

### 1 - Objeto de avaliação

A Prova Prática de Equivalência à Frequência tem por referência o Programa de Educação Física em vigor para o 3º Ciclo do ensino básico, incidindo nos tópicos e nos objetivos específicos a eles associados que são passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

A valorização relativa das unidades/temas é a seguinte:

UNIDADE/TEMA	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS	COTAÇÃO
ATLETISMO	Lançamento	- Realiza o lançamento respeitando a sua componente técnica.	25%
GINÁSTICA DE SOLO	Seqüência de elementos gímnicos: Rolamentos, avião, roda e apoio facial invertido	- Realiza com correção e fluidez os elementos gímnicos organizados num esquema.	25%
J.D.C. - BASQUETEBOL/ VOLEIBOL/ANDEBOL	Gestos técnicos próprios das modalidades	- Em situação de exercício critério domina a dimensão técnica e tática do JDC abordado	50%

### 2 - Características e estrutura

Exercícios práticos (100%).

### 3 - Critérios de classificação

Entende o exercício e realiza-o com sucesso=25%;

Entende o exercício e realiza-o sem sucesso=12.5%;

Não entende o exercício proposto = 0%.

### 4 – Material

Equipamento desportivo. Material próprio de cada uma das modalidades.

### 5 – Duração

45 Minutos