

INFORMAÇÃO PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Prova de Educação Física – código 26

9º ano de escolaridade - 2024

O presente documento visa divulgar as características da prova de **Equivalência à Frequência** da disciplina de Educação Física, código 26, a realizar em 2024. As informações apresentadas não dispensam a leitura da legislação em vigor nem das Aprendizagens Essenciais da disciplina.

O presente documento informa sobre os seguintes aspetos relativos à prova:

1. Objeto de avaliação
2. Características da estrutura da prova
3. Critérios gerais de classificação
4. Material autorizado
5. Duração

1. Objeto de avaliação:

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais da disciplina de Educação Física do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de ser efetuada numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre os domínios e/ou conhecimentos e competências que a seguir se enunciam:

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS:

SUB ÁREAS:

- JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras;
- GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.
- ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS, (BADMINTON/TÉNIS)
Realizar e analisar do ATLETISMO os diferentes tipos de corridas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.
- Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.
- OUTRAS - Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Ténis e Badminton), garantindo a iniciativa na participação individual, aplicando as regras.

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA:

Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo e relacionar aptidão física e saúde, identificando os seus benefícios para a saúde.

ÁREA DOS CONHECIMENTOS:

Relacionar/aplicar conhecimentos sobre as regras e fundamentos de todas as matérias.

2. Características e estrutura da prova

Será realizada uma prova prática com a duração de 45 minutos estruturada da seguinte forma:

- Jogos Desportivos Coletivos (uma matéria) – Situações de exercício critério individual e/ ou situações de jogo reduzido 2x2 ou 3x3 – 20 pontos;
- Ginástica (uma disciplina) – Situações de exercício critério individual – 20 pontos;
- ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS, (BADMINTON/TÉNIS) - (duas disciplinas):
 - ATLETISMO – Situações de exercício critério individual (Realização do salto em comprimento) – 20 pontos;
 - OUTRAS (BADMINTON/TÉNIS) – Situações de exercício critério individual 1x1 – 20 pontos;
- Avaliação da aptidão física (Teste de velocidade 40 metros) – 20 pontos.

3. Critérios gerais de classificação

A – Componente Prática:

Descritores:

- Ações técnicas - executa muito bem, executa bem, executa razoavelmente, executa com incorreções e não executa.
- Ações técnico-táticas: aplica/ não aplica com correção e oportunidade os conteúdos definidos. Adequa/ não adequa as ações às regras de jogo.

A prova será avaliada por três professores examinadores que constituem o júri, sendo aplicada a média das classificações atribuídas por cada um.

4. Material autorizado

O aluno deverá trazer o equipamento desportivo próprio para a realização da prova. Nas sub áreas de ginástica e atividades ritmicas expressivas, aconselha-se o uso de sabrinas. Caso contrário, a prova deverá ser realizada descalço. Todo o material desportivo usado para o exame prático das diferentes modalidades estará à disposição do aluno, excetuando a Dança em que o aluno poderá trazer a sua música.

5. Duração

A prova tem a duração de:

Componente Prática: 45 minutos (tolerância: não aplicável)