
INFORMAÇÃO – Prova de Equivalência à Frequência

Prova de Equivalência à Frequência da Disciplina de

Educação Física

Ensino Secundário

Prova 311 | 2023

Despacho normativo n.º 4-B/2023, de 3 de abril

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência, do 12.º ano, da disciplina de Educação Física, a realizar em 2023.

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

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

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

1. Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais da disciplina, e pretende avaliar, numa prova prática e escrita de duração limitada, os conhecimentos do aluno, assim como a sua capacidade de aplicação prática, possibilitando-lhe a obtenção da equivalência à frequência da disciplina de Educação Física.

As unidades didáticas avaliadas são: Basquetebol, Andebol, Voleibol, Futsal, Badminton, Atletismo, Dança e Ginástica (Solo, Aparelhos e Acrobática).

2. Caracterização da prova

Será aplicada uma prova prática e uma prova escrita.

A estrutura das provas sintetiza-se nos quadros 1, 2 e 3.

Quadro 1 – Valorização das unidades programáticas na prova escrita

UNIDADES	TÓPICOS /CONTEÚDOS	COTAÇÃO (em pontos)
Basquetebol Voleibol Futsal Andebol	<ul style="list-style-type: none">- Identificar gestos técnicos;- Descrever gestos técnicos;- Identificar situações de jogo;- Identificar e descrever estruturas táticas;- Conhecer as diferentes regras de cada jogo e qual o objetivo de cada um;- Identificar os espaços de cada jogo e suas marcações.	100
Atletismo	<ul style="list-style-type: none">- Conhecer os espaços, objetos utilizados e o regulamento de prova nas diferentes disciplinas do atletismo:<ul style="list-style-type: none">- Saltos (comprimento e altura);- Corridas (velocidade, estafetas e barreiras).- Identificar aspetos técnicos de realização dos exercícios de cada disciplina.	20
Ginástica de solo	<ul style="list-style-type: none">- Identificar os diferentes elementos gímnicos;- Conhecer os aspetos técnicos dos diferentes elementos gímnicos;- Identificar o material.	20
Ginástica De Aparelhos - Minitrampolim - Plinto	<ul style="list-style-type: none">- Conhecer e identificar os diferentes aparelhos.- Conhecer as diferentes fases da realização dos saltos.- Conhecer os aspetos técnicos dos diferentes elementos gímnicos.	20
Ginástica Acrobática	<ul style="list-style-type: none">- Identificar os diferentes tipos de pegas;- Conhecer as posturas corretas;- Conhecer os diferentes graus de dificuldade dos elementos técnicos;- Conhecer os aspetos técnicos dos diferentes elementos gímnicos.	20
Dança (Merengue)	<p>Merengue:</p> <ul style="list-style-type: none">- Conhecer a história e o equipamento;- Conhecer e descrever as posições e passos;- Identificar a estrutura rítmica.	20

Quadro 2 – Tipologia, número de itens e cotação da prova escrita

TIPOLOGIA DE ITENS	NÚMERO DE ITENS	COTAÇÃO POR ITEM (em pontos)
Escolha múltipla.		
Basquetebol	10	2,5
Voleibol	10	2,5

Futsal	10	2,5
Andebol	10	2,5
Atletismo	10	2
Ginástica de solo	10	2
Ginástica de Aparelhos - Minitrampolim - Plinto	10	2
Ginástica Acrobática	10	2
Dança (Merengue)	10	2

Quadro 3 – Prova prática

Partes da prova / conteúdos	Estrutura / Tipo de exercício	Cotação (em pontos)
Basquetebol - Passe de peito; - Lançamento em apoio; - Lançamento na passada; - Drible de progressão; - Drible de proteção.	- Execução dos gestos técnicos em situação de exercício critério.	25 (5x5)
Andebol - Passe de ombro; - Passe Picado; - Drible; - Remate em apoio; - Remate em Suspensão.	- Execução dos gestos técnicos em situação de exercício critério.	25 (5x5)
Voleibol - Passe; - Manchete; - Serviço por cima; - Remate; - Bloco.	- Execução dos gestos técnicos em situação de exercício critério.	25 (5x5)
Futsal - Passe com a parte interna do pé; - Passe com a parte externa do pé; - Condução de bola; - Remate; - Reposição da bola em jogo pelo guarda-redes.	- Execução dos gestos técnicos em situação de exercício critério.	25 (5x5)
Atletismo - Salto em altura (Transposição da fasquia Técnica Fosbury Flop).	- Execução do salto em situação de exercício critério.	8
Ginástica de Solo - Rondada; - Rolamento à retaguarda engrupado; - Rolamento à frente com os membros inferiores afastados; - Apoio Facial Invertido com rolamento à frente; - Roda; - Posição de Flexibilidade (ponte ou espargata); - Posição de Equilíbrio (Avião ou Bandeira); - Saltos, Voltas e Afundos.	- Apresentação de uma sequência com ligação entre os elementos;	24 (8x3)

<p>Ginástica de Aparelhos</p> <p><u>Salto no Minitrampolim:</u> - Salto em Extensão; - Salto Engrupado; - Salto de Carpa com MI afastados; - Salto com Meia-Piruetta.</p> <p><u>Salto no Plinto:</u> - Salto de eixo; - Salto entre-mãos.</p>	- Realização dos saltos em situação de exercício;	24 (6x4)
<p>Badminton</p> <p>- Serviço; - Clear; - Lob; - Drive; - Amorti; - Remate.</p>	- Execução dos gestos técnicos em situação de exercício critério.	24 (6x4)
<p>Dança</p> <p>Merengue: - Passos no lugar e progredindo à frente e atrás; - Passos laterais à direita e à esquerda alternados com junção de apoios e passos cruzados pela frente ou por trás; - Passos à frente e atrás com o mesmo apoio, alternados com transferências de peso do outro apoio no lugar; - Voltas à direita e à esquerda; - Passo em "V";</p>	- Execução dos elementos técnicos em situação de exercício critério.	20 (5x4)

3. Critérios de classificação

De acordo com o artigo 18.º do Despacho normativo n.º 4-B/2023, ponto 15, a classificação das provas constituídas por duas componentes é expressa pela média ponderada e arredondada às unidades das classificações obtidas nas duas componentes. Assim, de acordo com a alínea b) do referido ponto, a componente prática tem uma ponderação de 70% na classificação final e a componente escrita uma ponderação de 30%.

Critérios de classificação na prova escrita:

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

São classificadas com zero pontos as respostas em que:

- Se apresente uma opção incorreta;
- Se assinale mais do que uma opção;
- Não se assinale nenhuma opção.

Não há lugar a classificações intermédias.

Critérios de classificação na prova prática:

As atividades não realizadas ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

4. Material

Prova escrita

- Para a prova escrita os alunos apenas podem usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével azul ou preta;
- Não é permitido o uso de fita ou tinta corretora;
- Os alunos podem usar folha de rascunho, que não será objeto de classificação;
- Os alunos respondem no próprio enunciado (folha de exame).

Prova prática

- O aluno realiza a prova prática no ginásio da escola, dispondo de todo o material necessário para o efeito;
- O aluno deve ser portador do equipamento pessoal, calçado (sapatilhas), fato treino, calção, camisola e meias. O mesmo deve ser portador de produtos de higiene para o banho.

NOTA: é necessário um assistente operacional no ginásio da escola durante o horário de realização da prova prática.

5. Duração

A prova tem a duração de 180 minutos, repartidos da forma seguinte:

- 90 minutos (escrita)
- 90 minutos (prática).