

**INFORMAÇÃO-PROVA PRÁTICA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**2022**

**PROVA PRÁTICA - 26**

3.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 3.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**

Prova é composta por uma parte prática com a duração de 45 minutos. A prova prática é constituída por três modalidades individuais (atletismo, ginástica e desportos de raquetas - badminton) e duas modalidades coletivas, podendo o aluno escolher entre andebol, basquetebol e voleibol. - Na prova de ginástica avalia-se a performance da execução dos movimentos propostos e a coerência do esquema gímico. - Na prova de badminton avalia-se a execução técnica dos batimentos e alguns aspetos táticos. - Na prova de atletismo (salto em altura com técnica de Fosbury-Flop) avalia-se a execução técnica desde a corrida até à queda. - Nas provas das modalidades coletivas avalia-se a execução técnica. - Na ginástica avalia-se o salto em extensão, meia volta, volta inteira, rolamento à frente, rolamento à retaguarda, apoio facial invertido (A.F.I), roda, avião e a ponte. Cada elemento gímico tem uma ponderação diferenciada

Quadro I Síntese – Valorização dos domínios e valorização dos itens

Domínios	Conteúdos	Cotação (%)
Ginástica	Rolamento à retaguarda	10
	Rolamento à frente	10
	Avião	5
	Ponte	15
	Roda	15
	Apoio facial invertido	20
	Volta	5
	½ Volta	5
	Salto em extensão	5
	Ritmo de execução	5
	Encadeamento	5
		100
		15
		10
		15
		15
		30

Andebol	Passe/recepção	15
	Drible	15
	Remate em suspensão	45
	Remate em apoio	25
		100
Basquetebol	Passe/recepção	15
	Drible	20
	Lançamento na passada	35
	Lançamento em apoio	30
		100
Voleibol	Passe	15
	Manchete	25
	Serviço Tipo Ténis	25
	Remate	35
		100
Atletismo (salto em altura)	Corrida de aproximação	15
	Chamada	25
	Voo /Transposição	45
	Queda	15
		100

### **3. Critérios gerais de classificação**

A avaliação é baseada na execução técnica de uma sequência gímnica de figuras obrigatórias, de forma a obter, no mínimo, 50% do valor global dos elementos gímnicos constantes no quadro I. Cotação: 100% O aluno tem que realizar os elementos gímnicos de forma correta apresentados em sequência, com ritmo de execução e encadeamento adequado, num valor máximo de 100%. Valores atribuídos a cada elemento gímnico constam no quadro de síntese. O aluno poderá realizar até duas vezes consecutivas a sequência, contando a melhor nota das tentativas realizadas. Prova 26 3 / 3 A avaliação de badminton é baseada na execução técnica, dos seguintes batimentos: Clear; Lob, Amorti; Drive; Serviço curto e longo. Cotação 100% A avaliação de Basquetebol é baseada na execução do: passe/recepção, drible e os lançamentos, em circuito técnico individual. Cotação 100% A avaliação de Voleibol é baseada na execução técnica do: passe, recepção em passe ou em manchete, manchete, serviço e remate. Cotação 100% A avaliação de Andebol é baseada na execução técnica do remate em apoio e em suspensão, passe/recepção e drible. Cotação 100% A avaliação do salto em altura é baseada na execução técnica da corrida de aproximação, chamada, voo e queda. 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 de equipamento adequado, sendo indispensável a utilização de sabrinas para a ginástica.