

Informação-Prova

Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física /Prova Prática

9.º Ano de Escolaridade/2020

Código da Prova 26 / 1ª Fase

6 Páginas

1. Objeto de avaliação

O presente documento visa divulgar as características da prova de Educação Física, com o código 26, a realizar em 2019 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, alterado pelo Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril, e pelo Despacho Normativo n.º 3-A/2020, de 5 de março.

2. Caracterização da prova

A classificação é expressa na escala percentual de 0 a 100 pontos.

A estrutura da prova caracteriza-se no quadro 1.

Quadro 1 - Valorização dos temas/tópicos na prova

Temas	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Jogos Desportivos Coletivos - Basquetebol ou Voleibol	<p style="text-align: center;"><u>BASQUETEBOL</u></p> <p>O aluno executa em exercício critério:</p> <ul style="list-style-type: none">-Drible de progressão e proteção;- Passe/receção;-Lançamento na passada e parado;- Mudanças de direção <p>Ou</p>	40

	<p><u>VOLEIBOL</u></p> <p>O aluno executa em exercício critério:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Serviço por baixo e serviço por cima; -Receção em manchete; - Passe alto de frente; -Remate 	
	<p><u>BASQUETEBOL/VOLEIBOL</u></p> <p>O aluno em situação de jogo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aplica os gestos técnicos com correção; - No ataque, aplica os elementos técnico-táticos com oportunidade; - Na defesa, aplica os elementos técnico-táticos com oportunidade; - Ocupa os espaços de forma equilibrada. 	

Temas	<u>Conteúdos</u>	Cotação (em pontos)
Ginástica - Solo	<p>O aluno executa de forma encadeada os seguintes elementos gímnicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posição de equilíbrio (avião); - Rolamento à frente engrupado; - Vela; - Posição de Flexibilidade (ponte); - ½ pirueta; - Rolamento atrás engrupado; - Apoio facial invertido (com ajuda). 	30
Atletismo - Barreiras	Transposição de 4 barreiras à distância e altura regulamentares.	10

Aptidão Física	O aluno executa teste de aptidão aeróbia - Vaivém, cumprindo o número de percursos determinado nos padrões da zona saudável para o seu género e escalão etário.	20
----------------	---	----

O exame de Educação Física decorrerá em três espaços distintos: Pavilhão (Basquetebol / Voleibol e Aptidão Física) Pistas (Barreiras) e Ginásio (Ginástica).

Os alunos devem comparecer no local de exame 30 minutos antes de este se iniciar, de forma a equiparem-se e realizarem o aquecimento. Terão de fazer-se acompanhar de um colega/aluno da Escola/Agrupamento que prestará apoio a nível dos desportos coletivos.

3. Critérios de Classificação

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais das provas nacionais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

As respostas ilegíveis são classificadas com zero pontos.

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item.

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

Quadro 2 - Critérios de classificação

Conteúdos	Critérios de classificação
<p><u>Basquetebol (40 pontos)</u></p> <p><u>Exercício Analítico</u> (20 pontos)</p> <ul style="list-style-type: none"> -Drible de progressão e proteção; - Passe/receção; -Lançamento na passada e parado; - Mudanças de direção. 	<p>Não Realiza ou realiza com graves erros de execução - 0 a 5 pontos</p> <p>Realiza com alguns erros de execução - entre 6 e 13 pontos</p> <p>Realiza sem erros ou com ligeiras falhas - Entre 14 e 20 pontos.</p> <p>(os pontos variam consoante o(s) tipo(s) de erro(s) realizado(s).)</p>

<p>ou</p> <p><u>Voleibol (40 pontos)</u></p> <p><u>Exercício Analítico (20 pontos)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Serviço por baixo e serviço por cima; -Recepção em manchete; - Passe alto de frente; - Remate. <p><u>BASQUETEBOL ou VOLEIBOL</u></p> <p><u>Situação de Jogo (20 pontos)</u></p> <p>Aplicação adequada à situação dos gestos técnicos</p> <p>Atuação como atacante</p> <p>Atuação como defesa</p> <p>Ocupação equilibrada dos espaços</p>	
<p><u>Ginástica (30 pontos)</u></p> <p><u>Sequência Gímica - 30 pontos</u></p>	<p>Não Realiza ou realiza com graves erros de execução - 0 a 5 pontos</p> <p>Realiza com bastantes erros de execução- 6 a12 pontos</p> <p>Realiza com alguns erros de execução - 13 a 23 pontos</p> <p>Realiza sem erros ou com ligeiras falhas - Entre 24 e 30 pontos.</p> <p>(os pontos variam consoante o(s) tipo(s) de erro(s) realizado(s).)</p>
<p><u>Atletismo - Barreiras - 10 pontos</u></p>	<p>Não Realiza - 0 pontos.</p> <p>Realiza incorretamente ou com erros graves - 1 a 3 pontos.</p> <p>Realiza com erros - entre 4 e 7 pontos.</p> <p>Realiza corretamente ou ligeiros - 8 e 10 pontos.(os pontos variam consoante o(s)</p>

	tipo(s) de erro(s) realizado(s).)
<u>Aptidão Física (20 pontos)</u> <u>Teste de Aptidão Aeróbia - Vaivém</u>	Dentro ou acima da Zona Saudável - 20 pontos Abaixo da Zona Saudável - 0 pontos

3.1 Itens de seleção

Nos itens de seleção, a cotação do item só é atribuída às respostas integralmente corretas. Podem ser atribuídas pontuações a respostas parcialmente corretas, de acordo com os critérios específicos.

Quadro 3 - Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (pontos)
Exercício analítico de Basquetebol ou de Voleibol	1	20
Situação de jogo de Basquetebol ou de Voleibol: • 1X1 ou 2X2	1	20
Sequência Gímnica de Solo	1	30
Atletismo - Barreiras	1	10
Teste de Aptidão Aeróbia	1	20

4. Material

Os alunos terão de fazer-se acompanhar por um colega/aluno da Escola/Agrupamento de forma a poderem realizar, nos Desportos Coletivos, a situação de jogo.

A prova deve ser realizada com equipamento adequado (ténis, t-shirt, calções ou fato de treino), estando interdita a utilização de quaisquer adornos (pulseiras, brincos, anéis, fios, entre outros) durante a realização do exame. As sapatilhas são obrigatórias nas provas de ginástica.

Depois de equipados, os alunos devem dirigir-se ao ginásio e aguardar pela chamada do professor.

Não serão permitidas idas ao balneário, durante a realização da prova, só podendo os alunos deslocar-se para outro espaço de prova, depois de indicação dada pelos professores.

Na prova não será permitido comer ou mascar pastilha elástica.

5. Duração

A prova de exame tem a duração de 45 minutos.