



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
PIONEIROS DA AVIAÇÃO PORTUGUESA

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 2º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2018, nomeadamente:

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

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida 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. Os temas que constituem o objeto de avaliação são seguidamente expressos:

- Desportos Gímnicos
- Desportos Coletivos
- Desportos de Raquetas
- Atividades Rítmicas e Expressivas
- Atletismo
- Condição Física

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 técnicos, com correção, eficiência e eficácia.

Caracterização da prova

A prova é organizada em 4 percursos específicos com exercícios-critério de acordo com a especificidade de cada área/matéria expressa no quadro abaixo.

Temas/Domínios	Tipologia de Itens	Número de Itens	Cotação (em pontos)
DESPORTOS GÍMNICOS Ginástica de Solo Ginástica de Aparelhos	<ul style="list-style-type: none">▪ Realizar uma sequência de habilidades no solo, que combine, com fluidez e elegância as destrezas gímnicas, de acordo com as exigências técnicas indicadas.▪ Realizar salto de eixo no boque de acordo com as exigências técnicas indicadas.	8	20
DESPORTOS COLETIVOS Voleibol	<ul style="list-style-type: none">▪ O aluno, das cinco modalidades coletivas abordadas, opta por duas, realizando uma sequência de exercícios técnicos específicos, num percurso definido, combinando com fluidez,	5 a 15	30

Basquetebol Futebol Andebol Tag-Rugby	destreza e ritmo os gestos técnicos abordados, de acordo com as exigências técnicas indicadas.		
DESPORTOS RAQUETAS Badminton	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cooperar com o companheiro (distanciados cerca de 6m), batendo e devolvendo o volante, evitando que este toque no chão], realizando lob e clear. ▪ Realiza serviço curto ou longo. 	3	15
ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS Dança Tradicional Portuguesa - Regadinho	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dançar o Regadinho (passo de passeio, passo saltado e passo saltitado), respeitando as diferentes posturas e posições e executando os passos em sincronia com a música, demonstrando as seguintes qualidades: No Regadinho: <ul style="list-style-type: none"> ▪ A – “Maria” a gingar a bacia no passo de passeio. ▪ Iniciar o passo saltado cruzado com a perna direita a cruzar pela frente e juntando-se os pés ao oitavo tempo, enquanto os membros superiores oscilam em oposição aos membros inferiores. ▪ Realizar o passo saltitado com impulsão e receção no mesmo pé, e as trocas com o braço dado em oposição. 	4	10
ATLETISMO - SALTO EM COMPRIMENTO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Efetuar um salto atingindo a maior distância possível. ▪ Cumpre com êxito/correção os critérios técnicos. ▪ Atinge o nível (marca) de prestação definido em tabela. 	1 a 4	10
CONDIÇÃO FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Executar as provas solicitadas e alcançar a zona saudável, de acordo com a sua idade e género, tendo como referência a bateria de testes do <i>Fitnessgram</i>. 	2	15

A prova é cotada para 100 pontos.

A classificação final da prova da disciplina de Educação Física corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações das duas componentes (escrita e prática) expressas 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, previsto na 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 matriz não serão classificados.
- Os alunos deverão apresentar domínio e segurança na execução dos conteúdos solicitados.
- Nos testes de condição física o aluno deverá cumprir as regras do protocolo de aplicação da bateria de testes do *Fitnessgram* e alcançar a zona saudável, de acordo com a sua idade e género.