



EDUCAÇÃO FÍSICA

Maio de 2018

Prova 28 | 2018

Portaria n.º 102/2016, de 18 de outubro de 2016
Despacho Normativo n.º 4-A/2018, de 14 de fevereiro de 2018

2.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto Legislativo Regional nº 21/2010/A de 24 de junho)

1. INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino básico, a realizar em 2018 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto Legislativo Regional nº 21/2010/A, de 24 de junho. Deve ainda ser tido em consideração a Portaria Nº 102/2016, de 18 de outubro e o Despacho Normativo nº 4-A/2018, de 14 de fevereiro.

A prova tem por referência o programa de Educação Física do ensino básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova escrita e prática de duração limitada.

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 gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

Este documento será afixado em local de estilo da unidade orgânica, para que os alunos fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

2. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de equivalência à frequência de Educação Física tem por referência o Programa de Educação Física do 2º ciclo do Ensino Básico.

O exame permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos passíveis de serem avaliados em prova escrita e prática de duração limitada. A resolução da prova pode implicar a mobilização de aprendizagens inscritas no Programa, mas não expressas nesta informação.

2.1. Objetivos/competências

Parte Escrita

Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação de acordo com as características do esforço realizado.

Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.

Conhecer as regras essenciais e gestos técnicos de cada modalidade abordada ao nível prático.

Parte prática

Aplicar regras de segurança pessoal.

Realizar com correção as ações técnicas elementares.

Realizar “transfer” das habilidades motoras adquiridas em novas aprendizagens das modalidades coletivas (futebol, andebol, basquetebol e voleibol).

Compor e realizar na modalidade de ginástica, destrezas elementares de solo e aparelhos (boque e minitrampolim) em esquemas individuais, aplicando os critérios de correção técnica.

Realizar no atletismo: corridas e saltos seguindo padrões simplificados e cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e regulamentares.

2.2. Conteúdos

Parte Escrita

Identificar as diferentes capacidades físicas de acordo com as características do esforço realizado.

Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.

Conhecer as regras essenciais e gestos técnicos de cada modalidade abordada ao nível prático.

Parte Prática

Basquetebol:

- Drible ofensivo e defensivo;
- Passe de peito, picado e de ombro;
- Lançamento na passada;
- Lançamento parado de curta distância.

Andebol:

- Drible de progressão;
- Drible de progressão com finalização em remate;
- Passe em corrida;
- Receção de bola em corrida.

Futebol:

- Condução de bola livre;
- Condução de bola com obstáculos;
- Condução de bola com finalização em remate à baliza;
- Passe e receção em corrida.

Voleibol:

- Passe por cima (toques consecutivos);
- Manchete;
- Serviço por baixo;
- Deslocamento para enquadramento na bola.

Ginástica de solo:

- Rolamento à frente com pernas unidas;

- Rolamento à retaguarda com pernas afastadas e estendidas;
- Avião;
- Bandeira;
- Roda.

Ginástica de aparelhos:

- Salto ao eixo no boque;
- Salto em extensão ou salto engrupado no minitrampolim.

Atletismo:

- Corrida de velocidade 40 metros;
- Salto em altura (técnica de tesoura).

A prova escrita é cotada de 0 a 100 pontos, bem como a parte prática, sendo a classificação final o resultado da média aritmética entre as duas partes, expressa em percentagem. Em cada grupo consta um número variável de questões e a cotação atribuída a cada uma delas constará do final do enunciado.

3. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA

PARTE ESCRITA:

Grupos	Conteúdos	Tipo de itens	Pontos
I	Identificação das capacidades físicas como a resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação com o esforço realizado.	Itens de seleção de escolha múltipla	30
II	Interpretação das principais adaptações do funcionamento do organismo durante a atividade física.	Itens de seleção de escolha múltipla	30
III	Identificação das regras básicas e gestos técnicos dos JDC (futebol, voleibol, andebol e basquetebol).	Itens de seleção de escolha múltipla	40

PARTE PRÁTICA:

O aluno escolhe duas das quatro modalidades coletivas propostas e executa todos os exercícios pedidos com as técnicas apropriadas.

O aluno apresenta, na ginástica de solo, uma sequência gímnica com ligação entre os elementos. Na ginástica de aparelhos executa os saltos solicitados, em ambos os aparelhos.

Temas/conteúdos	Cotação em pontos
Basquetebol	25 pontos *
Andebol	25 pontos *
Futebol	25 pontos *
Voleibol	25 pontos *
Ginástica de solo	15 pontos
Ginástica de aparelhos	10 pontos
Atletismo	25 pontos

*Os alunos deverão escolher duas das quatro modalidades coletivas propostas.

Os alunos executam obrigatoriamente as duas modalidades individuais.

4. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

PARTE ESCRITA:

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

Na prova escrita, no que se refere aos critérios gerais, todas as respostas devem ser perfeitamente legíveis e estar perfeitamente identificadas. Quando se verificar um engano este deve ser riscado e corrigido à frente, à ausência de resposta será atribuída a cotação de zero.

Nos itens de seleção de escolha múltipla, a cotação total do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a opção correta. São classificadas com zero as respostas que estejam elegíveis, ambíguas, quando exista o registo de mais que uma opção e ausência de resposta ou resposta incorreta. Não há lugar a classificações intermédias.

PARTE PRÁTICA:

Na prova prática, no que se refere aos critérios gerais, a avaliação motora irá incidir na avaliação da execução da técnica nas suas componentes críticas em exercício critério.

Tabela de classificação/ conversão

Nomenclatura	Classificação	Nível
Não executa	0 a 19	1
Executa com muita dificuldade	20 a 49	2
Executa de modo satisfatório	50 a 69	3
Executa Bem	70 a 89	4
Executa Muito bem	90 a 100	5

5. MATERIAL

PARTE ESCRITA:

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

Não é permitido o uso de corretor ou lápis.

PARTE PRÁTICA:

Para a realização da prova prática, o aluno deverá trazer equipamento desportivo pessoal e adequado (sapatilhas, meias, fato de treino/ calção, camisola/ t-shirt).

6. DURAÇÃO

PARTE ESCRITA: 45 minutos

PARTE PRÁTICA: 45 minutos.