



**Informação-Prova de Equivalência à Frequência  
Despacho Normativo n.º 3-A/2020, de 5 de março**

**Ano letivo de 2019-2020**

**Disciplina:** Educação Física

**Ano/s de escolaridade:** 12º Ano

**Tipo de Prova/código:** prova escrita ponderação 30%, prova prática ponderação 70%. Código 311. Os alunos impossibilitados de realizar atividade física justificando com atestado médico, realizam apenas a parte escrita da prova, tendo esta uma ponderação de 100%.

**1. Objeto de avaliação**

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciados no Programa de Educação Física.

A avaliação sumativa, realizada através de uma prova escrita e prática, de duração limitada, só permite avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciados no programa.

As competências a avaliar, que decorrem dos objetivos gerais enunciados no programa, são as seguintes:

**Prova escrita**

I - Capacidades Motoras

- Identificação das capacidades motoras do indivíduo;
- Conhecimento e exemplificação de métodos para o desenvolvimento das diferentes capacidades motoras;

II e III - Atividades Físicas Desportivas Coletivas e Individuais

- Conhecimento do regulamento técnico das modalidades;
- Identificação e caracterização dos elementos técnicos das modalidades;
- Identificação das matérias utilizadas e dos terrenos de jogo nas modalidades.

**Prova Prática**

I - Capacidades Motoras

- Realização de três testes da bateria do FitEscola: “vai-vém”; senta e alcança ou impulsão horizontal; extensões de braços ou força abdominal.

II - Atividades Físicas Desportivas Coletivas

- Realização de exercícios critério em duas das seguintes modalidades: basquetebol, andebol, futebol/futsal e voleibol.

III - Atividades Físicas Desportivas Individuais

- Realização de exercícios critério nas seguintes modalidades: Ginástica ou Atletismo.

**2. Características e estrutura da prova**

Componente Escrita

- Questões com resposta de escolha múltipla;
- Questões de desenvolvimento.

Componente Prática

- Realização de exercícios critério das atividades desportivas para avaliação do desempenho técnico-tático motor;
- Realização de testes do FitEscola.

### **3. Critérios gerais de classificação**

#### Componente escrita

- A ausência de resposta será atribuída a classificação zero pontos;
- Deve ser respeitado o nº de opções pedidas. Caso se exceda esse número, a classificação será zero pontos;
- Sempre que se verifique um engano, deve ser riscado e corrigido à frente de modo bem legível;
- Respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos;
- Nas questões de desenvolvimento: organização das ideias com pertinência, sequência e coerência.

#### Componente Prática

- Tabelas FitEscola;
- Desempenho técnico-tático motor:(de acordo com o programa nacional de educação física)
  - a) Não Faz
  - b) Introdução
  - c) Parte Elementar/Elementar
  - d) Avançado

### **4. Material**

- Material indispensável para a escrita (esferográfica de tinta azul ou preta);
- Equipamento Desportivo (calções/calças; t-shirt; ténis e sapatilhas)
- As respostas são registadas em folha própria fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial).

### **5. Duração**

- Componente Teórica: 90 minutos
- Componente Prática: 90 minutos (o aquecimento não faz parte do tempo regulamentar da prova).