

## INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

**EDUCAÇÃO FÍSICA – Prova prática**

3.º Ciclo do Ensino Básico

9.º Ano de Escolaridade

Prova 26 | 2023

**Introdução**

O presente documento visa divulgar as características da Prova Prática de Equivalência à Frequência do 3.º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2023, de acordo com o Despacho Normativo n.º 4-B/2023, de 3 de abril.

As informações apresentadas não dispensam a consulta da legislação em vigor, em particular as Aprendizagens Essenciais (homologadas pelo Despacho n.º 6944- A/2018) em articulação com o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho).

Este documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO;
2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA;
3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO;
4. MATERIAL NECESSÁRIO E DURAÇÃO DA PROVA.

**1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais em vigor, em articulação com o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Permite avaliar a aprendizagem dos alunos, passível de verificação em prova prática de duração limitada, nos seguintes domínios das Aprendizagens Essenciais:

	Temas	Subtemas	Conteúdos
<b>1. ATIVIDADES FÍSICAS</b>	<b>Categoria A</b>	Basquetebol Voleibol	Nível Elementar

	<b>Categoria B</b>	Ginástica de solo Ginástica de aparelhos	Nível Introdutório
	<b>Categoria E</b>	Dança	Nível Introdutório
	<b>Categoria F</b>	Raquetes-Badminton	Nível elementar
<b>2. APTIDÃO FÍSICA</b>	<b>Aptidão física</b> (APF FITescola)	Resistência aeróbica	ZSAF

## 2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA DA PROVA

**A prova prática** é constituída por situações de percursos com destrezas específicas e por exercícios critério de cada uma das modalidades desportivas.

Consideram-se as matérias 1 Jogo Desportivo Coletivo, 1 Ginástica, 1 Dança, 1 Raquetas.

Aplicação da bateria de testes do programa FITescola – Teste da resistência – vaivém.

## 3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

PROVA PRÁTICA	COTAÇÃO
<b>Grupo I</b>	<b>20 Pontos</b>
Resistência aeróbica	20 Pontos
<b>Grupo II</b>	<b>50 Pontos</b>
Ginástica	30 Pontos
Badminton	10 Pontos
Dança	10 Pontos
<b>Grupo III – Desportos Coletivos</b>	<b>30 Pontos</b>
<b>TOTAL</b>	<b>100 PONTOS</b>

**Prova prática** . São criadas situações com habilidades ou exercício critério de cada modalidade desportiva nas quais o examinado:

- Se não executar ou demonstrar muitas incorreções, ser-lhe-á atribuído 0% da cotação;
- Se executa com ligeiras incorreções obtém 50% da cotação
- Com a correta execução, obtém 100% da cotação.

**Na prova do grupo I** (Teste de Aptidão Física - vaivém), o examinado deverá situar-se dentro da Zona Saudável (tabela do programa FITescola).

### **Na prova do grupo II**

Na **Ginástica de Solo** o examinado tem de apresentar um esquema com os seguintes elementos gímnicos: 2 rolamentos (à frente e à retaguarda); 1 posição de flexibilidade; 1 apoio invertido; 1 roda (a duas mãos).  
**Ou** na **Ginástica de Aparelhos** o examinando tem de identificar e executar: no plinto 1 salto e no minitrampolim 2 saltos.

**Dança**, o examinado tem de executar uma coreografia à sua escolha.

**Raquetas**, o examinado terá de realizar o serviço e os vários batimentos do Badminton.

**Na prova do grupo III**

**Desportos coletivos**, o examinado escolhe uma modalidade, realizando um percurso de habilidades/ gestos técnicos.

**Classificação final:** cotação a 100% na prova prática e conversão à escala de nível de 1 a 5.

**4. MATERIAL NECESSÁRIO E DURAÇÃO DA PROVA**

O examinado tem de apresentar equipamento adequado à prática das diversas atividades físicas e entregar ao júri da prova uma pen ou cd da música para executar a prova da categoria E - Dança.

A prova têm a duração de 45 minutos, sem tolerância.