
INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA
EDUCAÇÃO FÍSICA

2021

Prova 26

9.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 [9.º ano](#) de escolaridade. Compreende a realização de um conjunto de questões e tarefas com uma exigência técnica demonstrativa de competências e conhecimentos enquadrados em domínios do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), passíveis de avaliação numa prova prática - aprendizagens nas áreas *Atividades Físicas* e *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
- b) Aptidão Física.

Estrutura da prova prática

Área das Atividades Físicas

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

- Dois Jogos Desportivos Coletivos, a escolher entre Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol;
- Ginástica de solo;
- Atletismo: Corrida de barreiras;
- Uma matéria de desportos de Raquetas (Ténis de Mesa ou Badminton);
- Dança (Merengue).

Aptidão Física

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

- Aptidão muscular – Abdominais; Flexões de Braços; Impulsão Horizontal; Flexibilidade dos Membros Inferiores;
- Aptidão aeróbia - Vaivém.

Critérios gerais de classificação

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

- Os/as alunos/as realizam as tarefas propostas nas diferentes modalidades. Quando não conseguem executar com sucesso à primeira tentativa têm direito a uma segunda, exceto quando haja indicação contrária por parte do júri, nas situações a definir nos procedimentos de classificação.
- Durante a prova, o registo da observação do desempenho dos/as alunos/as é efetuado pelo júri, de acordo com as instruções e com os critérios de classificação.

Atividades Físicas

Observação/Avaliação	Terminologia Escala qualitativa	Nível
Menos de 4 Níveis Introdução*	Muito Insuficiente (de 0 a 19)	1 (um)
4 Níveis Introdução*	Insuficiente (de 20 a 49)	2 (dois)
5 Níveis Introdução*	Suficiente (de 50 a 69)	3 (três)
4 Níveis Introdução* + 2 Níveis Elementar*	Bom (de 70 a 89)	4 (quatro)
3 Níveis Introdução* + 3 Níveis Elementar*	Muito Bom (de 90 a 100)	5 (cinco)

*Nível INTRODUÇÃO e Nível ELEMENTAR, baseados na caracterização dos PNEF

Aptidão Física

Observação/Avaliação	Terminologia Escala qualitativa	Nível
1 teste na ZSAF	Muito Insuficiente (de 0 a 19)	1 (um)
2 testes na ZSAF	Insuficiente (de 20 a 49)	2 (dois)
3 testes na ZSAF	Suficiente (de 50 a 69)	3 (três)
4 testes na ZSAF	Bom (de 70 a 89)	4 (quatro)
5 testes na ZSAF	Muito Bom (de 90 a 100)	5 (cinco)

NOTA: referência à *Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) – FITescola®*

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 = (6CAF + 1 CApF) / 7 em que:

CPP = classificação da prova prática;

CAF = classificação das Atividades Físicas;

CApF = classificação da Aptidão Física.

A classificação final (CF) da prova será atribuída de acordo com a média aritmética simples arredondada às unidades.

Material

O/A aluno/a deverá ser portador/a do seguinte material:

- Equipamento de Educação Física para a realização da componente prática, no respeito pelo Regulamento Interno do Agrupamento - camisola, calções/ *leggings*, meias, sapatilhas/ténis.

Duração

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