios	Matérias	Estrutura	Cotação
Grupo 1	Jogos Desportivos Coletivos	Andebol Basquetebol Voleibol	Realização de exercícios de aquecimento, que antecipam a prática desportiva	10 pontos
			Situação de exercício critério em percurso a definir ou situação de jogo reduzido.	20 pontos
Grupo 2	Atividades Gímnicas	Ginástica de solo	Execução de uma sequência de elementos gímnicos no solo.	15 pontos
		Ginástica de Aparelhos	Execução de um salto no Minitrampolim. Execução de um salto no Plinto/bock.	15 pontos
Grupo 3	Desporto de Raquetes	Badminton	Em situação de cooperação, realizar os gestos técnicos <i>Serviço, Clear e Lob</i>	20 pontos
	Atletismo	Salto e corridas	Execução de saltos e corridas (velocidade, barreiras e estafetas) com correção técnica	
Grupo 4	Aptidão Física	Testes do FITescola	Realizar dois dos testes do FITescola: vai-vem + 1 à escolha (abdominais, extensões de braços ou impulsão horizontal)	20 pontos
TOTAL				100 pontos

Quadro B

CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Nível 1 - Não executa.

Nível 2 - Não cumpre a maior parte das componentes críticas.

Nível 3 - Cumpre a maior parte das componentes críticas.

Nível 4 - Cumpre com algumas incorreções.

Nível 5 - Cumpre a totalidade das componentes críticas

No grupo quatro os critérios de classificação são apenas cumpre ou não cumpre, caso esteja ou não, dentro dos valores da zona saudável de aptidão física para a sua idade e género

MATERIAL

O aluno deverá utilizar o equipamento desportivo, definido para as aulas de Educação Física (calções ou calças de fato de treino, t-shirt e ténis)

DURAÇÃO

A prova terá a duração de 45 minutos

maio 2022