

**Prova de Equivalência à Frequência da  
disciplina de Educação Física**

(12º ano)

Código 311

Ano - 2020/2021

# INFORMAÇÃO-PROVA

## INTRODUÇÃO

O presente documento visa divulgar as características da **Prova de Equivalência à Frequência** do ensino secundário da disciplina de **Educação Física (12º ano de escolaridade)**, a realizar em 2021 pelos alunos dos Cursos científico-humanísticos.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta do Programa da disciplina.

<b>MODALIDADE a)</b>	<b>Prova Escrita/Prática</b>
<b>DURAÇÃO a)</b>	<b>90 + 90 minutos</b>
<b>MATERIAL QUE OS ALUNOS PODEM UTILIZAR NAS PROVAS/EXAMES</b>	<b>Prova Escrita</b> – É necessário esferográfica preta ou azul de tinta indelével. <b>Prova prática</b> - É necessário equipamento desportivo apropriado como calção, camisola (ou fato de treino), meias e sapatos de desporto.

a) De acordo com o disposto no Despacho Normativo nº 10-A/2021.

## OBJETO DE AVALIAÇÃO (capacidades/objetivos/conteúdos/domínios/...)

**Conteúdos/Objetivos** - Os conteúdos são os que constam das estruturas das provas escrita e prática, estando diretamente relacionados com os conteúdos abordados nos três anos do ensino secundário. Os objetivos definem-se pela assertividade das respostas e pela capacidade de execução correta dos diferentes exercícios/conteúdos.

A prova de exame estabelece uma relação devidamente ponderada entre a extensão e a importância das diversas unidades didáticas e as respetivas cotações, de forma a estabelecer um equilíbrio entre a execução técnica, execução dos conteúdos táticos e o conhecimento/aplicação das regras dos diferentes desportos (coletivos e individuais).

**Orientações para a sua realização** – A parte teórica da prova é realizada em sala de aula, tem a duração de 90 minutos e obedece às regras das demais provas. Na parte prática o aluno pode escolher a ordem pela qual realiza a prova e tem a duração de 90 minutos.

## CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

A estrutura da prova sintetiza-se no seguinte quadro:

A prova é constituída por uma parte escrita e uma parte prática com a duração de 90 minutos cada.

As provas prática e escrita são divididas em dois grupos: grupo I - Jogos Desportivos Coletivos e grupo II - Desportos Individuais.

Na prova prática o aluno efetuará prova apenas num desporto coletivo dos referenciados (Voleibol, Andebol, Futebol e Basquetebol), pertencentes ao grupo I – Jogos Desportivos Coletivos (JDC), efetuará prova num desporto de raquetes dos indicados (Ténis e Badminton) e numa dança (Tradicional e Social), pertencentes ao grupo II – Desportos Individuais.

A estrutura da prova prática sintetiza-se no seguinte quadro:

GRUPOS	CONTEÚDOS	TIPOLOGIA DE ITENS	COTAÇÃO
<b>I Jogos Desportivos Coletivos</b>	<b>Aspetos técnico/táticos do:</b>	<b>Voleibol:</b> O aluno executa exercícios analíticos e situações de jogo (condicionado ou formal) que podem incluir os seguintes elementos: posição base/postura corporal, passe de frente, passe de costas, manchete, serviço por baixo, serviço por cima, finalização em passe, remate em apoio, remate em suspensão, bloco, amorti, colocação em campo, movimentação, leitura de jogo, jogo em equipa/continuidade das ações e definição das funções.	80 pontos
	<b>Voleibol</b>	<b>Andebol:</b> O aluno executa exercícios analíticos e situações de jogo (condicionado ou formal) que podem incluir os seguintes elementos: passe, receção, remate em apoio, remate em salto, remate na passada, finta, drible, mudanças de direção, bloqueios, cruzamentos, ataque ao par, ataque posicional, jogo de “pivot”, marcação/desmarcação, interceção, leitura de jogo e jogo.	
	<b>Andebol</b>	<b>Basquetebol:</b> O aluno executa exercícios analíticos e situações de jogo (condicionado ou formal) que podem incluir os seguintes elementos: lançamento em apoio, lançamento na passada, corte, bloqueios/desfaz bloqueios, aclaramento ao drible, reposição do triângulo de ataque e posição base defensiva/ofensiva. Ação defensiva e ofensiva em situação de jogo.	
	<b>Basquetebol</b>	<b>Futebol:</b> O aluno executa exercícios analíticos e situações de jogo (condicionado ou formal) que podem incluir os seguintes elementos: passe/receção, domínio de bola, condução de bola, drible, remate, posicionamento, deslocamentos, atitude ofensiva e atitude defensiva em situação de jogo.	
	<b>Futebol</b>		

<b>II Desportos Individuais</b>	<b>Aspetos técnico/táticos do:</b> <b>Ténis</b> <b>Badminton</b> <b>Dança</b>	<b>Ténis:</b> Pega da raquete (continental), serviço, posição de espera, deslocamentos, batimento de direita, batimento de esquerda, lob (balão), smash e amorti. Jogo singulares. <b>Badminton:</b> Pega da raquete, serviço (curto e longo), posição base, deslocamento, lob, clear, remate, drive e amorti (à direita e à esquerda). Jogo singulares. <b>Dança Tradicional ou Dança Social:</b> postura, ritmo, expressividade e coreografia.	60+60 pontos
---------------------------------	--	--	--------------

A estrutura da prova escrita sintetiza-se no seguinte quadro:

GRUPOS	CONTEÚDOS	TIPOLOGIA DE ITENS	COTAÇÃO
<b>I Jogos Desportivos Coletivos</b>	Organização e regulação das atividades físicas desportivas <b>(Basquetebol):</b> - Regulamentos e sua aplicação. - Conceitos técnico-táticos.	- O aluno conhece e explica os regulamentos de jogo do Basquetebol. - O aluno conhece e explica o modo de execução dos conceitos técnico-táticos (passe/receção, drible, lançamento passada/apoio; bloqueios; aclaramento ao drible; corte; passe e corte; defesa individual ou à zona e reposição do triângulo de ataque).	100 Pontos
<b>II Desportos Individuais</b>	Organização e regulação das atividades físicas desportivas <b>(Ténis e Badminton):</b> - Regulamentos e sua aplicação. - Conceitos técnico-táticos. <b>Dança:</b> Coreografia de uma Dança Tradicional ou Social.	- O aluno conhece e explica os regulamentos dos jogos de Ténis e Badminton. - O aluno conhece e explica o modo de execução dos conceitos técnico-táticos: <b>Ténis:</b> Pega da raquete, serviço, posição de espera, deslocamentos, batimento de direita, batimento de esquerda. <b>Badminton:</b> Pega da raquete, serviço, posição base, deslocamentos, lob, clear, remate, drive e amorti. <b>Dança:</b> o aluno descreve a coreografia das danças “Regadinho” e “Merengue”.	100 Pontos

## CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

Prova Prática: atendendo à natureza da prova, os critérios de correção resultam da observação direta do júri perante os candidatos que se apresentarem para a realizarem.

O júri deve ter como referência a execução correta dos exercícios a realizar pelo candidato ao exame de equivalência à frequência.

O aluno será avaliado numa escala de 0 (zero) a 200 (duzentos) pontos nos diferentes parâmetros, a serem objeto de avaliação nos referidos desportos e a classificação final será obtida pela média ponderada, das provas em questão.

Prova Escrita: Grupo I - Jogos Desportivos Coletivos (100 pontos) + Grupo II Desportos Individuais (100 pontos: 60 pontos - desportos de raquetes e 40 pontos - dança).

**Crítérios de correção** - Na prova escrita, serão atribuídas penalizações de 0,1 valores por cada erro ortográfico. Na prova prática, serão atribuídas penalizações quando se verificar execução incorreta, prova incompleta e não cumprimento dos regulamentos técnicos dos diferentes desportos.

**Sistema de cotações** – A classificação final do exame é obtida pela média ponderada arredondada às unidades das classificações da prova escrita (30%) e da prova prática (70%).