



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
PIONEIROS DA AVIAÇÃO PORTUGUESA

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

3º Ciclo do
Ensino Básico

Prova Prática

2020/2021

EDUCAÇÃO FÍSICA

CÓD. 26

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, nomeadamente:

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

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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência os Programas Nacionais de Educação Física do Ensino Básico e concretiza-se na avaliação das aprendizagens numa prova prática, com duração limitada, incidindo, nomeadamente, sobre as competências seguintes:

- Desportos Gímnicos
- Jogos Desportivos Coletivos
- Atletismo
- Aptidão Física
- Atividades Rítmicas Expressivas
- Desportos de Raquetas

Caracterização da prova

De acordo com o programa, os alunos devem ser capazes de executar uma série ordenada de gestos técnicos, organizados numa sequência prática de exercícios-critério, com correção, eficiência e eficácia, de acordo com a especificidade de cada área/matéria expressa no quadro abaixo.

TEMAS/DOMÍNIOS	NÚMERO DE ITENS	COTAÇÃO (EM PONTOS)
GINÁSTICA	<ul style="list-style-type: none">• Ginástica de Solo• Ginástica de Aparelhos 5 a 7	15
JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS <i>(O avaliando seleciona duas matérias)</i>	<ul style="list-style-type: none">• Voleibol• Basquetebol• Futebol• Andebol 5 a 8	30
ATLETISMO	<ul style="list-style-type: none">• Velocidade• Salto em Altura 2	15
APTIDÃO FÍSICA (Fitescola)	<ul style="list-style-type: none">• Aptidão Aeróbia• Flexibilidade• Força média 1 a 3	10
ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS	<ul style="list-style-type: none">• Danças Sociais 6 a 10	15
DESPORTOS DE RAQUETAS	<ul style="list-style-type: none">• Ténis 5 a 10	15

A prova é cotada para 100 pontos.

A classificação final da prova da disciplina de Educação Física corresponde à classificação da prova prática, expressa em escala percentual de 0 a 100, convertida na escala de 1 a 5.

Material

Os alunos deverão ser portadores de equipamento adequado à prática desportiva (t-shirt, calção ou fato de treino, ténis e sapatilhas).

Duração da prova

A prova tem a duração de 45 minutos.

Critérios Gerais de Classificação

- A classificação a atribuir a cada execução resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é prevista por um número inteiro, de acordo com a grelha de classificação.
- A não realização de um qualquer exercício é classificada com zero pontos.
- A realização de exercícios/gestos/elementos para além dos pedidos e expressos na informação de prova, não serão classificados.
- Os alunos deverão apresentar domínio e segurança na execução dos conteúdos solicitados.
- Nos testes de aptidão física o aluno deverá cumprir as regras do protocolo de aplicação da bateria de testes do *Fitescola* e alcançar a zona saudável, de acordo com a sua idade e género.

Aprovado em Conselho Pedagógico