



2023/2024

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS SÃO LOURENÇO - VALONGO  
INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA  
Educação Física – Prova 26/2024  
3º Ciclo do Ensino Básico

## 1. 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 2024, conforme calendário afixado.

A prova respeita os documentos curriculares de referência da disciplina e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada (<http://www.dge.mec.pt/documentos-curriculares-em-vigor>). As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação em vigor.

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

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios de classificação;
- Material;
- Duração.

## 2. Objeto de avaliação

As Aprendizagens Essenciais para o 3º ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física referem os domínios: Área das atividades Físicas e Área da Aptidão Física. Na Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física será avaliada, no âmbito dos domínios referidos, a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática enquadrada por um conjunto de capacidades.

Os domínios que constituem objeto de avaliação são os que se apresentam no quadro seguinte:

Quadro 1 – Domínios

Domínio	Subdomínios
Área das Atividades Físicas	<ul style="list-style-type: none"><li>• GINÁSTICA DE SOLO</li><li>• BADMINTON</li><li>• VOLEIBOL</li></ul>
Área da Aptidão Física.	<ul style="list-style-type: none"><li>• ATLETISMO - Vaivém</li></ul>

### 3. Características e estrutura

A prova é constituída por uma prova prática, com a seguinte estrutura:

ESTRUTURA DA PROVA PRÁTICA	
<b>Ginástica de solo</b>	Executa com correção global os elementos gímnicos propostos em sequência: rolamento à frente e atrás, engrupado, apoio facial invertido, avião e espargata e dispõe de duas tentativas para a executar.
<b>Badminton</b>	Executa com correção as ações técnico/táticas da modalidade (serviço, clear, lob e smash).
<b>Voleibol</b>	Executa com correção as ações técnico/táticas da modalidade, passe a duas mãos e controlo geral da bola (estático e em progressão), manchete, serviço por cima-tipo ténis e por baixo.
<b>Atletismo - Vaivém</b>	Executa com correção técnica a prova de resistência vaivém, respeitando o respetivo regulamento.

### 4. Critérios de classificação

PROVA PRÁTICA
Os critérios de classificação têm em conta as competências observáveis. Para o desporto coletivo, a cotação atribuída é de 30%, sendo avaliado o nível de execução e eficiência dos comportamentos técnico-táticos exigidos; relativamente ao Atletismo a cotação é de 30%. Para os desportos individuais, na Ginástica é atribuída uma cotação de 20% e no Badminton, 20%, sendo avaliada a execução correta dos gestos técnicos de cada uma das modalidades.

A terminologia de avaliação aplicada será de acordo com a seguinte discriminação e correspondendo aos vários níveis de avaliação na escala de valores de 1 a 5.

1 - Não Realiza	2 - Realiza com muitas dificuldades	3 - Realiza com incorreções	4 - Realiza	5 - Realiza Bem
-----------------	-------------------------------------	-----------------------------	-------------	-----------------

### 5. Material

Prova Prática
Sapatilhas e equipamento desportivo adequado para a realização da prova.

### 6. Duração

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