

## INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física – Prova 26

2023

PROVA PRÁTICA

---

### 3.º Ciclo do Ensino Básico

---

#### 1. Introdução

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física a realizar em 2023, conforme prevê a legislação em vigor, nomeadamente, o Despacho Normativo n.º 4-B/2023, de 03 de abril, a Norma 01/JNE/2023 e o Guia para aplicação de adaptações na realização de provas e exames - JNE 2023, e dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

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

#### 2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre dois domínios de referência: Atividades Físicas (Subáreas Jogos Desportos Coletivos, Ginástica e Atletismo) e Aptidão Física (aptidão aeróbia).

### 3. Caracterização da prova

A prova é organizada por grupos de conteúdos e reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

A prova inclui conteúdos de diferente natureza que terão que ser realizados em espaços físicos diferentes de acordo com a modalidade desportiva em causa.

A prova é cotada para 100 pontos.

A valorização dos temas na prova prática sintetiza-se no Quadro 1.

**Quadro 1 – Valorização dos temas/conteúdos da prova**

<b>Temas / Domínios</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Cotação (em pontos)</b>
Aptidão Física	- Teste de Aptidão Aeróbia (Vaivém)	25
Desportos Coletivos	- Basquetebol - Futebol	25
Ginástica	- Solo e Aparelhos (Boque, Plinto e Mini-Trampolim)	25
Atletismo	- Corrida de Velocidade - Salto em Altura	25

### 4. Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada tema/domínio resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada conteúdo.

A prova é constituída por quatro grupos de conteúdos que têm de ser realizados na totalidade e na sequência apresentada.

**No pavilhão, realizam-se as seguintes provas:**

- *Aptidão Física* - o aluno executa o teste de Vaivém (teste de aptidão aeróbia), devendo atingir ou superar o número de percursos de referência (Zona saudável da aptidão física), de acordo com o género e a idade.
- *Desportos Coletivos* - o aluno executa exercícios-critério nas modalidades de Basquetebol e Futebol, e deve realizar as ações motoras respeitando os critérios de êxito de cada elemento técnico.

**No ginásio, realizam-se as seguintes provas:**

- *Ginástica de solo e de aparelhos (boque, plinto e minitrampolim)* - o aluno executa exercícios-critério, e deve realizar as ações motoras respeitando os critérios de êxito de cada elemento gímnico.
- *Atletismo* - o aluno executa o salto em altura, utilizando a técnica predefinida com correção técnica.

**No exterior, realiza-se a seguinte prova:**

- *Atletismo* - corrida de velocidade (40m) - o aluno percorre a distância predefinida executando as ações motoras com correção técnica.

## **5. Material**

Os alunos só poderão realizar as tarefas se forem portadores de equipamento desportivo adequado (roupa apropriada para a prática desportiva, sapatilhas para o pavilhão e exterior e sabrinas para o ginásio).

## **6. Duração**

A prova tem a duração de 45 minutos.

Os alunos deverão comparecer no pavilhão vinte minutos antes do início da prova, preferencialmente já equipados com o material descrito no ponto anterior. Nesse período, será realizado um aquecimento de dez minutos.