

Código: 26
3.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova de equivalência à frequência da disciplina de educação física do 3º ciclo a realizar em 2024, nomeadamente:

1. Objeto de avaliação
2. Caracterização e estrutura da prova
3. Critérios gerais de classificação
4. Material
5. Duração da prova

PROVA PRÁTICA

1.OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de equivalência à frequência tem por referência as Aprendizagens Essenciais.

A prova permite avaliar as competências que decorrem dos objetivos gerais e específicos da disciplina (aprendizagens e competências), passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

Objetivos gerais e conteúdos em avaliação:

| | |
|-------------------|--|
| Objetivo 1 | Realizar com correção e sucesso fundamentos técnicos dos Jogos Desportivos Coletivos. |
| Conteúdos | Jogos Desportivos Coletivos: Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol. |
| Objetivo 2 | Realizar com correção elementos gímnicos de solo e aparelhos. |
| Conteúdos | Ginástica Artística (Solo e Plinto ou Minitrampolim) |
| Objetivo 3 | Realizar com correção a técnica de especialidades do Atletismo. |
| Conteúdos | Atletismo. |
| Objetivo 4 | Realizar com correção as técnicas das Modalidades de Raquetas. |
| Conteúdos | Modalidade de Raquetes (Badminton) |

| | |
|-------------------|--|
| Objetivo 5 | Realizar com correção as técnicas de Natação. |
| Conteúdos | Natação. |

| | |
|-------------------|--|
| Objetivo 6 | Realizar ações motoras de Aptidão Física dentro da zona saudável. |
| Conteúdos | Teste de Aptidão Física da bateria FITescola. |

2. CARACTERIZAÇÃO E ESTRUTURA DA PROVA

A prova apresenta seis grupos de exercícios.

Cada grupo de exercícios pretende avaliar as competências em cada um dos objetivos acima enunciados.

| Grupo | Número de exercícios | Tipo de exercício |
|-------|----------------------|--|
| I | 2 exercícios | Exercício critério individual, com um ou vários gestos técnicos integrados (de dois dos quatro Jogos Desportivos Coletivos). |
| II | 2 exercícios | 1 sequência de solo e 1 salto de plinto ou minitrampolim. |
| III | 1 exercício | 1 salto e 1 lançamento. |
| IV | 1 exercício | 1 técnica do Badminton. |
| V | 1 exercício | 1 prova de 50 metros, efetuando 2 estilos e 1 viragem. |
| VI | 2 exercícios | Testes da bateria FITescola. |

3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

| Grupo | Execução Técnica correta | Sucesso da tarefa |
|-------|--------------------------|-------------------|
| I | 50% | 50% |
| II | 100% | - |
| III | 100% | - |
| IV | 50% | 50% |
| V | 50% | 50% |
| VI | - | 100% |

4. MATERIAL

O aluno tem de apresentar-se com o equipamento adequado: t-shirt, calção ou calças de fato de treino, meias e sapatos desportivos. Para a prova de natação o aluno tem de apresentar-se com o equipamento adequado: fato de banho, chinelos e touca.

5. DURAÇÃO DA PROVA

A prova tem a duração de 45 minutos.