

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 3-A/2020, de 5 de março)

3.º CICLO DO ENSINO BÁSICO – 9º ANO

ANO LETIVO: 2020/2021

1.ª / 2.ª FASES

CÓDIGO DA PROVA: 26

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

TIPO DE PROVA: PRÁTICA

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

Prova Prática

INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar a estrutura da prova de equivalência à frequência do 3º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, de acordo com de acordo com a alínea a), ponto 1, do artigo 23.º do Despacho Normativo n.º 3-A/2020, de 5 de março, tendo por referência a Informação-Prova elaborada pelo IAVE. As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação e dos documentos curriculares em vigor.

OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência o programa de Educação Física, para o 3º ciclo do ensino básico, em vigor. O grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo mesmo, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito. Pretende avaliar os conhecimentos/competências, em prova prática de duração limitada.

CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA:

Prova Prática

- **Jogos desportivos coletivos:**
 - Basquetebol: lançar, se tem ou consegue situação de lançamento, utilizando o drible de progressão com mudanças de direção e finaliza em lançamento na passada e de curta distância, após paragem a um tempo.
- **Desportos individuais:**

- Ginástica artística – solo: compor e realizar as destrezas elementares da ginástica de solo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação.
- Atletismo (corrida de velocidade – 40m): realizar corrida do Atletismo, cumprindo corretamente as exigências elementares e regulamentares.
- **Capacidades Motoras:**
 - Realizar os testes de resistência e de força média (abdominais) da bateria de testes *Fitescola*, com correção técnica.

Estrutura e Conteúdos

Temas/Modalidades	Estrutura/Conteúdos	Cotação
Jogos Desportivos Coletivos BASQUETEBOL	Em situação de exercício individual, o(a) aluno(a) realiza os elementos técnicos: 1ª Estação: drible de progressão ao longo do comprimento do campo de basquetebol com finalização em lançamento em apoio. 2ª Estação: drible de progressão com finta ao sinalizador, ao longo do comprimento do campo de basquetebol com finalização em lançamento na passada.	20%
Desportos Individuais GINÁSTICA DE SOLO	O aluno realiza uma sequência gímnica com elementos acrobáticos, posição de equilíbrio, posição de flexibilidade e ligação, pré-determinada.	30%
Desportos Individuais ATLETISMO	Velocidade - O aluno efetua uma corrida de 40 m, com técnica de partida de pé, no menor tempo possível; conhece a técnica de corrida de velocidade e as respetivas vozes de partida.	30%
Capacidades Motoras FORÇA MÉDIA APTIDÃO AERÓBIA	O aluno realiza, de acordo com o protocolo da Bateria de Testes do <i>Fitescola</i> , os seguintes testes: Teste de Força Média (abdominais) – realizar o maior número de abdominais a uma cadência predefinida; Teste da Resistência (Vaivém) – realizar o maior número de percursos numa distância de 20 metros a uma cadência pré-determinada.	20%
		100%

DURAÇÃO

- 45 minutos.
 - 1ª parte – **Desportos coletivos** - o aluno realiza os exercícios propostos (10 minutos).
 - 2ª parte – **Desportos individuais** - o aluno realiza os exercícios propostos (35 minutos).

MATERIAL A UTILIZAR

- Material indispensável para a prática (Ténis, sabrinas, calção e *t'shirt* ou fato de treino).

CRITÉRIOS GERAIS 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 atribuída uma classificação de zero pontos.

Modalidades Individuais:

Ginástica – Exigências técnicas; ritmo de execução; encadeamento.

Atletismo – Partida de pé; aceleração; velocidade máxima; correção técnica; marcas.

Aptidão Física – Número de repetições.

Modalidades Coletivas:

Basquetebol – Correção técnica; aplicação de regras; ações táticas.