

INFORMAÇÃO-PROVA

Prova de equivalência à frequência

DISCIPLINA – Educação Física / Código: 47

Prova Prática

1º Ciclo do Ensino Básico.

2022

1.º Ciclo

Despacho Normativo n.º 7-A/2022 de 24 de março

O presente documento divulga as características da prova de equivalência à frequência do 1º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física a realizar em 2022.

O documento será estruturado de acordo com os seguintes aspetos relativos à prova:

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

Este documento deve ser afixado em lugar público no estabelecimento de ensino onde ocorre a Prova de Equivalência à Frequência.

Nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciados nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa Nacional de Educação Física, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de equivalência à frequência de Educação Física, do 1º ciclo do Ensino Básico, tem por referência o Programa da disciplina e demais documentos curriculares, aplicando-se supletivamente as Aprendizagens Essenciais, o que permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos do mesmo, passíveis de avaliação em prova de componente prática de duração limitada.

Quadro 1 – PROVA PRÁTICA: Domínios e conteúdos

Domínios	Conteúdos
Ginástica	Em percursos diversificados e em combinações, realizar as habilidades gímnicas básicas da ginástica, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e/ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.
Jogos (Perícia e Manipulação)	Participar nos jogos, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete.
Atividades Rítmicas Expressivas	Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das atividades rítmicas e expressivas adequada expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais, em situação de exploração do movimento a pares, de exercitação e de criação.

2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA DA PROVA

A prova reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos das diferentes componentes do currículo da disciplina de Educação Física.

Alguns dos itens podem envolver a mobilização de conteúdos relativos a mais do que um dos temas do Programa.

A prova está organizada por grupos de modalidades e é composto por três grupos de itens, explicados no quadro seguinte (2):

Quadro 2 – PROVA PRÁTICA: Tipologia e cotação (em pontos)

TIPOLOGIA	ESTRUTURA	COTAÇÃO
GRUPO I - Ginástica	<ol style="list-style-type: none"> 1. Combinar posições de equilíbrio estático com marcha lateral, para trás e para a frente, voltas e saltos simples, com receção equilibrada, na trave baixa ou banco sueco. 2. Rodar o arco à volta do corpo, mantendo o movimento por ondulações do corpo. 3. Saltar para o espaldar, apoiando simultaneamente os pés e as mãos, virar-se de costas e saltar para o colchão com meia-volta, com receção equilibrada. 4. Cambalhota à retaguarda, com repulsão dos braços na parte final terminando com os pés juntos na direção do ponto de partida. 	40
GRUPO II - Jogos (Perícias e Manipulações)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Receber a bola com as duas mãos, enquadrar-se ofensivamente e passar a um companheiro desmarcado utilizando, se necessário, fintas de passe e rotações sobre um pé. 2. Desmarcar-se para receber a bola, criando linhas de passe, fintando o seu adversário direto. 3. Marcar o adversário escolhido quando a sua equipa perde a bola. 	30
GRUPO III - Atividades Rítmicas Expressivas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Em situação de exploração do movimento a pares, com ambiente musical adequado: 2. Utilizar movimentos locomotores e não locomotores, pausas e equilíbrios, e também o contacto com o parceiro, «conduzindo» a sua ação, «facilitando» e «esperando» por ele se necessário. 3. Seguir a movimentação do companheiro, realizando as mesmas ações com as mesmas qualidades de movimento. 	30

3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Na prova prática de Educação Física, o grau de exigência decorrente das situações de avaliação propostas, bem como o nível de desempenho evidenciado nos critérios de classificação, estão balizados pelo Programa da disciplina, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito. A avaliação da prova será realizada através do método de observação direta e registo do nível de desempenho em grelha de avaliação.

A cotação da prova é de 100 pontos, distribuídos de acordo com as cotações do quadro 2.

A classificação final da prova de equivalência à frequência corresponde à classificação da prova convertida na escala de 4 níveis, **Insuficiente, Suficiente, Bom e Muito Bom**.

4. DURAÇÃO DA PROVA

A prova terá a duração de 45 minutos.

5. MATERIAL AUTORIZADO

Para a realização da prova é necessário que o aluno proceda a um aquecimento antes do seu início. Deverá apresentar-se devidamente equipado para a prática de exercício físico, e ser portador de material necessário à sua higiene pessoal após o término da prova de equivalência à frequência.