

DISCIPLINA: Educação Física**CÓDIGO DA PROVA:** 26**CICLO:** 3^o**ANO DE ESCOLARIDADE:** 9^o

1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de exame de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física, do ensino básico, a realizar no presente ano letivo pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos no Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, com a última alteração introduzida pelo Decreto-Lei n.º 91/2013, de 10 de julho.

Deve ainda ser tido em consideração o Despacho Normativo n.º 13/2014, de 15 de setembro.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- ☐ Objeto de avaliação;
- ☐ Características e estrutura;
- ☐ Critérios de classificação;
- ☐ Material;
- ☐ Duração.

Importa ainda referir que o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que o exame diz respeito.

2. Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conteúdos do Programa de Educação Física em vigor (homologado em 2001), e é constituída por uma componente escrita e uma componente prática de duração limitada, e só permite avaliar parte das competências enunciadas no Programa.

A realização das provas pode implicar a mobilização de aprendizagens inscritas no Programa, mas não expressas nesta informação.

Objetivos Gerais / Competências

Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.

-Compor e realizar esquemas individuais da Ginástica (Solo e Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.

-Realizar provas combinadas do Atletismo (saltos, lançamentos e corridas) em equipa, cumprindo corretamente as exigências técnicas e do regulamento, como praticante.

-Analisar, interpretar e realizar os exercícios critério selecionados das modalidades coletivas, aplicando os conhecimentos técnicos e as respetivas regras.

3. Características e estrutura

A prova é constituída por duas componentes: escrita e prática.

A prova é cotada para 100 pontos em cada componente.

A classificação da prova corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações das duas componentes (escrita e prática).

O aluno realiza primeiro a prova teórica e depois a prática. Dispõe de um período de 10 minutos para realizar o aquecimento.

PROVA PRÁTICA - A estrutura da prova prática sintetiza-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Valorização das competências na prova

Conteúdos	Objetivos / Competências	Cotação (em pontos) Total 100
Aptidão Física -Corrida de uma milha – Fitnessgram	Realizar o teste de corrida de uma milha segundo as orientações do Fitnessgram e alcançar resultados correspondentes à Zona Saudável de Aptidão Física.	20
Atletismo: -Lançamento do Peso	Realizar as habilidades motoras específicas do lançamento do peso, aplicando os critérios de correção técnica e regulamentar.	20
Ginástica: - Solo (avião; rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda engrupado e de membros inferiores afastados; apoio facial invertido; meia volta). - Aparelhos Boque -salto de eixo;	Realizar as destrezas elementares de solo e de aparelhos, aplicando os critérios de correção técnica específicos de cada elemento gímnic e demonstrando segurança e fluidez de movimentos.	20
Modalidades Coletivas: Execução de exercícios critério em duas modalidades à escolha entre: - Basquetebol; - Voleibol; - Andebol; - Futebol.	Realizar os exercícios critério selecionados das modalidades coletivas, aplicando os conhecimentos técnicos e as respetivas regras.	40

PROVA TEÓRICA - A estrutura da prova teórica sintetiza-se no Quadro 2.

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação estabelecidos para cada item e é expressa por um número inteiro. As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Itens de seleção

Verdadeiro ou Falso: A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta.

Os itens estão organizados, tendencialmente, segundo dois domínios temáticos: Desportos Coletivos (Andebol, Basquetebol Futebol e Voleibol), Desportos Individuais (Atletismo e Ginástica Artística).

A prova inclui o seguinte tipo de itens discriminados no Quadro 2.

Quadro 2 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (em pontos)	Total (em pontos)
Verdadeiro ou Falso	20	5	100

4. Critérios de classificação

PROVA PRÁTICA

Conteúdos	Critérios de Classificação	Cotação (em pontos)
Aptidão Física -Corrida de uma milha– Fitnessgram	Tabela de referência do Fitnessgram	20
Atletismo: -Lançamento do Peso	Adequada execução técnica nas diferentes fases do lançamento.	20
Ginástica: Solo (avião; rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda engrupado e de membros inferiores afastados; apoio facial invertido; meia volta). Aparelhos Boque -salto de eixo;	Adequada execução técnica na realização dos diferentes elementos gímnicos e nas várias fases do salto.	20
Modalidades Coletivas: Execução de exercícios critério em duas modalidades à escolha entre: - Basquetebol;	Correção técnica. Conhecimento e aplicação das regras e normas.	40

- Voleibol; - Andebol; - Futebol.	Empenhamento Motor.	
---	---------------------	--

5. Material

PROVA PRÁTICA: Equipamento desportivo.

PROVA TEÓRICA: Caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

6. Duração

A prova tem a duração de 90 minutos, a que correspondem 45 minutos para a prova prática e 45 minutos para a prova teórica. Nenhuma das provas tem tolerância.