

Prova de Equivalência à Frequência do Ensino Básico

INFORMAÇÃO PROVA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2018

9º ANO DE ESCOLARIDADE (DECRETO-LEI N.º 139 / 2012, DE 5 DE JULHO)

Prova 26 (prova prática)

Duração: 45 minutos

1.ª fase / 2ª fase

Objeto de avaliação

Execução técnica dos diferentes conteúdos programáticos das modalidades - Individuais: Atletismo – corridas e saltos; Ginástica Artística – Exercícios de solo; Coletivas – Andebol, Basquetebol; Futsal; e Voleibol. Conhecimento e identificação da componente técnico-tática das modalidades, bem como das suas regras.

Caracterização da prova

Ajustar a execução motora às diferentes tarefas em desenvolvimento. Utilizar elementos técnicos de seis Modalidades Desportivas, a saber:

Atletismo: O aluno deve dominar os conteúdos programáticos da corrida de velocidade de 50 metros e do salto em altura.

Ginástica Artística: O aluno deve saber executar no solo o rolamento à frente e à retaguarda engrupado, o rolamento à retaguarda com saída de membros inferiores estendidos e afastados, o rolamento à frente com saída de membros inferiores estendidos e afastados, o apoio facial invertido, o avião e a ponte.

Andebol: O aluno deve saber executar os seguintes elementos técnico-táticos - passe de ombro, de pulso e picado, drible, remate na passada e em salto. Deve ainda, em situação de jogo, adotar o comportamento de jogador com bola e sem bola, no ataque e na defesa.

Basquetebol: O aluno deve saber executar os seguintes elementos técnico-táticos - passe de peito, picado e de ombro, receção, paragem a um e dois tempos, drible de progressão e de proteção, posição básica defensiva e posição básica ofensiva, lançamento em salto e na passada, mudança de direção e finta, e arranque em drible. Deve, ainda, em situação de jogo, adotar o comportamento de jogador com bola e sem bola, no ataque e na defesa.

Futsal: O aluno deve saber executar os seguintes elementos técnico-táticos – passe e receção com sola, condução de bola com sola, finta e remate com o pé. Deve, ainda, em situação de jogo, adotar o comportamento de jogador com bola e sem bola, no ataque e na defesa.

Voleibol: O aluno deve saber executar os seguintes elementos técnico-táticos – passe de frente em apoio, manchete e serviço por baixo. Deve, ainda, em situação de jogo (1x1 e 2x2), adotar o comportamento de jogador com bola e sem bola, no ataque e na defesa.

Critérios gerais de classificação

A avaliação da execução técnica será realizada pela forma como se desenvolve a tarefa e pelo grau de consecução do objetivo da mesma.

A prova é cotada para 100 pontos e tem um peso de 50% na avaliação final.

Material

Equipamento adequado à prática desportiva (sapatilhas, fato de treino ou calções e t-shirt).

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.