



Instituto dos Pupilos do Exército

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

3.º CICLO

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA (26)

Ano letivo 2020-21

TIPO DE PROVA: Prática

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A Prova de Equivalência à Frequência incide sobre a aprendizagem definida para o final do 3º ciclo do ensino básico, de acordo com os programas e metas curriculares homologados, tendo em consideração o estabelecido no Despacho Normativo Despacho Normativo n.º 10-A/2021.

2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA

Realização prática dos exercícios e/ou situações de jogo propostas:

Grupos	Conteúdos Específicos
Grupo 1: Capacidades Físicas	O aluno realiza um conjunto de testes do <i>Fit- Escola</i> , conseguindo resultados que o coloquem numa Zona saudável da Condição Física.
Grupo 2: Desporto Individual: - Atletismo	No Atletismo o aluno realiza um conjunto de ações técnicas de uma modalidade do Atletismo.
Grupo 3: Desporto Coletivo: - Basquetebol	No Basquetebol, o aluno realiza ações técnico-táticas, em situação de exercício e/ou jogo reduzido.
Grupo 4: Desporto Individual - Ginástica de Aparelhos	Na Ginástica de Aparelhos: o aluno realiza um conjunto de saltos no Mini - Trampolim.

3. CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

- 1 – Não executa
- 2 - Executa com muitas incorreções
- 3 – Executa com algumas incorreções
- 4 – Executa corretamente

- No grupo 1 aplica-se a tabela dos testes do FIT- ESCOLA.

4. MATERIAL

Equipamento desportivo do IPE (tenis para exterior e sapatilhas de ginástica).

5. DURAÇÃO

A prova tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.