

## INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

**Disciplina: Educação Física**

**2017**

**Prova 28**

**2.º Ciclo do Ensino Básico (Despacho Normativo n.º 1-A/2017)**

O presente documento divulga a informação relativa à prova de equivalência à frequência do 2.º ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2017, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Material
- Duração
- Critérios gerais de classificação

### **Objeto de avaliação**

A prova tem por referência o programa de educação física em vigor. A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em três grandes campos consagrados no programa da disciplina, a saber, *Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos*, passíveis de avaliação em prova de modalidade escrita e prática, de duração limitada.

A prova avalia a aprendizagem nas diferentes atividades físico-desportivas numa perspetiva de continuidade e de consolidação relativamente às diferentes aprendizagens ao longo do primeiro e segundo ciclos do ensino básico. A conceção desta prova respeita as orientações curriculares, as infraestruturas e equipamentos desportivos existentes, pretendendo sistematizar os benefícios, centrando-se no valor educativo da atividade física eclética, pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno.

Esta conceção concretiza-se na avaliação da apropriação das habilidades e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das diferentes aptidões.

## **Domínios**

### **APTIDÃO FÍSICA**

- O aluno conhece e demonstra capacidades em testes de resistência aeróbica e testes de aptidão muscular adequada às normas de aptidão física representativa da saúde, para a sua idade (segundo a tabela de resultados do Fitnessgram).

### **ATIVIDADES FÍSICAS**

- O aluno descreve e executa com correção as ações técnicas e as exigências dos regulamentos nas atividades físicas e desportivas individuais nomeadamente: ginástica e atletismo.
- O aluno descreve e executa com correção as ações técnico-táticas nas várias atividades físicas e desportivas coletivas nomeadamente: basquetebol, andebol, voleibol e futsal.

### **CONHECIMENTOS**

- O aluno revela conhecimentos definidos pelo Programa de Educação Física e de acordo com os regulamentos técnicos das várias modalidades desportivas abordadas.

## **Conteúdos**

### **Aptidão Física – Teste VV20**

- Realização dos testes de aptidão física da bateria fitnessgram avaliando as capacidades de resistência aeróbica de força e flexibilidade, alcançando um resultado dentro da zona saudável (segunda a tabela de referência do fitnessgram).

### **Atividades Físicas e Desportivas Individuais - Ginástica**

- Realização de vários elementos gimnásticos de solo apresentados de forma harmoniosa;
- Identifica e descreve vários elementos gímnicos.

### **Atividades Físicas e Desportivas Individuais - Atletismo**

- Realização de um salto (altura), um lançamento (bola) e de uma corrida (velocidade ou resistência) cumprido com o regulamento técnico da modalidade;
- Identifica e caracteriza as diferentes disciplinas do atletismo;
- Conhece o regulamento específico, as designações e os aspetos técnicos de cada disciplina.

Físicas e Desportivas Coletivas – Basquetebol, Andebol, Voleibol e Futsal

- Realização de várias ações técnicas de forma encadeada em situação de exercício critério;
- Conhecer o objetivo e caracterizar a modalidade bem como o seu regulamento, as designações e aspetos técnicos das diferentes ações técnico-tática.

## Caracterização das provas

### PROVA ESCRITA

#### Caraterísticas e Estrutura

A prova escrita apresenta quatro grupos.

No Grupo I, avalia-se os conhecimentos no âmbito dos desportos individuais – ginástica. Cotação 25 pontos.

No Grupo II, avalia-se os conhecimentos no âmbito dos desportos individuais – atletismo. Cotação 25 pontos.

No Grupo III, avaliam-se os conhecimentos no âmbito dos desportos coletivos – basquetebol. Cotação 25 pontos.

No Grupo IV, avaliam-se os conhecimentos no âmbito dos desportos coletivos – futsal. Cotação 25 pontos. A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

#### Quadro 1 – Valorização dos domínios e conteúdos na prova

Campos / Domínios	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Grupo I GINÁSTICA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar os diferentes aparelhos da ginástica;</li><li>• Conhecer as habilidades gímnicas;</li></ul>	25
Grupo II ATLETISMO	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar as diferentes disciplinas da modalidade;</li><li>• Conhecer o regulamento específico das várias disciplinas;</li><li>• Conhecer os aspetos técnicos de cada disciplina</li></ul>	25
Grupo III BASQUETEBOL	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer o objetivo e caracterizar a modalidade bem como o seu regulamento;</li></ul>	25

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer as designações e aspetos técnicos das diferentes ações técnico-tática</li> </ul>	
Grupo IV FUTESAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer o objetivo e caracterizar a modalidade bem como o seu regulamento;</li> <li>• Conhecer as designações e aspetos técnicos das diferentes ações técnico-tática</li> </ul>	25

A prova inclui os tipos de itens discriminados no Quadro 2

**Quadro 2 – Tipologia, número de itens e cotação**

Tipologia de itens		Questão	Número de itens	Cotação por item (em pontos)	Cotação por grupo (em pontos)
I GRUPO	Completamento	1	9	1	25
	Resposta curta	2	4	1	
	Completamento	3	8	1	
	Completamento	4	4	1	
II GRUPO	Resposta curta	1	4	1	25
	Resposta curta	2	4	0,5	
	Completamento	3	2	1	
		3	1	0,5	
		3	4	0,5	
		3	3	0,5	
	Resposta curta	4	1	1	
	Completamento	5	4	1	
	Completamento	6	5	0,5	
	Resposta curta	7	1	1	
		7	2	0,25	
	Resposta curta	8	4	0,5	
III GRUPO	Completamento	1	11	1	25
	Escolha múltipla	2	5	1	
	Resposta curta	3	7	1	
	Resposta curta	4	1	2	

IV GRUPO	Completamento	1	9	1	25
	Resposta curta	2	9	1	
	Resposta curta	3	5	1	
	Resposta curta	4	2	2	

### **Critérios de classificação**

As classificações a atribuir à prova escrita são expressas através de certo ou errado, às respostas redigidas pelo aluno, atribuindo-se a cotação máxima à resposta certa e a cotação de zero à resposta errada. Os valores registam-se em tabela própria, sendo a correção feita com base num documento onde se encontram as soluções do mesmo.

### **Material**

Caneta azul ou preta; O exame será realizado no enunciado.

### **Duração**

A prova tem a duração de 45 minutos.

## **PROVA PRÁTICA**

### **Características e Estrutura**

A prova apresenta quatro grupos.

No Grupo I, avalia-se uma capacidade física através de um teste da bateria de testes Fitnessgram. Cotação 20 pontos.

No Grupo II, avalia-se a aprendizagem no domínio das atividades físicas e desportivas individuais – ginástica na realização de elementos gímnicos de solo (rolamentos, posição de equilíbrio e apoio facial invertido) apresentada de forma livre e na realização de elementos gímnicos em aparelhos apresentados de forma encadeada. Cotação: 20 pontos.

No Grupo III, avalia-se a aprendizagem no domínio das atividades físicas e desportivas individuais – atletismo, na realização de um salto em altura (utilizando a técnica de tesoura), ou um salto

em comprimento, na realização de um lançamento (bola) e na realização de uma corrida de velocidade e de uma corrida de resistência. Cotação: 20 pontos.

No Grupo IV, avalia-se a aprendizagem no domínio das atividades físicas e desportivas coletivas nas modalidades de basquetebol, andebol, voleibol e futsal na realização de um exercício critério através para cada uma. Cotação: 40 pontos. A estrutura da prova sintetiza-se no Quadro 1.

**Quadro 1 – Valorização dos domínios e conteúdos na prova**

<b>Campos/ Domínios</b>	<b>Objetivos/ Metas</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Cotação (em pontos)</b>
<b>APTIDÃO FÍSICA</b>	Demonstra resistência que permita a realização de acções motoras globais de intensidade média, resistindo á fadiga.	<p><b>Resistência Aeróbica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização do teste VV20 alcançando a um resultado dentro da zona saudável (segunda a tabela de referência do fitnessgram).</li> </ul> <p><b>Força e Flexibilidade</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de testes de avaliação da força e flexibilidade alcançando a um resultado dentro da zona saudável (segunda a tabela de referência do fitnessgram).</li> </ul>	10
<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b>	Demonstrar o domínio técnico de nível elementar na modalidade de ginástica de solo e aparelhos.	<p><b>Ginástica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de elementos gímnicos de solo apresentados de forma harmoniosa e encadeada através de uma sequência gímnica onde conste os seguintes elementos: rolamento à frente engrupado, rolamento à retaguarda de pernas afastadas, posição de equilíbrio (avião/bandeira), ponte e apoio facial invertido de dois apoios.</li> <li>Realização de elementos gímnicos em aparelhos apresentados de forma harmoniosa e encadeada através de uma sequência gímnica específica para o respetivo</li> </ul>	20

		aparelho.	
	<p>Demonstrar domínio técnico de nível elementar do atletismo. Compreender os aspectos fundamentais e regulamentares da modalidade.</p>	<p><b>Atletismo</b> <b>Saltos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de um salto em altura (técnica de tesoura) e de um salto em comprimento.</li> </ul> <p><b>Corridas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de uma corrida de velocidade (40 metros) e uma corrida de resistência (quilometro ou milha).</li> </ul> <p><b>Lançamentos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de um lançamento da bola..</li> </ul>	10
		<p><b>Andebol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de um exercício critério constituído por passe/receção, drible e remate.</li> </ul>	15
		<p><b>Basquetebol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de um exercício critério constituído por passe/receção, drible e lançamento na passada.</li> </ul>	15
		<p><b>Futsal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de um exercício critério constituído por passe/receção, condução de bola e remate.</li> </ul>	15
	<p>Compreender os aspectos fundamentais e regulamentares das modalidades.</p>	<p><b>Voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de um exercício critério constituído por serviço por baixo, passe e manchete.</li> </ul>	15

A prova pode incluir os tipos 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)	
I PARTE	Itens de construção/ Expressão gráfica	Condição Física	1	20
II PARTE		Prestação Motora	4	5
III PARTE		Prestação Motora	1	20
IV PARTE		Prestação Motora	8	5

### Critérios de classificação

As classificações a atribuir às prestações físico-motoras são expressas através da menção Realiza (R – cotação máxima) e Não Realiza (NR- cotação zero) e aplicam-se através da observação direta dos vários elementos do júri com base nos critérios de classificação definidos para cada um dos exercícios segundo as normas regulamentares definidas pelo programa de educação física, expressando-se em números inteiros e resultam da aplicação dos critérios de classificação relativos à tipologia de itens constantes na prova de exame.

### Material

Materiais e utensílios de que o examinando deve ser portador:

- Equipamento desportivo: t-shirt e calções ou fato de treino.
- Sapatilhas ou ténis.

Não é permitido o uso de roupa e calçado que não se seja para uso desportivo.

Material a fornecer pelo estabelecimento de ensino:

- Bolas.
- Equipamento fixo e portátil existente no estabelecimento e indispensável à realização da prova.

### Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.