

2º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga a informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência do 2º ciclo do ensino básico, da disciplina de Educação Física, a realizar em 2023, nomeadamente:

- Tipologia da prova
- a) Objeto de avaliação;
- b) Características e estrutura da prova;
- c) Critérios gerais de classificação;
- d) Material autorizado;
- e) Duração.

a) Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciados no Programa de Educação Física do 2º ciclo do ensino básico.

O exame de equivalência à frequência de Educação Física, realizado através de uma prova com componente prática e de duração limitada, só permite avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciadas no programa.

A realização da prova pode implicar a mobilização de aprendizagens inscritas no Programa, mas não expressas nesta informação.

A prova desta disciplina permite avaliar o conhecimento dos examinandos assim como a sua capacidade para aplicar esse conhecimento na interpretação prática das habilidades motoras que lhe são propostas nas várias situações/atividades.

b) Caracterização da prova (características e estrutura)

A prova é constituída por uma componente prática - 100%

Componente prática

A componente prática apresenta quatro grupos de itens.

No grupo I, avalia-se o aquecimento;

No grupo II, avalia-se os conteúdos do Atletismo;

No grupo III, avalia-se a aptidão aeróbica (teste de Vaivém);

No grupo IV, avalia-se os conteúdos dos desportos coletivos: Voleibol, Basquetebol, Futsal e Andebol;

No grupo V, avalia-se a Ginástica de solo;

No grupo VI, avalia-se a ginástica de aparelhos

A prova é cotada para 100 pontos.

A valorização relativa dos domínios apresenta-se no quadro seguinte:

GRUPO	DOMÍNIOS	CONTEÚDOS	COTAÇÃO
I	Ativação funcional	<u>Avaliação da mobilização articular</u>	Realiza uma ativação cardiorespiratória adequada para a preparação para uma atividade física exigente 10
II	Atividade Física: Atletismo	Avaliação dos fundamentos técnicos - <u>Corrida de velocidade (40 metros).</u>	Realiza com oportunidade e correção global as ações técnicas próprias da modalidade. 10
		Avaliação dos fundamentos técnicos dos Saltos: <u>- em comprimento;</u> <u>- em altura</u>	Realiza com oportunidade e correção global as ações técnicas próprias da modalidade. 10
III	Aptidão física – Zona saudável de Aptidão Física	Avaliação da Aptidão Aeróbica - <u>Teste de Vaivém.</u>	Realiza o teste conforme descrito na Informação Fitescola (em anexo). Atingir o valor de referência para a sua idade/género. 10
IV	Atividade Física: Desportos Coletivos	Avaliação dos fundamentos técnicos – de duas modalidades coletivas em situação de exercício critério: <u>Futebol</u> - Passe e receção, condução de bola, remate. <u>Basquetebol</u> - Passe de peito e picado, receção de bola, drible, lançamento parado e na passada. <u>Voleibol</u> - Passe por cima com duas mãos, manchete e serviço por baixo. <u>Andebol</u> drible, passe, receção, enquadra-se com a baliza e remate (apoio ou suspensão), sem pisar a linha dos 6 metros	Realiza com oportunidade e correção global as ações técnicas próprias de uma modalidade à tua escolha. 25
V	Ginástica de solo	Avaliação dos seguintes elementos gimnicos: rolamento à frente; Rolamento à retaguarda; Roda a dois braços; Posição de equilíbrio; Posição de flexibilidade	Realiza com oportunidade e correção global as ações técnicas próprias da modalidade. 15

VI	Ginástica de aparelhos	Avaliação dos saltos a efectuar no minitrampolim e no boque Miniitrampolim: Salto em extensão; Salto vertical com 1/2 pirueta. Boque: Salto de eixo; Salto entre-mãos.	Realiza com oportunidade e correção global as ações técnicas próprias da modalidade.	10+10
-----------	-------------------------------	--	--	-------

Componente prática

A classificação a atribuir a cada tarefa resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro, previsto na grelha de classificação. A não execução de um exercício proposto, ou parte dele, implicará sempre a não atribuição da pontuação total prevista.

d) Material autorizado

A prova prática é realizada no espaço desportivo, sendo necessário o seguinte material: sapatilhas, ténis, fato de treino ou calções e camisola.

e) Duração

A prova prática tem a duração de 45 minutos.