

Informação – Prova de Equivalência à Frequência

## **EDUCAÇÃO FÍSICA – PROVA ESCRITA + PROVA PRÁTICA**

**2019**

### **Prova 26**

3º Ciclo do Ensino Básico (Despacho Normativo nº1-F/2016, de 5 de abril e Despacho Normativo nº3-A/2019 de 26 de fevereiro)

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 3º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2019, nomeadamente:

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

### **Objeto de avaliação**

A prova de equivalência à frequência de Educação Física tem por referência o Programa da disciplina e permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do Programa, passíveis de avaliação em prova escrita de duração limitada.

## **PROVA ESCRITA**

### **Caracterização da prova**

A prova apresenta 4 grupos (áreas temáticas):

Grupo I - Generalidades.

Grupo II - Desportos Individuais – Atletismo, Ginástica e Badminton.

Grupo III- Desportos Coletivos - Andebol, Basquetebol, Corfebol e Voleibol.

Grupo IV- Condição Física

A prova é composta por quatro tipos de itens:

- a) Verdadeiro/falso;
- b) Respostas de escolha múltipla;
- c) Respostas descritivas;
- d) Preenchimento de lacunas.

Sempre que se verifique um engano, deve ser riscado e corrigido à frente de modo bem legível.

Os dados imprescindíveis à resolução dos itens são indicados no enunciado, nos gráficos, nas figuras ou nas tabelas que lhe são anexadas.

A estrutura da prova escrita sintetiza-se no Quadro 1.

**Quadro 1 – Valorização dos domínios e conteúdos na prova**

<b>Domínios</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Cotação</b>
<b>Generalidades</b>	Normas e regras de segurança, bem como de preservação no arrumo e no transporte do diverso material auxiliar. Normas e características comuns e diferenciadoras das diferentes modalidades desportivas. Gestos técnicos específicos das modalidades abordadas.	<b>20 Pontos</b>
<b>Desportos Individuais</b>		
Atletismo	Várias disciplinas do Atletismo: saltos, lançamentos e corridas. Regulamentos técnicos, materiais e terreno de realização das diversas provas de Atletismo. Aspetos relacionados com a segurança nas aulas dedicadas à modalidade	<b>12,5 Pontos</b>
Badminton	Regulamento técnico de cada modalidade.	<b>5 Pontos</b>
Ginástica	Materiais utilizados na modalidade, sua preparação, transporte e arrumo. Elementos gímnicos de cada uma das diferentes modalidades abordadas. Segurança e as ajudas nas aulas dedicadas à modalidade.	<b>17,5 Pontos</b>
<b>Desportos Coletivos</b>		
Andebol	Materiais e terrenos de jogo das modalidades. Regulamento técnico de cada modalidade.	<b>10 Pontos</b>
Basquetebol	Elementos técnico-táticos específicos de cada modalidade.	<b>12,5 Pontos</b>
Voleibol	Conhecimentos sobre: organização, participação e ética desportiva.	<b>12,5 Pontos</b>
<b>Processos de avaliação, desenvolvimento e manutenção da Condição Física.</b>	Benefício da prática de atividades físicas em geral e da educação física em particular, tendo em conta os seus benefícios para a saúde e desenvolvimento da condição física do aluno.	<b>10 Pontos</b>

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

**Quadro 2 – Tipologia, número de itens e cotação**

Tipologia de itens		Número de itens	Cotação por itens (em pontos)
Seleção	Escolha múltipla	18 a 20	3 a 4
	Verdadeiro/falso	3	3 a 4
Construção	Resposta extensa	1	10
	Preenchimento de lacunas (resposta curta)	4 a 6	3 a 8

**Material**

Esferográfica de cor azul ou preta.

Os examinandos respondem a todos os itens no enunciado da prova.

**Duração**

A prova tem a duração de 45 minutos.

**Critérios gerais de classificação**

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos apresentados em cada item.

À ausência de resposta será atribuída a cotação de zero.

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

Se for apresentada mais do que uma resposta ao mesmo item, a classificação é de zero pontos.

**Itens de seleção**

Nos itens de escolha múltipla, a cotação do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a opção correta. Todas as outras respostas são classificadas com zero pontos.

Nas respostas aos itens de escolha múltipla, a transcrição do texto da opção escolhida é considerada equivalente à indicação da letra correspondente.

**Itens de construção**

Nos itens de preenchimento de lacunas (resposta curta), são apenas atribuídas pontuações às respostas totalmente corretas.

A cotação do item de resposta extensa é distribuída pelos parâmetros Tema, Coerência e Pertinência do Conteúdo.

Uma resposta que não cumpra de forma inequívoca a instrução no que respeita ao tema é classificada com zero pontos em todos os parâmetros.

As questões serão avaliadas em função dos conteúdos e da adequação das respostas bem como da correção formal das mesmas, tendo em conta:

- adequação à pergunta;
- elaboração e organização das ideias;
- utilização de vocabulário adequado e específico.

## PROVA PRÁTICA

### Caracterização da prova

A prova apresenta 4 grupos:

Grupo I - Condição Física;

Grupo II - Atletismo (salto em altura e corrida de velocidade);

Grupo III- Ginástica (solo e aparelhos: boque e minitrampolim);

Grupo IV - Desportos Coletivos (basquetebol e voleibol).

A prova é constituída por situações práticas.

Os domínios, conteúdos e respetiva cotação sintetizam-se no quadro que se segue:

**Quadro 3 – Valorização dos domínios e conteúdos na prova**

Domínios	Conteúdos	Cotação
<b>Condição Física</b>	Aptidão Aeróbia: teste do Vaivém de acordo com as normas do programa Fitnessgram.	<b>10 Pontos</b> (para o nível de desempenho - atingir a zona saudável)
<b>Atletismo</b>	<b>Corrida de Velocidade:</b> Realizar uma corrida de velocidade (40m), respeitando a sinalética das partidas do megasprint, e sem diminuição nítida de eficácia.  <b>Salto em altura:</b> Realizar o salto em altura com técnica “Fosbury Flop”, aplicando o regulamento específico (início 80 cm fem. e 100 cm masc.) com 3 tentativas para cada altura da fasquia.	<b>5 Pontos</b> (2,5 pontos para o grau de execução e 2,5 pontos para o nível de desempenho)  <b>5 Pontos</b> (2,5 pontos para o grau de execução e 2,5 pontos para o nível de desempenho)
<b>Ginástica</b>	<b>Solo</b> Executar uma sequência gímnica com elevado nível de correção com os seguintes elementos: - Avião, seguido de apoio facial invertido com rolamento à frente engrupado, meia volta, rolamento à retaguarda com saída de membros inferiores estendidos e afastados, ponte, finalizando com corrida e roda.	<b>22 Pontos</b> (2 para o avião; 2 para a meia volta; 3,5 por cada um dos outros elementos e 4 para o encadeamento)

<b>Domínios</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Cotação</b>
<b>Ginástica</b>	<b>Aparelhos</b> Boque Executar um salto de eixo, com elevado nível de correção. Minitrampolim Executar o salto carpa membros afastados, com elevado nível de correção.	<b>6 Pontos</b>  <b>6 Pontos</b>
<b>Desportos Coletivos</b> Basquetebol	Realizar exercícios critério por gesto técnico/modalidade e desempenho em situação de jogo reduzido, tendo em conta o regulamento específico de cada uma das modalidades.	<b>23 Pontos</b> (3 pontos para cada elemento técnico e 2 pontos para cada componente de execução táctica)
Voleibol		<b>23 Pontos</b> (3 pontos para cada elemento técnico e 4 pontos para cada componente de execução táctica)

### **Material**

Sendo a prova constituída por exercícios práticos, os alunos deverão fazer-se acompanhar do equipamento necessário para uma aula normal de Educação Física.

### **Duração**

A prova tem a duração de 45 minutos.

### **Critérios gerais de classificação**

Grau de correção na execução de cada um dos elementos e gestos das diferentes modalidades.

Grau de execução dos elementos técnicos e grau de eficácia das ações ofensivas e defensivas nas duas modalidades coletivas.

Nível de desempenho de acordo com as tabelas de referência (fitnessgram e projeto megas).