

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA - Prova escrita e prática

1.ª e 2.ª Fases

Prova 26

2020

- 3.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril)

O presente documento divulga informação à prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020, nomeadamente:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência as aprendizagens essenciais homologadas pelo Despacho n.º 9644-A/2018, de 19 de julho, para o 3.º ciclo do ensino básico, sendo composta por uma componente escrita (50%) e por uma componente prática (50%).

A prova permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos enquadrados em domínios do âmbito das atividades físicas, previstas no programa de educação física, passíveis de avaliação.

A **prova escrita** avalia a aprendizagem nos seguintes domínios:

- I. Processos de desenvolvimento da condição física;
- II. Desportos Individuais;
- III. Jogos Desportivos Coletivos.

A **prova prática** avalia a aprendizagem nos seguintes domínios:

- 1- **Técnico** - Desportos Coletivos (Voleibol ou Andebol ou Basquetebol ou Futsal) e Desportos Individuais (Ginástica ou Atletismo);
- 2- **Aptidão física** (resistência).

CARACTERIZAÇÃO E ESTRUTURA DA PROVA

A **prova escrita** apresenta-se estruturada em 3 grupos segundo o quadro seguinte:

QUADRO 1

DOMÍNIOS	APRENDIZAGENS/CONTEÚDOS	ESTRUTURA	COTAÇÃO
I. Processos de desenvolvimento da condição física	1. Relação entre aptidão física e saúde. 2. Identificação dos benefícios do exercício físico para a saúde.	Questão de resposta curta.	20%
II. Desportos Individuais: - Ginástica - Atletismo	1. Materiais/equipamentos e o terreno de prova. 2. Regras de segurança e ajuda, associadas à lecionação. 3. Identificação da designação dos diferentes elementos gímnicos/saltos. 4. Formas de execução das diferentes disciplinas do atletismo lecionadas.	Questões de resposta de verdadeiro ou falso/escolha múltipla	30%
III. Jogos Desportivos Coletivos: - Andebol - Basquetebol - Futsal - Voleibol	1. Regulamento e fundamentos técnico-táticos das diferentes modalidades desportivas. 2. Materiais e o terreno de jogo das diferentes modalidades desportivas. 3. Sinais de arbitragem.	Questões de resposta de verdadeiro ou falso/escolha múltipla	50%

A **prova prática** apresenta-se estruturada em 4 momentos distintos, explicada no quadro seguinte:

QUADRO 2

MOMENTOS/TEMAS	CONTEÚDOS	ESTRUTURA	COTAÇÃO
	Entrega, Leitura e Interpretação do documento orientador de prova.		
I. Aquecimento	Exercícios de Preparação/adaptação do organismo ao esforço físico em geral e às modalidades previstas na prova em particular.	Situação Livre	10 %
II. Desportos Individuais: - Ginástica de solo - Atletismo	O aluno realiza uma sequência gímica no solo cumprindo pelo menos os seguintes elementos: Rolamento engrupado à frente, rolamento à retaguarda pernas afastadas, apoio facial invertido, posição de equilíbrio, posição de flexibilidade, elementos de ligação (voltas ou afundos). ou O aluno realiza um salto, dois lançamentos, uma corrida plana e uma corrida de barreiras.	Sequência Gímica ou Exercício critério	40 %
III. Jogos Desportivos Coletivos: - Voleibol - Basquetebol - Futsal - Andebol	Em situação de exercício critério O aluno realiza os seguintes gestos técnicos do voleibol: Passe alto de frente; Manchete; Serviço Tipo Ténis; Remate em suspensão. Ou O aluno realiza o drible de progressão com lançamento na passada; realiza lançamento em apoio e em suspensão; realiza situação de 1 x 1 a uma tabela (Basquetebol). Ou Faz condução de bola e remata; faz condução de bola contornando sinalizadores; demonstra domínio de bola através de toques com o pé, com a cabeça e com a coxa (Futsal). Ou Faz drible de progressão em várias direções; remata em suspensão após receção; faz passe frente a frente e de progressão com o professor (Andebol).	Situação de Exercício critério	40 %
IV. Aptidão Física	Corrida de Resistência (teste da milha)	Situação de Prova Protocolo do fitnessgram	10%

CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

Prova teórica:

Uso de terminologia específica de cada modalidade ou matéria.

Aplicação de conceitos.

Relacionamento de conceitos.

Coerência de argumentos na interpretação, compreensão e exposição de conceitos e teorias.

Rigor na ortografia.

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação, apresentados para cada item, e é expressa por um número inteiro, previsto na grelha de classificação.

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.

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;
- ✓ mais do que uma opção.

Não há lugar a classificações intermédias.

Prova prática:

Cumprimento dos critérios de êxito de cada modalidade/matéria definidos para o nível elementar definidos no Programa de Educação Física do 3º ciclo.

QUADRO 3 – Prova Prática

TEMAS / SITUAÇÕES	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO / PONDERAÇÕES
I. Aquecimento	Adequação (10%) Grau de adequação dos exercícios realizados pelo examinando no sentido de preparar o organismo para as situações de avaliação previstas na prova.
II. Desportos Individuais – Sequência Ginástica de solo/atletismo	Qualidade na composição coreográfica (40 %): Postura e Atitude Gímnicas; Harmonia e Fluidez no encadeamento de habilidades; Ou Correção Técnica na realização dos fundamentos técnicos previstos (de acordo com as respetivas componentes críticas).
III. Jogos Desportivos Coletivos – Voleibol/Basquetebol/Futsal/Andebol	Domínio da técnica (40%) Correção técnica na realização dos fundamentos técnicos previstos (de acordo com as respetivas componentes críticas).
III. Aptidão Física – Aptidão Aeróbia	Tabela de referência - Zona saudável de Aptidão Física (10%) Grau de Eficácia na realização da prova de aptidão aeróbia tendo por referência os valores limites estipulados para a Zona Saudável de Aptidão Física no teste da Milha.

MATERIAL A UTILIZAR

Na **prova escrita** o aluno deverá ser portador de uma esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Deverá ainda, apresentar-se devidamente equipado para a prática do exercício físico, bem como com o material necessário à sua higiene pessoal após o término da prova.

DURAÇÃO DA PROVA

A prova teórica terá a duração máxima de 45 minutos.

A prova prática terá a duração de 45 minutos.

Nota: Na prova prática, os tempos de transição estão incluídos na duração de cada momento.