

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA – Prova escrita e prática

1.ª e 2.ª fases

Prova 26 | 2015

2.º ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho)

O presente documento divulga informação à prova de equivalência à frequência do ensino secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2015, nomeadamente:

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

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

Prova Teórica

Conteúdos programáticos	Objetivos/ Competências
<u>Ginástica de solo</u>	Identificar os diferentes elementos gímnicos de solo; Descrever os diferentes elementos gímnicos de solo;
<u>Futsal</u>	Conhecer, descrever e fazer diagramas do espaço de jogo; Conhecer o espaço de jogo; Conhecer as regras do jogo Definir os objectivos de jogo;
<u>Andebol</u>	Conhecer e identificar algumas acções técnicas; Conhecer o espaço de jogo; Conhecer as regras do jogo Definir os objectivos de jogo;

Prova prática

Conteúdos programáticos	Objetivos/ Competências
<u>Condição Física</u>	Realizar os testes de condição física relativos ao fitnessgram: Milha, Abdominais e extensão do tronco.
<u>Ginástica de solo</u>	Compor, realizar e analisar, da ginástica, as destrezas elementares do solo, em esquema individual, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação: - Rolamento engrupado à frente; - Rolamento engrupado à retaguarda; - Avião; - Vela; - Ponte; - Roda.
<u>Futsal</u>	Realizar com correção as ações técnico- táticas elementares em todas as funções em situação de exercício – critério, aplicando as regras: - Passe/receção - Condução de bola. - Remate.
<u>Andebol</u>	Realizar com correção as ações técnico- táticas elementares em todas as funções em situação de exercício – critério, aplicando as regras: -Passe de ombro/receção; -Drible: -Remate em suspensão.

2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA DA PROVA

Prova Teórica

Conteúdos programáticos	Estrutura da prova	Cotação	Crítérios de Classificação
<u>Futsal</u>	Grupo I		
	Questão 1 – Preencher uma legenda Questão 2 – Verdadeiro ou falso	10 20	- Conteúdo correto e adequado (100%);
<u>Ginástica de solo</u>	Grupo II		
	Questão 3 – Resposta aberta Questão 4 – Resposta aberta	10 20	- Conteúdo correto e adequado (50%); - Organização coerente das ideias (25%); - Capacidade de síntese (25%).
<u>Andebol</u>	Grupo III		
	Questão 5 – Preencher Legenda	10	- Conteúdo correto e adequado (100%);
	Questão 6 – Resposta aberta	10	- Conteúdo correto e adequado (50%);
	Questão 7 – Resposta aberta Questão 8 – Resposta aberta	10 10	- Organização coerente das ideias (25%); - Capacidade de síntese (25%).

Prova Prática

Conteúdos programáticos	Estrutura da prova	Cotação	CrITÉrios de AvaliaÇão
Condição Física	Realiza um exercício de cada vez, segundo as regras dos testes fitnessgram. Milha e Abdominais – 1 Tentativa Extensão do ronco – 2 tentativas	15 Pontos	Milha: 40% 0% - mais de 11'30'' 10% - entre 11'29'' e 10'30'' 20% - entre 10'29 e 9''30' 30% - entre 9'29'' e 9' 40% - menos de 8'59'' Abdominais: 30% 0% - menos de 10 10% - entre 11 e 20 20% - entre 21 e 31 30% - mais de 32 Extensão do tronco: 30% 0% - menos de 15cm 10% - entre 15cm a 23cm 20% - entre 23cm e 30cm 30% - mais de 30cm
Ginástica de solo:	Realiza um exercício de cada vez. (2 Tentativas) - Rolamento engrupado à frente; - Rolamento engrupado à retaguarda; - Avião; - Vela; - Ponte; - Roda.	35 pontos	Componentes críticas: 100% Realiza bem (100%) Realiza (75%) Realiza com dificuldade (50%) Não realiza (0%)
Futsal	Realizar com correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções em situação de exercício – critério, aplicando as regras: - Passe/receção - Condução de bola. - Remate.	25 Pontos	Componentes críticas: 100% Realiza bem (100%) Realiza (75%) Realiza com dificuldade (50%) Não realiza (0%)
Andebol	Realizar com correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções em situação de exercício – critério, aplicando as regras: -Passe de ombro/receção; -Drible: -Remate em suspensão.	25 pontos	Componentes críticas: 100% Realiza bem (100%) Realiza (75%) Realiza com dificuldade (50%) Não realiza (0%)

3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Ponderação - 50% para a componente escrita + **50 %** para a componente prática

Desportos Individuais: Cumprimento dos critérios de êxito .

Desportos Coletivos: Em situação de exercício critério é avaliado o nível programático em que se situa o aluno, a correção técnica e a aplicação de regras e normas relacionadas.

4. MATERIAL

Material indispensável para a teórica: (Esferográfica de tinta azul ou preta)

Material indispensável para a prática: (Sapatilhas, calção e T-shirt e/ou fato de treino)

5. Duração

A prova tem a duração 45 minutos parte teórica + 45 minutos parte prática.