

PROVA 311 (Educação Física)

1. INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino secundário, a realizar em 2020 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei nº 139/2012, de 5 de julho, na sua redação atual. Deve ainda ser tida em consideração a Portaria nº 226-A/2018, de 07 de agosto, na sua redação atual, e o Despacho Normativo nº 3-A/2020, de 05 de março.

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 aspetos relativos à prova:

- ☞ Objeto de avaliação;
- ☞ Características, estrutura e cotações;
- ☞ Critérios gerais de classificação;
- ☞ Material a utilizar;
- ☞ Duração.

Este documento será afixado em local de estilo e divulgado na página da internet da unidade orgânica, para que os alunos fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

2. OBJETO DE AVALIAÇÃO

Parte Prática

Voleibol / Basquetebol / Andebol / Futebol

Execução Técnica das diferentes modalidades em situação de jogo (Jogo Voleibol 6x6; Jogo de Basquetebol 5x5; Jogo de Andebol Gr+6x6+Gr; Jogo de Futebol Gr+4x4+Gr).

Atletismo

Salto em Altura com medição – (3 tentativas por marca/marca mínima Femininos 1.05m/ marca mínima Masculinos 1.20m);

Ginástica Artística

Executa uma sequência gímnica com elevado nível de correção com os seguintes elementos: Uma posição de equilíbrio; uma posição de flexibilidade; apoio facial invertido; roda ou rodada; rolamento à frente e retaguarda; Realiza um salto de cavalo (longitudinal ou transversal).

Parte Escrita

Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol, Andebol, Basquetebol e Futebol)

Conteúdos:

- Origem e evolução do jogo.
- Identificação do jogo.
- Regras do jogo.
- Fundamentos técnico-táticos do jogo: ataque e defesa.

Atletismo

Conteúdos:

- Origem e evolução do atletismo.
- Identificação das atividades atléticas.
- Salto em altura.

Ginástica Artística

Conteúdos:

- Origem e evolução da ginástica.
- Identificação das atividades de ginástica artística.

Atividade Física e Saúde / Capacidades Motoras

Conteúdos:

- Processos de desenvolvimento e manutenção da Condição Física.
- Capacidades Físicas Motoras.
- Atividade Física como fator de desenvolvimento pessoal e de melhor qualidade de vida.
- Capacidades Físicas Motoras.

3. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA

Tipologia da prova: Escrita/Prática

Número de grupos de itens:

A prova na parte prática é constituída por 3 grupos, sendo estes:

Grupo I- Jogos Desportivos Coletivos

O aluno opta por duas modalidades das quatro possíveis:

- Execução técnica das diferentes modalidades em situação de jogo (jogo voleibol 6x6; jogo de basquetebol 5x5; jogo de andebol Gr+6x6+Gr; jogo de futebol Gr+4x4+Gr).

Grupo II- Atletismo

- Execução técnica do salto em altura com medição (3 tentativas em cada altura);

Grupo III- Ginástica Artística

- Executa uma sequência gímnica com um elevado nível de correção com os seguintes elementos: uma posição de equilíbrio, uma posição de flexibilidade, apoio facial invertido (pino) roda ou rodada, rolamento à frente e à retaguarda.
- Realiza um salto de cavalo (longitudinal ou transversal).

A prova na parte escrita é constituída por 3 grupos, sendo estes:

Grupo I- Jogos Desportivos Coletivos

Grupo II- Atletismo

Grupo III- Ginástica Artística

Grupo IV- Capacidades Motoras / Atividades físicas e saúde

Valorização dos temas/conteúdos na prova

Parte Prática

Temas/conteúdos	Cotação em pontos
JDC – Voleibol, Andebol, Futebol e Basquetebol (O aluno opta por duas das modalidades)	120 pontos
Atletismo – Salto em Altura	40 pontos
Ginástica Artística – Sequência Gímica (solo)	20 pontos
Ginástica Artística – Salto no Plinto	20 pontos

Parte Escrita

Temas/conteúdos	Cotação em pontos
JDC – Voleibol, Andebol, Futebol e Basquetebol	110 pontos
Atletismo – Salto em Altura	30 pontos
Ginástica Artística	30 pontos
Capacidades Motoras/ Atividades físicas e saúde	30 pontos

Tipo de Itens

A prova da parte escrita será constituída por questões de escolha múltipla.

4. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Parte Prática

- Compreensão e aplicação correta dos conteúdos selecionados em situações concretas.
- Execução técnica dos gestos técnicos e aplicação nas situações táticas.

- Aplicação das leis de jogo.
- Conhecimento da modalidade.
- Tabela de registos no salto em altura, sequência gímnica e salto no plinto.

Parte Escrita

Questões de escola múltipla

- A elegibilidade, ambiguidade, registo de mais que uma opção e ausência de resposta ou resposta incorreta: 0 Pontos.
- Resposta correta: 5 pontos.

5. MATERIAL

Parte Prática

Equipamento desportivo para a prática das modalidades de JDC, Atletismo e Ginástica.

Parte escrita

Caneta azul/preta.

6. DURAÇÃO

Prática: 90 minutos.

Escrita: 90 minutos.

Proposta elaborada pelo Departamento Curricular em reunião de 19/05/2020 e aprovada pelo Conselho Pedagógico em 27/05/2020.

Velas, 27, maio de 2020

A Presidente do Conselho Pedagógico



(Ana Teresa Gonçalves)