



Ensino Básico Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de Julho	Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física
	Código da Prova: 26
	Ano Letivo: 2022/23

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

1. Objeto de avaliação

As provas de exame têm por referência o Currículo Nacional do 3ºCiclo do Ensino Básico e o Programa da disciplina de Educação Física em vigor.

Esta prova permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do Programa da disciplina, passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada, 45 minutos. A prova avalia as aprendizagens, essenciais na Área das capacidades das Atividades Físicas Desportivas: jogos desportivos coletivos e modalidades individuais abordadas ao longo do 3º Ciclo.

2. Características e estrutura

A prova prática é baseada nas modalidades desportivas coletivas e individuais abordadas ao longo do 3º Ciclo, cuja estrutura é a constante no quadro que se segue.



a. Prova prática

Quadro 1 – Características e estrutura da prova prática de exame de Educação Física

Área Atividades Físicas / Matérias	Objetivos	Estrutura da prova	Cotação
SUBÁREA: ATLETISMO	1. Correr um percurso de 40 metros no menor tempo possível, executando a técnica de partida e de corrida adequada à situação do espaço disponível. 2. - Salto em comprimento	1. Corrida de velocidade. 2. Salto em comprimento	25%
SUBÁREA: ANDEBOL	Executar com correção as seguintes ações técnico-táticas: 1. Passe / Recepção 2. Drible 3. Remate 4. Posição Básica 5. Deslocamentos defensivos	Executar em situação de jogo reduzido as ações técnico-táticas básicas da modalidade: 1. Passe (ombro e picado) / Recepção 2. Drible 3. Remate (em apoio e suspensão) 4. Posição básica defensiva 5. Deslocamentos defensivos	25%
SUBÁREA: BASQUETEBOL	Executar com correção as seguintes ações técnico-táticas: 1. Passe / Recepção 2. Drible 3. Lançamentos 4. Posição básica	Executar em situação de jogo reduzido as ações técnico-táticas básicas da modalidade: 1. Passe (peito e picado) / Recepção 2. Drible 3. Lançamento (em suspensão e na passada) 4. Posição básica defensiva e ofensiva	25%
SUBÁREA: GINÁSTICA DE SOLO	Executar com correção os seguintes elementos gímnicos: 1. Rolamento à frente engrupado 2. Rolamento à retaguarda engrupado 3. Rolamento à retaguarda de pernas afastadas e estendidas 4. Elemento de flexibilidade 5. Roda 6. Avião	Executar uma sequência gímnica com os elementos da ginástica de solo apresentados nos objetivos	25%

3. Identificação da escala de Classificação

A classificação da prova prática será calculada através da média aritmética da Área das Atividades Físicas e Desportivas, obtidas nas diferentes subáreas avaliadas, num total de 100%.



Nível	Comportamento a observar	Avaliação Quantitativa
1 (um)	Não executa	0,0 a 20,0 %
2 (dois)	Executa com muitos erros	21,0 a 49,0 %
3 (três)	Executa com alguns erros	50,0 a 74,0 %
4 (quatro)	Executa bem (com poucos erros)	75,0 a 89,0 %
5 (cinco)	Executa muito bem (sem erros)	90,0 a 100 %

4. Critérios Gerais de Classificação

a. Prova prática

Para a prova prática, a execução técnica será avaliada pela forma como se desenvolve a tarefa e pelo grau de consecução do objetivo dessa mesma tarefa.

A classificação da prova prática será calculada através da média aritmética das Atividades Físicas e Desportivas, num total de 100%.

5. Material Permitido

a. Prova prática

O material indispensável para a realização da prova prática, é o seguinte:

- Sapatilhas;
- Fato de treino ou calções;
- Camisola desportiva.

Todo o restante material desportivo necessário para a realização desta prova será fornecido pelo estabelecimento de ensino.

6. Duração da prova

A prova prática tem a duração de quarenta e cinco (45) minutos.