



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS  
PIONEIROS DA AVIAÇÃO PORTUGUESA

## INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Prova Prática

2018/2019

**3º Ciclo do  
Ensino Básico**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CÓD. 26**

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

### Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2019, nomeadamente:

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

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

### Objeto de avaliação

A prova tem por referência os Programas Nacionais de Educação Física do Ensino Básico e concretiza-se na avaliação das aprendizagens numa prova prática, com duração limitada, incidindo, nomeadamente, sobre as competências seguintes:

- Desportos Gímnicos
- Jogos Desportivos Coletivos
- Atletismo
- Atividades Rítmicas Expressivas
- Desportos de Raquetas
- Condição Física

### Caracterização da prova

De acordo com o programa, os alunos devem ser capazes de executar uma série ordenada de gestos técnicos, organizados numa sequência prática de exercícios-critério, com correção, eficiência e eficácia, de acordo com a especificidade de cada área/matéria expressa no quadro abaixo.

| TEMAS/DOMÍNIOS   | NÚMERO DE ITENS  | COTAÇÃO (EM PONTOS) |    |
|--|--|---------------------|----|
| GINÁSTICA  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ginástica de Solo</li><li>• Ginástica de Aparelhos</li></ul>                 | 7                   | 15 |
| JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS<br>(O avaliando seleciona duas matérias) | <ul style="list-style-type: none"><li>• Voleibol</li><li>• Basquetebol</li><li>• Futebol</li><li>• Andebol</li></ul> | 7 a 10              | 30 |
| ATLETISMO  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Velocidade</li><li>• Salto em Altura</li></ul>                               | 2                   | 15 |
| DESPORTOS DE RAQUETAS  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ténis</li></ul>  | 3                   | 10 |
| ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Danças Sociais</li></ul>   | 6                   | 15 |
| CONDIÇÃO FÍSICA (Fit Escola)   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Vai Vem</li></ul>  | 1 a 2               | 15 |

A prova é cotada para 100 pontos.

A classificação final da prova da disciplina de Educação Física corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações das duas componentes (escrita e prática) expressas em escala percentual de 0 a 100, convertida na escala de 1 a 5.

### Material

---

Os alunos deverão ser portadores de equipamento adequado à prática desportiva (t-shirt, calção ou fato de treino, ténis e sapatilhas).

### Duração da prova

---

A prova tem a duração de 45 minutos.

### Critérios Gerais de Classificação

---

- A classificação a atribuir a cada execução resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é prevista por um número inteiro, previsto na grelha de classificação.
- A não realização de um qualquer exercício é classificada com zero pontos.
- A realização de exercícios/gestos/elementos para além dos pedidos e expressos na matriz não serão classificados.
- Os alunos deverão apresentar domínio e segurança na execução dos conteúdos solicitados.
- Nos testes de condição física o aluno deverá cumprir as regras do protocolo de aplicação da bateria de testes do *Fitescola* e alcançar a zona saudável, de acordo com a sua idade e género.

Aprovado em Conselho Pedagógico de 15 de maio de 2019