
Agrupamento de Escolas de Castelo de Paiva

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

2.º CICLO DO ENSINO BÁSICO

Ano letivo: 2019/2020

PROVA CÓDIGO: 28

PROVA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

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 2020, nomeadamente:

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

OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência as competências previstas no programa de educação física para o 2º ciclo do ensino básico, sendo composta apenas por uma componente prática (100 pontos).

A prova permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos enquadrados em domínios do âmbito das atividades físicas, previstas no programa de educação física, passíveis de avaliação.

A **prova prática** avalia a aprendizagem nos seguintes domínios:

- I. **Técnico** (Desportos Coletivos - Basquetebol e Desportos individuais - Ginástica);
- II. **Composição, expressão, e criatividade** (Ginástica);
- III. **Aptidão física** (aptidão aeróbica).

A prova prática apresenta-se estruturada em 4 momentos distintos, que passamos a explicitar no quadro seguinte:

QUADRO 2

MOMENTOS/TEMAS	CONTEÚDOS	ESTRUTURA	COTAÇÃO
0	Entrega, Leitura e Interpretação do documento orientador de prova		
I. Aquecimento	Habilidades motoras: Exercícios de preparação/adaptação do organismo ao esforço físico em geral e às modalidades previstas na prova em particular.	Situação Livre	10 pontos
II. Desportos Individuais - Ginástica de solo	Conhecimentos: Regulamento de prova e fundamentos técnicos das habilidades gímnicas Habilidades motoras: Elaboração e realização de uma sequência de habilidades no solo que integre e combine com fluidez as seguintes destrezas gímnicas: apresentação; rolamento à frente com membros inferiores fletidos; meia pirueta; posição de flexibilidade (Ponte); posição de equilíbrio (Avião); posição de força (prancha facial); elementos estéticos de ligação coreográfica (saltos, voltas à escolha do aluno).	Situação de Sequência Gímnica	30 pontos
III. Jogos Desportivos Coletivos - Basquetebol	Conhecimentos: Regulamento específico e determinantes na execução dos fundamentos técnicos Habilidades Motoras - Fundamentos Técnicos: Passe de peito; Drible de progressão; lançamento em apoio.	Situação de Exercício critério	30 pontos
IV. Aptidão Física	Aptidão Aeróbia - Corrida de Resistência.	Situação de Prova - 6 minutos	30 pontos

Nota 1. No início da prova de equivalência (momento zero) será facultado ao examinando um documento orientador. A leitura/interpretação desse documento servirá de ponto de partida para a realização das situações de avaliação propostas.

CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Nesta prova de educação física, o grau de exigência decorrente das situações de avaliação propostas, bem como o nível de desempenho evidenciado nos critérios de classificação, estão balizados pelo Programa da disciplina, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

Assim, os critérios gerais de classificação das diferentes situações/temáticas são seguidamente apresentadas no quadro 4:

QUADRO 4 - Prova Prática

TEMAS /SITUAÇÕES	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO/PONDERAÇÕES
I. Aquecimento	Adequação (10 pontos) Grau de adequação dos exercícios realizados pelo examinando no sentido de preparar o organismo para as situações de avaliação previstas na prova.
II. Desportos Individuais - Sequência Ginástica de solo	Domínio de Conhecimentos e Qualidade Técnica (15 pontos): Aplicação/Adequação das ações ao conhecimento do regulamento de prova e fundamentos técnicos. Correção técnica da realização das diferentes destrezas gímnicas (de acordo com as respetivas componentes críticas); Qualidade na composição coreográfica (15 pontos): Postura e Atitude Gímnica; Harmonia e Fluidez no encadeamento de habilidades; Criatividade/originalidade na composição da sequência (utilização harmoniosa de diferentes elementos estéticos de ligação e combinação das destrezas gímnicas com exploração de diferentes direções).
III. Jogos Desportivos Coletivos - Basquetebol	Domínio de Conhecimento e Qualidade Técnica na realização (30 pontos) Aplicação/Adequação das ações ao conhecimento do regulamento específico e fundamentos técnicos. Correção Técnica na realização dos fundamentos técnicos previstos (de acordo com as respetivas componente críticas).
III. Aptidão Física - Aptidão Aeróbica	Tabela de referência - Zona saudável de Aptidão Física (30 pontos) Grau de eficácia na realização da prova de aptidão aeróbica tendo por referência os valores limites estipulados para a Zona Saudável de Aptidão Física no teste da Milha.

Se o aluno não cumprir, na integra, o exercício, ser-lhe-á atribuída a classificação de zero.

Todos os exercícios executados na sua totalidade, serão classificados conforme os critérios específicos da modalidade.

MATERIAL

Na prova prática, o aluno deverá fazer-se acompanhar de um cd com a gravação da música (sem acompanhamento vocal), com a qual pretende apresentar a sequência gímnica. Deverá ainda, apresentar-se devidamente equipado para a prática do exercício físico, bem como do material necessário à sua higiene pessoal após o término da prova de equivalência à frequência.

DURAÇÃO

A prova prática terá a duração de 45 minutos distribuídos pelos vários momentos/temas da seguinte forma:

QUADRO 5

Nota: os tempos de transição estão incluídos na duração de cada momento.

MOMENTOS/TEMAS	DURAÇÃO
0. Entrega, leitura e interpretação do documento orientador de prova	5 minutos
I. Aquecimento	5 minutos
II. Desportos Individuais - Ginástica de solo	15 minutos
III. Jogos Desportivos Coletivos - Voleibol	10 minutos
IV. Aptidão Física	10 minutos

junho de 2020