

INFORMAÇÃO PROVA – Prova de Equivalência à Frequência

# EDUCAÇÃO FÍSICA

## 2022

### PROVA (26)

#### 3.º Ciclo do Ensino Básico

---

O presente documento divulga informação relativa à prova de exame de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2022, nomeadamente:

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

#### Objeto de avaliação

---

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais da Educação Física, nomeadamente no que respeita ao 3.º ciclo, na Escola Secundária/3ºCiclo Arquitecto Oliveira Ferreira, para os alunos que em 2022 frequentam o 9º ano de escolaridade. Permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre as seguintes competências:

- Conhecer e realizar os exercícios relativos à avaliação da aptidão física, cumprindo o protocolo estabelecido pelo FITescola.
- Conhecer e realizar, do Atletismo, saltos, lançamentos e corridas, cumprindo corretamente as exigências técnicas e regulamentares.
- Conhecer e realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas dos jogos desportivos coletivos, cumprindo aspetos regulamentares.

#### Caracterização da prova

---

A prova é prática e está cotada para 100 pontos.

Os temas organizadores que constituem objeto de avaliação são os que se apresentam no quadro 1.

A tipologia de itens e a cotação por item apresentam-se no Quadro 2.

#### Quadro 1 - Valorização dos Temas

Temas	Cotação (em pontos)
<b>Aptidão Física</b> Resistência, Força Média, Agilidade	30
<b>Desportos Individuais</b> Atletismo (Corridas, Saltos e Lançamentos)	30
<b>Desportos Coletivos</b> Basquetebol, Voleibol, Andebol e Futebol	40

## Quadro 2 – Tipologia e cotação

Tipologia		Cotação por classe de itens (em pontos)	
Exercícios critério	Aptidão Física	Teste de Resistência - VaiVém	10
		Teste de Força Média - Abdominais	10
		Teste de Agilidade - 4x10m	10
	Desportos Individuais - Atletismo	Velocidade - 40m	10
		Salto em comprimento	10
		Lançamento do vórtex	10
	Desportos Coletivos - Circuito Técnico	Basquetebol, Voleibol, Andebol e Futebol	40

## Critérios gerais de classificação

---

NOTA FINAL DA PROVA = 100% PROVA PRÁTICA

Nos diferentes itens poderão ser atribuídas pontuações parciais, de acordo com os critérios de classificação.

## Material

---

Equipamento desportivo.

## Duração

---

A prova tem duração de 45', sem tolerância, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.