

Prova de Equivalência à Frequência

EDUCAÇÃO FÍSICA

2023

Prova 26 Tipo de Prova: Prática

3º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3º ciclo do ensino básico da disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA, a realizar em 2023, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para o 7º, 8º e 9º ano em prova de duração limitada, incidindo, nomeadamente, sobre as competências que se apresentam a seguir:

A saber:

- Conhecimentos e Capacidades
 - a) Relacionar Atividade Física e Saúde através dos conceitos de Capacidades Físicas;
 - b) Conhecer e realizar as diferentes modalidades desportivas;
- Conteúdos
 - a) Processos de desenvolvimento e manutenção da Condição Física;
 - b) Capacidades Físicas Condicionais e Coordenativas;
 - c) Atividades Físicas e Desportivas;
 - Ações técnicas e aspetos táticos específicos das Atividades Físicas Desportivas: Andebol, Atletismo, Badminton, Basquetebol, Dança, Futsal, Ginástica e Voleibol;
 - d) Regras e arbitragem.

Caracterização da Prova

É constituída por uma prova prática com uma cotação de 100 Pontos.

Nos desportos coletivos, o aluno realiza um circuito de exercício critério demonstrando as competências na realização das ações técnicas específicas da modalidade (cotação 2x 25 pontos).

Na ginástica, realiza sequência com elementos gímnicos do nível elementar bem como um salto (cotação 25 pontos).

No Atletismo realiza situação formal de prova em corrida de barreiras, lançamento do peso e salto em comprimento, com três tentativas para os saltos (cotação 25 pontos).

Material

Equipamento desportivo adequado à prática de exercício físico (calção, calças de fato de treino, camisola da escola, bem como sapatos-ténis e sapatilhas).

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos, não tendo tempo de tolerância.

Critérios gerais de classificação

Nos desportos coletivos o aluno realiza os exercícios de acordo com os parâmetros de correção técnica da modalidade demonstrando destreza e fluidez na execução.

Na sequência gímnica o aluno realiza os elementos de acordo com os parâmetros de correção técnica bem como apresentando interligações entre estes que se adequem à boa fluidez da mesma sequência.

Na corrida de barreiras o aluno realiza corrida de 40 metros respeitando uma correta abordagem às barreiras.

Nos saltos, são avaliados pelo resultado apresentado em função de tabela validada e ajustada à população escolar do Agrupamento.

Nos lançamentos serão aplicados os critérios de correção das técnicas.