

## INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

### **EDUCAÇÃO FÍSICA**

2023

---

#### **Prova 26**

---

9º Ano de Escolaridade

---

#### Objeto de avaliação

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais/Articulação com o Perfil dos Alunos, previstas para o 3.º ciclo do Ensino Básico - Educação Física.

Tem como objetivo avaliar as competências desenvolvidas, enquadradas nos diferentes domínios, passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada.

#### Caracterização da prova

- ✚ A Prova é composta por uma parte prática com a duração de 45 minutos.
- ✚ A prova prática é constituída por Aptidão Física, três modalidades individuais (Atletismo, Ginástica no Solo e Aparelhos e Desportos de Raquetas - Badminton) e duas modalidades coletivas, podendo o aluno escolher entre Andebol, Basquetebol, Futsal e Voleibol.
- ✚ Na Aptidão Física, executa o teste de aptidão aeróbia – “VAIVÉM”, de acordo com o protocolo do FITescola.
- ✚ Na prova de Badminton avalia-se a execução técnica dos batimentos.
- ✚ Na prova de Atletismo (salto em altura com técnica de tesoura) avalia-se a execução técnica desde a corrida até à queda.
- ✚ Na Ginástica no Solo avalia-se a sequência: avião, apoio facial invertido ou pino de cabeça, rolamento à frente engrupado, meia volta, roda e ponte. Cada elemento gímnic tem uma ponderação diferenciada e avalia-se a performance da execução dos movimentos propostos e a coerência do esquema gímnic.
- ✚ Na Ginástica de Aparelhos avalia-se o salto de eixo no boque e o salto entre-mãos no plinto transversal.
- ✚ Nas provas das modalidades coletivas avalia-se a execução técnica.

#### Critérios gerais de classificação

- ✚ A avaliação é baseada na execução técnica de uma sequência gímnic de figuras obrigatórias, de forma a obter, no mínimo, 50% do valor global dos elementos gímnicos constantes no quadro I.  
O aluno deve realizar os elementos gímnicos de forma correta, com ritmo de execução e encadeamento adequado. Cotação 100%.  
O aluno poderá realizar até duas vezes consecutivas a sequência, contando a melhor nota das tentativas realizadas.
- ✚ A avaliação de Badminton é baseada na execução técnica, dos seguintes batimentos: Clear; Lob, Amorti; Drive; Serviço curto e longo. Cotação 100%.
- ✚ A avaliação de Basquetebol é baseada na execução do: passe/receção, drible e os

lançamentos, em circuito técnico individual. Cotação 100%

- ✚ A avaliação de Voleibol é baseada na execução técnica do: passe, manchete, serviço e remate. Cotação 100%
- ✚ A avaliação de Andebol é baseada na execução técnica do remate em apoio e em suspensão, passe/recepção e drible. Cotação 100%
- ✚ A avaliação do salto em altura é baseada na execução técnica da corrida de aproximação, chamada, voo e queda. Cotação 100%.
- ✚ A avaliação da Aptidão Física é obtida cumprindo o número de percursos indicado na tabela de referência, para a idade e para o género, de acordo com o protocolo do FITescola. Cotação 100%.
- ✚ A classificação da prova prática será o somatório da classificação obtida em cada modalidade a dividir pelo número de provas realizadas.

### Duração

- ✚ A prova tem duração de quarenta e cinco minutos.

### Material

- ✚ O aluno deve apresentar-se para a prova prática, no Ginásio, com equipamento desportivo adequado respeitando as regras definidas no regulamento de Educação Física: sapatilhas, meias, camisola, calções ou calças de fato de treino.
- ✚ Não é permitido o uso de relógio, brincos, anéis ou quaisquer objetos que possam pôr em risco a integridade física do aluno.