

INFORMAÇÃO-PROVA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2025

Prova 28

**2.º Ciclo do Ensino Básico**

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 2.º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2025, nomeadamente:

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

**OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova prática tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física no 2.º ciclo do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação, numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre os temas seguintes: Aptidão Física, Atletismo, Basquetebol, Ginástica (solo e aparelhos) e Voleibol.

**CARACTERIZAÇÃO E ESTRUTURA**

ÁREA	SUB ÁREA	OBJETIVOS	ESTRUTURA	COTAÇÕES
APTIDÃO FÍSICA	APTIDÃO MUSCULAR E APTIDÃO AERÓBIA	Executar com correção os testes de aptidão física definidos.	O aluno executa os testes de aptidão muscular (senta e alcança, impulsão horizontal e flexibilidade dos ombros) e aptidão aeróbia (vaivém).	15
ATIVIDADES FÍSICAS	ATLETISMO	Executar com correção os gestos técnicos definidos.	O aluno executa o salto em altura (Técnica de Tesoura); O aluno executa o Lançamento da bola.	15
	BASQUETEBOL	Executar com correção os gestos técnicos definidos.	O aluno executa os gestos técnicos (passe de peito, receção, drible de progressão, lançamento parado e Lançamento na passada.	20

<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b>	<b>GINÁSTICA (solo)</b>	Executar com correção a sequência gímnica no solo.	O aluno executa uma sequência gímnica com os seguintes elementos gímnicos: rolamento engrupado à frente, rolamento engrupado à retaguarda, posição de equilíbrio, posição de flexibilidade e roda.	15
	<b>GINÁSTICA (aparelhos)</b>	Realizar com correção os saltos no boque/plinto.	O aluno salto ao eixo no boque; O aluno executa salto entre mãos no plinto.	15
	<b>VOLEIBOL</b>	Executar com correção os gestos técnicos definidos.	O aluno executa os gestos técnicos: passe, manchete e serviço por baixo.	20
<b>TOTAL</b>				<b>100</b>

#### **MATERIAL**

O aluno deve utilizar calçado e vestuário desportivo próprio para a prática da atividade física (sapatilhas e meias desportivas, calções ou calças de fato de treino e t-shirt).

#### **DURAÇÃO**

45 minutos.

#### **CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO**

<b>Nível 1</b>	O aluno revela imensas dificuldades e incorreções ao nível da execução dos gestos técnicos/ das técnicas/ dos elementos gímnicos. O aluno não se encontra dentro da Zona Saudável de Aptidão Física em nenhum dos testes aplicados.
<b>Nível 2</b>	O aluno revela dificuldades na execução dos gestos técnicos/ das técnicas/ dos elementos gímnicos. O aluno encontra-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física em apenas um dos testes aplicados.
<b>Nível 3</b>	O aluno revela dificuldades, mas executa com alguma correção os gestos técnicos/ as técnicas/ os elementos gímnicos. O aluno encontra-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física em dois dos testes aplicados.
<b>Nível 4</b>	O aluno realiza com correção a maioria dos gestos técnicos/ das técnicas/ dos elementos gímnicos. O aluno encontra-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física em três dos testes aplicados.
<b>Nível 5</b>	O aluno realiza com total correção os gestos técnicos/ as técnicas/ os elementos gímnicos. O aluno encontra-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física em todos os testes aplicados.