

INFORMAÇÃO-PROVA

PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

2018

EDUCAÇÃO FÍSICA – Prova 26

3º 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 3º 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 gerais de classificação
- Duração
- Material

Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conteúdos do Programa de Educação Física em vigor, e 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 prática.

A prova é cotada para 100 pontos em cada componente, convertido na escala de níveis de 1 a 5.

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	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	1	4	Escolha múltipla
	2	4	Escolha múltipla
	3	4	Escolha múltipla
	4	4	Escolha múltipla
	5	4	Escolha múltipla
III	1	4	Escolha múltipla
	2	4	Escolha múltipla
	3	4	Escolha múltipla
	4	4	Escolha múltipla
	5	4	Escolha múltipla
IV	1	4	Escolha múltipla
	2	4	Escolha múltipla
	3	4	Escolha múltipla
	4	4	Escolha múltipla
	5	4	Escolha múltipla

V	1	2	Escolha múltipla
	2	2	Escolha múltipla
	3	2	Escolha múltipla
	4	2	Escolha múltipla
	5	2	Escolha múltipla
Total		100 Pontos	

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
<p>Atletismo:</p> <p>- Velocidade;</p> <p>- Lançamento do Peso.</p> <p>Ou</p> <p>- Salto em altura</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Corre no tempo: <ul style="list-style-type: none"> - 6seg. nível 5; - 7seg. nível 4; - 8seg. nível 3; - 9seg. nível 2; - 10seg. nível 1. • Lança a distância: <ul style="list-style-type: none"> - +4,30m nível 5; - 4,00m/3,45m nível 4; - 3,50m/2,95m nível 3; - 2,00m/1,95m nível 2; - 1,50m/0,70m nível 1. • Salta a altura: <ul style="list-style-type: none"> - +1,30m nível 5; - 1,15m/1,25m nível 4; - 1,00m/1,10m nível 3; - 0,80m/0,90m nível 2; - 0,50m/0,70m nível 1. 	30

<p>Ginástica:</p> <p>Solo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rolamento engrupado à frente; - rolamento engrupado atrás; - um exercício de equilíbrio; - um exercício de flexibilidade; - Apoio facial invertido; - Roda <p>Aparelhos: (Plinto ou Trampolim)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salto de eixo no plinto na posição transversal. - Salto de carpa de pernas afastadas e estendidas. 	<p>Realizar as destrezas motoras elementares de solo e de aparelhos, aplicando os critérios de correção técnica específicos de cada elemento gímnico e demonstrando segurança e fluidez de movimentos.</p>	<p>30</p>
<p>Modalidades Coletivas (opção 2 modalidades):</p> <p>Execução de exercícios critério nas modalidades:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Basquetebol; -Futebol; -Voleibol. 	<p>Realizar os exercícios critério selecionados das modalidades coletivas, aplicando os conhecimentos técnicos e as respetivas regras.</p>	<p>40</p>

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

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

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 a corrida

Executa com correção as várias fases do lançamento, abaixo descritas:

- pega e apoio do peso;
- posição Inicial do aluno (lançador);
- movimentação;
- lançamento

Executa com correção as várias fases do salto, abaixo descritas:

- corrida de balanço;
- chamada;
- transposição da fasquia;
- queda.

Grupo II - Ginástica (30 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, respeitando as regras inerentes às modalidades.

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

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.

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.