

---

**DISCIPLINA: Educação Física**

**CÓDIGO DA PROVA: 26**

**Ensino Básico – 3.º CEB**

**ANO DE ESCOLARIDADE: 9º**

---

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3.º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física, a realizar em **2019**, 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 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 percentuais 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 componente 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 percentuais)	Total (em pontos percentuais)
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**

<b>Conteúdos</b>	<b>Objetivos / Competências</b>	<b>Cotação (em pontos percentuais) Total 100</b>
<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
<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 gímnico 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 provas 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 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

<p><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;</p>	<p>Adequada execução técnica na realização dos diferentes elementos gímnicos e nas várias fases do salto.</p>	<p>20</p>
<p><b>Modalidades Coletivas:</b> Execução de exercícios critério em duas modalidades à escolha entre: - Basquetebol; - Voleibol; - Andebol; - Futebol.</p>	<p>Correção técnica.  Conhecimento e aplicação das regras e normas.  Empenhamento Motor.</p>	<p>40</p>