

## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE OLIVEIRA DO HOSPITAL

### INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

<b>CICLO</b>	3º CICLO
<b>DISCIPLINA</b>	EDUCAÇÃO FÍSICA
<b>CÓDIGO</b>	26
<b>ANO DE ESCOLARIDADE</b>	9.º ANO
<b>TIPO DE PROVA</b>	ESCRITA E PRÁTICA
<b>DURAÇÃO DA PROVA/EXAME</b>	45+ 45 MINUTOS
<b>TOLERÂNCIA DA PROVA/EXAME</b>	S/ TOLERÂNCIA

#### 1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de equivalência à frequência de Educação Física tem por referência o Programa de Nacional de Educação Física do 3ºCiclo do Ensino Básico em vigor e incide sobre a aprendizagem definida para o final do 3ºCiclo do Básico e de acordo com a legislação em vigor.

A prova permite avaliar os objetivos gerais, do domínio dos conhecimentos e do domínio das atividades físicas desportivas, no âmbito do Programa da disciplina.

Os conhecimentos e as atividades físicas desportivas foram selecionados e formulados no sentido de serem passíveis de avaliação em prova escrita de duração limitada.

Relativamente aos conteúdos previstos no Programa do 3.º ciclo, a prova apenas integrará itens relativos aos temas e subtemas apresentados na alínea B) desta informação. Assim, não serão objeto de avaliação os conteúdos de ano que não constem da presente informação. Com esta opção não se pretende condicionar a gestão do programa pelos professores, nem eliminar qualquer conteúdo do Programa da disciplina, mas apenas delimitar os conteúdos para esta prova específica.

#### A) OBJETIVOS GERAIS

##### A.1. DOMÍNIO DOS CONHECIMENTOS

- Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço

## **1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

realizado.

- Interpretar as principais adaptações do funcionamento do organismo durante a atividade física.
- Conhecer sumariamente a participação dos diferentes sistemas e estruturas na manutenção da postura e produção de movimento.
- Conhecer e interpretar os indicadores que caracterizam a Aptidão Física.

### **A.2. DOMÍNIO DAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS**

- Conhecer os fundamentos técnicos e táticos básicos, bem como o objetivo e regras de jogo das Atividades Físicas Desportivas Coletivas: Basquetebol, Voleibol e Futebol.
- Conhecer os fundamentos técnicos básicos e o regulamento específico das Atividades Físicas Desportivas Individuais: Badminton, Atletismo, Ginástica Acrobática, Ginástica de Solo e de Aparelhos.

### **B) CONTEÚDOS**

- As capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral).
- Principais adaptações do funcionamento do organismo durante a atividade física.
- Sistemas e estruturas participantes na manutenção da postura e produção de movimento.
- Indicadores que caracterizam a Aptidão Física.
- Fundamentos técnicos e táticos básicos, objetivo e regras de jogo das Atividades Físicas Desportivas Coletivas.
  - Basquetebol.
  - Voleibol.
  - Futebol.
- Fundamentos técnicos básicos e o regulamento específico das Atividades Físicas Desportivas Individuais.
  - Atletismo.
  - Ginástica Acrobática.
  - Ginástica de Solo.

### **1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

- Ginástica de Aparelhos.
- Badminton.

### **2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA**

A prova tem uma versão única.

A prova é constituída por dois grupos de itens.

No Grupo I avalia-se o domínio dos conhecimentos.

No Grupo II avalia-se o domínio das atividades físicas desportivas.

A prova pode incluir itens da tipologia descrita no quadro seguinte.

**Quadro 1 – Tipologia, número de itens e cotação**

<b>Tipologia de itens</b>	<b>Número de itens</b>	<b>Cotação por item (em pontos)</b>
ITENS DE SELEÇÃO <ul style="list-style-type: none"><li>• Escolha múltipla</li><li>• Valor lógico</li></ul>	38	1 a 3
ITENS DE CONSTRUÇÃO <ul style="list-style-type: none"><li>• Resposta curta</li></ul>	4	2

#### **NOTA:**

Alguns dos itens de escolha múltipla podem apresentar-se sob a forma de tarefas de completamento.

### **3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO**

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

### 3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

#### **Itens de seleção**

##### *Escolha múltipla*

A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentam de forma inequívoca a única opção correta.

São classificadas com zero pontos as respostas em que é assinalada:

- uma opção incorreta;
- mais do que uma opção.

Não há lugar a classificações intermédias.

##### *Valor lógico*

A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentam de forma inequívoca o valor lógico correto.

#### **Itens de construção**

##### *Resposta curta*

As respostas corretas são classificadas com a cotação total do item. As respostas incorretas são classificadas com zero pontos.

Caso a resposta contenha elementos que excedam o solicitado, só são considerados para efeito da classificação os elementos que satisfaçam o que é pedido, segundo a ordem pela qual são apresentados na resposta. Porém, se os elementos referidos revelarem uma contradição entre si, a cotação a atribuir é zero pontos.

São de considerar as respostas que utilizem uma terminologia cientificamente adequada e rigorosa, embora não exatamente idêntica à utilizada nos critérios específicos de classificação.

**Grupo I (pergunta 1 e 2) -** Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpretar as principais adaptações do funcionamento do organismo durante a atividade física. Conhecer sumariamente a participação dos diferentes sistemas e estruturas na manutenção da postura e produção de movimento. Conhecer e interpretar os indicadores que caracterizam a Aptidão Física. **(20 pontos)**

**Grupo II (pergunta 3) -** Atividades Físicas Desportivas Coletivas **(36 pontos)**

**Grupo II (pergunta 4) –** Atividades Desportivas Individuais **(36 pontos)**

**Grupo II (pergunta 5) –** Atividades Físicas Desportivas **(8 pontos)**

#### **4. MATERIAL UTILIZADO**

Os examinandos apenas podem usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Não é permitido o uso de corretor.

#### **5. DURAÇÃO**

A prova tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.

### **Componente Prática (Caderno 2)**

#### **1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

A prova de equivalência à frequência de Educação Física tem por referência o Programa de Nacional de Educação Física do 3ºCiclo do Ensino Básico em vigor e incide sobre a aprendizagem definida para o final do 3ºCiclo do Básico e de acordo com o estabelecido no Despacho Normativo n.º 1-G/2016, de 6 de abril.

A prova permite avaliar os objetivos gerais do domínio das atividades físicas desportivas, no âmbito do Programa da disciplina.

As atividades físicas desportivas foram selecionadas e formuladas no sentido de serem passíveis de avaliação em prova prática individual e de duração limitada.

Relativamente aos conteúdos previstos no Programa do 3.º ciclo, a prova apenas integrará itens relativos aos temas e subtemas apresentados na alínea B) desta informação. Assim, não serão objeto de avaliação os conteúdos de ano que não constem da presente informação. Com esta opção não se pretende condicionar a gestão do programa pelos professores, nem eliminar qualquer conteúdo do Programa da disciplina, mas apenas delimitar os conteúdos para esta prova específica.

#### **A) OBJETIVOS GERAIS**

##### **A.1. DOMÍNIO DA APTIDÃO FÍSICA**

- 1 Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de

## **1. OBJETO DE AVALIAÇÃO**

movimentos e de deslocamento; da flexibilidade; da força resistente (esforços localizados) e das destrezas geral e direcionada.

### **A.2. DOMÍNIO DAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS**

- 2 Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos, desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.
- 3 Compor e realizar, da Ginástica de aparelhos, as destrezas elementares em esquemas individuais e/ou grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.

### **B) CONTEÚDOS**

- 4 Realizar com correção as ações técnicas das Atividades Físicas Desportivas Coletivas.
  - Basquetebol;
  - Voleibol.
- 5 Realizar com correção técnica as destrezas elementares da Ginástica.
  - Sequência Gímnica de Solo (pré-definida)
- 6 Realizar com correção técnica as destrezas elementares do Atletismo.
  - Salto em Comprimento.

## **2. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA**

A prova consiste, no seu conjunto, na realização de uma ou mais tarefas, que se podem desenvolver através de uma sequência de atividades, de atividades isoladas, ou de ambas.

A prova tem uma versão única e é individual.

A prova é constituída por quatro grupos de itens.

O examinando dispõe de 2 tentativas/prestações para cada situação proposta.

No início da prova serão dadas indicações de carácter genérico relativas ao desenrolar da mesma.

O aquecimento geral e específico, da responsabilidade do examinando, deve ser realizado antes da hora de início da prova.

### **3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO**

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

A não realização de uma atividade será classificada com zero pontos.

Por cada item, só a melhor das 2 tentativas/prestações é considerada. A classificação é atribuída de acordo com o cumprimento de 5 componentes críticas.

**Grupo I e II - Atividades Físicas Desportivas Coletivas (56 pontos)**

**Grupo III e IV – Atividades Desportivas Individuais (44 pontos)**

### **4. MATERIAL UTILIZADO**

O examinando deve ser portador do material que a seguir se indica.

Material apropriado para a prática de exercício físico:

- sapatilhas;
- camisola de manga curta ou comprida;
- calções ou calças de fato de treino;
- meias para desporto.

O examinando que não se apresente com o material apropriado, não realizará a prova.

Caso tenha os cabelos compridos deve realizar a prova com eles amarrados.

Por razões de segurança, não é permitido ter unhas compridas nem usar qualquer tipo de adornos, pelo que todos os objetos perigosos (fios, relógios, anéis, pulseiras, brincos, etc.) devem ser retirados antes da prova se iniciar ou, caso não seja possível, devem ser isolados. As sapatilhas devem estar devidamente atadas e limpas.

### **5. DURAÇÃO**

A prova tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.

## **6 CLASSIFICAÇÃO FINAL**

Alunos sem atestado médico:

O cálculo da Nota Final é realizado segundo a média aritmética das duas componentes:

$$\text{Nota final} = 50\% (\text{prova escrita}) + 50\% (\text{prova prática})$$

Alunos com atestado médico:

O cálculo da Nota Final é realizado segundo a seguinte fórmula:

$$\text{Nota final} = 100\% (\text{prova escrita})$$

Aprovada em Conselho Pedagógico em 10.5.2017