

INFORMAÇÃO-PROVA

PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

2018

Educação Física - Prova 28

2º Ciclo do Ensino Básico (Despacho Normativo nº 4-A/2018, de 14 de fevereiro).

Introdução

O presente documento visa divulgar informação relativa à prova de equivalência à frequência do 2º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2018. A prova destina-se aos alunos que se encontram abrangidos pelo estipulado no artigo nº 5 do Despacho Normativo nº 4-A/2018, de 14 de fevereiro, e de acordo com a Tabela B do Quadro VI do mesmo Despacho Normativo.

O presente documento dá a conhecer os aspetos relativos à prova, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Características e estrutura
- Critérios de classificação
- Material
- Duração

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do programa da disciplina.

Objeto de Avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conteúdos do Programa de Educação Física 2º Ciclo em vigor, é constituída por uma componente teórica e uma componente prática de duração limitada, e só permite avaliar parte das competências enunciadas no programa.

Caraterísticas e estrutura

A prova é constituída por duas componentes: escrita e prática.

O aluno realiza primeiro a prova escrita e depois a prova prática.

A classificação da prova corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações das duas componentes (escrita e prática).

Componente Escrita – A estrutura da prova escrita sintetiza-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Tipologia, número de itens e cotação.

Grupo	Questão	Cotação	Tipologia de Itens
I	1	2,5	Escolha múltipla
	2	2,5	Escolha múltipla
	3	2,5	Escolha múltipla
	4	2,5	Escolha múltipla
	5	2,5	Escolha múltipla
	6	2,5	Escolha múltipla
	7	2,5	Escolha múltipla
	8	2,5	Escolha múltipla
	9	2,5	Escolha múltipla
	10	2,5	Escolha múltipla
II –A	1	3	Escolha múltipla
	2	3	Escolha múltipla
	3	3	Escolha múltipla
	4	3	Escolha múltipla
	5	3	Escolha múltipla
	6	3	Escolha múltipla
	7	3	Escolha múltipla
	8	3	Escolha múltipla
	9	3	Escolha múltipla
	10	3	Escolha múltipla
II- B	1	3	Escolha múltipla
	2	3	Escolha múltipla
	3	3	Escolha múltipla
	4	3	Escolha múltipla
	5	3	Escolha múltipla
	6	3	Escolha múltipla
	7	3	Escolha múltipla
	8	3	Escolha múltipla

	9	3	Escolha múltipla
	10	3	Escolha múltipla
	11	3	Escolha múltipla
	12	3	Escolha múltipla
	13	3	Escolha múltipla
	14	3	Escolha múltipla
	15	3	Escolha múltipla
TOTAL		100	

COMPONENTE PRÁTICA – A estrutura da componente prática sintetiza-se no Quadro 2.

Quadro 2 – Valorização das competências na prova.

Conteúdos	Objetivos/competências	Cotação (em pontos) TOTAL 100
Atletismo: - Velocidade (40m);	Corre no tempo: - 6'' ou inferior - nível 5 (15 pontos). - 7'' - Nível 4 (12 pontos). - 8'' - Nível 3 (9 pontos). - 9'' - Nível 2 (6 pontos) - 10'' ou tempo superior - nível 1 (3 pontos)	15
- Salto em altura (técnica tesoura).	Salto em altura: - De 1,30m ou altura superior – nível 5 (15 pontos). - De 1,15m a 1,25m - nível 4 (12 pontos). - De 1,00m a 1,10m - nível 3 (9 pontos). - De 0,80m a 0,90m - nível 2 (6 pontos). - De 0 a 0,70m - nível 1 (3 pontos).	15

<p>Ginástica: <u>No solo, em exercício critério o aluno executa:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Rolamento engrupado à frente. - Rolamento engrupado atrás. - Roda. - Um exercício de equilíbrio. - Um exercício de flexibilidade. <p>Aparelhos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salto de eixo (plinto transversal). 	<p>Executa com correção as 5 habilidades gímnicas - nível 5 (10 pontos).</p> <p>Executa com correção 4 habilidades gímnicas - nível 4 (8 pontos).</p> <p>Executa com correção 3 habilidades gímnicas - nível 3 (6 pontos).</p> <p>Executa com correção 2 habilidades gímnicas - nível 2 (4 pontos).</p> <p>Não executa ou executa apenas uma habilidade gímnicca - nível 1 (2 pontos).</p> <p>Executa cumprindo os todos aspetos técnicos – Nível 5 (10 pontos).</p> <p>Executa cumprindo 5 aspetos técnicos – Nível 4 (8 pontos).</p> <p>Executa cumprindo 4 aspetos técnicos – Nível 3 (6 pontos).</p> <p>Executa cumprindo 3 ou 2 aspetos técnicos – Nível 2 (4 pontos).</p> <p>Não executa ou executa apenas um aspetos técnico – Nível 1 (2 pontos).</p>	<p style="text-align: center;">10</p> <p style="text-align: center;">10</p>
---	---	---

<p>Modalidades Coletivas (opção 2 modalidades):</p> <p>Execução de exercícios critério nas modalidades:</p> <p>- Basquetebol; - Futebol; - Voleibol.</p>	<p>Executa com correção os 4 gestos técnicos - nível 5 (20 pontos).</p> <p>Executa com correção os 3 gestos técnicos - nível 4 (16 pontos).</p> <p>Executa com correção os 2 gestos técnicos - nível 3 (12 pontos).</p> <p>Executa com correção 1 gestos técnicos - nível 2 (8 pontos).</p> <p>Não executa com correção nenhum dos gestos técnicos – nível 1 (4 pontos).</p>	<p>40</p>
<p>Aptidão Física:</p> <p>- Teste da Aptidão Aeróbica – Vaivém; - Teste de Flexibilidade – Senta e Alcança; - Teste força Média – Abdominais; - Teste da Força Superior – Extensões de Braços.</p>	<p>- O aluno situa-se na Zona Saudável de Aptidão Física nos 4 testes realizados, segundo a tabela do <i>Fitnessgram</i>- nível 5 (10 pontos);</p> <p>- O aluno situa-se na Zona Saudável de Aptidão Física nos 3 testes realizados, segundo a tabela do <i>Fitnessgram</i>- nível 4 (8 pontos);</p> <p>- O aluno situa-se na Zona Saudável de Aptidão Física nos 2 testes realizados, segundo a tabela do <i>Fitnessgram</i>- nível 3 (6 pontos);</p> <p>- O aluno situa-se na Zona Saudável de Aptidão Física apenas num dos testes realizados, segundo a tabela do <i>Fitnessgram</i> - nível 2 (4 pontos);</p> <p>- O aluno não situa-se na Zona Saudável de Aptidão Física nos 4 testes realizados, segundo a tabela do <i>Fitnessgram</i> - nível 1 (2 pontos).</p>	<p>10</p>

A prova é composta por exercícios-critério referentes a quatro matérias:

- Atletismo, Ginástica, dois dos três Jogos Desportivos Coletivos e Aptidão Física.

Para cada matéria o aluno dispõe de duas tentativas por exercício-critério.

Crítérios Gerais de Classificação

COMPONENTE ESCRITA

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

COMPONENTE PRÁTICA

Grupo I - Atletismo (30 pontos)

- Realiza com correção e no tempo adequado à corrida.
- Executa com correção as várias fases do salto e a altura adequada do salto.

Grupo II - Ginástica (20 pontos)

- Realiza com correção os vários exercícios gímnicos no solo;
- Realiza um salto em aparelho gímnico, com correção, de acordo com as várias fases abaixo descritas:
 - corrida preparatória;
 - chamada;
 - voo;
 - receção no solo.

Grupo III - Jogos Desportivos Coletivos (40 pontos)

- Executa com correção os exercícios critério.

Grupo IV - Aptidão Física (10 pontos)

- Realiza os testes na Zona Saudável de Aptidão Física, segundo a tabela e o protocolo do “*Fitnessgram*”.

Os alunos com atestado médico, impossibilitados de realizar a prova prática, apenas realizarão a prova escrita, que valerá 100 pontos.

Material

Caneta/Esferográfica de tinta preta ou azul indelével (é interdito o uso de “lapiseira” e de corretor).

Na Componente Escrita todas as respostas devem ser registadas na folha do enunciado.

Material indispensável para a prática desportiva, nomeadamente, t-shirt da Escola, fato de treino ou calção, sapatilhas e sabrinas de ginástica.

Duração

A prova tem uma duração de 90 minutos, a que correspondem 45 minutos para a componente escrita e 45 minutos para a componente prática. Nenhuma das provas tem tolerância.