
INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Disciplina: Educação Física – Prática 45´

Prova/Código: 28

Ano de Escolaridade: 2º Ciclo/6º Ano

1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características e a informação da prova de equivalência à frequência do 2º ciclo do ensino básico na disciplina de Educação Física, a realizar em 2023, respeitante à avaliação e certificação das aprendizagens desenvolvidas, bem como as medidas de promoção do sucesso educativo, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Características e estrutura da prova
- Critérios gerais de classificação
- Duração
- Material autorizado

2. Objeto de Avaliação

A prova a que esta informação se refere tem como referencial o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física e permite avaliar aprendizagens passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada, nomeadamente:

Quadro 1 – Dois dos domínios específicos da Educação Física

Tema/Modalidade	Conteúdos/ Exercícios	Cotação/ Classificação
Aptidão Física	- Realização dos testes do protocolo do Fitescolas: - Vaivém e Abdominais	- Atinge o limite inferior da zona saudável, definido para a sua idade e género em cada teste de acordo com a tabela do Fitescola. (28 pontos)
Atividades Físicas	- As modalidades desportivas: JDC (Basquetebol) Ginástica (Solo) Atletismo	- O aluno tem que executar todos os gestos técnicos propostos, todos os elementos gímnicos e habilidades motoras. (72 pontos)

3. Características e Estrutura da Prova

A prova é constituída por uma vertente prática.

Os alunos impossibilitados de realizarem a prova prática, (situação devidamente comprovada com atestado médico), realizam a prova escrita que está organizada por grupos de itens. Alguns itens podem apresentar a informação por meio de diferentes suportes, como, por exemplo, figuras, tabelas, textos e gráficos.

A prova prática tem uma duração de 45 minutos e abrange 2 dos domínios das aprendizagens lecionados ao longo do ano, nomeadamente, a **aptidão física**, onde realiza dois testes do protocolo do Fitescola, e a **atividade física** que está orientada no âmbito das atividades físicas desportivas, sendo obrigatório a realização dos exercícios propostos para cada uma das modalidades. As provas das atividades físicas desportivas estão organizadas, segundo os seguintes temas/conteúdos: Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol); Ginástica de Solo e Atletismo. A prova inclui circuitos de execução prática.

A estrutura da prova sintetiza-se da seguinte forma:

Quadro 2 - Atividades Físicas – Descrição / Classificação

	Domínio	Conteúdos		Cotação	
Prova Prática	Aptidão Física	1. Vaivém		14	
		2. Abdominais		14	
	Atividade Física	Basquetebol	1. Drible de progressão.		8
			2. Passe de peito.		6
			3. Recepção com as duas mãos		6
			3. Lançamento parado em apoio.		4
		Ginástica de solo	1. Roda.		8
			2. Rolamento à frente engrupado.		8
			3. Rolamento à retaguarda. engrupado.		8
		Atletismo	1. Corrida de velocidade (40m).		8
			2. Salto em comprimento.		8
			3. Lançamento do vórtex.		8
	Total				100 Pontos

Quadro 3- Aptidão Física – Tabela de valores de referência

	IDADE	VAIVÉM		ABDOM.	
RAPAZES	10	16	50	12	47
	11	20	54	15	54
	12	23	59	18	60
	13	28	67	21	66
	14	36	77	24	71
	15	42	85	24	71
	16	47	91	24	71
	17	50	94	24	71
	18 +	53	96	24	71

	IDADE	VAIVÉM		ABDOM.	
RAPARIGAS	10	16	35	12	39
	11	20	39	15	46
	12	22	43	18	53
	13	25	45	18	57
	14	27	47	18	59
	15	29	48	18	62
	16	32	50	18	63
	17	35	51	18	65
	18 +	37	52	18	66

4. Critérios Gerais de Classificação

As classificações a atribuir a cada um dos domínios, mais concretamente a cada um dos exercícios propostos, resultam da correta execução e respeitando o intervalo de repetições possíveis para os mesmos, e da aplicação dos critérios relativos aos conteúdos.

5. Duração da Prova

A prova tem uma duração de 45 minutos.

6. Material que pode ser usado na prova

O aluno deverá trazer o equipamento desportivo adequado à prática da atividade física: t-shirt, calça de fato de treino/calção, sapatilhas e calçado apropriado para a ginástica.