REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

Agrupamento de Escolas Nuno Gonçalves

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2021

Prova 28

6.º Ano de Escolaridade

Decreto-lei n.º 55/2018, de 6 de julho, Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto, Despacho Normativo n.º 10-A/2021, de 22 de março.

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova de equivalência à frequência tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para o 6.º ano de escolaridade e compreende a realização de um conjunto de exercícios, com uma exigência técnica demonstrativa das aprendizagens realizadas nas *Atividades Físicas Desportivas* e na *Aptidão Física*.

Caracterização e estrutura da prova

A prova de equivalência à frequência caracteriza-se por ser uma prova prática composta por duas áreas de conhecimentos:

a) Atividades Físicas e
b) Aptidão Física.

Estrutura da prova prática

Atividades Físicas

Os/as alunos/as são avaliados/as em cinco matérias, segundo as normas de referência para a definição do sucesso em Educação Física emanadas pelos *Programas Nacionais de Educação Física* (PNEF), a saber:

Jogos Desportivos Coletivos: duas matérias a escolher entre Basquetebol, Futebol e Voleibol.

Ginástica: uma matéria a escolher entre Solo/Sequência gímnica, Saltos de Minitrampolim, Saltos de Plinto/Boque e Aparelhos Portáteis.

Atletismo: uma matéria a escolher entre Salto em Altura e Corrida de Velocidade.

Outras: uma matéria a escolher entre Patinagem, Dança (tradicionais ou sociais) e Badmínton.

Aptidão Física

Os/as alunos/as realizam três testes de Aptidão Física, segundo o protocolo da bateria de testes *FITescola*®, designadamente:

- Aptidão aeróbia – teste *Vaivém*.

- Aptidão muscular – dois à escolha, de entre os testes de *Abdominais*, *Flexões de Braços*, *Impulsão Horizontal, Flexibilidade dos Membros Inferiores ou Flexibilidade de Ombros.*

Critérios gerais de classificação

Na avaliação da prova prática atender-se-á às seguintes condições:

Atividades Físicas

a) A avaliação da correção das ações técnicas dos exercícios propostos é da responsabilidade do Júri, de acordo com as instruções e com os critérios de classificação.

b) A avaliação é convertida numa escala qualitativa, de acordo com a seguinte terminologia e respetivo nível:

Observação/ avaliação	Terminologia (Escala qualitativa)	Nível
<1 Nível Introdução*	Muito Insuficiente	1 (um)
1 Nível Introdução*	Insuficiente	2 (dois)
2 Níveis Introdução*	Suficiente	3 (três)
3 Níveis Introdução*	Bom	4 (quatro)
4 Níveis Introdução*	Muito bom	5 (cinco)

* Nível INTRODUÇÃO - conteúdos definidos nos PNEF

Aptidão Física

a) A avaliação da *Aptidão Física* tem como referência a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) da bateria de testes FITescola®, incluindo os valores para o Perfil Atlético.

b) A avaliação é convertida numa escala qualitativa, de acordo com a seguinte terminologia e respetivo nível:

Observação/Avaliação	**Terminologia (Escala qualitativa**	**Nível**
1 teste na ZSAF	Muito Insuficiente	1 (um)
2 testes na ZSAF	Insuficiente	2 (dois)
3 testes na ZSAF	Suficiente	3 (três)
2 testes na ZSAF + 1 teste no Perfil Atlético	Bom	4 (quatro)
2 ou mais testes no Perfil Atlético	Muito Bom	5 (cinco)

A classificação da prova prática é o resultado da média ponderada, com arredondamento às unidades, entre a classificação obtida nas *Atividades Físicas* e a classificação obtida pelo/a aluno/a na *Aptidão Física*, de acordo com a seguinte fórmula:

CPP = (5CAF + 1 CApF) / 6

CF = CPPx20 /100 em que:

CPP = classificação da prova prática;

CAF = classificação das *Atividades Físicas*;

CApF = classificação da *Aptidão Física*;

CF = classificação final

Material

Para a realização da prova prática o/a aluno/a deve apresentar-se equipado/a respeitando o Regulamento Interno do Agrupamento - camisola, calções ou *leggins*, meias, sapatilhas de ginástica e ténis.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos. A realização da prova prática é antecedida de um período de aquecimento geral e específico com a duração máxima de 15 minutos.