



## INFORMAÇÃO – PROVA

### **EDUCAÇÃO FÍSICA - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA 2021**

---

#### **PROVA 26 - PRÁTICA**

---

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho conjugado com o Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho e com o Despacho n.º 1689-A/2021 de 12 de fevereiro, retificado pela Declaração de Retificação n.º 2018/2021 de 18 de março e o Despacho Normativo n.º 10-A/2021 de 22 de março.

---

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de educação física, a realizar em **2021**

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do programa da disciplina.

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

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

#### **1. Objeto de avaliação**

A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos enunciados nas aprendizagens essenciais da disciplina de educação física para o ciclo em questão.

#### **2. Características e estrutura da prova**

Esta prova, é uma prova prática constituída por 4 grupos e reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.



A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

Grupo I	<b>Aptidão Física</b> – realiza os testes do FitEscola solicitados
Grupo II	<b>Desportos Coletivos</b> – Realiza em exercício critério os gestos técnicos das modalidades solicitadas (2 desportos coletivos de entre Basquetebol, Futsal, Voleibol e Andebol)
Grupo III	<b>Desportos de Raquetes</b> - Realiza em exercício critério os gestos técnicos da modalidade
Grupo IV	<b>Atletismo</b> – Realiza o salto em comprimento

### 3. Critérios de classificação

A prova é cotada para 100 pontos.

Grupo I <b>Aptidão Física</b>	Realiza os testes, do Fitescola, solicitados dentro da zona saudável para a sua idade e género.	30 pontos
Grupo II <b>Desportos Coletivos</b>	Realiza com rigor e correção os gestos técnicos dos 2 desportos coletivos solicitados cumprindo as exigências técnicas dos mesmos.	20 pontos
		20 pontos
Grupo III <b>Desportos de Raquetes</b>	Realiza com rigor e correção os gestos técnicos solicitados cumprindo as exigências técnicas dos mesmos.	15 pontos
Grupo IV <b>Atletismo</b>	Realiza com rigor e correção a técnica do salto em comprimento.	15 pontos
<b>Total de Pontos</b>		100 pontos

A classificação do grupo I é de acordo com o seguinte critério: atinge a zona saudável do teste, cotação máxima; não atinge a zona saudável, 0 pontos.

A classificação dos grupos II, III e IV é de acordo com o seguinte critério: Executa muito bem, Executa bem, Executa suficientemente, Executa insuficientemente, Não executa.



#### 4. Material

O aluno deve apresentar-se devidamente equipado (t-shirt, calças de fato de treino ou calções, meias e ténis).

#### 5. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

O examinando deve comparecer vinte minutos antes do início da prova prática, para se equipar e efetuar o seu aquecimento.

Professores responsáveis pela elaboração:

Nuno Lemos

Paulo Feliciano

Joana Duarte

São Tomé, 6 de maio de 2021