

PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Prova 26

(Ao abrigo dos Despachos Normativos nº 3-A/2019 e nº 1-F/2016)

INTRODUÇÃO

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência de Educação Física do 3.º ciclo, a realizar em 2019, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material
- Duração

OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de equivalência à frequência de Educação Física tem por referência o Programa da disciplina e permite avaliar aprendizagens e conteúdos, enquadrados em domínios do Programa, passíveis de avaliação em prova escrita de duração limitada.

CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

A prova é cotada para 100 pontos.

A prova reflete uma visão integradora dos diferentes conteúdos abordados na disciplina e está organizada por grupos de itens.

A prova é realizada no pavilhão gimnodesportivo.

A prova prática é composta por 4 partes:

- 1º - Realização de um circuito técnico de Futsal.
- 2º - Realização de um circuito técnico de Basquetebol.
- 3º - Realização do Teste de Vai Vem.
- 4º - Apresentação de uma sequência gímnica.

Quadro 1 – Distribuição da cotação por Domínios

Domínios	Conteúdos	Cotação
FUTSAL ➤ Realizar com correção e oportunidade as ações técnicas da modalidade.	- Passe/recepção - Condução de bola - Remate	25 pontos
BASQUETEBOL ➤ Realizar com correção e oportunidade as ações técnicas da modalidade.	- Passe peito, picado e de ombro/recepção - Drible de progressão e proteção - Lançamento em apoio, na passada e em suspensão	25 pontos
ATLETISMO ➤ Realizar a prova definida cumprindo as exigências técnicas e regulamentares.	- Corrida de resistência aeróbia.	25 pontos
GINÁSTICA DE SOLO ➤ Realizar uma sequência de habilidade no solo, que combine com fluidez as destrezas gímnicas, de acordo com as exigências técnicas.	- Avião - Rolamento à frente engrupado - Rolamento à frente com saída de m i afastados - Pino de cabeça - Rolamento à retaguarda engrupado - Rolamento à retaguarda com saída de m i afastados - Roda	25 pontos

CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A prova prática será avaliada em função da realização/adequação dos conteúdos:

- ✓ Nível de execução das ações técnicas exigidas.
- ✓ Número de percursos efetuados no Vai Vem.
- ✓ Nível de execução e harmonia dos elementos gímnicos exigidos na sequência.

MATERIAL

O aluno deve comparecer no exame prático com o equipamento desportivo.

DURAÇÃO

A prova tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.