

INFORMAÇÃO PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO**Ano letivo:** 2025/2026**Disciplina:** Educação Física**Ano:** 8º**Modalidade da Prova:** Prática**Objeto de avaliação**

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais de Educação Física (AEEF) que têm como objetivo o desenvolvimento das competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova de duração limitada.

Características e Estrutura

A prova é estruturada em duas áreas:

- I – Área da Aptidão Física
- II – Área das Atividades Físicas Caracterização da prova

I - ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

A área da Aptidão Física é composta pelas subáreas (i) aptidão aeróbia e (ii) aptidão neuromuscular, das quais é avaliada apenas uma componente relacionada com a saúde, em função da idade e sexo do(a) aluno(a), em valores inscritos na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF), de acordo com o programa FITescola®.

Componentes da aptidão física relacionadas com a saúde, passíveis de avaliar, nesta prova: Flexibilidade, Resistência muscular, Força muscular e Resistência cardiorrespiratória.

II - ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 8.º ano de escolaridade de em 5 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade:

SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria): Basquetebol, Futebol, e Voleibol;

SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria): Aparelhos;

SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (três matérias):

- do ATLETISMO, saltos;

- nos JOGOS DE RAQUETES: Badminton;

Valorização relativa dos temas da prova prática

Temas – Prova prática	Cotação (em pontos)
Tema I – Aptidão Física Competências/Objetivos - Realizar testes do fit escola	20
Tema II – Desportos Coletivos - Voleibol Competências/Objetivos - Executar com correção, postura, atitude e eficácia duas ações técnicas/táticas.	20
Tema III – Desportos Coletivos – Basquetebol Competências/Objetivos - Executar com correção, postura, atitude e eficácia duas ações técnicas/táticas.	20
Tema IV – Desportos Individuais - Atletismo Competências/Objetivos - Executar com correção, postura, atitude e eficácia um Salto de acordo com o regulamento de atletismo.	20
Opção entre um dos seguintes temas. Tema V - Desportos Individuais – Ginástica de Aparelhos Competências/Objetivos - Realizar com correção, postura e atitude uma serie de saltos no minitrampolim, boque, plinto. ou Tema VI - Desportos de raquetes – Badminton Competências/Objetivos - Executar com correção, postura, atitude e eficácia duas ações técnicas/táticas.	20

Crítérios Gerais de Classificação

A classificação da prova é expressa em percentagem numa escala de 0 a 100. As matérias são avaliadas através de Listas de Verificação (tarefas), por Observação direta, com recursos a dois tipos de escalas: (i) Escala do Tipo Dicotómica (Faz/Não Faz) para os critérios de êxito qualitativos e (ii) Escala do Tipo Likert (medidas de desempenho típico por género) para os critérios de êxito quantitativos (intensidade, frequência, tempo, amplitude);

Material

- Prova **prática** – Calções ou fato de treino, camisola, meias e sapatilhas.

Duração

- Duração da prova **prática**: 90 minutos, sem tolerância.
 - Antes da prova prática serão dados 15 minutos ao aluno para realizar o aquecimento.