

---

## INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

### Educação Física

2019

---

#### Prova 26 | 2019

---

#### 3º Ciclo do Ensino Básico

---

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3º ciclo da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2019, 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 ESCRITA	
Conteúdos	Objetivos
<b>Grupo I</b> Capacidades Físicas	* Identificar e compreender a importância do desenvolvimento das capacidades motoras e da composição corporal.

<b>Grupo II</b>	
Ginástica de solo	* Identificar os diferentes elementos gímnicos.
Ginástica de aparelhos	* Conhecer e identificar os diferentes aparelhos. * Conhecer as diferentes fases da realização dos saltos no minitrampolim.
<b>Grupo III</b>	
Atletismo:	* Identificar os espaços utilizados nas diferentes disciplinas do atletismo.
Corridas	
Saltos	* Conhecer e identificar as diferentes provas de atletismo, o regulamento de cada uma e as suas ações técnicas fundamentais.
Lançamentos	
<b>Grupo IV</b>	
Desportos coletivos:	* Conhecer as regras fundamentais de cada modalidade.
Futsal	* Identificar os espaços de cada jogo e suas marcações.
Basquetebol	
Voleibol	* Identificar princípios básicos das ações ofensivas e defensivas de cada modalidade.
Andebol	

PROVA PRÁTICA	
Conteúdos	Objetivos
<b>Grupo I</b>	
Ginástica de solo	Realizar um esquema de solo com os seguintes elementos obrigatórios: * Rolamento à Frente; * Rolamento à Retaguarda; * Apoio facial invertido; * Elemento de flexibilidade; * Elemento de Equilíbrio. * Roda
<b>Grupo II</b>	
Atletismo:	
Corrida de velocidade	Realizar uma corrida de 40 metros, com partida de pé.

<b>Grupo III</b>	Realizar com correção e oportunidade em exercícios critério as seguintes ações:
Futsal	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Passe;</li> <li>* Recepção;</li> <li>* Condução de bola;</li> <li>* Remate;</li> </ul>
<b>Grupo IV</b>	Realizar com correção e oportunidade em exercícios critério as seguintes ações:
Basquetebol	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Passe de peito;</li> <li>* Recepção;</li> <li>* Lançamento parado,</li> <li>* Drible de proteção</li> <li>* Drible de progressão;</li> <li>* Lançamento na passada.</li> </ul>

### Caracterização da prova

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

Prova Escrita	
Estrutura	Cotações
Grupo I – 10 pontos	
Item 1 5 questões de preenchimento de espaços	10 pontos (2 pontos cada)
Grupo II - 20 pontos	
Item 2 5 questões de escolha múltipla	10 pontos (2 ponto cada)
Item 3 1 questão de resposta aberta	10 pontos (10 pontos cada)

Grupo III - 30 pontos	
Item 4 10 questões de escolha múltipla	20 pontos (2 pontos cada)
Item 5 5 questões de legendar	10 pontos (2 pontos cada)
Grupo IV - 40 pontos	
Item 6 10 questões de escolha verdadeiro e falso	20 pontos (2 pontos cada)
Item 7 2 questões de resposta aberta	20 pontos (10 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 - 20 pontos	
Corrida de velocidade (40 metros)	3 tarefas motoras – 5 pontos cada Atividade global – 5 pontos
Grupo III - 20 pontos	
Futsal	4 tarefas motoras – 5 pontos cada
Grupo IV - 30 pontos	
Basquetebol	6 tarefas motoras – 5 pontos cada

### **Crítérios 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 Escrita	
Estrutura	Cotações
Grupo I – 10 pontos	
Item 1 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
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 (20 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
Item 5 (10 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
Grupo IV - 40 pontos	
Item 6 (20 Pontos)	Conteúdo correto e adequado – 100%
Item 7 (20 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 - 20 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 - 20 pontos	
Futsal	Executa correta e adequadamente as ações motoras – 50 % Aplicação correta dos regulamentos – 25% Criatividade e capacidade crítica - 25%.
Grupo IV - 30 pontos	
Basquetebol	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 90 minutos, 45 minutos para a realização da prova teórica e 45 minutos para a realização da prova prática, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.