



Informação-Prova de Equivalência à Frequência
Despacho Normativo n.º 10-A/2021, de 22 de março
Ano letivo de 2020-2021

Disciplina: Educação Física

Ano de escolaridade: 9º Ano

Tipo de Prova/código: código 26 - prova prática com ponderação de 100%.

1. Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos enunciados no Programa de Educação Física.

A avaliação sumativa, realizada através de uma prova prática, de duração limitada, só permite avaliar parte dos conhecimentos do programa.

Os conhecimentos a avaliar, que decorrem dos objetivos gerais enunciados no programa, são os seguintes:

Prova prática

I - Capacidades Motoras

- Realização de cinco testes do FITescola: vai-vém, senta e alcança, abdominais, extensões de braços e impulsão horizontal **(25%)**

II - Atividades Físicas Desportivas Coletivas

- Realização de exercícios critério em duas das seguintes modalidades: Andebol, Basquetebol, Futsal e Voleibol. **(50%)**

III - Atividades Físicas Desportivas Individuais

- Realização de exercícios critério nas seguintes modalidades: Atletismo ou Ginástica. **(25%)**

2. Características e estrutura da prova

Componente Prática

- Realização de testes do FITescola;

- Realização de exercícios critério das atividades desportivas para avaliação do desempenho técnico-tático motor.

3. Critérios gerais de classificação.

Componente Prática

- Tabelas FITescola;

- Desempenho técnico-tático motor (de acordo com o programa nacional de educação física):

a) Não Faz /Não introdutório

b) Introdutório

c) Elementar

d) Avançado

4. Material

- Equipamento Desportivo (calções/calças; t-shirt; ténis e sapatilhas).

5. Duração

- Componente Prática: 45 minutos (o aquecimento não faz parte do tempo regulamentar da prova).