

INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA (Despacho normativo nº4/2024)

3º Ciclo do Ensino Básico	Disciplina – Educação Física
	Código - 26

Ano de escolaridade	9º ano
Data	1ª e 2ª Fase_ 2024

INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar as características do exame de equivalência à frequência do 3º ciclo de ensino básico da disciplina de Educação Física a realizar em 2024.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- 1 – Objeto de avaliação
- 2 – Características e estrutura
- 3 – Critérios gerais de classificação
- 4 – Material autorizado
- 5 – Duração

1- OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais para o 3º Ciclo.

A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados nas áreas das Atividades Físicas e da Aptidão Física, sob a forma de prova prática (P), de duração limitada, de acordo com a Tabela C do Quadro V do Despacho Normativo nº4/2024 de 21 de fevereiro.

A prova avalia aprendizagens nas Áreas das Atividades Físicas e da Aptidão Física.

Área das Atividades Físicas

Realização correta dos exercícios e/ou gestos técnicos propostos.

Desportos Coletivos:

Circuito técnico de Basquetebol.

Desportos Individuais:

Sequência gímnica no solo;

Saltos no minitrampolim.

Área da Aptidão Física

Aptidão Física/Capacidades Motoras:

Um teste de flexibilidade e um teste de força da bateria de testes da Plataforma *FITescola*[®].

2- CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA DA PROVA

A componente prática da prova está dividida em três grupos de conteúdos:

No grupo I avaliam-se dois parâmetros da Aptidão Física dos alunos – força e flexibilidade - com recurso à bateria de testes da Plataforma *FITescola*[®]. Cotação: 20 Pontos.

No grupo II avalia-se a aprendizagem motora de gestos característicos de uma modalidade desportiva coletiva sob a forma de circuito técnico. Cotação: 30 Pontos.

No grupo III avalia-se a aprendizagem motora de elementos gímnicos em dois contextos: A - Solo e B - minitrampolim. Cotação: 50 Pontos.

No contexto A – Solo - é avaliada uma sequência gímica com elementos acrobáticos, de ligação, de equilíbrio e de flexibilidade. Cotação: 30 Pontos.

No contexto B – minitrampolim – são avaliados 2 saltos. Cotação: 20 pontos.

A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1

Quadro 1 – Valorização das Áreas e conteúdos na prova da disciplina

Áreas	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Área das Atividades Físicas	- Desportos Coletivos • Circuito técnico (Basquetebol)	30
	- Desportos Individuais • Sequência Gímica (Solo) • Saltos (minitrampolim)	50
Área da Aptidão Física	- Aptidão Física/Capacidades Motoras • Teste de flexibilidade dos MI da Plataforma <i>FITescola</i> [®] • Teste de força resistente média da Plataforma <i>FITescola</i> [®]	20

3- CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Componente prática (100 pontos)

A classificação a atribuir a cada elemento resulta da aplicação dos critérios de classificação apresentados para cada Grupo.

Grupo I (20 pontos)

- Cada um dos testes de Aptidão Física tem a cotação de 10 pontos.
- A classificação será feita sob a forma de “apto/ não apto”, atribuindo-se a pontuação máxima se o(a) aluno(a) alcançar a Zona Saudável de Aptidão Física e zero (0) pontos se não for alcançada a Zona Saudável.
- No teste de Flexibilidade dos MI, o procedimento será realizado de forma independente para cada um dos MI, sendo a pontuação final correspondente à média da classificação obtida para cada MI.
- No teste de força média, a classificação será sob a forma de “apto/não apto”, atribuindo-se a pontuação máxima se o(a) aluno(a) alcançar a Zona Saudável de Aptidão Física e zero (0) pontos se não for alcançada a Zona Saudável.

Grupo II (30 pontos)

- O aluno realiza um circuito com 5 elementos técnicos.
- A realização correta de cada elemento tem a cotação de 6 pontos.

Grupo III (50 pontos)**A - Ginástica de Solo**

- O aluno realiza uma sequência gímnica com 10 elementos.
- A realização correta de cada elemento tem a cotação de 3 pontos.

B - Minitrampolim

- O aluno realiza 2 saltos.
- A realização correta de cada salto tem a cotação de 10 pontos.

A pontuação final da prova corresponde ao somatório simples, das classificações da componente prática expressas em escala percentual de 0 a 100, sendo posteriormente convertida na escala de níveis de 1 a 5, para classificação final da disciplina, de acordo com o nº11 do artigo 12º do Despacho Normativo nº4/2024.

4- MATERIAL AUTORIZADO

Para a realização da componente prática, os alunos deverão apresentar-se devidamente equipados para a realização da prova, com roupa e calçado adequados à prática desportiva, cumprindo o que está definido no Regulamento do Pavilhão Gimnodesportivo e Ginásio (Regulamento Interno da ESCM).

5- DURAÇÃO

A prova tem a duração de 45 minutos para a componente prática, de acordo com a Tabela C do Quadro V do Despacho Normativo nº4/2024 de 21 de fevereiro.

Grupo 620