

INFORMAÇÃO — PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Prova 26 | 2020

Prova Prática

3º Ciclo do Ensino Básico - 9º ano – (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho e pelo Despacho Normativo n.º 3-A/2020, de 5 de março)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020, nomeadamente:

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

A prova de exame de equivalência à frequência a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciadas no Programa de Educação Física do 3º ciclo do ensino básico. As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina, em vigor.

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa de Educação Física do 7º, 8º e 9º ano e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa **prova escrita** e numa **prova prática** de duração limitada.

Caracterização da prova

A prova prática é cotada para 100 pontos e reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

Nas matérias de ensino das Atividades Físicas, a avaliação incide sobre a qualidade da execução técnico-tática.

Na Aptidão Física a avaliação segue o critério normativo sendo a situação de exercício correspondente ao teste padronizado do *Fitescola* como resultado de referência.

Quadro 1 – Valorização relativa dos temas da prova prática

Tema		Conteúdos	Cotação (em pontos)
Escolhe dois dos três temas apresentados	ATIVIDADES FÍSICAS Jogo Desportivo coletivo (Basquetebol)	No ataque com bola, passar, desmarcar-se e ocupar espaço livre, fintar e lançar na passada; No ataque sem bola, ocupar espaço para repor equilíbrio ofensivo; Na defesa, participar no ressalto defensivo.	10 pontos
	ATIVIDADES FÍSICAS Jogo desportivo coletivo (Voleibol)	Serviço por baixo; Receção do serviço em manchete ou com as duas mãos por cima; Posicionar-se correta e oportunamente para passar a bola a um companheiro;	10 pontos
	ATIVIDADES FÍSICAS Jogo Desportivo coletivo (Futebol)	No ataque com bola, passar a um companheiro em desmarcação para a baliza, ou em apoio, combinando o passe à sua própria desmarcação; No ataque sem bola, aclarar o espaço de penetração do jogador com bola e/ou dos companheiros em desmarcação para a baliza; Na defesa, marcar o seu atacante, procurando dificultar a ação ofensiva.	10 pontos
ATIVIDADES FÍSICAS Desporto individual (Ginástica)		Sequência no solo os seguintes elementos: Avião / pino / cambalhota à frente/ meia pirueta/ cambalhota atrás / ponte. Plinto longitudinal um salto de eixo ou um salto entre-mãos no plinto transversal.	20 pontos
ATIVIDADES FÍSICAS Desporto individual (Atletismo)		Salto em altura com a técnica de tesoura.	20 pontos
ATIVIDADES FÍSICAS Desporto individual (Raquetes)		Serviço curto e comprido Clear Lob Drive.	20 pontos
APTIDÃO FÍSICA		Prova de resistência aeróbia	20 pontos

Critérios gerais de classificação

A classificação das situações de exercício que correspondem às várias categorias de atividades físicas resultam do somatório da pontuação atribuída a cada componente crítica de cada situação de exercício exigida ao aluno.

A qualidade da execução dos exercícios resulta da observação da aplicação com correção e oportunidade das ações técnico-táticas definidas no exercício exigido.

A classificação dos testes de aptidão física segue um critério normativo e baseia-se nas tabelas de referência apontadas no Fitescola, por género e por escalão etário.

Material

O aluno deverá ser portador de Equipamento de Educação Física (Ténis, sapatilhas, T-shirt ou camisola, calções ou calças de fato de treino), de forma a poder otimizar o seu desempenho motor.

Duração

A prova prática tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.