

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS VALE AVEIRAS

INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA 2º CICLO - 1.ª e 2.ª FASES

Educação Física
Maio 2019

Prova 28 | 2019 (Despacho Normativo n.º 3-A/2019, de 26 de fevereiro)

2º Ciclo do Ensino Básico

1. Objeto de avaliação

A prova de exame de equivalência à frequência de Educação Física do 2º ciclo tem por alusão o Programa da disciplina e permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do Programa, passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada (45').

2. Caracterização da prova

A prova é constituída por um momento de avaliação prática.

2.1. Parte prática

A prova prática apresenta três áreas de atividades:

- Na área dos Jogos Desportivos Coletivos, avaliam-se as aprendizagens do Voleibol, Basquetebol, Futebol e Andebol. Cada uma destas modalidades apresenta exercícios critério que definem a qualidade técnica dos conteúdos.

Cotação: 40 pontos.

- Na área da Ginástica, avaliam-se as aprendizagens dos elementos de solo através duma sequência gímnica e na ginástica de aparelhos serão realizados dois saltos em dois aparelhos diferentes.

Cotação: 40 pontos.

- Na área de Atletismo, será avaliada a técnica de tesoura no salto em altura de acordo com as componentes críticas do mesmo.

Cotação: 20 pontos

Valorização das áreas e conteúdos da prova

Áreas	Conteúdos	Cotação (em pontos)
<u>Jogos Desportivos Coletivos:</u>		
Voleibol	Exercício critério de Voleibol · Passe Alto de Frente	8
Basquetebol	Exercício critério de Basquetebol · Drible · Passe de Peito · Recepção · Lançamento na passada ou parado de curta distância	4 4 4 4
Futebol	Exercício critério de Futebol · Condução de bola com a parte interior do pé · Remate com a parte interior do pé	4 4
Andebol	Exercício critério de Andebol · Drible · Remate em Apoio	4 4
		Total: 40 pontos
<u>Ginástica:</u>		
Ginástica de Solo	Sequência Gímnica com: · Avião · Rolamento à frente engrupado · Meia volta · Rolamento à retaguarda engrupado · Ponte	4 6 2 8 5
Ginástica de Aparelhos	· Salto em extensão no minitrampolim · Cambalhota à frente no <i>plinto</i> longitudinal.	5 10
		Total: 40 pontos
<u>Atletismo:</u>		
Salto em altura	· Salto em altura com a técnica de tesoura	20
		Total: 20 pontos

3. Critérios de classificação

3.1. Prova Prática

Situação de exercício	Critérios
<p><u>Exercício critério de Voleibol:</u> Efetua 5 passes através do passe alto de frente para um jogador A sem que a bola toque no solo, sem perder o controlo da mesma.</p> <p><u>Exercício critério de Basquetebol:</u> Inicia o drible na sua área defensiva até à zona de meio campo. Efetua um passe de peito para um jogador A, recebendo novamente a bola deste numa posição mais avançada, aproximando-se da tabela adversária e realiza o lançamento na passada ou parado de curta distância.</p> <p><u>Exercício critério de Futebol:</u> Inicia a condução de bola com a parte interior do pé na sua área defensiva contornando diversos obstáculos, até ao meio campo adversário. Efetua remate à baliza adversária com a parte interior do pé.</p> <p><u>Exercício critério de Andebol:</u> Inicia o drible na sua área defensiva até à linha de 9 metros e executa um remate em apoio.</p>	<p>Avaliação Motora: Registo em grelha própria a execução da técnica e suas respectivas componentes críticas.</p> <p>- Não executa - 0</p> <p>- Executa com muita dificuldade - 25% dos pontos</p> <p>- Executa de modo satisfatório - 50% dos pontos</p> <p>- Executa bem - 75% dos pontos</p> <p>- Executa muito bem - 100% dos pontos</p>
<p><u>Ginástica de Solo:</u> Executa uma sequência gímnica com moderado nível de correção e com os seguintes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Avião, rolamento à frente engrupado, meia volta, rolamento à retaguarda engrupado, finalizando com a ponte. <p><u>Ginástica de Aparelhos:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Executa, no minitrampolim, após corrida de balanço, chamada a dois juntos com elevação rápida dos braços e receção equilibrada no colchão de quedas, Salto em extensão (vela), colocando a bacia em ligeira retroversão durante a fase aérea do salto.- Executa, após corrida de balanço e chamada a pés juntos no trampolim “Reuther” e chegando ao solo em condições de equilíbrio	

para adotar a posição de sentido, a cambalhota à frente no <i>plinto</i> longitudinal com um colchão em cima.	
<u>Atletismo:</u> Realiza o Salto em altura com técnica de tesoura, com quatro a seis passadas de corrida de balanço. Apoio ativo e extensão completa da perna de impulsão com elevação enérgica e simultânea dos braços e da perna de balanço; transposição da fasquia (altura - 80cm) com pernas em extensão e receção em equilíbrio no colchão de quedas.	

A Prova Prática terá um peso de 70% na nota final do exame de equivalência à frequência.

4. Material

4.1. Prova prática

A prova é realizada no pavilhão desportivo, tendo o aluno de se apresentar com equipamento desportivo adequado à prática das modalidades (camisola e calções ou fato de treino, meias, ténis e sabrinas).

Todo o material desportivo usado para a prática das diferentes modalidades estará à disposição dos alunos, como é habitual durante as aulas.

5. Duração

O exame de equivalência a frequência tem a duração de 45 minutos.

Aveiras de Cima, ____ de maio de 2019

Professor

Coordenador de Departamento

(Luís Bogalho Jorge)

Diretor

(António Jorge Pedro)