

EDUCAÇÃO FÍSICA

Prova 26

9.º ano | 3.º Ciclo do Ensino Básico | 2023

Despacho Normativo n.º 4-B/2023 de 23 de abril

Objeto de avaliação

A prova de equivalência à frequência tem por referência o Programa de Educação Física e as Aprendizagens Essenciais do 3.º ciclo do ensino básico em vigor, permitindo avaliar as aprendizagens e competências através de uma prova prática de duração limitada.

Caracterização da Prova

A **prova prática** de Educação Física consta de uma avaliação das principais ações técnicas ao nível das Modalidades Desportivas Coletivas e Desportos Individuais, em exercício critério ou situação de jogo (Desportos Coletivos).

No que se refere aos **Desportos Coletivos**, o aluno terá de realizar provas às duas modalidades apresentadas (**Basquetebol e Futebol**).

Relativamente aos **Desportos Individuais**, o aluno terá de realizar provas às duas modalidades apresentadas (**Ginástica no solo e Atletismo**).

PROVA PRÁTICA			
	Objeto de avaliação	Estrutura	Critérios de classificação
<u>Desportos Coletivos</u> Basquetebol Futebol	Executa com correção os padrões técnicos do Passe e da Receção da bola. Executa com correção os padrões técnicos do Drible / Condução da bola. Executa com correção os padrões técnicos do Lançamento / Remate .	Situação de jogo ou exercício critério.	Executa: Com correção técnica - 12,5 Com boa técnica - 10 Com técnica suficiente - 5 Com técnica insuficiente - 2,5 Não executa - 0
<u>Desporto Individuais</u> Ginástica de solo	Executa, de acordo com as exigências técnicas, o rolamento à frente engrupado. Executa, de acordo com as exigências técnicas, o rolamento à retaguarda com membros inferiores afastados. Executa, de acordo com as exigências técnicas, a posição de equilíbrio ("Avião") ou de flexibilidade ("Ponte").	Sequência gímnica ou exercício critério.	Executa: Com correção técnica - 10 Com boa técnica - 5 Com técnica suficiente - 2,5 Com técnica insuficiente - 1 Não executa - 0
Atletismo	Executa, de acordo com o regulamento técnico, a Corrida	Pista de atletismo.	Executa , cumprindo o regulamento técnico da prova:

	de 40 metros (velocidade).		<p>Num tempo inferior a seis segundos (rapazes) e a sete segundos (raparigas) - 10</p> <p>Num tempo inferior a sete segundos (rapazes) e a oito segundos (raparigas) – 5</p> <p>Num tempo inferior a oito segundos (rapazes) e a nove segundos (raparigas) – 1</p> <p>Não executa ou executa num tempo igual ou superior a oito segundos (rapazes) e igual ou superior a nove segundos (raparigas) – 0</p>	20
	Executa, de acordo com o regulamento técnico, a Corrida de 1500 metros .	Pista de Atletismo	<p>Executa, cumprindo o regulamento técnico da prova:</p> <p>Num tempo inferior a sete minutos (rapazes) e a nove minutos (raparigas) - 10</p> <p>Num tempo inferior a nove minutos (rapazes) e a onze minutos (raparigas) - 5</p> <p>Num tempo inferior a dez minutos (rapazes) e a doze minutos (raparigas) – 1</p> <p>Não executa ou executa num tempo igual ou superior a dez minutos (rapazes) e igual ou superior a doze minutos (raparigas) - 0</p>	

Crítérios gerais de classificação

A cotação total de cada item impõe a correção técnica na execução dos exercícios.

Classificação Final

A classificação final da Prova obedece à seguinte distribuição percentual:

Desportos Coletivos – Total 50%

Basquetebol – 25%

Futebol – 25%

Desportos Individuais – Total 50%

Ginástica de solo – 30%

Atletismo – 20%

Material

Equipamento desportivo.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.