

**DISCIPLINA: Educação Física**

**CÓDIGO DA PROVA: 26**

**Ensino Básico: 3.º CICLO**

**ANO DE ESCOLARIDADE: 9.º**

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3.º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2016, pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos no Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, 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 conteúdos do Programa de Educação Física em vigor (homologado em 2001), e é constituída por uma componente escrita e uma componente prática de duração limitada, e só permite avaliar parte das competências enunciadas no Programa.

A realização das provas pode implicar a mobilização de aprendizagens inscritas no Programa, mas não expressas nesta informação.

### **Objetivos Gerais / Competências**

- Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.
- Compor e realizar esquemas individuais da Ginástica (Solo e Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.
- Realizar provas combinadas do Atletismo (saltos, lançamentos e corridas), cumprindo corretamente as exigências técnicas e do regulamento, como praticante.
- Analisar, interpretar e realizar os exercícios critério selecionados das modalidades coletivas, aplicando os conhecimentos técnicos e as respetivas regras.

## Caracterização da prova

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

A prova é cotada para 100 pontos. A prova é cotada para 100 pontos em cada componente.

A classificação da prova corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações das duas componentes (escrita e prática), convertida na escala de níveis de 1 a 5.

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

COMPONENTE ESCRITA - A estrutura da componente escrita sintetiza-se no Quadro 1.

**Quadro 1 – Tipologia, número de itens e cotação**

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (em pontos)	Total (em pontos)
Verdadeiro ou Falso	20	5	100

### Itens de seleção

Verdadeiro ou Falso: A cotação do item é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta. Se apresentar mais do que uma resposta a um mesmo item, esta será classificada com zero pontos.

Os itens estão organizados, tendencialmente, segundo dois domínios temáticos: Desportos Coletivos (Andebol, Basquetebol Futebol e Voleibol), Desportos Individuais (Atletismo e Ginástica Artística). A prova inclui o tipo de itens discriminados no Quadro 2.

COMPONENTE PRÁTICA - A estrutura da componente prática sintetiza-se no Quadro 1.

**Quadro 2 – Valorização das competências na prova**

Conteúdos	Objetivos / Competências	Cotação (em pontos) Total 100
<b>Aptidão Física</b> -Corrida de uma milha – Fitnessgram	Realizar a corrida de uma milha segundo as orientações do Fitnessgram no menor tempo possível.	20
<b>Atletismo:</b> -Lançamento do Peso	Realizar as habilidades motoras específicas do lançamento do peso, aplicando os critérios de correção técnica e regulamentar.	20

Conteúdos	Objetivos / Competências	Cotação (em pontos) Total 100
<b>Ginástica:</b> - <b>Solo</b> (avião; rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda com saída de membros inferiores afastados; apoio facial invertido; meia volta). - <b>Aparelhos</b> <b>Boque</b> -salto de eixo;	Realizar as destrezas elementares de solo e de aparelhos, aplicando os critérios de correção técnica específicos de cada elemento gímico e demonstrando segurança e fluidez de movimentos.	20
<b>Modalidades Coletivas:</b> Execução de exercícios critério em duas modalidades à escolha entre: - Basquetebol; - Voleibol; - Andebol; - Futebol.	Realizar os exercícios critério selecionados das modalidades coletivas, aplicando os conhecimentos técnicos e as respetivas regras.	40

## Material

COMPONENTE PRÁTICA: Equipamento desportivo.

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).

## Duração

A prova tem a duração de 90 minutos, a que correspondem 45 minutos para a componente prática e 45 minutos para a componente escrita. Nenhuma das componentes tem tolerância.

## Crítérios gerais de classificação

### COMPONENTE ESCRITA

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação estabelecidos para cada item e é expressa por um número inteiro. A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta. Se apresentar mais do que uma resposta a um mesmo item, esta será classificada com zero pontos. As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são também classificadas com zero pontos.

COMPONENTE PRÁTICA

Conteúdos	Critérios de Classificação	Cotação (em pontos)
<b>Aptidão Física</b> -Corrida de uma milha – Fitnessgram	Tabela de referência do Fitnessgram	20
<b>Atletismo:</b> -Lançamento do Peso	Adequada execução técnica nas diferentes fases do lançamento.	20
<b>Ginástica:</b> <b>Solo</b> (avião; rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda engrupado e de membros inferiores afastados; apoio facial invertido; meia volta). <b>Aparelhos</b> <b>Boque</b> -salto de eixo;	Adequada execução técnica na realização dos diferentes elementos gímnicos e nas várias fases do salto.	20
<b>Modalidades Coletivas:</b> Execução de exercícios critério em duas modalidades à escolha entre: - Basquetebol; - Voleibol; - Andebol; - Futebol.	Correção técnica.  Conhecimento e aplicação das regras e normas.  Empenhamento Motor.	40