

**INFORMAÇÃO DE PROVA DE
EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA**
Educação Física

ANO LETIVO	2019/2020	TIPO DE PROVA:	Prática	CÓDIGO DA PROVA:	26	ANO:	9.º
------------	------------------	----------------	----------------	------------------	-----------	------	------------

*Despacho Normativo n.º1-F/2016 de 5 abril e Despacho Normativo n.º3-A/2019 de 26 de fevereiro
Dec. Lei nº 14-G/2020 de 13 de abril de 2020*

1. INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar as características da prova de exame a nível de escola do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Despacho Normativo n.º 17-A/2015 de 22 setembro e Despacho normativo n.º 1-A/2017 de 10 fevereiro.

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 e estrutura;
- Critérios de classificação;
- Material;
- Duração.

Este documento deve ser dado a conhecer ao aluno e com ele deve ser analisado, para que fique devidamente informado sobre a prova que irá realizar.

Importa ainda referir que, na prova desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que o exame diz respeito.

2. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de exame, a nível de escola, tem por referência o programa de Educação Física, centrando-se nos conteúdos e avalia as competências (desempenhos e conhecimentos) do aluno na aquisição e aplicação de técnicas abordadas e na aplicação dos conhecimentos adquiridos ao nível prático.

Conteúdos	Competências
I. Desportos Coletivos Andebol Basquetebol Futebol Voleibol	- Identificar e realizar os gestos técnicos que lhe forem solicitados. - Identificar, no campo de jogo, o nome das linhas principais.
II. Desportos Individuais 1. Ginástica: Solo Rolamentos à frente e à retaguarda engrupados; Posição de equilíbrio e de flexibilidade; Apoio facial invertido ou Roda. Aparelhos Salto no Boque ou Cavallo ou Minitrampolim.	- Realizar os rolamentos à frente e à retaguarda engrupados. - Escolhe e realiza uma posição de flexibilidade e uma posição de equilíbrio. - Escolhe e realiza um dos elementos (apoio facial invertido ou roda) - Escolhe um dos aparelhos e realiza um salto.
II. Desportos Individuais 2. Atletismo Salto em Comprimento	- Realizar o salto em comprimento, com corrida de balanço, chamada ajustada na tábua de chamada e a técnica de voo na passada. - Realizar o lançamento do peso num círculo de

Lançamento do peso
Corridas (Partida baixa)

lançamento, com pega correta, encadeando corretamente o deslize com o lançamento.
- Utilizando os blocos de partida, colocar os apoios de forma regulamentar, realizando de seguida a partida correta e realiza uma corrida de 40m.

3. CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

A prova apresenta dois grupos, subdivididos.

A prova reflete uma visão integradora dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

No Grupo I (Desportos Coletivos – 40%), avaliam-se os conhecimentos e as capacidades/habilidades ao nível das dimensões técnica, tática, regulamentar e organizativa. O aluno opta apenas por duas modalidades coletivas.

O Grupo II (Desportos Individuais: Atletismo – 30% e Ginástica – 30%), em que se avaliam os conhecimentos e as capacidades na interpretação, composição e técnica. No caso do atletismo o aluno terá duas tentativas para o lançamento do peso, salto em comprimento e corridas (com partida baixa). Na Ginástica de solo o aluno realiza os elementos gímnicos isolados. Tem 2 oportunidades de execução. No caso da ginástica de aparelhos o aluno possui de 2 tentativas.

A prova é cotada para 100 pontos.

QUADRO 1 – VALORIZAÇÃO RELATIVA DOS DOMÍNIOS E DOS CONTEÚDOS

GRUPOS	CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	COTAÇÃO POR ITEM (EM PONTOS)
I	Desportos Coletivos	40
II	1. Ginástica	30
	2. Atletismo	30

- Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno;

- Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno, através da prática (das atividades físicas desportivas nas suas dimensões técnica, tática, regulamentar e organizativa);

- Promover a formação de hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais no seio das quais se desenvolvem as atividades físicas, valorizando:

- a iniciativa e a responsabilidade pessoal;
- a ética desportiva;
- higiene e a segurança pessoal.

QUADRO 2 – TIPOLOGIA, NÚMERO DE ITENS E COTAÇÃO

TIPOLOGIA		ATIVIDADES	COTAÇÃO POR ITEM (EM PONTOS)
Prova Prática	Desportos Coletivos		
	Basquetebol ou Voleibol	Escolhe uma	20
	Futebol ou Andebol	Escolhe uma	20
	Desportos Individuais		
	Ginástica		
	Solo	4	(20+10) 30
	Aparelhos	1	
	Atletismo	3	30

4. CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO
Basquetebol (Total: 20 Pontos)

- O aluno, em posse de bola, executa passes de peito e passes picados contra a parede, de seguida dribla em direção ao cesto finalizando com lançamento na passada. (3 vezes)
- Lançamento em apoio da linha de lance livre. (5 vezes)

Ou

Voleibol (Total: 20 Pontos)

- O aluno executa alternadamente passe e manchete contra a parede. (5 vezes cada)
- Da zona de serviço executa o serviço por baixo ou por cima para o campo adversário. (5 vezes cada)

Futebol (Total: 20 Pontos)

- O aluno executa passe contra a parede. (5 vezes)
- O aluno, partindo da linha de meio campo, conduz a bola driblando os obstáculos, finalizando com remate à baliza. (2 vezes)

Ou

Andebol (Total: 20 Pontos)

- O aluno, em posse de bola, executa passes de ombro e passes picados contra a parede, de seguida dribla em direção à baliza finalizando com remate em suspensão. (3 vezes)

Ginástica (Total: 30 Pontos)

Para cada elemento gímico ou salto o aluno tem 2 tentativas

Solo (20 pontos)

O aluno num colchão executa:

- rolamento à frente e à retaguarda engrupados. (5 pontos cada)
- posição de equilíbrio (avião ou bandeira). (3 pontos)
- posição de flexibilidade (espargata ou ponte). (2 pontos)
- apoio facial invertido ou roda. (5 pontos)

Aparelhos (10 pontos)

No Boque ou Cavallo, o aluno executa salto de eixo ou salto entre-mãos, ou no Minitrampolim executa um dos seguintes saltos: extensão, engrupado, carpa com membros inferiores afastados, meia pirueta.

Atletismo (Total: 30 Pontos)

Para cada salto/lançamento/partida o aluno tem 2 tentativas

1. O aluno realiza o salto em comprimento com corrida de balanço, chamada ajustada na tábua de chamada e a técnica de voo na passada. (10 pontos)
2. O aluno realiza o lançamento do peso, num círculo de lançamento com pega correta encadeando corretamente o deslize com o lançamento. (10 pontos)
3. O aluno realiza uma partida de blocos de forma regulamentar com pequena aceleração e uma corrida de 40 m. (10 pontos)

Desportos Individuais - Atletismo

Fatores de desvalorização:

Execução parcialmente correta da partida, dos saltos e do lançamento.

Execução incorreta da partida, dos saltos e do lançamento.

Execução das provas sem ligação das fases.

Desportos Individuais - Ginástica de solo e de aparelhos

Fatores de desvalorização:

Execução parcialmente correta do elemento gímnico.

Execução incorreta do elemento gímnico.

Não executa nenhum dos elementos.

Desportos Coletivos

Fatores de desvalorização:

Execução parcialmente correta da ação tático-técnica.

Execução incorreta da ação tático-técnica.

Deficiente adequação da ação tático-técnica à situação.

5. MATERIAL

Caixa de areia, blocos de partida, peso, colchões, boque, cavalo, minitrampolim, bolas e sinalizadores.

6. DURAÇÃO DA PROVA

A prova tem a duração de 45 minutos.

Aprovada em Conselho Pedagógico do dia ____ / ____ / _____

O Diretor _____