



**REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
**SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO**  
**DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO EDUCATIVA**  
**ESCOLA BÁSICA INTEGRADA DE ÁGUA DE PAU**

---

**INFORMAÇÃO – PROVA**

**1.ª / 2.ª fase**

**PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA  
EDUCAÇÃO FÍSICA (47) - PROVA PRÁTICA**

---

**2024**

---

**1.º Ciclo do Ensino Básico**

Portaria n.º 59/2019, de 28 de agosto

Despacho Normativo n.º 4/2024, de 21 de fevereiro

N.º páginas: 3

---

**Introdução**

O presente documento visa divulgar as características da prova prática de Equivalência à Frequência do 1.º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2024.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação em vigor.

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

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

**1. Objeto de avaliação**

A prova de exame tem por referência o Programa de Educação Física do Ensino Básico, com as adaptações introduzidas pelo grupo de Educação Física, com as decisões estratégicas para cumprimento dos programas, tendo em conta a realidade dos recursos humanos, materiais e organizacionais da EBI de Água de Pau.

A prova permite avaliar competências passíveis de avaliação numa prova prática, de duração limitada, e os conteúdos a elas associados.

## **2. Características e estrutura da prova**

Constituem objeto de avaliação, na prova, as aprendizagens a seguir especificadas:

- **Aptidão Física**

- a) Realizar corrida de velocidade de 20metros.

- **Jogos**

- a) Lançar uma bola o mais longe possível;
- b) Realizar toques de sustentação;
- c) Realizar batimentos de bola contra uma parede com a raquete.

- **GINÁSTICA**

- a) Realizar uma sequência de habilidades gímnicas **no solo**:

- a) rolamento à frente com pernas afastadas;
- b) rolamento à frente engrupado;
- c)  $\frac{1}{2}$  piroeta;
- d) Avião;
- e) Ponte;
- f) Rolamento atrás engrupado;
- g) Rolamento atrás de pernas afastadas;
- h) Sapo;

- b) Realizar 50 saltos seguidos com a corda;

**Ginástica de aparelhos:**

- **No plinto de espuma:**

- a) salto de coelho seguido de salto ao eixo.

- **No boque:**

- a) salto de eixo.

Em relação às características e estrutura da prova, esta é constituída por três blocos, sendo que os itens a serem observados resultam na execução de habilidades motoras, na execução clara de gestos técnicos em situação de exercícios critério.

Quadro 1

Tipologia de itens	Cotação por item (em pontos)
<b>Aptidão Física</b>	10
<b>Habilidades motoras</b>	90

### **3. Critérios gerais de classificação da prova**

A classificação a atribuir a cada execução resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

Resulta do conhecimento das regras das diferentes modalidades e na realização com segurança, fluidez e correção dos critérios de êxito dos diferentes gestos tático-técnicos.

### **4. Material**

\*Instalações Desportivas e Grelhas de avaliação.

\*Aptidão Física

\*Pista e cronómetro.

\*Ginástica de aparelhos

\*cordas, plinto de espuma, reuther, boque, colchões;

\*Jogos

\*Bolas, raquetes e bola de espuma;

\*Ginástica de solo

\*Colchões

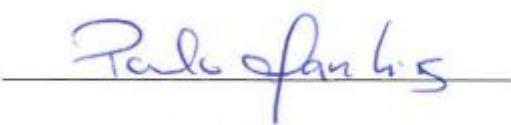
### **5. Duração**

O tempo de prova é de 45 minutos sem tolerância. Tendo em conta que, a transição entre modalidades o tempo não conta.

Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico

Água de Pau, 3 de maio de 2024

O Presidente do Conselho Pedagógico da EBIAP



Paulo Martins