

---

## **INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

PROVA 28 | 2019

6º ANO

2º Ciclo do Ensino Básico

(Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho)

---

### **1. Introdução**

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 2019.

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:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios de classificação;
- Material;
- Duração.

Este documento deve ser afixado em lugar público da escola.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente 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.

### **2. Objeto de avaliação**

A prova tem por referência o Programa de Educação Física em vigor. A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem dos conteúdos, enquadrados em domínios do Programa da disciplina, passíveis de avaliação em prova prática e teórica de duração limitada. A prova avalia as aprendizagens no domínio dos conhecimentos teóricos, da Atividade Física e Aptidão Física.

### 3. Caracterização da prova

A prova apresenta duas componentes, uma escrita e uma prática.

Na componente **escrita** avaliam-se as aprendizagens no domínio dos conhecimentos.

Estrutura da prova: Questões de escolha múltipla, questões de verdadeiro e falso e completar frases.

Cotação: *100 pontos*

Na componente **prática** avaliam-se as aprendizagens no domínio da Aptidão Física e das Atividades Físicas.

No Grupo I, avaliam-se as aprendizagens no domínio das Atividades Físicas: Subárea Atletismo

Cotação: *20 pontos*.

No Grupo II, avaliam-se as aprendizagens no domínio das Atividades Físicas – Subárea Ginástica

Cotação: *40 pontos*

Grupo III, avaliam-se as aprendizagens no domínio das Atividades Físicas – Subárea Jogos Desportivos Coletivos (Os alunos serão avaliados em duas modalidades coletivas)

Cotação: *40 pontos*.

A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

#### Quadro 1 – Valorização dos domínios e conteúdos na prova

Domínios	Conteúdos	Cotação (em pontos)
<b>Conhecimentos</b>	<p>Conhece e interpreta os Indicadores que caracterizam a <b>Aptidão Física</b>.</p> <p>Identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Agilidade e Coordenação, de acordo com as características do esforço realizado.</p> <p>Identifica e conhece do <b>Atletismo</b>, as capacidades condicionais e coordenativas, as diferentes disciplinas do Atletismo e os seus fundamentos técnicos (das corridas, saltos e lançamentos).</p> <p>Identifica e conhece da <b>Ginástica</b>, os elementos gímnicos de solo, os diferentes saltos da ginástica de aparelhos e do minitrampolim e o modo de execução das ações técnicas. Identifica o material necessário para a sua prática e as regras de segurança.</p> <p>Identifica e conhece o objetivo dos jogos <b>Desportivos Coletivos</b>, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras.</p>	100 Pontos

<b>Atividades Físicas</b>	<p><b>Grupo I – Atletismo</b> Corrida de Resistência, Corrida de Velocidade, Salto em Comprimento, Salto em Altura e Lançamento do Peso.</p>	20 Pontos
	<p><b>Grupo II - Atividades gímnicas:</b> <b>Ginástica de Solo</b> – Sequência Gímnic (Rolamento à Frente, Rolamento à Retaguarda, Roda, Posições de Equilíbrio e Flexibilidade e Elementos de Ligação – saltos, voltas e afundos). <b>Ginástica de Aparelhos</b> Boque: Salto de eixo, Salto entre mãos. Plinto: salto para rolamento à frente no plinto longitudinal Minitrampolim: Salto em extensão, Salto para posição engrupada, Salto com meia pirueta.</p>	40 Pontos
	<p><b>Grupo III - Jogos Desportivos Coletivos</b> <b>Voleibol</b> Posição Base, Deslocamentos, Passe, Manchete e Serviço por Baixo. <b>Basquetebol</b> Posição Base, Paragens, Passe, Recepção, Lançamentos, Drible de proteção e progressão. <b>Futebol</b> Passe, Recepção, Condução de Bola e Remate</p>	40 Pontos

#### 4. Critérios de classificação

A classificação a atribuir a cada exercício ou sequência de exercícios, resulta da correção técnica de execução, da harmonia e fluidez dos movimentos, do número de tarefas executadas com êxito e/ou das marcas atingidas pelo aluno.

#### 5. Material

Esferográfica ou caneta de escrita azul ou preta.

Equipamento desportivo: sapatilhas confortáveis, calções ou fato de treino e T-shirt ou camisola. O aluno deverá trazer o material indispensável para cuidar da sua higiene pessoal.

#### 6. Duração

A prova escrita tem a duração de 50 minutos.

A prova prática tem a duração de 50 minutos.