

Agrupamento de Escolas Aquilino Ribeiro

Informação-Prova

Prova de Equivalência à Frequência - 9º ano Educação Física - Prova 26

2021

Prova 26

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 9º ano do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, nomeadamente:

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

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

Objeto de avaliação

A prova tem por referência os Programas Nacionais de Educação Física do Ensino Básico. A prova de exame permite avaliar os objetivos gerais/competências que o Programa enuncia, a saber:

- Capacidades Físicas
- Atletismo
- Ginástica
- Desportos Coletivos
- Desportos de Raquetas
- Atividades Rítmicas Expressivas

Caracterização da prova

A Prova é constituída por uma vertente prática.

Prova prática

Aptidão Física - Realizar o Teste do Vai e Vem até atingir a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) de acordo com a tabela do Fitescola.

Atividades Físicas

Atletismo

Corrida de Barreiras – Realizar uma corrida de barreiras, de acordo com as exigências técnicas.

Salto em Altura – Realizar salto em altura com a técnica de Fosbury Flop, de acordo com as exigências técnicas

Atividades Rítmicas Expressivas – Realizar uma coreografia, de acordo com as exigências técnicas.

Desportos de Raquetas

Ténis – Realizar jogo contra a parede, de acordo com as exigências técnicas.

Jogos Desportivos Coletivos: Andebol, Futebol, Basquetebol e Voleibol - Realizar uma sequência de exercícios técnicos específicos, num percurso definido, combinando com fluidez, destreza e ritmo os gestos técnicos abordados, de acordo com as exigências técnicas indicadas.

Ginástica

Ginástica no Solo - Sequência de habilidades no solo.

Ginástica de Aparelhos - Realizar salto de eixo com plinto longitudinal de acordo com as exigências técnicas indicadas.

A prova é cotada para 100 pontos.

A tipologia de exercício, o número de exercícios e a cotação por exercício apresentam-se no quadro 2.

Quadro 2 – Tipologia, número de exercícios e cotação

Tipologia de exercício	Número de exercícios	Cotação por exercício (em pontos)
CAPACIDADES FÍSICAS	1	10
ATLETISMO	2	10
ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS	1	20

DESPORTOS DE RAQUETAS	1	10
JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	4	5
GINÁSTICA	2	10

Critérios Gerais de classificação

A classificação final da prova da disciplina de Educação Física corresponde a uma escala percentual de 0 a 100, convertida na escala de 1 a 5.

Prova prática

A não realização de um qualquer exercício é classificada com zero pontos.

A realização de exercícios/gestos/elementos para além dos pedidos e expressos na matriz não serão classificados.

Os alunos deverão apresentar domínio e segurança na execução dos conteúdos solicitados.

Material

O aluno deverá estar devidamente equipado com equipamento desportivo constituído pelo material necessário para a aula de EF (calção ou calças de fato de treino pretas, t-shirt da escola ou branca e calçado desportivo adequado).

Duração da prova

A prova tem a duração de 45 minutos.