

INFORMAÇÃO — PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

**Prova 26 -Educação Física****Mai 2024****Modalidade prática****3.º Ciclo do Ensino Básico**

O presente documento é relativo à prova de equivalência à frequência do **3.º Ciclo** da disciplina de Educação Física, na modalidade prática, a realizar em 2024, nomeadamente:

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

(alínea a), ponto 1, artigo 23.º, do Despacho Normativo n.º 4/2024)

**1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais de Educação Física (AEEF) que têm como objetivo o desenvolvimento das competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (Despacho n.º 6478/2017, de 26 de julho) e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova de duração limitada.

**2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA**

A prova é estruturada em duas áreas:

- I – Área da Aptidão Física
- II – Área das Atividades Físicas

**I - ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA**

A área da Aptidão Física é composta pelas subáreas (i) aptidão aeróbia e (ii) aptidão neuromuscular, das quais é avaliada apenas uma componente relacionada com a saúde, em função da idade e sexo do(a) aluno(a), em valores inscritos na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF), de acordo com o programa FITescola®.

| <b>Componentes da aptidão física relacionadas com a saúde, passíveis de avaliar, nesta prova:</b> |                                 |
|---|---------------------------------|
| Flexibilidade   | Resistência muscular            |
| Força muscular  | Resistência cardiorrespiratória |

Quadro 1 - Componentes da aptidão física relacionadas com a saúde

## II - ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

O aluno demonstra as competências essenciais previstas para o 3.º ciclo, de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade

SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias): Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol

SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria): Solo, Aparelhos, Rítmica;

SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria): Dança, Danças Sociais, Danças tradicionais

SUBÁREAS ATLETISMO, RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias):

- do ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha;
- dos JOGOS DE RAQUETES: Badminton;
- de OUTRAS realizar percursos elementares: Orientação.

## 3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A classificação da prova é expressa em percentagem numa escala de 0 a 100 (ponto 11, artigo 12.º, do Despacho Normativo n.º 4/2024);

As matérias são avaliadas através de Listas de Verificação (tarefas), por Observação direta, com recursos a dois tipos de escalas: (i) Escala do Tipo Dicotómica (*Faz/Não Faz*) para os critérios de êxito qualitativos e (ii) Escala do Tipo Likert (medidas de desempenho típico por género) para os critérios de êxito quantitativos (intensidade, frequência, tempo, amplitude);

## 4. LOCAL E DURAÇÃO DA PROVA

Os alunos devem apresentar-se à hora marcada no local determinado para a prova: pavilhão gimnodesportivo (escola sede).

A prova tem a duração de 45 minutos\* (Tabela C, Quadro V, do Despacho Normativo n.º 4/2024).

## 5. MATERIAL AUTORIZADO

Todo material desportivo necessário à realização da prova é disponibilizado pela escola. O aluno não deve usar unhas compridas ou postiças, relógio, anéis, brincos ou outros adereços que ponham em risco a sua integridade física.

O aluno deve trazer o seguinte material/vestuário (ponto 2, artigo 32.º, Despacho Normativo n.º 4/2024):

| VESTUÁRIO:  | HIGIENE:  |
|---|---|
| sapatilhas;<br>calção ou calça desportiva;<br>t-shirt ou camisola desportiva;<br>Elástico de cabelos* | toalha;<br>chinelos;<br>sabão ou gel de duche;<br>muda de roupa interior. |

Quadro 2 - Material autorizado

\* acessório necessário apenas para alunos(as) com cabelos compridos.