

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2022

Prova 28

6.º Ano de Escolaridade (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 2.º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2022, nomeadamente:

- objeto de avaliação;
- caracterização da prova;
- material;
- duração;
- critérios gerais de classificação.

Objeto de avaliação

A Prova tem como referência o Programa e Metas Curriculares de Educação Física do Ensino Básico. Esta prova permite avaliar competências enunciadas no Programa de Educação Física.

Caraterização da prova

A prova é constituída pela seguinte componente:

- Componente prática – estruturada em três grupos (temas) - Quadro A.

Quadro A - Estrutura da Prova Prática (Conteúdos Programáticos/Competências/Cotação)

Conteúdos Programáticos	Competências	Cotação	Tipologia das provas
<u>Grupo I</u> Bateria de Testes do FITescolas -Flexibilidade (senta e alcança) -Força (média e superior)	<u>Grupo I</u> Encontrar-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física do FITescola de acordo com a idade e género do examinado, num teste de força e flexibilidade à escolha do aluno.	<u>Grupo I</u> 20 Pontos	<u>Grupo I</u> Testes pré-definidos da Bateria de Testes do FITescola.

<p><u>Grupo II</u></p> <p>Jogos Desportivos Coletivos</p> <p>Futebol:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Condução da bola -Passe -Remate <p>Basquetebol:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Passe de peito ou picado -Lançamento parado, de curta distância -Drible de progressão <p>Voleibol:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Passe por cima -Serviço por baixo 	<p><u>Grupo II</u></p> <p>Executar as componentes críticas dos diferentes exercícios critério/ sequência de exercícios para dois dos Jogos Desportivos Coletivos, com elevado ritmo e correção.</p>	<p><u>Grupo II</u></p> <p>30 Pontos</p>	<p><u>Grupo II</u></p> <p>Exercícios critério dos diferentes Jogos Desportivos Coletivos.</p>
<p><u>Grupo III</u></p> <p>Modalidades individuais:</p> <p>Atletismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Corrida de velocidade 40 metros -Salto em Altura (Técnica de Tesoura) <p>Ginástica:</p> <p><u>Ginástica de solo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Rolamento à frente com pernas unidas -Rolamentos à retaguarda com pernas unidas -Avião -Roda <p><u>Ginástica de Aparelhos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Salto de eixo no boque -Minitrampolim: Salto engrupado ou Salto vertical com meia pirueta. 	<p><u>Grupo III</u></p> <p>Executar as componentes críticas dos diferentes exercícios critério para 2 modalidades individuais com elevado ritmo e correção.</p> <p>(Atletismo + Ginástica solo)</p> <p>(Atletismo + Ginástica aparelhos)</p>	<p><u>Grupo III</u></p> <p>50 Pontos</p>	<p><u>Grupo III</u></p> <p>Realização de elementos gímnicos individualmente.</p>

Material

- Prova Prática

O aluno deve ser portador de equipamento adequado à prática desportiva.

- Material específico:

- Tapetes;
- Colchão de queda;
- Boque;
- Minitrampolim;
- Bolas de voleibol, rede e postes;
- Bolas de Basquetebol;
- Tabelas de Basquetebol;
- Bolas de Futebol;
- Balizas;
- Postes de salto em altura;
- Elástico;
- Cronómetro;
- Aparelhagem;
- Áudio Fitescola;
- Caneta;
- Apito.

Duração

- Prova Prática

A prova tem a duração de 45 minutos.

Critérios gerais de classificação

A prova é constituída por uma componente prática, sendo a classificação final resultante da média aritmética simples arredondada às unidades.

Na Prova Prática a classificação a atribuir a cada exercício resulta da aplicação dos critérios específicos de classificação e é expressa por um número inteiro.