
INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física

2018

Prova 311 | 2018

12º Ano de Escolaridade (Decreto -Lei n.º 139/2012, de 5 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 12º ano da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2018, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova de exame de equivalência à frequência de Educação Física incide sobre os conhecimentos, habilidades e capacidades respeitantes aos conteúdos enquadrados em domínios do Programa da disciplina, passíveis de avaliação em prova escrita e prática de duração limitada.

PROVA TEÓRICA	
Conteúdos	Objetivos
Grupo I Capacidades Físicas	* Identificar e compreender a importância do desenvolvimento das capacidades motoras e da composição corporal. * Analisar criticamente as características de um estilo de vida saudável, relacionando-as com atitudes e comportamentos individuais e sociais dos jovens e adultos.
Ética desportiva	* Analisar criticamente aspetos gerais da ética desportiva.

Grupo II	
Ginástica de solo	* Identificar os diferentes elementos gímnicos.
Ginástica de aparelhos	* Conhecer e identificar os diferentes aparelhos, as suas funções e o modo de execução das técnicas, compreendendo as regras de segurança.
Ginástica acrobática	
Grupo III	
Atletismo:	* Identificar os espaços utilizados nas diferentes disciplinas do atletismo.
Corridas	
Salto	* Conhecer e identificar as diferentes provas de atletismo, o regulamento de cada uma e as suas ações técnicas fundamentais.
Lançamentos	
Grupo IV	
Desportos coletivos:	* Conhecer as regras fundamentais de cada modalidade.
Futsal	* Identificar os espaços de cada jogo e suas marcações.
Basquetebol	* Identificar princípios básicos das ações ofensivas e defensivas de cada modalidade.
Voleibol	
Andebol	

PROVA PRÁTICA	
Conteúdos	Objetivos
Grupo I	Realizar um esquema de solo com os seguintes elementos obrigatórios:
Ginástica de solo	* Rolamento à Frente;
	* Rolamento à Retaguarda;
	* Apoio facial invertido;
	* Elemento de flexibilidade;
	* Elemento de Equilíbrio;
	* Roda.

Grupo II Atletismo Corrida de velocidade	Realizar uma corrida de 40 metros, com partida de blocos.
Grupo III Voleibol	Realizar com correção e oportunidade em exercícios critério as seguintes ações: * Serviço; * Manchete; * Remate; * Bloco; * Posicionamento e deslocamento defensivo; * Passe.
Grupo IV Andebol	Realizar com correção e oportunidade em exercícios critério as seguintes ações: * Passe de ombro; * Passe picado; * Drible; * Remate em apoio; * Remate em suspensão; * Mudanças de direção em drible.

Caracterização da prova

A prova de equivalência à frequência é composta por uma prova teórica e uma prova prática que engloba os blocos temáticos constantes do programa da disciplina com a seguinte cotação:

Prova Teórica	
Estrutura	Cotações
Grupo I – 20 pontos	
Item 1 4 questões de resposta aberta	20 pontos (5 pontos cada)

Grupo II - 20 pontos	
Item 2 10 questões de escolha múltipla	10 pontos (1 ponto cada)
Item 3 2 questões de resposta aberta	10 pontos (5 pontos cada)
Grupo III - 30 pontos	
Item 4 10 questões de completar	10 pontos (1 pontos cada)
Item 5 10 questões de correspondência	10 pontos (1 pontos cada)
Item 6 2 questões de resposta aberta	10 pontos (5 pontos cada)
Grupo IV - 30 pontos	
Item 7 20 questões de escolha verdadeiro e falso	20 pontos (1 pontos cada)
Item 8 2 questões de resposta aberta	10 pontos (5 pontos cada)

Prova Prática	
Estrutura	Cotações
Grupo I – 30 pontos	
Ginástica no solo	6 tarefas motoras – 4 pontos cada Atividade global – 6 pontos
Grupo II - 22 pontos	
Corrida de velocidade (40 metros)	3 tarefas motoras – 6 pontos cada Atividade global – 4 pontos
Grupo III - 24 pontos	

Voleibol	6 tarefas motoras – 4 pontos cada
Grupo IV - 24 pontos	
Andebol	6 tarefas motoras – 4 pontos cada

Critérios gerais de classificação

As respostas elegíveis e o afastamento integral dos aspetos solicitados implicam que as respostas sejam classificadas com zero.

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios de correção a seguir indicados:

Prova Teórica	
Estrutura	Cotações
Grupo I – 20 pontos	
Item 1 (20 Pontos)	Conteúdo correto e adequado - 50% Organização coerente das ideias - 25% Capacidade de síntese - 25%
Grupo II - 20 pontos	
Item 2 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
Item 3 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado - 50% Organização coerente das ideias - 25% Capacidade de síntese - 25%
Grupo III - 30 pontos	
Item 4 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
Item 5 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
Item 6 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado - 50% Organização coerente das ideias - 25% Capacidade de síntese - 25%

Grupo IV - 30 pontos	
Item 7 (20 Pontos)	Conteúdo correto e adequado - 100
Item 8 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado - 50% Organização coerente das ideias - 25% Capacidade de síntese - 25%

Prova Prática	
Estrutura	Cotações
Grupo I - 30 pontos	
Ginástica no solo	Executa correta e adequadamente as ações motoras - 50 % Aplicação correta dos regulamentos - 25% Criatividade e capacidade crítica - 25%.
Grupo II - 22 pontos	
Corrida de velocidade (40 metros)	Executa correta e adequadamente as ações motoras - 50 % Aplicação correta dos regulamentos - 25% Criatividade e capacidade crítica - 25%.
Grupo III - 24 pontos	
Voleibol	Executa correta e adequadamente as ações motoras - 50 % Aplicação correta dos regulamentos - 25% Criatividade e capacidade crítica - 25%.
Grupo IV - 24 pontos	
Andebol	Executa correta e adequadamente as ações motoras - 50 % Aplicação correta dos regulamentos - 25% Criatividade e capacidade crítica - 25%.



Material

Para a realização da prova teórica o aluno necessita de esferográfica de cor azul ou preta.

Para a realização da prova prática o aluno deve apresentar-se equipado, como se de uma aula de Educação Física se tratasse Ténis, calções e t-shirt ou fato de treino.

Duração

A prova tem a duração de 180 minutos, 90 minutos para a realização da prova teórica e 90 minutos para a realização da prova prática, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.