

3.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, 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 de Educação Física e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada incidindo sobre o domínio das:

- Atividades físicas
 - Jogos Desportivos Coletivos: Andebol, Basquetebol, Voleibol e Futebol;
 - Modalidades Individuais: Ginástica de Aparelhos ou Solo, Atletismo e Badminton;
- Aptidão física
 - teste que meça a aptidão aeróbia

Caracterização da prova

A prova prática é realizada no pavilhão gimnodesportivo do Colégio.

A avaliação do domínio das Atividades Físicas e da Aptidão Física é composta por vários exercícios critério, num total de 100 pontos.

A distribuição da cotação pelos domínios de referência apresenta-se no quadro seguinte.

Distribuição da cotação

| | Domínios | Cotação (em pontos) |
|---------------|--------------------|--------------------------------|
| Prova prática | Atividades Físicas | 75 a 85 |
| | Aptidão Física | 15 a 25 |

Critérios gerais de classificação

A classificação em cada conteúdo do domínio das Atividades Físicas atende ao estipulado no Programa desta disciplina operacionalizando-se em três níveis: introdução, elementar e avançado. Considera-se que cada aluno pode situar-se em relação a cada conteúdo num dos seguintes níveis: 1 – Não realiza; 2 – Realiza com dificuldade; 3 – Realiza; 4 – Realiza bem; 5 – Realiza muito bem. Para

cada conteúdo examinado estipula-se os critérios de correção tomando em conta a terminologia supracitada.

O aluno dispõe de três tentativas para a realização dos conteúdos solicitados nos Jogos Desportivos Coletivos e na Ginástica de Aparelhos ou Solo e no Badminton.

O aluno dispõe de uma tentativa para a realização dos conteúdos solicitados no Atletismo.

O aluno dispõe de uma tentativa para a realização dos conteúdos solicitados na Aptidão Física.

A classificação do domínio da Aptidão Física tem como referência a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) – Fitnessgram.

Material

O aluno deve trazer o equipamento desportivo adequado para a realização da prova, não sendo permitida a utilização de sapatos de bicos para o Atletismo.

Para a Ginástica de Aparelhos ou Solo é obrigatório o uso de sabrinas.

Todo o material desportivo usado para a prática das diferentes modalidades estará à disposição dos alunos.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

o aluno deverá apresentar-se no pavilhão 30 minutos antes do início da prova para se equipar e realizar o aquecimento.