

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

## EDUCAÇÃO FÍSICA

maio de 2016

PROVA /311 | 2016

### Ensino Secundário

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do Ensino Secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2016, nomeadamente:

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

Realizam a prova os alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho.

### Objeto de avaliação

#### A) Domínios/Competências

A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do Programa da disciplina, passíveis de avaliação em prova escrita e prática de duração limitada. A prova avalia a aprendizagem nos domínios das Atividades Físicas, da Aptidão Física e dos Conhecimentos.

Esta prova permite avaliar conhecimentos e competências relacionadas com:

- Aptidão Física - Capacidades Motoras;
- Atividades Físicas - Modalidades coletivas e modalidades individuais;
- Conhecimentos - Educação para a organização desportiva; Educação para o desporto; Educação para o lazer; Educação para a saúde.

#### B) Temas/Conteúdos

##### - Jogos Desportivos Coletivos

- Andebol
- Basquetebol
- Futebol
- Voleibol

##### - Ginástica de Solo

##### - Ginástica de Aparelhos

- Minitrampolim
- Plinto
- Trave

- Atletismo
    - Corrida de velocidade
    - Lançamento do peso
    - Salto em altura
  
  - Raquetas
    - Badminton
  
  - Atividades Rítmicas Expressivas
    - Dança
  
  - Atividades de Exploração da Natureza
    - Orientação
  
  - Aptidão Física
    - Capacidades Motoras/Aptidão Física
  
  - Educação para a saúde.
- 

## **Caraterização da prova**

Prova escrita com componente prática.

### **PROVA ESCRITA:**

1 - A prova apresenta seis grupos de itens.

No Grupo I, avalia-se a aprendizagem no domínio das Capacidades Motoras, da Aptidão Física e da Educação para a Saúde. Este grupo inclui cinco questões de resposta restrita. Cotação: 40 pontos (5 x 8 pontos).

Nos Grupos II, III, IV, V e VI avalia-se a aprendizagem no domínio das Atividades Físicas. Estes grupos incluem 25 questões de resposta restrita que incidem sobre diversos temas e conteúdos. Cotação: 160 pontos:

Grupo II - Tema/Conteúdo - “Jogos Desportivos Coletivos”:

**Andebol** - Três questões de resposta restrita. Cotação: 15 pontos (3 x 5 pontos).

**Basquetebol** - Três questões de resposta restrita. Cotação: 15 pontos (3 x 5 pontos).

**Futsal** - Três questões de resposta restrita. Cotação: 15 pontos (3 x 5 pontos).

**Voleibol** - Três questões de resposta restrita. Cotação: 15 pontos (3 x 5 pontos).

Grupo III - Tema/Conteúdo - “Ginástica Artística”:

**Ginástica de solo** - Duas questões de resposta restrita. Cotação: 20 pontos (2 x 10 pontos).

**Ginástica de aparelhos** - Duas questões de resposta restrita. Cotação: 20 pontos (2 x 10 pontos).

Grupo IV - Tema/Conteúdo - “Atletismo”:

**Corrida de velocidade** - Uma questão de resposta restrita. Cotação: 8 pontos.

**Lançamento do peso** - Uma questão de resposta restrita. Cotação: 8 pontos.

**Salto em altura** - Uma questão de resposta restrita. Cotação: 8 pontos.

Grupo V - Tema/Conteúdo - “Raquetas”:

**Badminton** - Três questões de resposta restrita. Cotação: 18 pontos (3 x 6 pontos).

Grupo VI - Tema/Conteúdo - “Atividades Rítmicas Expressivas”:

**Dança** - Três questões de resposta restrita. Cotação: 18 pontos (3 x 6 pontos).

## 2 - Valorização dos domínios/competências e conteúdos na prova

Quadro 1 - Valorização dos domínios/competências e conteúdos na prova. (Total da prova 200 pontos).

Domínios	Conteúdos	Cotação (em pontos)
APTIDÃO FÍSICA CONHECIMENTOS	- Aptidão Física <ul style="list-style-type: none"><li>• Capacidades Motoras/Aptidão Física</li></ul> - Educação para a organização desportiva; Educação para o desporto; Educação para o lazer; Educação para a saúde	40
ATIVIDADES FÍSICAS CONHECIMENTOS	- Jogos Desportivos Coletivos <ul style="list-style-type: none"><li>• Andebol</li><li>• Basquetebol</li><li>• Futebol</li><li>• Voleibol</li></ul> - Ginástica Artística <ul style="list-style-type: none"><li>• Solo</li></ul> - Ginástica de Aparelhos <ul style="list-style-type: none"><li>• Minitrampolim</li><li>• Plinto</li><li>• Trave</li></ul> - Atletismo <ul style="list-style-type: none"><li>• Corrida de velocidade</li><li>• Lançamento do peso</li><li>• Salto em altura</li></ul> - Raquetas <ul style="list-style-type: none"><li>• Badminton</li></ul> - Atividades Rítmicas Expressivas <ul style="list-style-type: none"><li>• Dança</li></ul>	160

## 3 - A tipologia de itens, o número de itens e a cotação por item apresentam-se no Quadro 2.

Quadro 2 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de Itens	Número de Itens	Cotação por item (em pontos)
ITENS DE CONSTRUÇÃO <ul style="list-style-type: none"><li>• Resposta restrita</li></ul>	30	5 a 10

## COMPONENTE PRÁTICA:

1 - A prova apresenta quatro grupos de itens.

Grupo I - Temas/Conteúdos - “Jogos Desportivos Coletivos”: O aluno é avaliado em dois dos seguintes Temas/Conteúdos.

- **Andebol**
- **Basquetebol**
- **Futsal**
- **Voleibol**

Realizar com correção e oportunidade as ações técnico-táticas de defesa e de ataque (com e sem posse de bola).

Cotação total dentro destes temas: 80 pontos

Regulamentos - 8 pontos

Aspectos ofensivos - 16 pontos

Aspectos defensivos - 16 pontos

Grupo II - Temas/Conteúdos - outras “Atividades Físicas Desportivas”: O aluno é avaliado em Ginástica e num dos outros três Temas/Conteúdos (Atletismo, ou Raquetas ou Aptidão Física)

**Ginástica**: sequência gímnica com dez elementos obrigatórios (acrobáticos, flexibilidade e equilíbrio). Com as seguintes cotações:

Execução Técnica - 36 pontos

Harmonia e ritmo - 4 pontos

**Atletismo**: uma situação formal de corrida, salto e lançamento. Com as seguintes cotações:

Corrida de Barreiras - 16 pontos

Salto - 12 pontos

Lançamento - 12 pontos

**Badminton**: jogo, formal ou condicionado, de singulares. Com as seguintes cotações:

Regulamentos - 4 pontos

Execução técnica - 18 pontos

Oportunidade de execução - 18 pontos

**Aptidão Física**: realização de 4 testes, de aptidão física, do Programa Fitnessgram. Com as seguintes cotações:

Vaivem - 10 pontos

Extensão de braços - 10 pontos

Abdominais - 10 pontos

Senta e Alcança - 10 pontos

Cotação total dentro destes temas: 80 pontos (40 pontos para a Ginástica de Solo e 40 pontos para uma das três seguintes hipóteses -Atletismo, ou Badminton ou Aptidão Física - consoante a indicação dada pelos professores que elaboram/aplicam a prova).

Grupo III e Grupo IV - Temas/Conteúdos - “Atividades Rítmicas Expressivas” e “Atividades de Exploração da Natureza”: O aluno é avaliado em um destes Temas/Conteúdos

**Dança** - O aluno deve selecionar uma coreografia com a duração de 30 segundos a 1 minuto. Realizar a coreografia individual ou a pares de uma dança, com correção técnica, aplicando critérios de expressividade, ritmo e ocupação de espaço. Com as seguintes cotações:

Técnica - 12 pontos

Expressividade - 8 pontos

Ritmo - 12 pontos

Ocupação de espaço - 8 pontos

**Orientação** - O aluno deve realizar um percurso de Orientação utilizando, com correção, as técnicas e materiais da orientação. Mini percurso realizado individualmente na escola.

Realização do Percurso com uma Técnica - 16 pontos

Utilização das Técnicas e Materiais da Orientação - 24 pontos

Cotação total dentro destes temas: 40 pontos para uma das duas seguintes hipóteses - 40 pontos para a Dança ou 40 pontos para a Orientação, consoante a indicação dada pelos professores que elaboram/aplicam a prova.

## 2 - Valorização dos domínios/competências e conteúdos na prova

A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 2.

**Quadro 2 - Valorização dos domínios/competências e conteúdos na prova. (Total da prova 200 pontos).**

Domínios	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Jogos Desportivos Coletivos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Andebol</li><li>• Basquetebol</li><li>• Futebol</li><li>• Voleibol</li></ul>	80
Atividades Físicas Desportivas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ginástica e</li><li>• Atletismo ou</li><li>• Badminton ou</li><li>• Aptidão Física</li></ul>	40 e 40 ou 40 ou 40
Atividades Rítmicas Expressivas ou Atividades de Exploração da Natureza	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dança ou</li><li>• Orientação</li></ul>	40 ou 40

## Critérios gerais de classificação

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

As provas de equivalência à frequência são cotadas de 0 a 200 pontos, sendo a classificação expressa na escala de 0 a 20 valores, arredondada às unidades. A classificação das provas constituídas por duas componentes é

expressa pela média ponderada e arredondada às unidades das classificações obtidas nas duas componentes - 30% para a componente escrita e 70% para a componente prática. Considera -se aprovado o aluno que na prova de equivalência à frequência obtenha classificação igual ou superior a 10 valores, sendo a classificação final da disciplina expressa pela classificação da respetiva prova (conforme artigo 14.º do Despacho Normativo n.º 1-D/2016 - Regulamento das Provas e Exames do Ensino Secundário).

#### **COMPONENTE ESCRITA:**

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Os alunos devem utilizar a terminologia que caracteriza a disciplina.

Itens de construção - **Resposta restrita.**

A classificação é atribuída de acordo com os elementos de resposta solicitados e apresentados.

Os critérios de classificação das respostas aos itens de resposta restrita podem apresentar-se organizados por níveis de desempenho.

O afastamento integral dos aspetos de conteúdo implica que a resposta seja classificada com zero pontos.

#### **COMPONENTE PRÁTICA:**

Os alunos serão classificados com base na observação direta por parte dos docentes da disciplina designados para o efeito. Todos os comportamentos serão registados em tabelas específicas aos temas em avaliação.

---

### **Material**

#### **COMPONENTE ESCRITA:**

A prova é realizada no enunciado, sendo apenas permitido, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, preta.

Necessário o uso de máquina calculadora.

Não é permitido o uso de corretor.

#### **COMPONENTE PRÁTICA:**

Calçado e vestuário desportivo apropriado a cada uma das modalidades indicadas (calção e t-shirt ou fato de treino, calçado desportivo e sapatilhas de ginástica).

**Os alunos não deverão ser portadores de qualquer tipo de adornos (fios, brincos, colares, piercings e relógios).**

---

### **Duração**

Prova escrita com componente prática (componente **Escrita 90 minutos** + componente **Prática 90 minutos**).