

## INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA Educação Física

2020

---

### Prova 311

.....  
ENSINO SECUNDÁRIO (Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho e Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

---

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino secundário da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2020, nomeadamente:

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

### Objeto de avaliação

O presente documento visa divulgar as características do exame 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 pelo Decreto-lei nº 74/2004, de 26 de março, com a última alteração introduzida pelo Decreto-Lei nº 50/2011, de 8 de Abril, que procedeu à republicação integral e atualizada do diploma.

Deve ainda ter sido considerada a Portaria nº550 D/2004, de 21 de maio, com a última alteração introduzida pela portaria nº 244/2011, de 21 de junho, que procedeu à republicação integral e atualizada do diploma. As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

### Caracterização da prova

A prova de exame tem por referência o programa nacional de Educação Física em vigor. A prova de exame permite avaliar competências passíveis de avaliação em prova prática (peso de 70%) e em prova escrita (peso de 30%).

A prova inclui itens de seleção (de escolha múltipla) e itens de construção (de resposta curta e de resposta extensa). E a classificação final da prova de exame é obtida pela média ponderada e arredondada às unidades das classificações obtidas em ambas as provas

A prova é cotada para 200 pontos.

**A estrutura da prova** sintetiza-se, em duas componentes, uma teórica e outra prática, de acordo com o quadro exposto:

COMPONENTE TEÓRICA: CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA					
Domínios e Competências	Conteúdos	Cotação (em pontos)	Tipologia:		
			Itens seleção	Nº de Itens	Cotação por itens (em pontos)
No grupo I, avaliam-se competências no domínio dos conhecimentos, com questões de escolha múltipla, interpretação e de desenvolvimento.	Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física	100 pontos	Itens de construção (resposta por extenso e escolha múltipla)	5	1- 15 pontos 2- 15 pontos 3- 40 pontos 4- 20 pontos 5- 10 pontos
No grupo II, avaliam-se competências no domínio dos conhecimentos, com questões de escolha múltipla, interpretação e de desenvolvimento.	Aprendizagem, dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra escolares, no seio das quais se realizam as atividades físicas desportivas	100 pontos	Itens de construção (resposta por extenso e escolha múltipla)	7	1- 15 pontos 2- 15 pontos 3- 15 pontos 4- 15 pontos 5- 15 pontos 6- 15 pontos 7- 10 pontos
<p><b>Crítérios de classificação:</b> 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 ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.</p> <p><b>Nos itens de seleção,</b> de escolha múltipla, a cotação do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a opção correta. Todas as outras respostas são classificadas com zero pontos.</p> <p><b>Nos itens de construção,</b> uma resposta correta deve apresentar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Uma redação que não se limite à transcrição de dados dos documentos introdutórios, salvo se tal for o solicitado no item;</li> <li>– Os conteúdos relevantes de forma completa, articulada e coerente;</li> </ul> <p>Na resposta curta, a classificação é atribuída de acordo com os elementos de resposta solicitados e apresentados. E na resposta extensa, a classificação a atribuir traduz a avaliação do desempenho no domínio específico da disciplina e no domínio da comunicação escrita em língua portuguesa.</p>					
<p><b>Material:</b> O examinando apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta; Não é permitido usar corretor; As respostas são registadas em folha própria, modelo do ministério da educação, fornecido pelo estabelecimento de ensino;</p>					
<p><b>Duração:</b> a componente escrita tem a duração de <b>90 minutos</b>; a componente prática tem a duração de <b>90 minutos</b>.</p>					
COMPONENTE PRÁTICA: CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA					

<b>Domínios e Competências</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Cotação Total (em pontos)</b>	<b>Protocolo de Avaliação</b>
<b>1-Desportos Coletivos:</b>			
<u>Atividades Físicas Desportivas/ Jogos Desportivos coletivos</u>  O aluno adequa a sua ação, ao objetivo de jogo, à função e ao modo de execução das ações técnico táticas e às regras de jogo	<b>1.1- Voleibol</b>	30 pontos	Avaliação em situação de exercício critério e ou em situação de jogo reduzido (1x1 ou 2x2)
	<b>1.2- Basquetebol</b>	30 pontos	Avaliação em situação de exercício critério e ou em situação de jogo reduzido (1x1 ou 2x2)
	<b>1.2-Futebol</b>	30 pontos	Avaliação em situação de exercício critério e ou em situação de jogo reduzido (1x1 ou 2x2)
<b>2-Desportos Individuais:</b>			
<u>Atividades Físicas e Desportivas/ Atletismo</u>  O aluno aplica o regulamento específico e a técnica correta das corridas, saltos e lançamentos	<b>2.1-Salto em Comprimento</b>	10 pontos	Avaliação no salto em comprimento, com a técnica de voo na passada
	<b>2.2- Lançamento do Peso</b>	10 pontos	Avaliação no lançamento do peso (3/4kg), com a técnica de O'Brien.
	<b>2.3- Velocidade</b>	10 pontos	Avaliação num percurso de 40m
<u>Atividades Físicas e Desportivas:</u>  Na ginástica do solo, o aluno elabora e realiza uma sequência de exercícios no solo, que combine com fluidez destrezas gímnicas, de acordo com as exigências técnicas indicadas: Apoio facial invertido, seguido de rolamento à frente engrupado; Rondada; Rolamento à retaguarda, com membros inferiores afastados e estendidos; avião ou bandeira, ponte ou espargata e elementos gímnicos de ligação.	<b>2.4 - Ginástica de Solo e de Aparelhos</b>	30 pontos	Avaliação Técnica Ginástica de solo, nos colchões e de aparelhos no mini trampolim

No minitrampolim, o aluno realiza os saltos: vela, engrupado, em extensão com 1 pirueta e carpa com membros inferiores afastados.			
<u>Atividades rítmicas expressivas:</u>  O aluno executa os diferentes passos respeitando a estrutura rítmica da música assumindo a postura correta.	<b>4- Danças sociais (salsa, merengue, cha cha cha, bachata ou Kizomba)</b>	30 pontos	Avaliação em coreografia de dança individual ou a par nos estilos definidos com música à escolha.
<u>Aptidão Física:</u>  O aluno realiza ações motoras tendo em conta as exigências do protocolo do fitnessgram.	<b>5- Resistência, força e flexibilidade</b>	20 pontos	Avaliação com a aplicação do Testes de Aptidão Física do fitnessgram (teste vai-vém; teste das flexões de braços; teste dos abdominais)

## Material

O examinando apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

As respostas são registadas em folha própria fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial).

Não é permitido o uso de corretor.

## Duração

180 minutos, repartidos por 90 minutos para a componente escrita e 90 minutos para a componente prática.

## CrITÉRIOS gerais de classificação

Na prova 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 ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Na prova prática 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.