

Prova de Equivalência à Frequência

EDUCAÇÃO FÍSICA

2023

Prova 311 Tipo de Prova: Escrita + Prática

12º Ano do Ensino Secundário (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 12º ano do ensino secundário da disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA, a realizar em 2023, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para os 10.º, 11.º e 12.º anos e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova escrita e prática de duração limitada, incidindo, nomeadamente, sobre as competências que se apresentam a seguir:

- Conhecimentos e Capacidades
 - a) Relacionar Atividade Física e Saúde;
 - b) Identificar fatores associados a um estilo de vida saudável;
 - c) Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco, associados à prática das atividades físicas;
 - d) Conhecer e realizar as diferentes modalidades desportivas;
 - e) Conhecer e aplicar as regras das diferentes modalidades;
 - f) Conhecer e aplicar as ações técnicas e táticas de cada modalidade;
- Conteúdos
 - a) Processos de desenvolvimento e manutenção da Condição Física;
 - b) Capacidades Físicas Condicionais e Coordenativas;
 - c) Atividades Físicas e Desportivas;
 - d) Gestos/Ações técnicas e aspetos táticos específicos das Atividades Físicas Desportivas: Andebol, Atletismo, Badminton, Basquetebol, Dança, Futebol/Futsal, Ginástica e Voleibol;
 - e) Regras e Arbitragem.

Caracterização das Provas

A prova está dividida em prova escrita e em prova prática.

Ambas as provas são cotadas para 200 Pontos, sendo a avaliação final resultado da média encontrada pelo resultado obtido em ambas as provas. (30% da componente escrita e 70% da componente prática).

Prova escrita:

A prova está dividida em dois grupos de itens.

O primeiro grupo reporta a conhecimentos inerentes aos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física, apresentando quatro itens de seleção no formato de escolha múltipla.

O segundo grupo contém uma parte com dezasseis itens de construção no formato de resposta restrita, dedicada às atividades físicas e uma segunda parte com dezasseis itens de seleção no formato de resposta verdadeira/falsa, relativa a situações de regulamento e arbitragem.

Prova prática:

A prova inicia-se com a demonstração prática de noções elementares de aquecimento.

Nas quatro matérias de Jogos Desportivos Coletivos, o aluno escolhe apenas três das propostas, realizando um circuito de exercício critério demonstrando as competências técnicas específicas da modalidade.

Nos quatro desportos de carácter individual propostos, o aluno escolhe apenas três, devendo realizar uma sequência gímnica na ginástica de solo de nível elementar, dois saltos em aparelho gímnico, elementos de exercício critério no badmínton, situação formal de prova, no atletismo escolhendo três de quatro disciplinas e um esquema com 32 tempos (realizado duas vezes), com passo base, deslocamento e abertura, de dança social, escolhendo entre Merengue, Chá-chá-chá e Rumba.

Material

O aluno apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta. Não é permitido o uso de corretor.

Prova prática:

Equipamento desportivo adequado à prática de exercício físico (calção e camisola, bem como sapatos ténis e sapatilhas).

Duração

A prova terá a duração de dois períodos de 90 minutos, repartidos entre parte escrita e parte prática a que acresce a tolerância de 30 minutos na parte prática.

Critérios gerais de classificação

Prova escrita:

Nos itens de seleção no formato de escolha múltipla, são consideradas respostas incorretas, todas as que de forma objetiva não representem a letra do item em questão, ou a sua transcrição exata.

Nos itens de construção no formato de resposta restrita, considera-se que o aluno deve enunciar o número exato de indicadores espectados em critérios de correção pré-definidos, bem como designações ou seus sinónimos, que expliquem esses mesmos indicadores.

Nos itens de seleção no formato de Verdadeiro/Falso, consideram-se incorretas, todas as respostas que possibilitem uma dupla categorização dos itens identificados, devendo fazer corresponder uma única opção por item.

Prova prática:

Nos Jogos Desportivos Coletivos o aluno realiza os exercícios de acordo com os parâmetros de correção técnica da modalidade demonstrando destreza e fluidez na execução.

Na sequência gímnica o aluno realiza os elementos de acordo com os parâmetros de correção técnica bem como apresentando interligações entre estes que se adequem com fluidez à sequência.

Nos saltos de aparelhos (ginástica), deve diferenciar as diferentes fases de execução bem como demonstrar correção técnica.

Na corrida de barreiras (atletismo) o aluno realiza corrida de 40 metros respeitando uma correta abordagem às barreiras.

Os saltos (atletismo) são avaliados pelo resultado apresentado em função de tabela validada e ajustada à população escolar do Agrupamento de Escolas Ibn Mucana.

Nos lançamentos (atletismo) demonstra correção técnica na execução.

No Badminton o aluno realiza as ações com os parâmetros de correção técnica da modalidade, apresentando precisão e controlo.

No esquema de dança o aluno realiza os tempos, com ritmo e coordenação, de acordo com a música, realizando o passo base, deslocamentos e abertura.

Maio 2023