

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA | PROVA PRÁTICA

2025

Prova 28 |

2.º Ciclo do Ensino Básico

nomeadamente: O presente documento divulga informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência do 2.º ciclo do ensino básico da disciplina de **Educação Física**, na vertente prática, a realizar em 2025, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa de Educação Física em vigor e as Aprendizagens Essenciais da disciplina de acordo com o Perfil do Aluno e permite avaliar as competências e os conteúdos a elas associados passíveis de avaliação em prova de duração limitada, a saber:

Competências da Prova Prática

- Realizar com oportunidade e correção global, em situação de exercício critério, as principais ações técnico-táticas programáticas, nas modalidades de futebol e basquetebol.
- Conhecer e realizar com correção as ações técnicas das várias fases do salto em altura – técnica de tesoura, na modalidade de atletismo.
- Conhecer e realizar com correção as ações técnicas das várias fases do lançamento da bola/vortex, na modalidade de atletismo.
- Elaborar e realizar uma sequência de exercícios no solo, na modalidade de ginástica e solo.
- Realizar com correção técnica os exercícios selecionados nos aparelhos de ginástica – minitrampolim (salto em extensão) e boque (salto de eixo).

Características da prova

A prova reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina, A componente prática está organizada por estações de acordo com os temas e conteúdos a avaliar.

Temas/ Conteúdos da Prova Prática

Tema I – Atletismo

- Salto em Altura – técnica de tesoura
- Lançamento da Bola/Vortex

Tema II – Jogos Desportivos Coletivos

- Futebol
- Basquetebol
- Andebol
- voleibol

Tema III – Ginástica

- Ginástica de solo – Sequência Gímnica
- Ginástica de Aparelhos – salto de eixo no Boque
- Minitrampolim - salto em extensão

A prova consiste na realização de diversos gestos técnicos, exercícios e sequências.

A prova é cotada para 100 pontos.

Prova Prática		
Domínios	Conteúdos	Cotação Parcial
I - Atletismo	Salto em Altura Lançamento da Bola	10 + 10
II – Jogos Desportivos Coletivos	Futebol ou Basquetebol Voleibol ou Andebol	20 + 20
III - Ginástica	Ginástica de solo – Percurso Gímnico Ginástica de aparelhos – Salto de eixo no Boque Minitrampolim - Salto em extensão	20 + 10 + 10
		Total: 100 pontos

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 expressa por um número inteiro.

No Tema I serão considerados os seguintes critérios gerais de classificação:

- Nível de desempenho alcançado tendo em conta o domínio e correção na sua execução, aplicando as determinantes técnicas inerentes às ações motoras propostas.

No Tema II serão considerados os seguintes critérios gerais de classificação:

- Eficácia e cumprimento do objetivo do exercício proposto;
- Nível de desempenho alcançado tendo em conta o domínio e correção na sua execução, aplicando as determinantes técnicas inerentes às ações motoras propostas;

No Tema III serão considerados os seguintes critérios gerais de classificação:

- Nível de desempenho alcançado tendo em conta o domínio e correção na sua execução, aplicando as determinantes técnicas inerentes às ações motoras propostas e a sequencialidade, harmonia e fluidez de execução.

Material autorizado

O aluno deve ser portador de equipamento desportivo específico para a prova prática.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.