

INFORMAÇÃO PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física

Abril de 2023

Prova 00 | 2022

2º. Ciclo do Ensino Básico

1. Introdução

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino básico do 2º Ciclo da disciplina de Educação física a realizar em 2021, nomeadamente:

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

2. Objeto de avaliação

- A prova tem por referência o Programa Nacional de Educação física. A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e conteúdos, enquadrados nas categorias de *Desportos coletivos*, *ginástica*, *atletismo* e *Desportos de raquete* todas **da área A** (atividades físicas e desportivas), avaliados em prova prática de duração limitada.

3. Características e estrutura da prova

PROVA PRÁTICA					
Áreas	Categorias	Conteúdos	Critérios de classificação	Exercício Critério	Cotação
A. Atividades Físicas Desportivas	Desportos Coletivos	Voleibol	<ul style="list-style-type: none">• Realiza em exercícios critério, as ações: a) Posição base fundamental; b) passe alto de frente; c) manchete; d) serviço por baixo.	1.1	10%
		Basquetebol	<ul style="list-style-type: none">• Realiza em exercícios critério, as ações: a) passe de peito; b) lançamento na passada; c) drible de progressão; d) lançamento parado.	1.2	10%
		Futebol	Realiza em exercício critério, as ações: a) passe curto; b) receção com bola junto ao solo; c) drible e/ou finta, com oposição passiva; d) remate com o pé hábil.	1.3	10%

PROVA PRÁTICA

Áreas	Categorias	Conteúdos	CrITÉrios de classificaçãO	ExercÍcio CrITÉrio	CotaçãO
A. Atividades Físicas Desportivas	Ginástica	Solo	<ul style="list-style-type: none"> Realiza a seguinte sequência: a) rolamento à frente; b) rolamento à retaguarda; c) posição de equilíbrio/avião; d) Posição de flexibilidade; e) posição facial invertida. Realiza os seguintes saltos, com correção, após corrida de balanço e chamada no mini trampolim: a) salto em extensão; b) salto engrupado; c) salto em extensão com meia pirueta 	1.4	15%
		Aparelhos (MT)		1.5	15%
	Atletismo	Lançamento do peso	<ul style="list-style-type: none"> Partindo da posição de parado, virado lateralmente para a zona de lançamento, realiza o gesto técnico com o peso do corpo sobre a perna traseira, encaixe do peso no pescoço e a extensão total do braço no momento final, acompanhado da rotação do tronco. 	1.6	10%
		Salto em Altura	<ul style="list-style-type: none"> Realiza o salto em altura nas técnicas de: a) tesoura. 	1.7	10%
	Corrida de Barreiras	<ul style="list-style-type: none"> Realiza a transposição das barreiras, sem quebra acentuada de ritmo. 	1.8	10%	
Desportos de Raquete	Badminton	<ul style="list-style-type: none"> Realiza com oportunidade e correção global, em exercício critério, as ações de serviço, lob e clear 	1.9	10%	

4. CritÉrios de classificaçãO

Os critÉrios especÍficos estãO descritos no quadro apresentado no ponto 3 deste documento.

5. Material

Equipamento desportivo adequado para a prátca das diversas categorias.

6. DuraçãO

- DuraçãO da prova: 45 min.