

DISCIPLINA: Educação Física**CÓDIGO DA PROVA:** 26**CICLO:** 3^o**ANO DE ESCOLARIDADE:** 9^o

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de exame de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física, do 3^o ciclo do ensino básico, a realizar no presente ano letivo pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos no Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, com a última alteração introduzida pelo Decreto-lei 91/2013, de 10 de julho.

Deve também ser considerado o Despacho Normativo n.º 24-A/2012, de 6 de dezembro.

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

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspectos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios de classificação;
- Material;
- Duração.

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 o exame 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) em equipa, 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.

Caraterísticas e estrutura

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

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).

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

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

Quadro 1 – Valorização das competências na prova

Conteúdos	Objetivos / Competências	Cotação (em pontos)
Aptidão Física -Corrida de uma milha – Fitnessgram	Realizar o teste de corrida de uma milha segundo as orientações do Fitnessgram e alcançar resultados correspondentes à Zona Saudável de Aptidão Física.	20
Atletismo: -Lançamento do Peso	Realizar as habilidades motoras específicas do lançamento do peso, aplicando os critérios de correção técnica e regulamentar.	20
Ginástica: - Solo (avião; rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda engrupado e de membros inferiores afastados; apoio facial invertido; meia volta). - Aparelhos Boque -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
Modalidades Coletivas: 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

Total - 100

PROVA ESCRITA - A estrutura da prova escrita sintetiza-se no Quadro 2.

Itens de seleção

Verdadeiro ou Falso: Os itens da prova referem-se ao domínio temático: Desportos Coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol).

A prova inclui o seguinte tipo 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)
Verdadeiro ou Falso	20	5

Total - 100

Critérios de classificação

PROVA PRÁTICA

Conteúdos	Critérios de Classificação
Aptidão Física -Corrida de uma milha– Fitnessgram	Tabela de referência do Fitnessgram
Atletismo: -Lançamento do Peso	Adequada execução técnica nas diferentes fases do lançamento.
Ginástica: Solo (avião; rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda engrupado e de membros inferiores afastados; apoio facial invertido; meia volta). Aparelhos Boque -salto de eixo;	Adequada execução técnica na realização dos diferentes elementos gímnicos e nas várias fases do salto.
Modalidades Coletivas: 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.



PROVA ESCRITA

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

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. As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Material

PROVA PRÁTICA: Equipamento desportivo.

PROVA TEÓRICA: Caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Duração

A prova tem a duração de 90 minutos, a que correspondem 45 minutos para a prova prática e 45 minutos para a prova teórica. Nenhuma das provas tem tolerância.