



Informação-Prova de Equivalência à Frequência
(Despacho normativo 3-A/2019 de 26 fevereiro)
Ano letivo de 2018-2019)

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).