

INFORMAÇÃO – PROVA EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Disciplina: **Educação Física**

Prova 26 | PROVA PRÁTICA

3.º Ciclo do Ensino Básico

### 1. Objeto de avaliação

Esta prova tem como referência as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 3ºciclo do Ensino Básico (7º, 8º e 9º anos) e o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória e permite avaliar a capacidade de realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre a técnica.

### 2. Caracterização da prova

Prova prática, constituída por 2 grupos de exercícios/critério. O Grupo I relativo a modalidades individuais e o Grupo II constituído por modalidades coletivas.

#### Grupo I (50 pontos)

<b>Ginástica</b> - Rolamento à frente engrupado - Rolamento à retaguarda engrupado com saída de MI afastados - Avião - Roda - Apoio facial invertido	<b>Atletismo</b> - Corrida de velocidade - Lançamento do peso
---	---

#### Grupo II (50 pontos)

<b>Basquetebol</b> - Drible de progressão - Drible de proteção - Lançamento em apoio - Lançamento na passada	<b>Andebol</b> - Drible - Passe de ombro - Remate em suspensão	<b>Futebol</b> - Passe - Condução de bola - Remate	<b>Voleibol</b> - Passe de frente para a parede - Manchete para a parede - Serviço por cima
--	---	---	--

**3. Critérios gerais de classificação:** - Correção e rigor na realização dos elementos técnicos exigidos

**4. Duração:** A prova tem a duração de 45 minutos.

**5. Material:** Equipamento de acordo com o preconizado no regulamento da disciplina.

**6. Local de realização:** Ginásio e campo desportivo exterior.