

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2022

PROVA PRÁTICA - 28

2.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais/ Articulação com o Perfil dos Alunos, previstas para o 2.º ciclo do Ensino Básico - Educação Física. Tem como objetivo avaliar as competências desenvolvidas, enquadradas nos diferentes domínios, passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada.

2. Caracterização da prova

De acordo com o Despacho normativo nº 10-A/2021 de 22 de março (Regulamento das Provas e dos Exames do Ensino Básico e do Ensino Secundário), a prova é composta por uma parte prática com a duração de 45 minutos. A prova de Educação Física é constituída por uma componente prática onde serão avaliadas duas áreas previstas nas aprendizagens essenciais para o 6º ano:

A aptidão física será avaliada por duas das seguintes capacidades físicas: resistência, flexibilidade, velocidade, agilidade e força, através da aplicação dos testes que constam da plataforma FITescola. O/A aluno/a tem de atingir, nestes testes, a Zona Saudável para a idade (11anos).

2.1 As atividades físicas e desportivas:

2.2.1 Por duas modalidades individuais (atletismo, ginástica), duas modalidades coletivas, podendo o aluno escolher entre basquetebol e voleibol e uma modalidade de oposição (badminton).

2.2.2 Na prova de ginástica avalia-se a performance da execução dos movimentos propostos e a coerência do esquema gímico.

2.2.2.1 Na ginástica avalia-se uma sequência composta pelos seguintes elementos técnicos da modalidade: Apresentação, marcha, o salto em extensão, meia volta, rolamento à frente, rolamento à retaguarda de pernas afastadas, avião e a ponte. Cada elemento gímico tem uma ponderação diferenciada.

2.2.3 Na prova de atletismo (salto em altura com técnica de *tesoura*) avalia-se a execução técnica desde a corrida até à queda.

2.2.4 Nas provas das modalidades coletivas avalia-se a execução técnica e regras do jogo.

2.2.5 Na prova de badminton avalia-se a execução técnica dos batimentos e regras de jogo.

Quadro I Síntese – Valorização dos domínios e valorização dos itens

Grupo I	
Aptidão física	20%
Sub área de ginástica	20%
Sub área de atletismo	20%
Sub área de badminton	20%
Sub-área dos desportos coletivos	20%

3. Critérios gerais de classificação

Na área da aptidão física:

A avaliação da aptidão física é baseada nos resultados de dois dos testes apresentados e que podem ser consultados na Plataforma do FITescola. O/A aluno/a terá que alcançar o mínimo exigido em dois dos cinco testes, alcançando os 100% se tiver êxito em ambos.

Na área das atividades físicas- Sub área de ginástica:

Na ginástica a avaliação é baseada na execução técnica de uma sequência gímica de figuras obrigatórias, de forma a obter, no mínimo, 50% do valor global dos elementos gímicos. Cotação: 100%

O/A aluno/a tem de realizar os elementos gímnicos de forma correta apresentados em sequência, com ritmo de execução e encadeamento adequado, num valor máximo de 100%.

O/A aluno/a poderá realizar até duas vezes consecutivas a sequência, contando a melhor nota das tentativas realizadas.

Na área das atividades físicas- Sub área de Atletismo e Raquetes:

A avaliação de badminton é baseada na Identificação do espaço de jogo e execução técnica dos seguintes elementos técnicos: *Clear*; *Lob*; Serviço, serviço pontos ímpares, serviço pontos pares. Cotação 100%.

A avaliação do salto em altura é baseada na execução técnica da corrida de aproximação, chamada, voo e queda. Cotação 100%.

Na área das atividades físicas- Sub área de Jogos Desportivos Coletivos:

A avaliação de Basquetebol é baseada na Identificação do espaço de jogo e execução dos seguintes elementos técnicos: passe/receção, drible e os lançamentos, em circuito técnico individual. Cotação 100%.

A avaliação de Voleibol é baseada na Identificação do espaço de jogo e execução técnica dos seguintes elementos técnicos: passe, manchete e serviço. Cotação 100%

A classificação da prova prática será o somatório da classificação obtida em cada modalidade a dividir pelo número de provas realizadas.

4. Duração

A prova tem duração de quarenta e cinco minutos.

5. Material

É obrigatório o uso do seguinte equipamento: calções ou calças de treino, camisola de meia manga ou de manga comprida, sapatilhas (sabras para a ginástica) que calçará apenas no ginásio.