

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

ANO LETIVO	2019/2020	TIPO DE PROVA:	Prática	CÓDIGO DA PROVA:	311	ANO:	12º
------------	------------------	----------------	----------------	------------------	-----	------	------------

*Despacho Normativo n.º17-A/2015 de 22 de setembro e Despacho Normativo n.º3-A/2019 de 26 de fevereiro
Dec. Lei nº 14-G/2020 de 13 de abril*

1. INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar as características da prova de exame a nível de escola do ensino secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo.

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 Nacional de Educação Física do ensino Secundário para os Cursos Científico-Humanísticos e Tecnológicos, homologado em 2001, centrando-se nas competências técnicas e táticas (quando solicitadas) e em conteúdos processuais e declarativos relativos aos domínios aí contemplados passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

3. CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

Conjunto de provas práticas, o aluno deverá optar por 2 modalidades nos desportos coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol) para realizar os respetivos exercícios. No que concerne aos desportos individuais só são solicitadas execuções de exercícios/técnicas de Atletismo e Ginástica Artística. Os exercícios previstos solicitam fundamentalmente competências técnicas das modalidades. Estes exercícios devem ser passíveis de ser executados sem apoio de outro interveniente. Solicitam um leque de competências suficientemente abrangentes, que permita uma correta avaliação do aluno.

QUADRO 1 - VALORIZAÇÃO RELATIVA DOS DOMÍNIOS E DOS CONTEÚDOS

Grupos	Conhecimentos e Capacidades	COTAÇÃO POR ITEM (EM PONTOS)
I	<p>Desportos Coletivos</p> <p>Avaliação pelo Júri da execução técnica e eficácia do gesto (por exemplo: precisão do passe ou serviço, concretização do remate ou lançamento).</p> <p>Exercícios onde são solicitadas as seguintes competências técnicas específicas:</p> <p>Andebol: passe (de ombro) e remates (com mudança de direção e em apoio ou suspensão).</p> <p>Basquetebol: Dribles (de proteção e de progreção), passes (peito e picado) e Lançamentos (na passada e em apoio).</p> <p>Futebol: Drible/condução de bola, passe e remate.</p> <p>Voleibol: Serviço (por baixo e tipo “Ténis”), passe e manchete.</p> <p>Pretende-se com estes exercícios constatar se o aluno seria capaz de adequar a sua atuação, como jogador ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações tático-técnicas e às regras do Jogo.</p>	<p>Todas as modalidades tem uma ponderação igual (50 pontos)</p> <p>Como o aluno deverá escolher 2 modalidades, este grupo terá uma ponderação máxima de 100 pontos.</p> <p>Ou seja: modalidade 1 (50 pontos) + modalidade 2 (50 pontos).</p>
II	<p>Desportos Individuais: Ginástica Artística e Atletismo.</p> <p>Ginástica Artística (2 situações a serem avaliadas).</p> <p>- Solo : Elaboração de um esquema em 15' (minutos) com os seguintes elementos: Rolamentos, Apoio Facial Invertido, posições de equilíbrio e de flexibilidade, Rondada, Roda e Pirueta.</p> <p>- Aparelhos: No Bock ou Cavallo (*) salto de eixo ou entre-mãos. No Mini-Trampolim salto em extensão e carpa com membros inferiores afastados ou engrupado e pirueta. O aluno dispõe de 2 repetições para cada aparelho, escolhendo os saltos que pretende executar nas duas tentativas. Obviamente nas situações previstas avalia-se não só a execução técnica do elemento gímnico como o conhecimento da sua designação e os pormenores para uma correta execução.</p> <p>(*) Cavallo e Bock colocados de acordo com o sexo do executante: na longitudinal para o sexo masculino na transversal para o sexo feminino.</p> <p>Atletismo (4 situações para avaliação):</p> <p>- Salto em comprimento (2 tentativas): corrida de balanço, chamada válida na tábua de chamada, voo e receção.</p> <p>- Lançamento do Peso (2 tentativas): no círculo de lançamento (com antepara) realiza lançamento (válido) do peso utilizando a técnica correta com deslize.</p> <p>- Corrida de Velocidade (2 tentativas): com partida alta de acordo com o regulamento em vigor. Corrida com aceleração máxima em 40 metros.</p> <p>- Salto em Altura (2 tentativas): utilizando a técnica de costas com a respetiva corrida de balanço, chamada, transposição e queda. Estando a fasquia colocada a uma altura mínima inicial de 1 metro.</p> <p>Para cada salto/lançamento/corrida o aluno tem 2 tentativas e a sua classificação final está dependente da correção da execução técnica e regulamentar e da distância/tempo obtido em cada prova. A melhor marca obtida em cada prova será confrontada com uma tabela aprovada/utilizada pelo grupo disciplinar, em que atribui um valor (0-20) consoante a marca conseguida pelo aluno.</p>	<p>50 pontos para cada desporto individual</p> <p>Ginástica Artística 50 pontos</p> <p>+</p> <p>Atletismo 50 pontos</p> <p>= 100 pontos</p>

QUADRO 2 – TIPOLOGIA, NÚMERO DE ITENS E COTAÇÃO

TIPOLOGIA DE ITENS	NÚMERO DE ITENS	COTAÇÃO POR ITEM (EM PONTOS)
De Execução/demonstração	<p>Dois itens de desportos coletivos (aluno escolhe duas modalidades):</p> <ul style="list-style-type: none"> - No Andebol e Futebol: ação técnica executada 5 vezes (passe/receção) seguida de 1 remate = 3 repetições - No Basquetebol: ação técnica executada 5 vezes (passe/receção) seguida de 1 lançamento = 5 repetições - No Voleibol: 5 execuções técnicas alternadas de passe/manchete + 5 execuções do serviço por cima “tipo ténis” + 5 execuções do serviço por baixo. <p>Dois desportos individuais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ginástica Artística: elaboração e execução de 1 esquema Gímnico + 2 saltos no Bock/Cavalo + 2 saltos no Mini-Trampolim. - Atletismo: 2 saltos em comprimento + 2 saltos em altura + 2 lançamentos do peso + 2 partidas altas e corrida de 40 m. 	<p>Todas as modalidades coletivas tem uma ponderação igual (50 pontos)</p> <p>Como o aluno deverá escolher 2 modalidades este grupo terá uma ponderação máxima de 100 pontos.</p> <p>Ou seja: modalidade 1 (50 pontos) + modalidade 2 (50 pontos).</p> <p>50 pontos para cada desporto individual</p> <p>Ginástica Artística 50 pontos</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>Atletismo 50 pontos = 100 pontos</p>

4. CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

Nos Desportos Coletivos:

- Execução correta ou parcialmente correta da ação tático-técnica;
- Execução incorreta da ação tático-técnica;
- Deficiente adequação da ação tático-técnica à situação;
- Execução tático-técnica infringindo o regulamento específico da modalidade.

Nos Desportos Individuais:

Ginástica Artística

- Execução correta ou parcialmente correta dos elementos gímnicos e saltos;
- Execução incorreta dos elementos gímnicos e saltos;
- Execução do esquema e saltos sem ritmo e/ou ligação;
- Desrespeito/Desconhecimento pelo regulamento e/ou postura Gimnática incorreta.

Atletismo

- Execução correta ou parcialmente correta das técnicas de cada modalidade (corrida, salto ou lançamento);
- Execução incorreta das técnicas de cada modalidade (corrida, salto ou lançamento);
- Execução das provas sem ligação de fases;
- Desrespeito/desconhecimento do regulamento de cada modalidade.
- Confrontação das marcas obtidas com tabela (com referenciais de idade e sexo) da qual é obtida uma parte da classificação atribuída ao aluno.

5. MATERIAL

Andebol: Bola de Andebol, cones sinalizadores e baliza; Basquetebol: bola de Basquetebol, tabela e cones sinalizadores; Futebol: bola de Futebol, cones sinalizadores e baliza; Voleibol: bola de Voleibol, rede de Voleibol (aproximadamente à altura de 2,40m) e cones sinalizadores.

Atletismo: Caixa de areia, pista, colchões de queda, postes e fasquia, peso de acordo com idade e sexo.
Ginástica Artística: Colchões de diversos tipo, cavalo ou bock, mini-trampolim.

6. DURAÇÃO DA PROVA

A prova prática tem a duração de 90 minutos sem tolerância.

Aprovada em Conselho Pedagógico do dia ___ / ___ / _____

O Diretor _____