

## **AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE PAREDE**

Escola Básica 2+3 Santo António  
Escola Secundária Fernando Lopes- Graça

### **INFORMAÇÃO PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA EDUCAÇÃO FÍSICA (Prova 26) – PROVA PRÁTICA**

**MAIO 2017**

---

**9º ANO - 3º CICLO ENSINO BÁSICO -Decreto-Lei nº 139/2012 de 5 de Julho**

---

#### **1. INTRODUÇÃO**

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2017, nomeadamente:

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

#### **2. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova tem por referência o Programa de Educação Física. A prova permite avaliar a aprendizagem no domínio psico-motor.

A Prova avalia as capacidades físicas, coordenação, flexibilidade e resistência

A prova avalia a aprendizagem nas atividades, Ginástica de Solo e aparelhos; Badminton; Atletismo (saltos, Corridas e Lançamentos); Basquetebol; Futsal; Andebol e Voleibol.

### 3. Caracterização da prova

OBJETO DE AVALIAÇÃO		CARACTERÍSTICAS/ ESTRUTURA	COTAÇÕES
OBJETIVOS	CONTEÚDOS		
-Realizar um aquecimento muscular, articular e de preparação dos sistemas cardíaco, circulatório e respiratório, adequado às atividades solicitadas.	Aquecimento e ativação do sistema cardio-respiratório e muscular para as Atividades Físicas Desportivas	Situações individuais de exercícios critério das diferentes Atividades Físicas e Desportivas.	5%
<p>Dominar e identificar os conhecimentos técnicos e táticos, bem como o regulamento das modalidades desportivas que fazem parte do programa lecionado.</p> <p>Realizar os testes de Aptidão Física de acordo com a Tabela de Fitnessgram adotada pelo Grupo disciplinar</p>	<p>Atividades Físicas Desportivas Individuais (AFDI):</p> <p>Atletismo – Saltos Corridas Lançamentos</p> <p>Ginástica – Solo e Aparelhos</p> <p>Badminton</p> <p>Condição Física</p>	<p>Situações individuais de exercícios critério das diferentes Atividades Físicas Desportivas Individuais.</p> <p>Situações individuais de testes de Aptidão Física</p>	35%
Identificar, compreender e realizar as técnicas e as ações táticas das Atividades Físicas Desportivas Coletivas.	<p>Atividades Físicas Desportivas Coletivas (AFDC):</p> <p>Andebol; Basquetebol; Futsal; Voleibol.</p>	<p>Situações individuais de exercícios critério das diferentes Atividades Físicas Desportivas.</p> <p>(Circuito técnico / tático)</p>	60%
			100%

#### **4. Critérios gerais de classificação**

- Não executa ou tenta, mas não consegue executar – Nível 1 (0-19)
- Executa com muita dificuldade –Nível 2 (20-49)
- Executa com alguma dificuldade - Nível 3 (50-69)
- Executa bem – Nível 4 (70-89)
- Executa muito bem - Nível 5 (90-100)

A classificação da prova é expressa em percentagem.

#### **5. Material**

O aluno deve usar equipamento desportivo. A não observância deste pressuposto, implica a não realização da prova e a consequente obtenção de zero por cento.

#### **6. Duração**

A prova tem a duração de 45 minutos.