



SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA BÁSICA INTEGRADA DE CAPELAS
Escola Básica 2,3 de Capelas

INFORMAÇÃO-PROVA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2021

PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Prova 28

2.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga a informação relativa à prova de equivalência à frequência do 2.º Ciclo da disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA, a realizar em 2021, nesta Escola, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização e estrutura da prova
- Duração
- Material

Objeto de avaliação

A prova prática de equivalência à frequência de Educação Física tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física no 2º ciclo do ensino básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre os temas seguintes: Ginástica, Atletismo, Raquetas, Futebol e Basquetebol ou Voleibol.

Caracterização da prova: Componente prática (100%)

A prova é realizada no ginásio.

À componente prática da prova é atribuída a cotação de 100 pontos.



Quadro 1 — Valorização dos grupos/domínios

Competências	Conteúdos	Pontuação Parcial	Pontuação Total	
- Realizar com oportunidade e correção as ações técnicas elementares em todas as funções, aplicando as regras como jogador.	Basquetebol		20	
	- Passe/recepção	5		
	- Drible de progressão/proteção	5		
		- Lançamento em apoio/na passada	10	20
	Futebol			
	- Passe/recepção	5		
	- Condução de bola	5		
	- Remate	10		
	Voleibol			
	- Passe por cima a duas mãos	5		
- Manchete	5			
	- Serviço normal por baixo	10	20	
- Realizar com oportunidade e correção as ações técnicas elementares de Badminton	Badminton			
	- Serviço	10		
	- Lob	5		
	- Clear	5		
Realizar, no atletismo, a corrida, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, como praticante.	Atletismo		5	
	- Corrida de velocidade	5		
Realizar uma sequência gímnica livre, com elementos obrigatórios.	Ginástica		35	
	- avião	10		
	- rolamento à frente engrupado	10		
	- meia pirueta	7,5		
	- sapo	7,5		

Material

O(a) aluno(a) deverá ser portador do material desportivo adequado a realização prática das modalidades anteriormente referenciadas (sapatilhas e meias desportivas, calções ou calças de fato de treino e t-shirt).

Duração

A componente prática da prova tem a duração de 45 minutos.

Nota: Antes da realização da prova é dado um tempo extra ao aluno para que este realize o aquecimento.