



INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física

2024

Prova 26

Prova prática

3º Ciclo do Ensino Básico - 9º Ano

(Despacho Normativo n.º 7- A/2022, de 24 de março de 2022)

Duração da prova: 45 minutos

PROVA PRÁTICA

1 - Duração

A prova tem a duração de 45 minutos, sem qualquer tempo de tolerância.

2 - Material autorizado

Equipamento desportivo, ténis e sapatilhas de Ginástica.

3 - Características e estrutura da prova

Grupos	Conteúdos	Cotação (em pontos)
I	Aptidão física - Teste de aptidão aeróbia	20
II	Jogos desportivos colectivos - Sequência de habilidades técnicas de dois jogos	35
III	Ginástica - Ginástica de solo - sequência gímnica de habilidades de nível Introdução. - Ginástica de aparelhos (saltos no boque e no plinto)	30
IV	Atividades rítmicas e expressivas Dança - sequência de passos de nível Introdução de uma dança social (em line dance)	15
TOTAL		100

4 - Classificação

- A classificação a atribuir em cada uma das questões, resulta da apreciação global da execução das ações técnicas solicitadas (cumprimento das componentes críticas), de acordo com a cotação apresentada para cada questão.
- A classificação final a atribuir à prova resulta do somatório das classificações atribuídas em cada questão.
- A classificação final é expressa por um número inteiro.