

## INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

### 1. Introdução

O presente documento visa, conforme previsto no Regulamento de Exames, divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2022 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pela legislação em vigor.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração;
- Formulário.

### 2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o “Programa e Metas Curriculares de Educação Física do Ensino Básico” e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada.

#### Objetivos gerais e competências

- Condição física - Executa uma parte da bateria dos testes do *FITescola*.
- Nos Desportos Coletivos: cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos jogos desportivos coletivos, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.
- No Badminton, conhecer o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando as suas ações a esse conhecimento.

### 3. Características e estrutura

- A prova será composta por:
  - Exercícios critério;

- Situações de jogo (opção de um desporto coletivo dentro dos previstos na prova).

## Conteúdos

### Condição Física

- Bateria de testes do programa *FITescola*: Resistência (Vaivém)

### Desportos Coletivos:

- Ações motoras típicas nas suas dimensões:
  - Técnica;
  - Tática.

### Desportos individuais/Jogos de Raquetes:

- Badminton: ações motoras típicas nas suas dimensões:
  - Técnica;
  - Tática.
- Regulamentos, questões de ordem técnico-táticos das modalidades.

## 4. Critérios gerais de classificação

- Análise do desempenho do aluno segundo padrões de correção postural, execução técnica das habilidades e oportunidade tática.
- A classificação a atribuir ao desempenho resulta da aplicação dos critérios gerais e específicos de classificação apresentados para cada exercício proposto e é expresso por um número inteiro.
- As prestações que não corresponderem aos exercícios/modalidade propostos são classificadas com zero pontos.

## 5. Material

O aluno deverá munir-se de equipamento desportivo adequado e limpo. Entenda-se por equipamento desportivo adequado: t-shirt, calção desportivo e/ou fato de treino. Não são permitidos top's e apenas são permitidas "leggings" opacas.

Cada aluno tem de utilizar um par de sapatilhas.

O aluno não poderá utilizar no decurso da avaliação; pastilhas elásticas e objetos de valor - bijuteria, relógios e adereços (Ex: piercings) que coloquem em risco a sua integridade física e a dos seus colegas.

Não é permitida a utilização de pitons de alumínio.

É obrigatório o uso do cabelo preso, bem como de cordões/atacadores completamente apertados no decurso da prova.

A utilização de boné apenas será permitida no espaço exterior e mediante autorização

do avaliador.

## 6. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

## 7. Formulário

Tabela de valores referência do Fitescolas

l\_doc\_valores\_referencia.pdf (mec.pt)