

INFORMAÇÃO-PROVA

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

2021

Prova 311

Tipo de Prova: **Escrita e Prática**

12º Ano de Escolaridade

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do **12º** ano da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2021, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Características e estrutura da prova
- Critérios gerais de classificação
- Duração
- Material autorizado

**OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciados no o Currículo Nacional do Ensino Secundário.

O exame de equivalência à frequência de Educação Física, realizado através de uma prova com componente prática e escrita de duração limitada, só permite avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciadas no Programa de Educação Física do Ensino Secundário.

A prova desta disciplina permite avaliar o conhecimento dos examinandos assim como a sua capacidade para aplicar esse conhecimento na interpretação prática das habilidades motoras que lhe são postas nas várias situações/atividades.

**CARATERIZAÇÃO E ESTRUTURA DA PROVA****Caracterização da prova escrita**

A **prova escrita** está organizada por grupos de modalidades e é constituída por três grupos de itens, que passamos a explicitar nos seguintes quadros (1 e 2):

**Quadro 1 — Prova Escrita - Distribuição da cotação**

DOMÍNIOS	COTAÇÃO
<b><u>Aptidão física: FITescola, Desporto e Saúde</u></b> Relacionar aptidão física e saúde. Identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.	<b>40</b>
<b><u>Atividades Físicas Desportivas Coletivas</u></b> Conhecer o objetivo, as principais regras, fundamentos técnicos e táticos das modalidades abordadas (Futebol, Basquetebol, Voleibol e Andebol).	<b>80</b>
<b><u>Atividades Físicas Desportivas Individuais</u></b> Identificar o material específico de cada uma das modalidades abordadas - Ginástica (de Solo, de Aparelhos) e Atletismo (Corrida de Velocidade, de Barreiras, de Estafetas, Salto em Comprimento e Altura, Lançamento do Peso) Conhecer os fundamentos técnicos das modalidades acima indicadas.	<b>80</b>

**Quadro 2 — Prova escrita - Tipologia e cotação**

TIPOLOGIA	ESTRUTURA	COTAÇÃO
<b>Grupo I:</b> Aptidão Física - FITescola, Desporto e Saúde	Escolha múltipla Ordenação	40 pontos
<b>Grupo II:</b> Atividades Físicas Desportivas Coletivas	Verdadeiro e falso	80 pontos
<b>Grupo III:</b> Atividades Físicas Desportivas Individuais	Resposta curta	80 pontos

**Caracterização da prova prática**

A estrutura da prova prática sintetiza-se nos quadros 3 e 4. No domínio da Atividade Física, desportos coletivos, o(a) aluno(a) seleciona apenas duas das quatro das modalidades abordadas.

**Quadro 3 — Prova Prática - Distribuição da cotação**

DOMÍNIOS	COTAÇÃO
<b><u>Aptidão Física: Zona Saudável de Aptidão Física</u></b> Avaliação da Aptidão Aeróbica – teste de Vaivém	<b>30</b>
<b><u>Atividade Física: Desportos Coletivos</u></b> Avaliação dos fundamentos técnicos em <b>apenas 2</b> das modalidades coletivas: Voleibol, Futebol, Andebol e Basquetebol.	<b>80</b>
<b><u>Atividade Física: Desportos Individuais</u></b> Avaliação da execução, em sequência livre de Ginástica de solo, de elementos gímnicos. Avaliação dos fundamentos técnicos do Badminton.	<b>90</b>

**Quadro 4 — Prova Prática - Tipologia e cotação**

<b>TIPOLOGIA</b>	<b>ESTRUTURA</b>	<b>COTAÇÃO</b>
<b>Grupo I:</b> Atividade Física: Ginástica	Sequência organizada pelo aluno de <b>Ginástica de Solo</b> com os elementos gímnicos: - Rolamento à frente membros inferiores estendidos e afastados (8 <u>pontos</u> ); - Rolamento à retaguarda com membros inferiores afastados e estendidos (8 <u>pontos</u> ); - Apoio facial invertido (8 <u>pontos</u> ); - Roda (8 <u>pontos</u> ); - Avião (5 <u>pontos</u> ); Posição de flexibilidade (ponte, rã, ou espargata) (5 pontos), Fluidez, equilíbrio e segurança (8 pontos).	50 pontos
<b>Grupo II:</b> Atividade Física: Desportos Coletivos (O aluno escolhe 2 das 4 modalidades apresentadas)	Realização de exercícios critério das técnicas da modalidade de <b>Andebol</b> : - o passe de ombro, em deslocamento frontal, e recepção (12 <u>pontos</u> ); - o drible de progressão (12 <u>pontos</u> ); - o remate em suspensão (16 <u>pontos</u> ).	80 Pontos (40+40)
	Realização de exercícios critério das técnicas da modalidade de <b>Futebol</b> : - o passe, em deslocamento frontal (10 <u>pontos</u> ); - condução de bola em <i>slalom</i> (14 <u>pontos</u> ); - o remate, colocado, à distância de 10 metros da baliza (16 <u>pontos</u> ).	
	Realização de exercícios critério das técnicas da modalidade <b>Voleibol</b> : - o passe por cima em resposta a bola alta (10 <u>pontos</u> ); - manchete em resposta a bola baixa (10 <u>pontos</u> ); - serviço tipo ténis (10 <u>pontos</u> ); - remate em suspensão (10 pontos).	
	Realização de exercícios critério das técnicas da modalidade de <b>Basquetebol</b> : - o passe de peito, em deslocamento frontal, e recepção (10 <u>pontos</u> ); - o drible (10 <u>pontos</u> ); - lançamento parado (10 <u>pontos</u> ); - lançamento na passada (10 <u>pontos</u> ).	
<b>Grupo III:</b> Atividade Física: Raquetes	Realização das técnicas da modalidade <b>Badminton</b> , em situação de jogo 1x1: - serviço curto e comprido (12 <u>pontos</u> ); gesto técnico adequado à trajetória do volante (12 <u>pontos</u> ); colocação e variabilidade imposta à trajetória do volante (16 <u>pontos</u> ).	40 pontos
<b>Grupo IV:</b> Aptidão Física – Zona Saudável de Aptidão Física	Realização de percursos de 20 metros ao ritmo marcado, atingindo a “Zona Saudável”.	30 pontos

### CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A **prova escrita** avalia a capacidade do examinando de apresentar soluções visando a resposta a questões concretas. Nesse sentido avaliar-se-á os seguintes parâmetros:

- Objetividade da resposta;
- Uso de terminologia específica e correta;
- Relacionamento de conceitos.

Em cada questão:

1. É atribuída a cotação máxima ou total para as respostas com conteúdo correto;
2. A ausência de resposta, resposta errada, resposta ilegível ou que não possa ser claramente identificada implica a inexistência de cotação, ou atribuição de cotação zero;

3. Uma resposta incompleta implica o respetivo desconto de cotação relativa à parte não respondida.
4. 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.
5. Quando se verificar um engano este deve ser riscado e corrigido à frente.

Na **prova prática** de Educação Física, o grau de exigência decorrente das situações de avaliação propostas, bem como o nível de desempenho evidenciado nos critérios de classificação, estão balizados pelo Programa da disciplina, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

A avaliação da prova prática, que implica a realização de tarefas objeto de avaliação performativa, em situações de organização individual e a manipulação de materiais, implica a presença de um júri e a utilização, por este, de um registo de observação do desempenho do aluno(a).

A **classificação final da prova** de equivalência à frequência corresponde à média ponderada das classificações das duas componentes. A componente escrita tem o peso de 30% e a componente prática de 70%. As provas são cotadas de 0 a 200 pontos, sendo a classificação expressa na escala de 0 a 20 valores, arredondada às unidades.

## DURAÇÃO

---

Prova escrita 90 minutos e prova prática 90 minutos.

## MATERIAL

---

Para a realização da **prova escrita**, apenas pode ser usada caneta ou esferográfica de tinta indelével azul ou preta.

Para a realização da **prova prática** é necessário o aluno proceder a um aquecimento antes do seu início. Deverá apresentar-se devidamente equipado para a prática de exercício físico (sapatilhas, calças ou calções de treino, e T-shirt ou camisola ou casaco de treino), e ser portador de material necessário à sua higiene pessoal após o término da prova de equivalência à frequência.