



## Educação Física

### Prova 28 / 2021

#### 6.º Ano

#### 2.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho)

## 1. Introdução

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

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

## 2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa de Educação Física do Ensino Básico (aplicando-se como complemento as Metas Curriculares), e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prática de duração limitada.

A prova permite avaliar as aprendizagens nos domínios:

- A) Aptidão Física B) Atividades Físicas e Desportivas

### Domínio da aptidão física

O aluno deve encontrar-se na Zona Saudável de Aptidão Física.

- Vaivém

### Domínio das atividades físicas e desportivas

- Ser capaz de realizar as atividades físicas sem perda de eficácia devido à fadiga;
- Revelar habilidades e destreza nas modalidades referidas, em situação de exercício e/ou de jogo;

#### 1. Desenvolvimento das capacidades físicas;

Aptidão Física: Vai e vem.

#### 2. Modalidades:

- Desportos Coletivos: Basquetebol; Andebol; Voleibol; Futsal.

- Desportos Individuais: Ginástico solo.
- Atividades Expressivas: Expressão corporal com música pré-definida.

### 3. Caracterização da prova

#### COMPONENTE PRÁTICA

O aluno realiza a prova nos espaços interiores e exteriores de educação física.

O aluno tem alguns minutos para realizar o seu aquecimento, iniciando só depois a sua prova, começando com os testes de aptidão física terminando com a realização das modalidades coletivas e/ou individuais.

A estrutura da prova prática é sintetizada no quadro 1.

Quadro 1: Organização da prova prática

Tipologia de itens		Nº de grupos	Cotação do grupo
Modalidades: • Desportos Coletivos: Basquetebol; Andebol; Voleibol; Futsal. • Desportos individuais: Ginástica de solo; Atletismo • Atividades Expressivas	▪ O Aluno executa com correção, os fundamentos técnicos e táticos nas modalidades previstas em exercícios critério e/ou jogo. ▪ O aluno cumpre os regulamentos das modalidades previstas. ▪ O Aluno cumpre com rigor, as sequências propostas.	1	Em pontos A. Desportos Coletivos... 50 B. Ginástica solo .....25 D. Atividades Expressivas.....25 Total: 100 (80%)
Aptidão física: Desenvolvimento das capacidades físicas;	▪ O Aluno tem de executar com correção, o exercício previsto na bateria de testes “Fitescola” ▪ Os resultados obtidos são enquadrados com base na relação (Idade/sexo) da Zona Saudável de Aptidão Física	1	Em pontos Vaivém.....100 Total: 100 (20%)

#### **4. Critérios gerais de classificação**

##### COMPONENTE PRÁTICA

O Aluno tem de executar com correção, os diferentes gestos Técnico/Táticos nas modalidades previstas;

O aluno deve cumprir os regulamentos das modalidades previstas;

O Aluno deve cumprir, com rigor, as sequências propostas;

O Aluno tem de executar com correção, os exercícios previstos na bateria de testes “FITescola”;

Os resultados obtidos são enquadrados com base na relação (Idade/sexo) da Zona Saudável de Aptidão Física

A classificação a atribuir resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados em ficha de observação.

#### **5. Duração**

45 minutos (Prática).

#### **6. Material autorizado**

##### COMPONENTE PRÁTICA

O aluno deverá apresentar-se com o equipamento desportivo indispensável à prática da atividade física.