

Agrupamento de Escolas Aquilino Ribeiro

Informação de Prova

Prova de Equivalência à Frequência - Educação Física

Prova Escrita e prática

2021

Prova 311

1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino secundário da disciplina de Educação Física.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

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

Este documento deve ser dado a conhecer aos alunos e com eles deve ser analisado, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

2. Objeto de avaliação

A prova de exame tem como referência o Programa de Educação Física do Ensino Secundário.

A prova de exame permite avaliar os objetivos gerais/competências que o Programa enuncia, a saber:

- **Capacidades Motoras:** Conhecer e identificar os Processos de Desenvolvimento e Avaliação da Condição Física; executar a prova solicitada (teste do vai e vem) tentando obter a marca da zona saudável da aptidão física da bateria de testes do Fitescola. Efeitos do exercício, alimentação qualidade do meio ambiente e repouso: Compreender e analisar a Vida Saudável como uma necessidade atual.
- **Espírito Desportivo:** Compreender o valor do Espírito Desportivo, identificando as principais normas de conduta a respeitar.
- **Lesões Desportivas:** Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e segurança. Diferenciar e identificar lesões desportivas.
- **Jogos Desportivos Coletivos (JDC):** Compreender e interpretar corretamente os regulamentos dos JDC; conhecer e analisar os princípios essenciais na organização do jogo nos JDC - Basquetebol, Voleibol, Andebol e Futebol
Realizar uma sequência de ações técnico-táticos específicos de cada JDC, num percurso definido, combinando com fluidez, destreza e ritmo os gestos técnicos abordados, de acordo com as exigências técnicas indicadas.
- **Desportos Individuais (DI):** Identificar e caracterizar as destrezas e os gestos técnicos das Atividades Físicas e Desportivas (AFD).
Atletismo
Realizar salto em altura, de acordo com as exigências técnicas indicadas.
Ginástica
Elaborar e realizar uma sequência de habilidades no solo, que combine, com fluidez e elegância as destrezas gímnicas, de acordo com as exigências técnicas indicadas.
Realiza saltos nos aparelhos de acordo com as exigências técnicas indicadas.
Badminton
Realizar uma sequência de ações técnico-táticos específicos dos jogos de raquetas de acordo com as exigências técnicas indicadas.
Dança
Elaborar e realizar uma sequência de elementos técnicos da “Dança em Linha” com coreografia e respeitando a estrutura rítmica

3. Características e estrutura

A Prova é constituída por uma vertente teórica e por uma vertente prática.

Prova teórica

O aluno realiza a prova no enunciado.

A prova apresenta oito grupos de itens que avaliam a aprendizagem através de itens de seleção relativa às áreas:

- Capacidades Motoras

- Condição física
- Fatores associados a um estilo de vida saudável
- Fatores de saúde e risco associados à prática da atividade física
- Regulamento das atividades físicas e desportivas
- Princípios essenciais na organização do jogo nos jogos desportivos coletivos
- Destrezas e gestos técnicos das Atividades Físicas e Desportivas

A prova é cotada para 200 pontos.

A tipologia de itens, o número de itens e a cotação por item apresentam-se no quadro 1.

Quadro 1 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (em pontos)
ITENS DE SELEÇÃO		
● Grupo I e II - Relacionar	10+4	3+7,5
● Grupo III - Escolha múltipla e resposta curta	2 3+4 10+5+10	9+21 10+7,5 2+4+1
● Grupo IV e V - Escolha múltipla		
● Grupo VI, VII e VIII – Verdadeiro e falso		

Prova prática

O aluno realiza a prova no espaço específico para a prática das modalidades a avaliar nomeadamente no pavilhão desportivo.

A prova apresenta dois grupos de situações de exercício.

Grupo I – **Aptidão Física:** Teste Fitescola (Teste do Vai e Vem)

Grupo II – **Atividades Físicas**

Jogos Desportivos Coletivos

Voleibol - Serviço por cima, passe e manchete em jogo contra a parede

Basquetebol - Drible contornando os pinos e lançamento na passada

Andebol - Drible contornando os pinos, finta e remate em suspensão

Futebol - Condução de bola contornando os pinos, passe ao banco, receção, finta ao pino e remate

Desportos Individuais

Ginástica

Ginástica no Solo - Sequência gímnica com avião, cambalhota à frente saltada, pino cambalhota, cambalhota à retaguarda, roda, elementos de flexibilidade e de ligação

Ginástica de Aparelhos - Salto de eixo e salto entre mãos (plinto transversal) no bock ou salto em extensão e carpa de pernas afastadas no mini trampolim

Dança - coreografia de chá, chá, chá ou merengue ou rumba quadrada

Atletismo

Salto em Altura - Técnica Fosbury Flop

Raquetas

Badminton - Serviço, lob, clear, drive, amorti e remate

A prova é cotada para 100 pontos.

A tipologia de exercício, o número de exercícios e a cotação por exercício apresentam-se no quadro 2.

Quadro 2 - Tipologia, número de exercícios e cotação

Tipologia de exercício	Número de exercícios	Cotação por exercício (em pontos)
Resistência aeróbia - vai e vem	1	15
Atletismo	1	10
JDC	4	(5+5+5+5) 20
Ginástica no Solo	1	15
Ginástica de aparelhos	2	(5+5)10
Dança	1	15
Badminton	1	15

4. Critérios de classificação

A classificação final da prova corresponde à soma de 30% da prova escrita/teórica e 70% da prova prática.

Prova teórica

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e específicos de classificação apresentados por 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 um 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 como resposta errada e classificada com zero pontos.

ITENS DE SELEÇÃO

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

Tabela em anexo – folha 6

5. Material

Prova teórica

O aluno apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

As respostas são registadas no enunciado da prova.

Não é permitido o uso de corretor.

Prova prática

O aluno deverá estar devidamente equipado (calçado desportivo, calção e t-shirt ou fato de treino).

6. Duração

A prova tem a duração de 180 minutos, sendo 90 minutos para a prova teórica e 90 minutos para a prova prática podendo as mesmas ser realizadas em dias diferentes.

