

Informação-Prova de Equivalência à Frequência
Ano letivo 2023/ 2024

Disciplina: Educação Física (Prova Prática)

Duração: 45 minutos

Prova: 47

Fase: 1.ª

Modalidade: prática

1.º Ciclo – 4.º ano de escolaridade

1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos alunos à saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para o 1º ciclo do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação, de duração limitada, Ginástica Jogos, Atividades Rítmicas Expressivas (Dança), Percursos na Natureza. .

2. Caracterização da prova

A prova desenvolve-se, exclusivamente, na modalidade prática, de duração limitada.

A prova é cotada para 100 pontos.

A sequência dos itens pode não corresponder à sequência da apresentação dos temas nas Orientações Curriculares da disciplina.

A prova prática é constituída por um conjunto de tarefas organizadas em concurso, em circuito e em situação de jogo. Inclui exercícios que pretendem aferir competências motoras essenciais, tais como:

1. Elevar o nível das capacidades condicionais e coordenativas:

- Resistência Geral
 - Velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas e de deslocamento;
 - Flexibilidade;
 - Controlo de postura;
 - Equilíbrio dinâmico em situações de “voo”, de aceleração e de apoio instável e ou limitado;
 - Controlo de orientação espacial;
 - Ritmo;
- agilidade

Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor;

Participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipo de atividades, procurando realizar as ações adequadas com correção e oportunidade

Algumas das estações podem envolver a mobilização de competências diferenciadas, assim como de aprendizagens relativas a mais do que um dos temas organizadores constantes nas Orientações Curriculares.

A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

A valorização dos domínios na prova apresenta-se no quadro 1.

2.1.1. quadro 1 - Valorização dos domínios/subdomínios na prova.

Domínios	Subdomínios	Cotação (em pontos)
Ginástica	Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento	20
Jogos	Participar em jogos ajustando a iniciativa própria, e as qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.	20
Atividades Rítmicas Expressivas (dança)	Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais.	20
Percursos na Natureza	Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.	20

Total: 100 pontos

Critérios gerais de classificação

O aluno é avaliado em exercício critério e em situação de jogo por um professor classificador.

Os critérios estão organizados por descritores de desempenho de cada item.

prestação motora e da média atribuída pelos professores classificadores, a cada item, de acordo com a seguinte tabela:

Não executa	0% da cotação do item
Executa parcialmente	25% da cotação do item
Executa com erros	50% da cotação do item
Executa sem erros	75% da cotação do item
Executa com distinção	100% da cotação do item

A classificação final da prova é expressa em escala de 0 a 100, convertida em menções qualitativas .

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

.

Material Autorizado

Calções ou fato de treino e *t-shirt*; ténis ou sapatilhas.

.

.