

INFORMAÇÃO-PROVA

Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física

(prova prática)

2023

Prova 26

3.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de **Educação Física (Prova Prática)**, a realizar em 2023, nomeadamente:

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

Os critérios gerais de classificação serão publicados antes da realização da prova, em simultâneo com as instruções de realização.

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa de Educação Física do Ensino Básico (9º ano de escolaridade) e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física e permite avaliar as aprendizagens e os conteúdos enquadrados nos domínios do programa da disciplina, lecionados até ao final do ano letivo de 2023.

Caracterização e estrutura da prova

A prova é constituída por uma componente prática.

PROVA PRÁTICA

COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS	ESTRUTURA	COTAÇÕES	CRITÉRIOS
Execução de gestos técnicos de diversas matérias selecionadas nas suas diversas componentes.	GRUPO I - ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS Basquetebol: Drible de progressão com mudança de direção Drible de progressão / proteção Lançamento livre Lançamento na passada Passe e Corte	Circuitos de exercícios critério	Jogos Desportivos Coletivos 25 pontos	Grau de desempenho dos gestos técnicos: executa sem erros, executa com alguns erros, executa com muitos erros ou não executa
	GRUPO II - RAQUETAS Badminton: Lob Clear Drive Serviço curto e comprido Jogo 1+1			
	GRUPO III – GINÁSTICA Ginástica de solo: Realiza os seguintes elementos gímnicos: Rolamentos à frente Rolamento à retaguarda Apoio facial invertido Roda ou rodada Avião	Sequência Gímnica	Ginástica 25 pontos	Grau de desempenho dos vários elementos gímnicos: executa sem erros, executa com alguns erros, executa com muitos erros ou não executa.
	Grupo IV – APTIDÃO FÍSICA Testes de Aptidão Física			
Realiza os Testes conforme o protocolo do FITescola	<ul style="list-style-type: none"> ● 1 Aptidão Aeróbia; ● 1 de Força Superior ● 1 de Força Média ● 1 de Força Inferior ● 1 de Flexibilidade 			

Critérios gerais de classificação

A classificação da prova é expressa na escala percentual de 0 a 100.

Os critérios de classificação relativos aos itens da prática desportiva apresentam-se organizados por níveis de desempenho em cada parâmetro (conforme Programa de Educação Física). A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação.

Material

Para a prova prática o examinando deve ser portador de equipamento desportivo básico.

Para a prova de ginástica deverá ser portador de sapatilhas.

O aluno deverá fazer-se acompanhar pelo menos por um colega para poder realizar os diversos exercícios de prova.

Duração

A prova prática tem a duração de 45 minutos.