

Informação-Prova

Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física /Prova Prática

9.º Ano de Escolaridade/2021

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 2021 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho e pelo Despacho Normativo n.º 10-A/2021, de 22 de março de 2021.

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>	20

	<p style="text-align: center;"><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; - Recepção em manchete; - Passe alto de frente; - Remate <p style="text-align: center;"><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. 	20
--	---	----

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 ou sem 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

A prova 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 da prova 30 minutos antes de esta 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.

2. 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.

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 (20 pontos)</u></p> <p>- Drible de progressão e proteção;</p> <p>- Passe/receção;</p>	<p>Pontuação entre 0 e 5 pontos, de acordo com o exercício pedido:</p> <p>Drible de Progressão - 2 pontos</p> <p>Drible de Proteção - 2 pontos</p> <p>Lançamento na Passada - 4 pontos</p> <p>Lançamento Parado - 4 pontos</p>

<p>- Lançamento na passada e parado; - Mudanças de direção.</p> <p>ou</p> <p><u>Voleibol (40 pontos)</u></p> <p><u>Exercício Analítico (20 pontos)</u></p> <p>- Serviço por baixo e serviço por cima; - Recepção em manchete; - Passe alto de frente; - Remate.</p> <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>Passe - 2 pontos</p> <p>Recepção - 2 pontos</p> <p>Mudanças de direção - 3 pontos</p> <p>ou</p> <p>Serviço por baixo - 2 pontos</p> <p>Serviço por cima - 4 pontos</p> <p>Remate - 5 pontos</p> <p>Recepção em Manchete - 4 pontos</p> <p>Passe alto de frente - 5 pontos</p> <p>Aplicação técnico/tática adequada face à situação de jogo - 5 pontos</p> <p>Atuação como atacante - 5 pontos</p> <p>Atuação como defesa - 5 pontos</p> <p>Ocupação equilibrada dos espaços - 5 pontos</p> <p>(os pontos variam consoante o(s) tipo(s) de erro(s) realizado(s).) *</p> <p>* ver quadro 4</p>
<p><u>Ginástica (30 pontos)</u></p> <p><u>Sequência Gímnica</u></p>	<p>Pontuação entre 0 e 5 pontos, de acordo com o exercício pedido:</p> <p>Posição de equilíbrio (avião) - 4 pontos</p> <p>Rolamento à frente engrupado - 5 pontos</p> <p>Vela - 5 pontos</p> <p>Posição de Flexibilidade (ponte) - 5 pontos</p> <p>½ pirueta - 1 ponto</p> <p>Rolamento atrás engrupado - 5 pontos</p> <p>Apoio facial invertido (com ajuda) - 5 pontos</p> <p>(os pontos variam consoante o(s) tipo(s) de</p>

	erro(s) realizado(s.) * * ver quadro 4
<u>Atletismo - (10 pontos)</u> <u>Barreiras</u>	Pontuação entre 0 e 5 pontos, de acordo com o exercício pedido: Realiza Perna de Ataque e Impulsão - 5 pontos Realiza com Ritmo - 5 pontos (os pontos variam consoante o(s) tipo(s) de erro(s) realizado(s.) * * ver quadro 4
<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. 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 da prova. 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 tem a duração de 45 minutos.

Quadro 4 - Classificação de erros de execução

Erros de execução	% de classificação
Não realiza ou realiza com graves erros de execução;	De 0% a 20% dos pontos atribuídos
Realiza com muitos erros de execução	De 21% a 49% dos pontos atribuídos
Realiza com alguns erros de execução	De 50% a 85% dos pontos atribuídos
Realiza sem erros ou com ligeiras falhas de execução	De 86% a 100% dos pontos atribuídos