

Prova Teórica de Equivalência à Frequência**2º Ciclo do Ensino Básico****Disciplina: Educação Física****Introdução**

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino básico – 2º ciclo- de Educação Física, a realizar em 2016 pelos alunos que se encontram abrangidos pelo Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril, que procede à terceira alteração ao Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de Julho e pelo Despacho Normativo n.º 1-G/2016, de 6 de abril, publicado em Diário da Republica.

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:

- 1. Objeto da avaliação;**
- 2. Caracterização e Estrutura;**
- 3. Critérios gerais de classificação;**
- 4. Duração.**
- 5. Material autorizado;**

Este documento deve ser dado a conhecer aos alunos e com eles deve ser analisado, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorre 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 a prova diz respeito.

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME TEÓRICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
1 | Objeto da avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos, nas competências enunciados no Programa de Educação Física em vigor e nas metas de aprendizagem.

2 | Caracterização e Estrutura (Ver grelha do quadro a seguir apresentado)

A prova é de carácter exclusivamente teórica e está dividida em duas partes distintas:

1ª parte – Atitudes e Valores, Capacidades Motoras e Desportos Coletivos (Grupos 1,2 e 3)

2ª parte – Desportos Individuais (Grupo 4)

- Valorização dos conteúdos/ temas na prova

MODALIDADE DA PROVA: TEÓRICA				
OBJETO DE AVALIAÇÃO		CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA	CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO	MATERIAL
COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Aplica os conhecimentos no cumprimento das regras de segurança, da manipulação e transporte dos equipamentos, dos hábitos de higiene e de relacionamento com o professor e com os colegas. 	Grupo 1 – ATITUDES E VALORES <ul style="list-style-type: none"> Higiene Segurança Cooperação Respeito Entreajuda 	5 Pontos 5 Afirmações para o aluno avaliar se são verdadeiras ou falsas (1 ponto cada questão)		

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME TEÓRICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> Identifica as capacidades condicionais e coordenativas. Aplica os conhecimentos relativos aos diversos processos de elevação e manutenção da condição física. 	<p>Grupo 2 – CAPACIDADES MOTORAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Capacidades Condicionais Capacidades Coordenativas 		<p>10 Pontos 5 Afirmações para o aluno avaliar se são verdadeiras ou falsas (2 ponto cada questão)</p>	<p>As questões são para colocar verdadeiro (V) ou falso (F) - (respostas fechadas).</p>	<p>Caneta ou esferográfica de tinta preta ou azul.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Conhece o regulamento técnico de cada modalidade coletiva e/ou individual. Utiliza o vocabulário e o material específicos de cada modalidade. Identifica e relaciona aspetos técnico/táticos das diferentes modalidades. 	<p>Grupo 3 DESPORTOS COLETIVOS</p>		<ul style="list-style-type: none"> Andebol <p>16 Pontos (8 questões- cada uma com a cotação de 2 pontos)</p>		
			<ul style="list-style-type: none"> Basquetebol <p>16 Pontos (8 questões- cada uma com a cotação de 2 pontos)</p>		
			<ul style="list-style-type: none"> Futebol <p>14 Pontos (7 questões- cada uma com a cotação de 2 pontos)</p>		
			<ul style="list-style-type: none"> Voleibol <p>14 Pontos (7 questões- cada uma com a cotação de 2 pontos)</p>		
<p>Grupo 4 DESPORTOS INDIVIDUAIS</p>	<ul style="list-style-type: none"> Atletismo <p>25 Pontos (5 questões- cada uma com a cotação de 5 pontos)</p>				

A prova é de carácter exclusivamente teórico e está dividida em duas partes distintas.

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME TEÓRICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

<i>Estrutura</i>		<i>Pontuação</i>	<i>Perfil do Exame de Equivalência</i>
<u>1ª Parte</u>	Grupo 1	5 pontos	5 Afirmções para o aluno avaliar se são verdadeiras ou falsas (1 ponto cada questão);
	Grupo 2	10 pontos	5 Afirmções para o aluno avaliar se são verdadeiras ou falsas (2 ponto cada questão)
	Grupo 3	60 pontos	30 Afirmções para o aluno avaliar se são verdadeiras ou falsas (2 ponto cada questão);
<u>2ª Parte</u>	Grupo 4	25 pontos	5 Questões (cotação de 5 pontos cada uma)

- Conteúdos/Temas

- **Atitudes e Valores.**
- **Capacidades Motoras.**
- **Desportos Coletivos:** Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol.
- **Desportos Individuais:** Atletismo.

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME TEÓRICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
3 | Critérios Gerais de Classificação

A classificação da prova será expressa em pontos, de zero a cem.

Nos casos em que é pedida apenas uma resposta, seja ela uma associação ou uma classificação em verdadeiro ou falso, serão consideradas erradas todas as respostas que incluam mais do que uma hipótese, ainda que uma delas seja a correta.

Em situações de falta de legibilidade será anulada a questão.

Serão fatores de desvalorização:

x grafia ilegível.

<i>Pontos</i>	<i>Nível</i>	<i>Nível de Desempenho</i>
0 a 19	1	Nível de desempenho Fraco ;
20 a 49	2	Nível de desempenho Não Satisfatório ;
50 a 69	3	Nível de desempenho Satisfatório ;
70 a 89	4	Nível de desempenho Bom ;
90 a 100	5	Nível de desempenho Muito Bom .

a) A nomenclatura correspondente a cada nível, será a que é utilizada em cada escola.

A ponderação da prova teórica será de 30% da nota final.

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME TEÓRICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

4 | Duração

A prova tem duração de **quarenta e cinco minutos (45 min.)**.

5 | Material autorizado

- Caneta ou esferográfica de tinta preta ou azul.

Informação N.º 1 _ Exame de Equivalência à Frequência

2º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Educação Física



Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino básico – 2º ciclo- de Educação Física, a realizar em 2016 pelos alunos que se encontram abrangidos pelo Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril, que procede à terceira alteração ao Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de Julho e pelo Despacho Normativo n.º 1-G/2016, de 6 de abril, publicado em Diário da Republica.

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:

6. Objeto da avaliação;
7. Competências;
8. Conteúdos/temas;
9. Caracterização da prova;
10. Valorização dos conteúdos/ temas na prova;
11. Critérios de classificação;
12. Material;
13. Duração.

161780 - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S.PEDRO DO SUL

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME PRÁTICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Este documento deve ser dado a conhecer aos alunos e com eles deve ser analisado, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorre 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 a prova diz respeito.

1 | Objeto da avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos, nas competências enunciados no Programa de Educação Física em vigor e nas metas de aprendizagem.

2 | Competências

- **Aptidão física**: conhece e interpreta os princípios fundamentais (biológicos e de organização) do treino das capacidades físicas aplicando-os na sua atividade física, tendo em vista a sua aptidão física;
- **Jogos desportivos coletivos**: desempenha com oportunidade e correção as ações técnico/táticas solicitadas em situação de exercício-critério;
- **Desportos individuais** :
 - **atletismo**: realiza uma corrida de velocidade e um lançamento do peso, cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e do regulamento;
 - Conhece e aplica as regras de segurança pessoal;

161780 - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S.PEDRO DO SUL

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME PRÁTICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

- Preservar os recursos materiais.

3 | Conteúdos/Temas

- **Jogos desportivos coletivos:** Futebol, Basquetebol;
- **Desportos individuais:**
Atletismo - Velocidade; Lançamento do Peso

4 | Caracterização da prova

A prova é de carácter exclusivamente prático e está dividida em duas partes distintas:

No início da prova, o aluno deve apresentar-se devidamente equipado e com a mobilização geral previamente realizada.

1ª parte- **Mobilização Geral** - o aluno realiza todas as fases **Mobilização Geral/Específica** (10 minutos).

2ª parte – **Desportos coletivos** - o aluno realiza os exercícios critério propostos (15 minutos). O aluno terá duas tentativas para realizar cada exercício.

3ª parte – **Desportos individuais** - o aluno realiza os exercícios critério propostos (20 minutos). O aluno terá duas tentativas para realizar cada exercício.

5 | Valorização dos conteúdos/ temas na prova

161780 - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S.PEDRO DO SUL

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME PRÁTICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Modalidade: PRÁTICA	Duração: 45 MINUTOS			
Material Necessário	Equipamento necessário para a realização de actividades físicas, bem como, do cuidado da higiene pessoal.			
Aprendizagem	Competências	Estrutura	Cotações	CrITÉrios de Classificação
Mobilização Geral/Específica	. Ativação Cardiovascular; . Mobilização Articular; . Alongamentos;	- Realizar todas as fases de Mobilização Geral/Específica , com correção técnica.	10 pontos	- Realizar todas as fases da Mobilização Geral/Específica , com correção técnica.
Desportos Individuais: ATLETISMO	. Corrida de Velocidade;	- Realizar todas as fases da corrida, com correção técnica.	15 pontos	- Realizar com correção as fases de execução da corrida de velocidade.
	- Lançamento do Peso	- Realizar todas as fases do lançamento, com correção técnica.	15 pontos	- Realizar com correção as fases de execução do lançamento do peso.

161780 - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S.PEDRO DO SUL
ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME PRÁTICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Jogos Desportivos Coletivos: BASQUETEBOLO	<ul style="list-style-type: none"> - Passe de peito/receção; - Lançamento ao cesto parado e na passada; - Drible de progressão e proteção. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar os gestos técnicos em situação de exercício critério. 	30 pontos	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar um circuito aplicando os diferentes gestos técnicos;
Jogos Desportivos Coletivos: FUTEBOL	<ul style="list-style-type: none"> - Passe/Receção; - Controlo e Condução de Bola; - Remate; 	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar os gestos técnicos em situação de exercício critério. 	30 pontos	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar um circuito aplicando os diferentes gestos técnicos;

6 | Critérios de Classificação

A classificação a atribuir a cada exercício resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

A classificação dos exercícios nos quais se apresente, mas não realize o exercício critério, será atribuído zero pontos.

161780 - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S.PEDRO DO SUL

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME PRÁTICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

<i>Pontos</i>	<i>Nível</i>	<i>Nível de Desempenho</i>
0 a 19	1	Nível de desempenho Fraco ;
20 a 49	2	Nível de desempenho Não Satisfatório ;
50 a 69	3	Nível de desempenho Satisfatório ;
70 a 89	4	Nível de desempenho Bom ;
90 a 100	5	Nível de desempenho Muito Bom .

A avaliação prática corresponde a 70% da ponderação final.

7 | Material

O aluno apenas pode usar, como material para a realização da prova/ higiene pessoal: sapatilhas, meias, calções/calças de fato de treino, t-shirt ou camisola de manga comprida, elástico para o cabelo (caso necessário), toalha de banho, chinelos, produtos de higiene.

161780 - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S.PEDRO DO SUL

ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO PEDRO DO SUL - MATRIZ DO EXAME PRÁTICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

8 | Duração

A prova tem duração de **quarenta e cinco minutos (45 min.)**.

Nota: No caso do aluno avaliado apresentar atestado médico que o limite na realização de alguns dos exercícios físicos, estes serão adaptados, em termos práticos, às características funcionais do discente. No entanto, as competências a serem avaliadas com a execução da(s) tarefa(s), em causa, serão sempre tidas em consideração.