

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul – 161780

Escola-sede: Escola Secundária de São Pedro do Sul

INFORMAÇÃO — PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

(Despacho Normativo n.º 10-A/2021, de 22 de março)

2.º CICLO DO ENSINO BÁSICO – 6º ANO

ANO LETIVO: 2020/2021

1ª / 2ª FASES

CÓDIGO DA PROVA: 28

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

TIPO DE PROVA: PRÁTICA

ESCOLA DE REALIZAÇÃO DA PROVA: ESCOLA SECUNDÁRIA DE S. PEDRO DO SUL

• Prova Prática

Introdução

Este documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino básico – 2º ciclo de Educação Física, a realizar em 2021 pelos alunos que se encontram abrangidos pela legislação em vigor no presente ano letivo. As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

1. Objeto da avaliação;
2. Competências;
3. Conteúdos/temas;
4. Caracterização da prova;
5. Valorização dos conteúdos/ temas na prova;
6. Critérios de classificação;
7. Material;
8. Duração.

Este documento deve ser dado a conhecer aos alunos e com eles deve ser analisado, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorre do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

1 - Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos, nas competências enunciados no Programa de Educação Física em vigor e nas metas de aprendizagem.

Pretende avaliar os conhecimentos/competências, em prova prática de duração limitada.

2 - Competências

- **Aptidão física:** conhece e interpreta os princípios fundamentais (biológicos e de organização) do treino das capacidades físicas aplicando-os na sua atividade física, tendo em vista a sua aptidão física;
- **Jogos desportivos coletivos:** desempenha com oportunidade e correção as ações técnico/táticas solicitadas em situação de exercício-critério;
- **Desportos individuais :**
 - **atletismo:** realiza uma corrida de velocidade e um lançamento do peso, cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e do regulamento.

3 - Conteúdos/Temas

- **Jogos desportivos coletivos:** Futebol, Basquetebol;
- **Desportos individuais:**
 - Atletismo - Velocidade; Lançamento do Peso.

4 - Caracterização da prova

A prova é de carácter exclusivamente prático e está dividida em três partes distintas:

No início da prova, o aluno deve apresentar-se devidamente equipado e com a mobilização geral previamente realizada.

1ª parte- **Mobilização Geral** - o aluno realiza todas as fases **Mobilização Geral/Específica** (10 minutos).

2ª parte – **Desportos coletivos** - o aluno realiza os exercícios critério propostos (15 minutos). O aluno terá duas tentativas para realizar cada exercício.

3ª parte – **Desportos individuais** - o aluno realiza os exercícios critério propostos (20 minutos). O aluno terá duas tentativas para realizar cada exercício.

5 – Valorização dos conteúdos/temas da prova

Modalidade: PRÁTICA		Duração: 45 MINUTOS		
Material Necessário	Equipamento necessário para a realização de atividades físicas, bem como, do cuidado da higiene pessoal.			
Aprendizagem	Competências	Estrutura	Cotações	Crítérios de Classificação
Mobilização Geral/Específica	. Ativação Cardiovascular;	- Realizar todas as fases Mobilização Geral/Específica , com correção técnica.	10 pontos	- Realizar todas as fases da Mobilização Geral/Específica , com correção técnica.
	. Mobilização Articular;			
Desportos Individuais: ATLETISMO	. Alongamentos.	- Realizar todas as fases da corrida, com correção técnica.	15 pontos	- Realizar com correção as fases de execução da corrida de velocidade.
	. Corrida de Velocidade;			
Jogos Desportivos Coletivos: BASQUETEBOL	- Lançamento do Peso.	- Realizar todas as fases do lançamento, com correção técnica.	15 pontos	- Realizar com correção as fases de execução do lançamento do peso.
	- Passe de peito/recepção;			
	- Lançamento ao cesto parado e na passada;	- Realizar os gestos técnicos em situação de exercício critério.	30 pontos	- Realizar um circuito aplicando os diferentes gestos técnicos.
	- Drible de progressão e proteção.			

Jogos Desportivos Coletivos: FUTEBOL	<ul style="list-style-type: none"> - Passe/Receção; - Controlo e Condução da bola - Remate. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar os gestos técnicos em situação de exercício critério. 	30 pontos	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar um circuito aplicando os diferentes gestos técnicos.
--	--	--	-----------	---

6 | Critérios de Classificação

A classificação a atribuir a cada exercício resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

A classificação dos exercícios nos quais se apresente, mas não realize o exercício critério, será atribuído zero pontos.

<i>Pontos</i>	<i>Nível</i>	<i>Nível de Desempenho</i>
0 a 19	1	Nível de desempenho Fraco ;
20 a 49	2	Nível de desempenho Não Satisfatório ;
50 a 69	3	Nível de desempenho Satisfatório ;
70 a 89	4	Nível de desempenho Bom ;
90 a 100	5	Nível de desempenho Muito Bom .

7 | Material

O aluno apenas pode usar, como material para a realização da prova/ higiene pessoal: sapatilhas, meias, calções/calças de fato de treino, t-shirt ou camisola de manga comprida, elástico para o cabelo (caso necessário).

8 | Duração

A prova tem duração de **quarenta e cinco minutos (45 minutos)**.