

Informação - Prova de Equivalência à frequência

12º Ano de Escolaridade [Dec.Lei nº 139/2012]

Cursos Científico-Humanísticos

Prova 311/2018

Educação Física

1. Informação

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física do 12º ano dando a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

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

2. Objeto de avaliação

A prova de exame tem por referência o Programa de Educação Física, homologado em 2001, centrando-se nos conteúdos processuais (competências práticas – 70%) – prova prática e declarativos (conhecimentos das regras e das componentes críticas – 30%) – prova escrita, relativos aos domínios das Atividades Físicas Desportivas abaixo enunciados.

3. Características e estrutura da prova

3.1 Prova Escrita (90 minutos) – 200 pontos

CONHECIMENTOS (30%)

Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física

- Analisar criticamente as características de um estilo de vida saudável, relacionando-as com atitudes e comportamentos individuais e sociais dos jovens e adultos.
- Identificar o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar.
- Conhecer e aplicar em todas as situações as principais orientações metodológicas do treino das capacidades motoras mais diretamente relacionadas com a saúde, evitando erros que comprometam a sua saúde, a segurança ou a melhoria da sua aptidão física.

Atletismo

- Conhecer o regulamento técnico da corrida de estafetas

Ginástica

- Identificar e caracterizar os elementos/ações técnicas de ginástica de aparelhos

Futebol

- Conhecer o regulamento técnico da modalidade.
- Identificar e caracterizar os elementos/ações tático-técnicas da modalidade.
- Identificar os materiais e o terreno de jogo da modalidade.

Andebol

- Conhecer o regulamento técnico da modalidade.
- Identificar e caracterizar os elementos/ações tático-técnicas da modalidade.
- Identificar os materiais e o terreno de jogo da modalidade.

3.2 Prova Prática (90 minutos) – 200 pontos

COMPETÊNCIAS PRÁTICAS (70%)

Atletismo

- Acelera até à velocidade maximal, na distância de 40m, realizando apoios ativos sobre a parte anterior do pé com extensão completa da perna de impulsão e termina sem desaceleração nítida, com inclinação do tronco à frente nas duas últimas passadas.

Ginástica

- Elabora e realiza uma sequência gímnica com os seguintes elementos gímnicos: Apoio Facial Invertido com saída em Rolamento à Frente Engrupado; Roda; Rolamento à Retaguarda com Membros Inferiores Afastados; Avião; Ponte. Utiliza como elementos estéticos de ligação e combinação os saltos, voltas e afundos.

Voleibol (em situação de jogo)

- No serviço, coloca a bola no espaço mais vulnerável do campo adversário ou no pior recebedor, alternando a colocação da bola no espaço próximo e afastado da rede de forma a dificultar a receção;
- Como recetor, desloca-se, pára e recebe a bola orientando-a para junto da rede, colocando-a em excelentes condições (trajetória parabólica) no seu passador;
- Como passador, coloca a bola acima do bordo superior da rede junto a esta adequando a trajetória da bola à trajetória do colega atacante;

- Como atacante, progride para a rede e coloca a bola no espaço vulnerável em passe em suspensão remate/amortie.

Basquetebol (em situação de jogo)

Como atacante

- Adapta-se a uma organização espacial de “três abertos”;
- Após receção da bola enquadra-se com o cesto em atitude de “tripla ameaça”;
- Realiza lançamento ao cesto, “um contra um”, dribla para o cesto ou passa e corta para o cesto adaptando a sua capacidade de jogo ao contexto.

Como defesa

- Marca individual e estritamente o seu adversário direto

Caracterização da prova escrita

Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física	3 perguntas de desenvolvimento	48 pontos
Atletismo	4 questões com resposta de escolha múltipla ou Verdadeiro/Falso	20 pontos
Ginástica	4 questões com resposta de escolha múltipla ou Verdadeiro/Falso	24 pontos
Futebol	9 questões com resposta de escolha múltipla ou Verdadeiro/Falso	54 pontos
Andebol	9 questões com resposta de escolha múltipla ou Verdadeiro/Falso	54 pontos

Caracterização da prova prática

Atletismo	Acelera até à velocidade maximal, na distância de 40m, realizando apoios ativos sobre a parte anterior do pé com extensão completa da perna de impulsão e termina sem desaceleração nítida, com inclinação do tronco à frente nas duas últimas passadas.	35 pontos
Ginástica	Elabora e realiza uma sequência gímnica com os seguintes elementos gímnicos: Apoio Facial Invertido com Rolamento à Frente Engrupado; Roda; Rolamento à Retaguarda com Membros Inferiores Afastados; Avião; Ponte. Utiliza como elementos estéticos de ligação e combinação os saltos, voltas e afundos.	45 pontos
Voleibol	Em situação de jogo: <ul style="list-style-type: none"> • No serviço, coloca a bola no espaço mais vulnerável do campo adversário ou no pior recebedor, alternando a colocação da bola no espaço próximo e afastado da rede de forma a dificultar a receção; • Como recetor, desloca-se, pára e recebe a bola orientando-a para junto da rede, colocando-a em 	60 pontos

	<p>excelentes condições (trajetória parabólica) no seu passador;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Como passador, coloca a bola acima do bordo superior da rede junto a esta adequando a trajetória da bola à trajetória do colega atacante; <p>Como atacante, progride para a rede e coloca a bola no espaço vulnerável em passe em suspensão remate/amortie.</p>	
Andebol	<p>Em situação de jogo:</p> <p><i>Como atacante</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Adapta-se a uma organização espacial de “três abertos”; • Após receção da bola enquadra-se com o cesto em atitude de “tripla ameaça”; • Realiza lançamento ao cesto, “um contra um”, dribla para o cesto ou passa e corta para o cesto adaptando a sua capacidade de jogo ao contexto. <p><i>Como defesa</i></p> <p>Marca individual e estritamente o seu adversário direto</p>	60 pontos

4. Critérios de classificação

4.1 Prova escrita

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, previsto na grelha de classificação.

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, em caso de omissão ou de engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito.

Se o examinando responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando inequivocamente a(s) resposta(s) que não deseja que seja(m) classificada(s), deve ser considerada apenas a resposta que surgir em primeiro lugar.

Nos itens de resposta - verdadeiro/ falso, as respostas corretas são classificadas com a cotação total do item. As respostas incorretas são classificadas com zero pontos. Não há lugar a classificações intermédias.

Nos critérios de classificação organizados por níveis de desempenho, é atribuída, a cada um desses níveis, uma única pontuação. No caso de, ponderados todos os dados contidos nos descritores, permanecerem dúvidas quanto ao nível a atribuir, opta-se pelo nível mais elevado de entre os dois tidos em consideração. É classificada com zero pontos qualquer resposta que não atinja o nível 1 de desempenho.

As respostas classificadas por níveis de desempenho podem não apresentar exatamente os termos e/ou as expressões constantes dos critérios específicos de classificação, desde que o seu conteúdo seja cientificamente válido e adequado ao solicitado.

A classificação das respostas centra-se nos tópicos de referência, tendo em conta a organização dos conteúdos e a utilização de linguagem científica adequada.

Caso as respostas a este tipo de itens contenham elementos contraditórios, são considerados para efeito de classificação apenas os tópicos que não apresentem esses elementos. A classificação a

atribuir traduz a avaliação simultânea do desempenho no domínio específico da disciplina e no domínio da comunicação escrita em língua portuguesa. A avaliação do desempenho no domínio da comunicação escrita em língua portuguesa faz-se de acordo com os níveis a seguir apresentados.

Descritores do domínio da comunicação escrita

NÍVEIS	DESCRITORES
3	Texto bem estruturado e linguisticamente correto*, ou com falhas esporádicas que não afetem a inteligibilidade do discurso.
2	Texto bem estruturado, mas com incorreções linguísticas que conduzam a alguma perda de inteligibilidade do discurso. OU Texto linguisticamente correto, mas com deficiências de estruturação que conduzam a alguma perda de inteligibilidade do discurso
1	Texto com deficiências de estruturação e com incorreções linguísticas, embora globalmente inteligível.

* Por «texto linguisticamente correto» entende-se um texto correto nos planos da sintaxe, da pontuação e da ortografia.

No caso de a resposta não atingir o nível 1 de desempenho no domínio específico da disciplina, não é classificado o desempenho no domínio da comunicação escrita em língua portuguesa.

4.2 Prova prática

Atletismo

- Aceleração
- Apoios ativos
- Manutenção da velocidade (após fase de aceleração)

Ginástica

- Correção dos elementos gímnicos e fluidez na sequência.

Voleibol

- Correção e propósito das ações tático-técnicas

Basquetebol

- Correção e propósito das ações tático-técnicas

5. Material

O examinando, na prova escrita, apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta. As respostas são registadas em folha própria, fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial). Não é permitido o uso de corretor.

Na prova prática, o examinando deve vir equipado com material desportivo adequado (t-shirt, calções, peúgas e calçado desportivo).

6. Duração

A prova escrita tem a duração de 90 minutos.

A prova prática tem a duração de 90 minutos.

