

INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

CICLO	3º CICLO
CÓDIGO - DISCIPLINA	26 - EDUCAÇÃO FÍSICA (9º)
ANO DE ESCOLARIDADE	9º ANO
TIPO DE PROVA	PRÁTICA
DURAÇÃO DA PROVA/EXAME	45 MINUTOS
TOLERÂNCIA DA PROVA/EXAME	0 MINUTOS

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência o Programa de Educação Física. A prova permite avaliar a aprendizagem no domínio do saber fazer. A prova avalia a aprendizagem nas atividades, Ginástica Artística de Solo; Atletismo; Basquetebol; Futebol e Voleibol.

2. CARATERIZAÇÃO DA PROVA

A prova é constituída por cinco grupos de atividades.

Grupo	Conteúdos	Competências	Cotação
I Ginástica Artística de Solo	- Enrolamento à frente - Enrolamento à retaguarda - Avião - Roda - Elemento de flexibilidade - Apoio facial invertido	- Realizar uma sequência gímnica, encadeando de forma harmoniosa os exercícios a realizar.	20%
II Atletismo	-Salto em comprimento	- Conhecer e aplicar o regulamento técnico da prova. - Realizar o salto cumprindo os requisitos básicos das suas quatro fases (Corrida de balanço, chamada, voo e queda).	20%

III Basquetebol	<ul style="list-style-type: none"> - Lançamento - Passe - Drible - Posição básica ofensiva/enquadramento com o cesto 	<ul style="list-style-type: none"> - Executar corretamente o lançamento na passada e parado - Executar corretamente o passe - Executar corretamente o drible de progressão - Assumir corretamente a posição básica ofensiva 	20%
IV Futebol	<ul style="list-style-type: none"> - Recepção e controlo da bola - Remate - Condução da bola - Passe 	<ul style="list-style-type: none"> - Executar corretamente a recepção e controlo da bola - Executar corretamente o remate com pé - Executar corretamente a condução de bola 	20%
V Voleibol	<ul style="list-style-type: none"> - Posição base - Passe - Manchete - Serviço por baixo/ténis 	<ul style="list-style-type: none"> - Assumir corretamente a posição base. - Executar corretamente o passe. - Executar corretamente a manchete. - Executar corretamente o serviço por baixo / Ténis. 	20%

3. CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

- 1 – Não realiza;
- 2 – Realiza com grande dificuldade;
- 3 – Realiza com alguma dificuldade;
- 4 – Realiza bem;
- 5 – Realiza muito bem.

A classificação da prova é expressa em percentagem. A percentagem final é convertida na escala de 1 a 5.

4. MATERIAL

O aluno deverá estar equipado com equipamento desportivo apropriado para a realização da prova.

Sabrinhas ou meias para a prova de Ginástica.

Sapatilhas para as restantes provas.

5. DURAÇÃO

45 Minutos.

O aluno deve realizar o seu aquecimento a partir de 15 minutos antes do início da prova, tendo disponibilizado para o efeito espaço e o material necessário.