
PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO

PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Prova 47/2022

Informação - Prova /2022

1.º Ciclo do Ensino Básico

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 1.º ciclo do ensino básico na disciplina de Educação Física a realizar em 2022 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, na Resolução do Conselho de Ministros 53-D/2020 de 20 de julho e na Carta de Solicitação ao IAVE, I. P., n.º 1/2021, de 9 de julho, conjugado com o Despacho n.º 6478/2017 e o Despacho n.º 6605-A/2021, de 6 de julho. Deve ainda ser tido em consideração o Despacho Normativo n.º 7-A/2022, de 24 de março.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida, o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

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

Objeto de avaliação

A presente prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais, homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, publicado no Diário da República, 2.ª série, n.º 143, de 26 de julho, tendo em consideração a necessidade de avaliar a capacidade de mobilização e de integração dos

saberes disciplinares, com especial incidência nas áreas de competências inscritas no referido documento, e ainda as Aprendizagens Essenciais, enquanto denominador curricular comum, conforme estabelecido no Despacho n.º 6605-A/2021, de 6 de julho.

No 4.º ano devem ser consideradas como competências essenciais as relativas aos blocos de Perícias e Manipulações e de Deslocamentos e Equilíbrios indicadas para esse ano de escolaridade, mas também as específicas indicadas para o 1.º ano.

Domínios

A prova de Equivalência à Frequência de Educação Física destina-se a avaliar as aprendizagens nos seguintes domínios:

- Resistência geral;
- Velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas, e de deslocamento;
- Flexibilidade;
- Controlo de postura;
- Equilíbrio dinâmico em situações de «voos», de aceleração e de apoio instável e ou limitado;
- Controlo da orientação espacial;
- Ritmo;
- Agilidade.

Caracterização da prova

A prova é exclusivamente prática.

Em percursos diversificados e em combinações, o aluno deve realizar as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e/ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.

As sequências são constituídas por algumas das seguintes habilidades gímnicas:

1. CAMBALHOTA À RECTAGUARDA, com repulsão dos braços na parte final terminando com os pés juntos na direção do ponto de partida.
2. SUBIDA PARA PINO apoiando as mãos no colchão e os pés num plano vertical, recuando as mãos e subindo gradualmente o apoio dos pés, aproximando-se da vertical (mantendo o olhar dirigido para as mãos), seguido de cambalhota à frente.
3. SALTAR para o espaldar, apoiando simultaneamente os pés e as mãos, virar-se de costas e saltar para o colchão com meia-volta, com receção equilibrada.
4. SALTO DE EIXO no boque, após corrida de balanço e chamada a pés juntos, passando com a bacia elevada e os membros inferiores bem afastados, com receção equilibrada.
5. COMBINAR posições de equilíbrio estático com marcha lateral, para trás e para a frente, voltas e saltos simples com receção equilibrada, na trave baixa ou banco suco.
6. RODAR O ARCO à volta do corpo, mantendo o movimento por ondulações do corpo.
7. POSIÇÕES DE FLEXIBILIDADE variadas

Critérios de classificação

A classificação a atribuir resulta da observação direta da prestação motora tendo em conta os parâmetros enunciados no quadro 1.

Quadro 1

CONTEÚDOS	PARÂMETROS	COTAÇÃO (pontos)
Ginástica Solo	Execução Técnica	60
	Atitude Gímnica	20
	Ritmo de Execução	20

Todas as tarefas são classificadas de acordo com níveis diferenciados de desempenho. Cabe aos professores classificadores analisar cada desempenho dos alunos de acordo com os parâmetros enunciados.

Para cada tarefa, os professores classificadores registam o nível de desempenho de cada aluno na Ficha de Registo da Observação.

Material

Os alunos devem apresentar-se equipados com calções e T-shirt ou fato de treino, e com ténis ou sapatilhas ou outro equipamento adequado para a prática do exercício físico. Não é permitido o uso de qualquer adereço que ponha em risco a integridade física do aluno ou dos colegas (fios, anéis, pulseiras, relógio, etc.)

O material necessário à realização das provas é fornecido pela escola.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

A duração das várias etapas é a seguinte:

Explicação da prova e demonstração das tarefas em cada estação - 10 minutos

Estação I - 7 minutos

Estação II - 7 minutos

Estação III - 7 minutos

Estação IV - 7 minutos

Estação V - 7 minutos

Após a demonstração da tarefa pelo professor e antes de iniciarem a prova, os alunos

experimentam todas as tarefas uma vez.

Os alunos que não consigam realizar uma tarefa com sucesso, à primeira tentativa, podem realizar uma segunda tentativa. Depois da segunda tentativa, regista-se o desempenho dos alunos, não havendo lugar a mais tentativas.

Após a realização das tarefas em cada estação, os alunos regressam ao lugar onde estavam no início da prova.