



INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROVA 26 | 2020

3º Ciclo do Ensino Básico

1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência do 3º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020 pelos alunos.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referido 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.

2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa de Educação Física em vigor (3º Ciclo do Ensino Básico).

A prova permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do programa da disciplina, passíveis de avaliação em prova teórica e prática de duração de 45 + 45 minutos. A prova avalia a aprendizagem nos domínios das capacidades motoras, dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares e das atividades físicas.

1- Caracterização da prova escrita e prática

A prova prática caracteriza-se por:

1.1 – Elaboração e realização na modalidade de Futebol da:

- Fase ofensiva - Quando em situação de posse de bola passa e desmarca-se (Mobilidade), sem posse de bola faz cobertura ofensiva ao jogador que progride e faz progressão com bola;
- Fase defensiva – Faz cobertura defensiva ao jogador que realiza a contenção, faz equilíbrio ao jogador que realiza mobilidade e contenção ao jogador que tem posse de bola.

1.2 – Elaboração e realização na modalidade de Basquetebol da:

- Fase ofensiva - Quando em situação de posse de bola dribla, passa e corta para o cesto. Quando não tem a posse de bola cria linha de passe;
- Fase defensiva – Defende o seu opositor direto (Entre o cesto e o atacante).

1.3 – Elaboração e realização na modalidade de Voleibol:

- Enquanto recetor – Recebe a bola e orienta-a para o passador;
 - Enquanto passador - Orienta a bola para uma das zonas de finalização para que possa ser tocada acima do bordo superior da rede;
 - Na realização do terceiro toque - Finaliza acima do bordo superior da rede tentando marcar ponto.
- 1.4** – Elaboração e realização na modalidade de Ginástica: Executa os elementos gímnicos da prova de avaliação em harmonia e com a criatividade necessária para a elaboração do esquema gímnico.
- 1.5** – Elaboração e realização na modalidade de Atletismo: Realiza uma prova de velocidade e uma prova técnica (Salto em comprimento).
- 1.6** – No decurso do exame colabora na montagem e na desmontagem do material, coopera com os colegas em situação de jogo e respeita todos os intervenientes no jogo.

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

- 2.1** – Futebol - situação de jogo GR+3 x 3+GR;
- 2.2** – Basquetebol - situação de jogo 3x3 em todo o campo;
- 2.3** - Voleibol – situação de jogo 3x3;
- 2.4** – Ginástica – Esquema gímnico de exercícios;
- 2.5** – Atletismo – 40 metros de corrida e salto em comprimento.

Observação: Nas provas técnicas o aluno tem o direito a duas tentativas sendo registada aquela onde obteve melhor prestação.

Quadro 1 – Domínios e conteúdos na prova

Domínios	Conteúdos	Cotação
Ginástica de Solo	Rolamento à frente;	1 pontos
	Rolamento à retaguarda;	1 pontos
	Posição de equilíbrio (Avião);	1 pontos
	Posição de flexibilidade (Ponte);	1 pontos
	Apoio facial invertido;	1 pontos
	Harmonia e criatividade imprimida ao esquema gímnico.	1 pontos
Ginástica de Aparelhos (Saltos)	Salto de eixo no Bock e	1 pontos
	Salto em extensão no Minitrampolim	1 pontos
Desportos Coletivos	Voleibol	
	Enquanto recetor – recebe a bola e orienta-a para o passador	2 pontos
	Enquanto passador – passa a bola para uma das zonas de finalização para que possa ser tocada acima do bordo superior da rede;	2 pontos
	Na realização do terceiro toque - Finaliza acima do bordo superior da rede tentando marcar ponto.	2 pontos
	Basquetebol	
	Fase ofensiva – Quando em situação de posse de bola dribla,	1 pontos
	Quando em situação de posse de bola passa e corta para o cesto,	2 pontos
Quando não tem a posse de bola cria linha de passe;	2 pontos	
Fase defensiva – Marca o seu opositor direto.	2 pontos	
Futebol		

Cofinanciado por:



	Fase ofensiva – Progressão com bola. Sem posse de bola faz cobertura ofensiva; Quando em situação de posse de bola passa e desmarca-se (Mobilidade); Fase defensiva – Contenção ao jogador com bola, Faz cobertura defensiva ao jogador que faz contenção, Faz equilíbrio ao jogador que realiza mobilidade.	1 pontos 1 pontos 2 pontos 2 pontos 1 pontos 2 pontos
Atletismo	Corrida de velocidade – 40 metros em menos de 8 segundos. Salto em comprimento	10 pontos 10 pontos
		Total=50

A prova escrita está organizada por grupos de itens. Os itens podem ter como suporte um ou mais documentos, como por exemplo: textos, tabelas, gráficos, fotografias, esquemas.

A prova reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

Os temas relacionados com a Educação Física serão igualmente abordados de forma transversal.

Os temas / conteúdos na prova apresenta-se no quadro 2.

Quadro 2 – Temas / conteúdos na prova

Temas	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Regras Fundamentais para a aula de Educação Física	Antes de começar a aula	3 pontos
	Durante a aula	3 pontos
	Depois da aula	3 pontos
Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas	Exercício Físico na vida actual	3 pontos
	Atitudes comportamentais e cuidados com o corpo	3 pontos
	Espírito desportivo	3 pontos
	Alimentação e saúde, hidratação, álcool e tabaco	3 pontos
	Fadiga e repouso	3 pontos
	Aquecimento e como atuar nas lesões	3 pontos
	Suporte básico de vida e aplicação de gelo (Crioterapia)	3 pontos
	Doping	3 pontos
	O nosso corpo	3 pontos
Princípios do treino	3 pontos	
Processo de desenvolvimento e manutenção da condição física	Capacidades Motoras (Condicionais e Coordenativas)	3 pontos
	Testes de avaliação da aptidão física	3 pontos
Estruturas e Fenómenos sociais e extra-escolares	Universo das atividades físicas e os novos desafios para o desporto	3 pontos

Cofinanciado por:



	Jogos Olímpicos	2 pontos
	Total	50 pontos

A sequência dos itens pode não corresponder à sequência da apresentação dos temas nas Orientações Curriculares da disciplina.

A prova inclui itens de seleção e itens de construção, de acordo com o quadro 3.

Quadro 3 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens		N.º de itens	Cotação por item (em pontos)
Itens de seleção	Escolha múltipla	15	25 pontos
	Associação / correspondência		
	Ordenação		
Itens de construção	Resposta curta	15	25 pontos
	Resposta restrita		

A prova é cotada para 50 pontos.
Os alunos respondem no enunciado da prova.

3. Critérios gerais de classificação

3.1 - Prova prática

3.1.1 – Desportos Individuais:

3.1.1.1 - Ginástica de Solo e Aparelhos

Os referidos no Quadro 1.

A atribuição da classificação pontual referida em cada item dependerá da realização ou não realização das ações previstas no Quadro I para a modalidade. À realização da ação prevista será atribuída a cotação máxima, enquanto a não realização da ação será atribuída a cotação de zero pontos.

3.1.1.2 - Atletismo

Os referidos no Quadro 1.

A atribuição da classificação pontual referida em cada item dependerá da realização ou não realização das ações previstas no Quadro I para a modalidade. À realização da ação prevista será atribuída a cotação máxima, enquanto a não realização da ação será atribuída a cotação de zero pontos.

3.1.2 - Desportos Coletivos:

3.1.2.1 - Voleibol

Os referidos no Quadro 1.

Cofinanciado por:



A atribuição da classificação pontual referida em cada item dependerá da realização ou não realização das ações previstas no Quadro I para a modalidade. À realização da ação prevista será atribuída a cotação máxima, enquanto a não realização da ação será atribuída a cotação de zero pontos.

3.1.2.2 - Basquetebol

Os referidos no Quadro 1.

A atribuição da classificação pontual referida em cada item dependerá da realização ou não realização das ações previstas no Quadro I para a modalidade. À realização da ação prevista será atribuída a cotação máxima, enquanto a não realização da ação será atribuída a cotação de zero pontos.

3.1.2.3 - Futebol

Os referidos no Quadro 1.

A atribuição da classificação pontual referida em cada item dependerá da realização ou não realização das ações previstas no Quadro I para a modalidade. À realização da ação prevista será atribuída a cotação máxima, enquanto a não realização da ação será atribuída a cotação de zero pontos.

3.2 - Prova escrita

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

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, em caso de omissão ou de engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito.

Se o aluno responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando inequivocamente a(s) resposta(s) que não deseja que seja(m) classificada(s), deve ser considerada apenas a resposta que surgir em primeiro lugar.

3.2.1 - Itens de seleção

3.2.1.1 - Escolha múltipla:

A cotação total do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta.

São classificadas com zero pontos as respostas em que seja assinalada:

- uma opção incorreta;
- mais do que uma opção.
- Não há lugar a classificações intermédias.

3.2.1.2 - Associação correspondência:

Nos itens de associação / correspondência será penalizada a escolha de opções incorretas com a atribuição de zero pontos.

3.2.1.3 - Ordenação:

A cotação total do item só é atribuída às respostas em que a sequência apresentada esteja integralmente correta e completa.

Cofinanciado por:



São classificadas com zero pontos as respostas em que:

- seja apresentada uma sequência incorreta;
- seja omitido qualquer um dos elementos da sequência solicitada.
- Não há lugar a classificações intermédias.

A prova de equivalência à frequência de Educação Física do 9º ano de escolaridade é constituída por duas componentes, a prova prática (50 pontos percentuais) e a prova escrita (50 pontos percentuais).

NOTA FINAL (100 pontos percentuais) = 50 pontos percentuais (Prova Prática) + 50 pontos percentuais (Prova Escrita)

4. Material

O aluno deverá trazer, para a realização do exame, o equipamento para a prática de Educação Física. Caso o aluno não apresente o equipamento desportivo para a realização da prova prática ser-lhe atribuída a classificação de zero pontos nessa componente.

Os alunos apenas podem usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta na prova escrita. Na prova prática não é permitido o uso de corretor.

5. Duração

A realização total das provas tem a duração de noventa minutos (45 minutos para a prova teórica e 45 minutos para a prova prática).

Cofinanciado por:

