



INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2017

Prova 311– Prova Escrita + Prática

12º Ano de Escolaridade (Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2017, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Material
- Duração
- Critérios gerais de classificação

Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e objetivos enunciados no programa de Educação Física- Cursos Gerais e Cursos Tecnológicos do Departamento do Ensino Secundário

Caracterização da prova

A prova é constituída por duas partes: parte escrita e parte prática.

PARTE ESCRITA		
Áreas/Matérias	Objetivos	Cotação
Grupo I Aptidão Física	-Conhecer e identificar as capacidades físicas de base e a bateria de testes Fitnessgram. -Conhecer os processos de desenvolvimento e manutenção da condição Física.	20 pontos
Grupo II Desportos individuais Atletismo: Resistência, Velocidade, Estafetas, Lançamento do peso, Salto em altura e Salto em comprimento. Ginástica: Artística, Aparelhos e Acrobática	-Conhecer na generalidade os regulamentos específicos, os materiais/equipamentos assim como os aspetos técnicos das diferentes modalidades.	60 pontos

Grupo III Jogos Desportivos Coletivos Voleibol Basquetebol Futsal Andebol	-Conhecer na generalidade os regulamentos específicos, os materiais/equipamentos assim como os aspetos técnico-táticos das diferentes modalidades.	80 pontos
Grupo IV Atividade Física e saúde Alimentação Substâncias dopantes Lesões desportivas Espírito desportivo	-Interpretar/relacionar os temas com os estilos de vida. -Identificar os fatores de risco associados à prática desportiva e aspetos relacionados com a prevenção. -Reconhecer a importância da promoção da atividade física e desportiva.	40 pontos

A parte escrita será composta por:

- Classificação de afirmações como verdadeiras ou falsas;
- Itens de resposta aberta.

PARTE PRÁTICA			
Áreas/Matérias	Objetivos	Estrutura	Cotação
ATLETISMO	- Percorrer a máxima distância possível numa direção e na oposta, numa distância de vinte metros, com uma velocidade crescente em períodos consecutivos de um minuto.	Teste de “Vai e vem”	30 pontos
	- Executar com correção a técnica de lançamento do peso de costas com deslize (O’Brien) aplicando o regulamento específico. <ul style="list-style-type: none"> • Femininos- 3Kg • Masculinos-4Kg 	Lançamento do peso (duas tentativas)	10 pontos
	- Executar o salto em altura com a técnica de “Fosbury Flop”, aplicando o regulamento específico.	Salto em altura (duas tentativas por marca)	10 pontos

GINÁSTICA	<p>- Realizar uma sequência gímnica, encadeando de forma harmoniosa os exercícios a realizar.</p>	<p><u>Ginástica de solo:</u> Composição e realização de uma sequência gímnica, com os elementos abaixo indicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Três tipos de rolamentos -Posição de equilíbrio -Posição de flexibilidade -Roda -Rodada -Apoio facial invertido -Elementos de ligação 	50 pontos
<p>JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p> <p>Voleibol Basquetebol Andebol Futsal</p>	<p>- Demonstrar/aplicar em situação de jogo reduzido 3x3 e em exercício critério as competências específicas da modalidade e as comuns aos jogos desportivos coletivos.</p> <p><u>Comuns:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Respeitar os colegas/adversários e árbitros. • Ocupar racionalmente o terreno de jogo. • Adotar uma atitude defensiva/ofensiva. • Cooperar com os colegas de equipa. • Conhecer e aplica o regulamento específico das modalidades, bem como os princípios de jogo. <p><u>Específicas (Voleibol):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Executar criteriosamente as seguintes ações: Posição base e deslocamentos, passe de frente, manchete, serviço por cima, remate e bloco. <p><u>Específicas (Basquetebol):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Executar criteriosamente as seguintes ações: Passe/receção, paragens, drible, lançamentos, ressaltos, passe e corte, aclaramento e ajuda defensiva. <p><u>Específicas (Futsal):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Executar criteriosamente as seguintes ações: passe, receção de bola, remate, condução de bola, drible e finta. <p><u>Específicas (Andebol):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Executar criteriosamente as seguintes ações: Passe, receção, drible, fintas, mudanças de direção e remates. 	O aluno seleciona duas das quatro modalidades.	100 pontos (50+50)

Material**PROVA ESCRITA:**

As respostas são registadas em folha própria fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial); Esferográfica preta ou azul indelével. Não é permitido o uso de corretor.

PROVA PRÁTICA:

O aluno só pode realizar a prova, desde que se apresente com equipamento desportivo adequado.

Na prova de Ginástica deverá ter calçado apropriado para a sala de ginástica (sabrinas).

Não é permitido o uso de acessórios, tais como: relógio, pulseiras, anéis, brincos e piercings.

Duração

PROVA ESCRITA: 90 minutos

PROVA PRÁTICA: 90 minutos

Critérios gerais de classificação**PROVA ESCRITA:**

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, em caso de omissão ou de engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito.

Se o aluno responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando inequivocamente a(s) resposta(s) que não deseja que seja(m) classificada(s), deve ser considerada apenas a resposta que surgir em primeiro lugar.

Nos grupos I, II e III o aluno deve optar pela resposta correta colocando V (verdadeiro) ou F (falso) conforme a veracidade ou falsidade da afirmação.

A cotação total do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta.

São classificadas com zero pontos as respostas em que seja assinalada:

- uma opção incorreta;
- resposta ilegível
- mais do que uma opção.

Desconta um ponto para cada resposta incorreta.

Não há lugar a classificações intermédias.

No Grupo IV será tido em conta a clareza nas respostas, a coerência do discurso e a capacidade de relacionar os diferentes temas.

PROVA PRÁTICA:

Na prova prática a classificação a atribuir a cada exercício – critério da prova de exame, resulta do nível de desempenho correspondente aos critérios de êxito estabelecidos, de acordo com o programa curricular de Educação Física. A cotação máxima é de 200 pontos e corresponde ao cumprimento de todos os critérios de êxito, convertendo-se numa escala de níveis de 0 a 20.

A Classificação Final da Prova corresponde à média ponderada da classificação da Prova Escrita (30%) e da Prova Prática (70%), arredondada às unidades.

O Presidente do Conselho Pedagógico,
