

INFORMAÇÃO – Prova de Equivalência à Frequência

Disciplina: - Educação Física

Duração: 45 minutos (Componente prática)

ENSINO BÁSICO – 2º CICLO
Ano letivo: 2024/2025

Código: 28

1ª/2ª Fases

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da Prova de Equivalência à Frequência da disciplina de Educação Física.

1. Objeto de Avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e competências enunciados no programa de Educação Física do 2º ciclo do Ensino Básico. Destes conhecimentos e competências são objeto de avaliação, na prova, os seguintes conteúdos: Desportos Coletivos (Andebol e Basquetebol) e Desporto Individual (Atletismo).

2. Característica e Estrutura da prova

(Como exemplo de operacionalização)

A caracterização e estrutura da prova sintetizam-se no quadro seguinte:

Grupos	Objetivos	Estrutura da Prova/ Tipo de exercícios	Pontos
1 2	Adequar a sua atuação, como jogador, ao objetivo do jogo, à sua função e modo de execução das ações técnicas e táticas e às regras do jogo.	<p>A prova consiste na realização de duas modalidades coletivas e de uma modalidade individual.</p> <p>A duração da execução dos exercícios é de 30 minutos, distribuídos equitativamente pelos dois desportos coletivos e pelo desporto individual.</p> <p>Andebol:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo reduzido (se houver número suficiente de alunos); Passe de ombro; Remate (em apoio e em suspensão); Circuito em drible, seguido de uma mudança de direção com remate. <p>Basquetebol</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo reduzido (se houver número suficiente de alunos); Passe (de peito e picado); Drible (de proteção e de progressão); Circuito em drible, seguido de lançamento (em apoio e na passada). 	<p>70 (35+35)</p> <p>No caso de não haver alunos suficientes para realizar o jogo reduzido, a cotação é distribuída equitativamente pelos restantes exercícios.</p>
3	Realizar as destrezas elementares aplicando os critérios de correção técnica.	<p>Atletismo</p> <p><u>Barreiras</u>: efetua uma corrida de barreiras com partida de 2 apoios.</p> <p><u>Salto em altura</u>: salta em altura com técnica de tesoura, com cinco a oito passadas de balanço, sendo as últimas quatro, em curva.</p>	<p>30 (15+15)</p>
			100

3. Critérios gerais de classificação

Desportos Coletivos:

Execução completamente correta da ação técnica e tática;
Execução correta da ação técnica e tática;
Execução parcialmente correta da ação técnica e tática;
Execução incorreta da ação técnica e tática;
Não execução da ação técnica e tática.

Desportos Individuais:

Execução completamente correta dos elementos técnicos;
Execução correta dos elementos técnicos;
Execução parcialmente correta dos elementos técnicos;
Execução incorreta dos elementos técnicos;
Não execução dos elementos técnicos.

4. Material a utilizar:

Sapatilhas, meias, calções, t-shirt, elástico para prender o cabelo, chinelos, champô, sabonete, desodorizante, toalha e roupa interior para trocar.

5. Duração:

A prova tem a duração de 45 minutos.