
Informação - Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física

Ano Letivo 2022/2023

Código da Prova: 28

2º Ciclo do Ensino Básico

Tipo de Prova: Prática

1. Objeto de avaliação

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 2º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2023, pelos alunos.

O exame tem por referência o Programa de Educação Física em vigor para o 2º ciclo do Ensino Básico e permite avaliar as aprendizagens e os conteúdos, enquadrados no referido programa.

Os conteúdos a avaliar centram-se na área de avaliação da Educação Física - Atividades Físicas (área A), sendo selecionados e formulados tendo em conta as possibilidades das instalações e matérias disponíveis, o nível inicial dos alunos do 6º ano de escolaridade e o conhecimento do historial dos alunos da escola, no âmbito da disciplina de Educação Física. Têm como capital objetivo serem globalizantes, abrangentes e adequados, por forma a permitir uma avaliação sucinta da aprendizagem das atividades físicas em prova prática de duração limitada. As matérias selecionadas para a área A são as seguintes:

ÁREA A - Atividades Físicas

Basquetebol

Voleibol

Atletismo

CONTEÚDOS DA ÁREA A - ATIVIDADES FÍSICAS

Grupo I - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - Basquetebol

- Realizar em exercício critério uma situação de contra-ataque que englobe ressalto defensivo e saída em drible, mudança de direção pela frente, passe de peito, receção e lançamento na passada.

Grupo II - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - Voleibol

- Realizar em situação de exercício critério individual ou 1+1, as ações técnico-táticas de serviço por baixo, manchete e passe por cima.

Grupo III - ATLETISMO

- Realizar uma **corrida de velocidade** (40m) transpondo pequenos obstáculos separados entre si e a distâncias variáveis;
- Efetuar o **salto em altura** com a técnica de tesoura, com corrida de balanço (6 a 10 passadas).

2. Caracterização da Prova

A prova é constituída somente pela componente prática.

2.1- Caracterização da Prova Prática

A prova apresenta três grupos de exercícios práticos, onde são avaliadas as aprendizagens nas diversas matérias. No quadro subsequente apresenta-se a estrutura da prova prática.

GRUPOS	ESTRUTURA	COTAÇÃO (em pontos)
I	<p style="text-align: center;"><u>Jogos Coletivos - Basquetebol</u></p> <p>Em exercício critério, o aluno realiza os elementos técnicos descritos nos conteúdos.</p> <p>- Local: Pavilhão.</p>	35
II	<p style="text-align: center;"><u>Jogos Coletivos - Voleibol</u></p> <p>Em exercício critério, o aluno realiza os elementos técnicos descritos nos conteúdos.</p> <p>- Local: Pavilhão.</p>	35
III	<p style="text-align: center;"><u>Atletismo</u></p> <p>- O aluno realiza os exercícios referidos nos conteúdos, respeitando as indicações do(a) professor(a).</p> <p>- Local: Pavilhão</p>	30

3. Critérios gerais de classificação

A avaliação final do aluno será realizada através da nota obtida na prova prática.

3.1- Critérios de Classificação da Prova Prática

A avaliação do aluno será realizada através do método de observação direta, tendo como base o Plano Curricular de Educação Física elaborado pelo grupo disciplinar de Educação Física, nomeadamente os objetivos operacionais definidos para cada nível de desempenho, **não introdução, introdução, elementar e avançado**, para o 6º ano de escolaridade. Cada nível referido terá a seguinte quantificação:

Nível Não Introdução (NI) - 0 pontos

Nível Introdução (I) - 1 ponto

Nível Elementar (E) - 2 pontos

Nível Avançado (A) - 3 pontos

Os valores numéricos (0 a 3 pontos) destes níveis de desempenho serão introduzidos numa grelha de avaliação que, de acordo com a cotação em percentagem (0 a 100) definida para cada matéria, dará o nível de **classificação final** de 1 (um) a 5 (cinco) valores.

GRUPO I - BASQUETEBOL - Critérios de Classificação		
NÍVEIS DE DESEMPENHO	DESCRITORES DO NÍVEL DE DESEMPENHO NO DOMÍNIO ESPECÍFICO DA MODALIDADE	PONTUAÇÃO
Introdutório	O aluno realiza com dificuldades na correção global, em situação de exercício critério (1x1 ou 1x0), as ações técnico-táticas: ressalto defensivo; drible de progressão; passe de peito/receção e lançamento na passada.	1 ponto
Elementar	O aluno realiza com algumas dificuldades na correção global, em situação de exercício critério (1x1 ou 1x0), as ações técnico-táticas: contra-ataque e ressalto defensivo; drible de progressão pelo corredor central; passe de peito/receção; lançamento na passada.	2 pontos
Avançado	O aluno realiza globalmente de forma correta, em situação de exercício critério (1x1 ou 1x0), as ações técnico-táticas: contra-ataque; ressalto defensivo e saída em drible pelos corredores laterais; mudança de direção pela frente; passe de peito e receção; lançamento na passada.	3 pontos

GRUPO II - VOLEIBOL - Critérios de Classificação		
NÍVEIS DE DESEMPENHO	DESCRITORES DO NÍVEL DE DESEMPENHO NO DOMÍNIO ESPECÍFICO DA MODALIDADE	PONTUAÇÃO
Introdutório	O aluno realiza com dificuldades na correção global, em situação de exercício critério (1+1 ou 1x0), as ações técnico-táticas: serviço por baixo, manchete e passe por cima.	1 ponto
Elementar	O aluno realiza com algumas dificuldades na correção global, em situação de exercício critério (1+1 ou 1x0), as ações técnico-táticas: serviço por baixo, manchete e passe por cima.	2 pontos
Avançado	O aluno realiza globalmente de forma correta, em situação de exercício critério (1+1 ou 1x0), as ações técnico-táticas: serviço por baixo, manchete e passe por cima.	3 pontos

GRUPO III - ATLETISMO - Critérios de Classificação

NÍVEIS DE DESEMPENHO	DESCRITORES DO NÍVEL DE DESEMPENHO NO DOMÍNIO ESPECÍFICO DA MODALIDADE	PONTUAÇÃO
Introdutório	<p>Em situação de exercício critério, o aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza uma corrida velocidade (40m), com partida de pé, transpondo pequenos obstáculos (separados entre si a distâncias variáveis). - Salta em altura com técnica de tesoura, com corrida de balanço oblíqua à fasquia (4 a 6 passadas), à altura mínima de 80cm. Apoio ativo da perna de impulsão, com elevação dos braços e da perna de balanço. Transposição da fasquia e receção no colchão de quedas. 	1 ponto
Elementar	<p>Em situação de exercício critério, o aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza uma corrida de velocidade (40 m), com partida de pé, transpondo pequenos obstáculos (separados entre si a distâncias variáveis), com coordenação global dos movimentos corporais. - Salta em altura com técnica de tesoura, com corrida de balanço oblíqua à fasquia (4 a 6 passadas), à altura mínima de 80cm. Apoio ativo e extensão da perna de impulsão, com elevação dos braços e da perna de balanço. Transposição da fasquia e receção em equilíbrio no colchão de quedas. 	2 pontos
Avançado	<p>Em situação de exercício critério, o aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza uma corrida de velocidade (40 m), com partida de pé, mantendo uma elevada velocidade e frequência de movimentos, transpondo pequenos obstáculos (separados entre si a distâncias variáveis), combinando com coordenação global, a corrida, a impulsão, o voo e a receção. - Salta em altura com técnica de tesoura, com corrida de balanço oblíqua à fasquia (4 a 6 passadas), à altura mínima de 80cm. Apoio ativo e extensão da perna de impulsão, com elevação dos braços e da perna de balanço. Transposição da fasquia com pernas em extensão e receção em equilíbrio no colchão de quedas. 	3 pontos

4. Material

4.1- Material necessário e de caráter obrigatório para a realização da prova prática:

- Fato de treino ou calções/calças e t'shirt;
- Sapatilhas;
- Toalha;
- Elástico para prender o cabelo, no caso de candidatos com cabelo comprido;
- Proibido usar brincos, colares, pulseiras e relógios.

5. Duração

A prova terá a duração efetiva de 45 minutos estando contemplado o tempo para o candidato se equipar e realizar o aquecimento.