

INFORMAÇÃO – PROVA

Despacho Normativo nº 7 – A/2022 de 24 de março

Prova de Equivalência à Frequência de **Educação Física** - Código 26
3.º Ciclo do Ensino Básico

Ano de escolaridade: 9ºano

Duração da Prova: 45 minutos

Tipo de Prova: Prática

Ano letivo: 2021/2022

3 páginas

Abril de 2022

Introdução

Este documento será dado a conhecer aos alunos, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa de Educação Física do Ensino Básico, em adequação com o nível de ensino a que o exame diz respeito.

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

- Enquadramento legal da prova
- Natureza da Prova/ duração
- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material

1. Enquadramento legal da prova

A presente prova enquadra-se no determinado pelo Despacho Normativo nº 7-A/2022 de 24 de março.

2. Natureza da Prova/ duração

Tipo de prova: Prova Prática

Duração: 45 minutos

3. Objeto de avaliação.

A prova tem por referência os conteúdos e capacidades previstas nos programas Curriculares da disciplina de Educação Física – 3º ciclo, assentando, essencialmente, nos Objetivos Gerais e Específicos previstos para o 9º ano.

A prova permite avaliar os processos cognitivos seguintes: conhecimentos, compreensão e interpretação, nos domínios da Melhoria da aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno. Promoção da aprendizagem dos conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas. Avaliar a aquisição e aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno.

4. Caracterização da prova

4.1 Caracterização da prova

- A Prova é constituída pela realização dos quatro testes do Grupo I - Aptidão Física, uma atividade da área do Grupo II – Atividades Físicas Desportivas (Ginástica ou Atletismo) e, mais uma atividade da área Grupo III – Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol ou Basquetebol).

4.2 Material para a prova prática

O aluno deverá vir devidamente equipado tal como consta no regulamento da disciplina (T-shirt, calção, meias e ténis).

Será ainda utilizado material diverso (bolas, cones, pinos, cronómetro).

A prova reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina, utilizando-se para isso, os domínios temáticos e as designações que constam do Programa de Educação Física do Ensino Básico.

A prova é cotada para 100 pontos.

A valorização relativa dos conteúdos apresenta-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Valorização dos temas na prova

PROVA PRÁTICA (ponderação de 50% na classificação final)				
CONHECIMENTOS E APTIDÕES	CONTEÚDOS		ESTRUTURA	COTAÇÃO
<p>. Avaliar o nível de prestação física desportiva dos alunos nas suas dimensões técnica, tática e regulamentar das modalidades em causa.</p> <p>. Análise do grau de cumprimento dos objetivos definidos para a disciplina.</p>	Grupo I Aptidão Física Desporto e Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Aptidão Aeróbia - Força Superior e Média - Flexibilidade 	Realização dos 4 testes	<p>4x5</p> <p>Total 20 pontos (a referência de sucesso – Zona Saudável)</p>
	Grupo II Atividades Físicas Desportivas	<p>Ginástica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apoio Facial Invertido - Cambalhota à frente de pernas afastadas e esticadas - Cambalhota à retaguarda - Roda - Posição de equilíbrio (avião) - Posição de flexibilidade (ponte) - Elementos de ligação (saltos, voltas ou afundo em várias direções). 	Sequência Exercícios/ tarefa	Total 40 pontos
		<p>Atletismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salto em Comprimento - Corrida Velocidade (40m) 	Dois (2) Exercícios/ tarefa	<ul style="list-style-type: none"> - 20 pontos - 20 pontos <p>Total 40 pontos</p>
	Grupo III Jogos Desportivos Coletivos	<p>Voleibol:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Passe - Manchete - Serviço - Jogo 2x2 	Quatro (4) Exercícios/ tarefa	<ul style="list-style-type: none"> - 10 pontos - 10 pontos - 5 pontos - 15 pontos <p>Total 40 pontos</p>
		<p>Basquetebol:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Passe/ recepção - Drible - Lançamento - Jogo 3x3 	Dois (2) Exercícios/ tarefa	<ul style="list-style-type: none"> - 10 pontos - 10 pontos - 5 pontos - 15 pontos <p>Total 40 pontos</p>
Total				100 Pontos