
INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA - 3º CICLO

Prova Prática de Educação Física

9.º ano de Escolaridade

Prova 26 | 2022 – 1ª e 2ª Fase (Artigo 19º do Despacho Normativo 7-A/2022 de 24 de março)

O presente documento visa divulgar as características da prova de exame a nível de escola equivalente ao exame nacional do 9º ano do ensino básico da disciplina de Educação Física.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação em vigor 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.

Objeto de avaliação

Domínios	Subdomínios	Conteúdos	Cotação (%)
Atividades físicas	● Grupo I – Jogos Desportivos Coletivos	Voleibol - Serviço por baixo; - Serviço por cima; - Passe alto de frente; - Manchete.	20
		Futsal - Condução de bola, com mudanças de direção; - Passe; - Recepção; - Remate.	20
	● Grupo II - Ginástica	Solo - Sequência contendo os seguintes elementos obrigatórios: - Dois rolamentos, um à frente e outro à retaguarda, à escolha entre os previstos nas Aprendizagens Essenciais; - Apoio facial invertido (pino de braços); - Roda ou rondada; - Uma posição de equilíbrio (avião ou bandeira); - Uma posição de flexibilidade (folha, ou ponte, ou espargata lateral, ou espargata ântero-posterior).	20
		Aparelhos - Minitrampolim - Salto engrupado (saída ventral); - Pirueta vertical (saída ventral).	20
Aptidão Física – Grupo III	Teste de Aptidão Aeróbia	20	

Características e estrutura da prova

Tipologias de itens

- Exercícios técnicos 1x0;
- Sequências gímnicas;
- Exercícios de salto;
- Corrida.

Critérios gerais de classificação

Prova Prática

- Nos grupos I e II (Aparelhos), preveem-se duas repetições de cada elemento técnico, sendo considerada para a avaliação a melhor execução.
- Os itens dos grupos I e II são classificados de acordo com os seguintes níveis de desempenho:
 - o Nível 0 - não executa;
 - o Nível 1 - executa com muitos erros, não respeitando as componentes críticas de execução;
 - o Nível 2 - executa ocasionalmente ou com erros, não respeitando a maioria das componentes críticas de execução;
 - o Nível 3 - executa de forma satisfatória, respeitando minimamente as componentes críticas de execução;
 - o Nível 4 - executa corretamente / com facilidade, respeitando a maioria das componentes críticas de execução;
 - o Nível 5 - execução excelente, respeitando a totalidade das componentes críticas de execução.
- Os critérios de classificação do grupo III apresentam-se de acordo com as tabelas de referência para a idade e o género (FIT Escolas)

Duração da prova: 45 minutos.

Material

O aluno deve ser portador do material que se indica de seguida:

- Calções
- T-shirt
- Ténis
- É ainda aconselhável que sejam portadores de sapatilhas específicas para as tarefas de ginástica.

Observações

- O aluno deverá apresentar-se no local onde se realiza a prova, devidamente equipado, 15 minutos antes do seu início, de forma a realizar uma ativação prévia, de forma autónoma.