

---

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

**EDUCAÇÃO FÍSICA - Prova prática**

**2021**

---

Prova 26

.....

**9º Ano de Escolaridade**

---

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, nomeadamente:

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

### **1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais, em articulação com o Programa de Educação Física em vigor e permite avaliar as competências e os conteúdos a elas associados passíveis de avaliação em prova de duração limitada.

A prova incidirá apenas nas seguintes competências do domínio das Atividades Físicas:

- Realizar com oportunidade e correção global, em situação de exercício critério, as principais ações técnico-táticas, nas modalidades de futebol, basquetebol, andebol e voleibol;
- Executar as principais ações técnico-táticas específicas, com oportunidade e correção na modalidade de badminton e atletismo / aptidão física.

## OBJETIVOS GERAIS

### A.1. DOMÍNIO DAS APTIDÕES/CAPACIDADES

Utilizar a METODOLOGIA ESPECÍFICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA, nomeadamente:

- - Elevar o nível funcional das suas capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas;
- - Desempenhar as ações técnicas solicitadas aplicando as regras;
- - Realizar na Ginástica as destrezas elementares do solo e dos aparelhos, aplicando os critérios de correção técnica;
- - Realizar, no Atletismo o teste de Resistência (Vai – Vem), cumprindo as exigências elementares técnicas e regulamentares;
- - Tentar superar as suas dificuldades sem apoio sistemático;
- - Participar de forma organizada;
- - Ser persistente;
- - Executar as tarefas propostas individualmente;
- - Utilizar corretamente os materiais;
- - Aplicar as regras de segurança pessoal;

### A.2. DOMÍNIO DOS CONHECIMENTOS

Adotar um comportamento que explicita, nomeadamente:

- - Conhecer as regras de segurança pessoal e coletiva, e de preservação dos recursos materiais;
- - Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física;
- - Conhecer, analisar e interpretar a realização das atividades físicas utilizando conhecimentos sobre organização, regras, técnica e ética desportiva.

## B) CONTEÚDOS

### B.1. – Prova Prática

ANDEBOL
<ul style="list-style-type: none"><li>• Drible de Progressão em slalom</li><li>• Passe de ombro e receção</li><li>• Passe picado e receção</li><li>• Remate em apoio</li><li>• Remate em Suspensão</li></ul>
BASQUETEBOL
<ul style="list-style-type: none"><li>• Passe de peito e Recepção</li><li>• Drible de proteção</li><li>• Drible de progressão com mudanças de mão e de direção;</li><li>• Lançamento em apoio;</li><li>• Lançamento na Passada</li></ul>

FUTEBOL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passe e receção com parte interna do pé</li> <li>• Condução de Bola em slalom, utilizando ambos os pés</li> <li>• Remate à baliza, após corrida</li> </ul>
VOLEIBOL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Serviço por baixo</li> <li>• Serviço por cima</li> <li>• Remate</li> <li>• Passe evidenciando domínio de bola</li> <li>• Manchete evidenciando domínio de bola</li> </ul>
Badminton
<p>Executar em sucessão os seguintes batimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Serviço</li> <li>• Lob</li> <li>• Clear</li> <li>• Amortie</li> <li>• Remate</li> </ul>
Atletismo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teste de Resistência ( Vai – Vem)</li> </ul>

## 2. CARATERIZAÇÃO DA PROVA

A prova consiste na realização de ações técnico-táticas de 4 jogos desportivos coletivos e de modalidades individuais – badminton e atletismo / aptidão física.

### PROVA PRÁTICA – 45 minutos

A prova apresenta seis grupos de itens.

A soma das pontuações dos Grupos I, II, III e IV, (Desportos Coletivos), é de 48 pontos (respetivamente: 12 + 12 + 12 + 12). A soma das pontuações do Grupo V (Atletismo), é de 12 pontos. A soma das pontuações do Grupo VI (Badminton), é de 40 pontos, (respetivamente: 8 + 8 + 8 + 8 +8)

A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

**Quadro 1 – Valorização das competências, estrutura e cotações da prova**

<b>Competências/Conteúdos</b>	<b>Estrutura</b>	<b>Cotação (em pontos)</b>
BASQUETEBOL Executar Passe e Recepção Executar Drible de Progressão Executar Lançamento na Passada e em apoio.	O aluno executa 3 Passes e Receções, com apoio de colega ou professor, progride, em Drible, na direção do cesto e executa Lançamento na Passada	12
ANDEBOL Executar Drible de Progressão Executar Passe de Ombro e Recepção Executar Remate em Suspensão e remate em apoio	O aluno executa 3 Passes e Receções, com apoio de colega ou professor, progride, em Drible, na direção da baliza e executa Remate em Suspensão.	12
FUTEBOL Executar Passe e Recepção com parte interna do pé Executar Condução de Bola, utilizando ambos os pés Rematar à baliza, após corrida	O aluno executa 3 Passes e Receções, com apoio de colega ou professor, conduz a bola em direção da baliza e remata antes da área de baliza.	12
VOLEIBOL Executar Serviço por baixo e serviço por cima Executar Manchete evidenciando domínio de bola Executar Passe evidenciando domínio de bola	Fora da linha final do campo de Voleibol, o aluno executa o serviço, por cima da rede, em direção a um colega ou professor. O aluno recebe a bola em Manchete, enviada por colega ou professor, por cima da rede a partir do campo contrário e faz com que esta se eleve. O aluno joga a bola em Passe, enviada por colega ou professor, por cima da rede a partir do campo contrário e faz com que esta se eleve.	12
ATLETISMO Executar a Corrida de Resistência ( Vai – Vem)	Partindo da posição vertical, o aluno deve percorrer uma distância de 20 m em linha reta até à linha oposta, onde estão colocados dois pinos que deve pisar antes ou quando ouvir o sinal sonoro. Ao sinal sonoro deve inverter a corrida e repetir o mesmo percurso até à outra extremidade, continuando o mesmo procedimento até não ser capaz de alcançar a linha antes do sinal sonoro. Assim deve atingir os percursos em	10

	relação à sua idade para atingir a zona saudável.	
BADMINTON Executar, em situação de 1 contra1 e em sucessão os seguintes batimentos : - Serviço, lob, clear, clear, amortie, lob e remate.	O aluno executa o serviço, por cima da rede, em direcção a um colega ou professor. O aluno devolve o volante por cima da rede com lob, clear, amortie e remate, tendo 3 tentativas para cada gesto.	40

A prova inclui os itens da tipologia descrita no Quadro 2.

**Quadro 2 - Tipologia, número de itens e cotação**

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (em pontos)
<b>Execução prática</b> – Desportos Colectivos	4	3
<b>Execução prática</b> – Badminton	5	8
<b>Execução prática</b> – Atletismo	2	6

### **3. MATERIAL**

**Prova Prática** – Equipamento Desportivo – Fato de treino, calções, T-shirt, meias e ténis.

### **4. DURAÇÃO**

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

Ao aluno a examinar, serão facultados 5 minutos de preparação antes do início da prova.

### **5. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO**

#### **Prova Prática**

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.

A não execução de qualquer item é classificada com zero pontos.

A classificação é atribuída de acordo com as ações técnico-táticas solicitadas e apresentadas. Os critérios de classificação das execuções técnicas apresentam-se organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação. Nos itens do trabalho por estações, a cotação máxima só é atribuída às execuções cujos gestos sejam realizados com sequencialidade, fluidez e estejam integralmente corretos.

### **ITENS DE SELEÇÃO**

#### **Desportos coletivos**

A cotação total do item só é atribuída à execução correcta.

- Correto = 12
- Parcialmente Correto =1 a 12
- Incorreto = 0

#### **Badminton**

A cotação total do item só é atribuída à execução correcta.

- Correto = 40
- Parcialmente Correto =1 a 40
- Incorreto = 0

#### **Atletismo – Corrida de Resistência**

A cotação total do item só é atribuída à execução correcta.

- Correto = 12
- Incorreto = 0

#### **Associação/Correspondência**

A classificação é atribuída de acordo com o nível de desempenho em cada execução.

### **Ordenação**

A cotação total do item só é atribuída à execução correcta.  
É classificada com zero pontos a execução incorrecta.

### **ITENS DE CONSTRUÇÃO**

Execução prática das destrezas e elementos técnicos das unidades didáticas seleccionadas.

## **6. CÁLCULO DA CLASSIFICAÇÃO FINAL**

À classificação final corresponderá a atribuição de um **nível final** de acordo com a tabela seguinte:

<b>Pontuação</b>	<b>Nível</b>
<b>0 a 19</b>	<b>1</b>
<b>20 a 49</b>	<b>2</b>
<b>50 a 69</b>	<b>3</b>
<b>70 a 89</b>	<b>4</b>
<b>90 a 100</b>	<b>5</b>