

DISCIPLINA: Educação Física

CÓDIGO DA PROVA: 311

ENSINO SECUNDÁRIO

ANO DE ESCOLARIDADE: 12.º

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do Ensino Secundário da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2020, pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos no Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, na sua versão atual, nomeadamente:

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

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

Importa ainda referir que o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciados no Programa de Educação Física em vigor (homologado em 2001).

A avaliação sumativa externa, realizada através de uma componente escrita e uma componente prática de durações limitadas, só permitem avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciados no Programa.

A resolução da prova pode implicar a mobilização de aprendizagens inscritas no Programa, mas não expressas nesta informação.

Caracterização da prova

A prova é constituída por duas componentes: escrita e prática.

A prova tem uma cotação total de 200 pontos, sendo que a classificação é expressa numa escala de 0 a 20 valores.

A Classificação Final da Prova corresponde à média ponderada da classificação da Componente Escrita (30%) e da Componente Prática (70%), arredondada às unidades.

O aluno realiza primeiro a componente escrita e depois a prática. Dispõe de um período de 10 minutos para realizar o aquecimento.

COMPONENTE ESCRITA:

Os itens estão organizados, tendencialmente, segundo quatro domínios temáticos: Desportos Coletivos (Andebol, Basquetebol Futebol e Voleibol), Desportos de Raquete (Badminton), Atividades Rítmicas Expressivas (Danças Sociais), e Desportos Individuais (Atletismo e Ginástica Artística).

A componente escrita inclui os seguintes tipos de itens discriminados no Quadro 1.

Quadro 1 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens		Número de itens	Cotação por item (em pontos)
ITENS DE SELEÇÃO	Escolha múltipla	50	2
	Verdadeiro ou Falso	50	2
TOTAL		200 Pontos	

COMPONENTE PRÁTICA

A estrutura da componente prática sintetiza-se no Quadro 2.

Quadro 2 – Valorização das competências na componente prática

Conteúdos	Objetivos / Competências	Cotação (em pontos)
Ginástica (Solo)	Realizar rolamento à frente terminando com as pernas afastadas; rolamento à retaguarda terminando com pernas estendidas e unidas; apoio facial invertido com saída em rolamento à frente; roda; posição de equilíbrio; posição de flexibilidade; saltos e voltas.)	50
Dança (Cha cha cha)	Realizar uma dança em sequência que inclua “Passo Básico”, “Voltas”, “New Yorker”; Mão na Mão”, “Promenade” e “Caminhada.	50
Atletismo (Salto em altura)	Realizar as habilidades motoras específicas do salto em altura, com a técnica de <i>Fosbury Flop</i> , aplicando os critérios de correção técnica e regulamentar.	50

Atletismo (Corrida de meio fundo)	Realizar um percurso de 1609 m. (1 milha) de corrida uniforme e intensidade vigorosa, controlando o esforço e resistindo à fadiga, no menor tempo.	50
TOTAL		200 Pontos

Material

COMPONENTE ESCRITA: Caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.
As respostas são registadas em folha própria fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial).

COMPONENTE PRÁTICA: Equipamento desportivo.

Duração

A prova tem a duração de 180 minutos, a que correspondem 90 minutos para a componente escrita e 90 minutos para a componente prática. Nenhuma das componentes da prova tem tolerância.

Critérios gerais de classificação

COMPONENTE ESCRITA

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

As respostas ilegíveis são classificadas com zero pontos.

Itens de seleção

ESCOLHA MÚLTIPLA E “VERDADEIRO OU FALSO”

A cotação total do item 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 ou mais do que uma opção, no caso das perguntas de ESCOLHA MÚLTIPLA.

Não há lugar a classificações intermédias.

COMPONENTE PRÁTICA

Conteúdos	Critérios de Classificação
Ginástica (Solo)	Nível de execução técnica na realização dos diferentes elementos gímnicos.
Dança (Cha cha cha)	Nível de execução (correção / coordenação dos movimentos e expressão corporal), organização espaço-temporal, criatividade e sentido estético.
Atletismo (Salto em altura)	Nível de execução técnica nas diferentes fases do salto e registo de altura de transposição da fasquia.
Atletismo (Corrida de meio fundo)	Tabela de referência por tempos obtidos.

ANEXO:

Tabela de referência para a prova da milha.

TEMPO REALIZADO EM MINUTOS (masculino)	TEMPO REALIZADO EM MINUTOS (feminino)	PONTOS
6min ou menos	7min ou menos	50
6min 1s a 6min 6s	7min 1s a 7min 6s	49
6min 7s a 6min 12s	7min 7s a 7min 12s	48
6min 13s a 6min 18s	7min 13s a 7min 18s	47
6min 19s a 6min 24s	7min 19s a 7min 24s	46
6min 25s a 6min 30s	7min 25s a 7min 30s	45
6min 31s a 6min 36s	7min 31s a 7min 36s	44
6min 37s a 6min 42s	7min 37s a 7min 42s	43
6min 43s a 6min 50s	7min 43s a 7min 50s	42
6min 51s a 6min 56s	7min 51s a 7min 56s	41
6min 57s a 7min 2s	7min 57s a 8min 2s	40
7min 3s a 7min 8s	8min 7s a 8min 12s	39
7min 9s a 7min 14s	8min 13s a 8min 18s	38
7min 15s a 7min 20s	8min 19s a 8min 24s	37
7min 21s a 7min 26s	8min 25s a 8min 30s	36
7min 27s a 7min 32s	8min 31s a 8min 36s	35
7min 33s a 7min 38s	8min 37s a 8min 42s	34
7min 39s a 7min 44s	8min 43s a 8min 48s	33
7min 45s a 7min 50s	8min 49s a 8min 54s	32
7min 51s a 7min 56s	8min 55s a 9min 0s	31
7min 57s a 8min 2s	9min 01s a 9min 06s	30
8min 7s a 8min 12s	9min 7s a 9min 12s	29
8min 13s a 8min 18s	9min 13s a 9min 18s	28
8min 19s a 8min 24s	9min 19s a 9min 24s	27
8min 25s a 8min 30s	9min 25s a 9min 30s	26
8min 31s a 8min 36s	9min 31s a 9min 36s	25
8min 37s a 8min 42s	9min 37s a 9min 42s	24
8min 43s a 8min 48s	9min 43s a 9min 48s	23
8min 49s a 8min 54s	9min 49s a 9min 54s	22
8min 55s a 9min 0s	9min 55s a 10min 0s	21
9min 01s a 9min 06s	10min 01s a 10min 06s	20
9min 7s a 9min 12s	10min 7s a 10min 12s	19
9min 13s a 9min 18s	10min 13s a 10min 18s	18
9min 19s a 9min 24s	10min 19s a 10min 24s	17

9min 25s a 9min 30s	10min 25s a 10min 30s	16
9min 31s a 9min 36s	10min 31s a 10min 36s	15
9min 37s a 9min 42s	10min 37s a 10min 42s	14
9min 43s a 9min 48s	10min 43s a 10min 48s	13
9min 49s a 9min 54s	10min 49s a 10min 54s	12
9min 55s a 10min 0s	10min 55s a 11min 0s	11
10min 01s a 10min 06s	11min 01s a 11min 06s	10
10min 7s a 10min 12s	11min 7s a 10min 12s	9
10min 13s a 10min 18s	11min 13s a 10min 18s	8
10min 19s a 10min 24s	11min 19s a 11min 24s	7
10min 25s a 10min 30s	11min 25s a 11min 30s	6
10min 31s a 10min 36s	11min 31s a 11min 36s	5
10min 37s a 10min 42s	11min 37s a 11min 42s	4
10min 43s a 10min 48s	11min 43s a 11min 48s	3
10min 49s a 10min 54s	11min 49s a 11min 54s	2
10min 55s a 11min 0s	11min 55s a 12min 0s	1
Mais de 11min	Mais de 12min	0