

Agrupamento de Escolas de Samora Correia

Prova de Equivalência à Frequência de
Educação Física

Data da Realização da Prova: / /2020

3.º Ciclo - 9.º Ano de Escolaridade

Despacho Normativo n.º 3-A/2020, de 5 de março

1. Introdução

O presente documento divulga informação relativa à realização da Prova de Equivalência à Frequência do 9.º ano da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020, nomeadamente:

2. Objeto de avaliação
3. Caracterização da prova
4. Critérios gerais de classificação
5. Material
6. Duração

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito, bem como às características específicas dos alunos visados.

2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa de Educação Física do Ensino Básico, aplicando-se supletivamente as Metas Curriculares de Educação Física.

CONTEÚDOS

Prova Prática

Os alunos terão que realizar os exercícios técnicos e táticos das diferentes modalidades (individuais e coletivas) abaixo indicadas:



- Atividades Físicas Desportivas Individuais: Ginástica de Solo
Analisar, compor e realizar com correção, amplitude e ritmo, ações técnicas específicas da Ginástica de Solo.
- Aptidão Física: Teste de condição física do FITescola “Vai/Vem”
Deve encontrar-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física do FITescola de acordo com a idade e género, ao nível da resistência geral de média duração.
- Atividades Físicas Desportivas Coletivas: Jogos Desportivos- Voleibol e Andebol;
Identificar, compreender e aplicar as ações técnico-táticas e as principais regras dos desportos coletivos.

3. Caracterização da prova

A prova é de carácter prático.

Prática

Divide-se em três grupos: Atividades Gímnicas, Aptidão Física e Jogos Desportivos.

- G1-Atividades Gímnicas: Ginástica de Solo - **sequência de 6 elementos** gímnicos (com obrigatoriedade de pelo menos um elemento de força, um de flexibilidade e um de equilíbrio).
- G2-Aptidão Física: Teste de Condição Física do FITescola “Vai/Vem” - Exercício critério de resistência aeróbia com base num sinal sonoro/cadência de gravação, até ao limite individual.
- G3-Jogos Desportivos Coletivos: - Voleibol - situação de exercício analítico;
- Andebol - situação de exercício analítico.

A prova apresenta a seguinte sequência: atividades gímnicas, seguida da aptidão física e termina com os jogos desportivos coletivos (voleibol e andebol respetivamente).

4. Critérios gerais de classificação

É atribuída a seguinte cotação:



Prova Prática (100 Pontos)			
Grupos	Modalidades	Cotações - pontos	
Modalidades Individuais	Ginástica de Solo	20 pontos	20 pontos
Aptidão Física	Teste “Vai /Vem”	20 pontos	20 pontos
Jogos Desportivos Coletivos	Voleibol	30 pontos	60 pontos
	Andebol	30 pontos	

A Prova terá os seguintes **critérios de correção**:

1. Nas modalidades individuais avaliar-se-á o nível de execução, coordenação e fluidez de movimentos, na realização da sequência gímnica, que deverá ter 6 elementos gímnicos distintos, incluindo pelo menos um elemento de força, um de flexibilidade e um de equilíbrio.
2. Na aptidão física avaliar-se-á o nível de realização do teste de condição física do Fit Escola - “Vai/Vem”, com interpretação numa tabela de desempenho, tendo em consideração as diretrizes constantes nos Programas Nacionais.
3. Nos jogos desportivos coletivos avaliar-se-á a adequação da conduta às situações de avaliação, o grau de aplicação dos conhecimentos adquiridos (regras de jogo de ambas as modalidades) e o nível de execução/aplicação dos comportamentos técnico-táticos exigidos em situação de exercício analítico.

5. Material

Equipamento desportivo adequado à prática desportiva (calções, t-shirt, ténis e sapatilhas de ginástica).

6. Duração

A Prova tem a duração de 45 minutos.