

Informação – Prova de Equivalência à Frequência do Ensino Secundário – 2019/2020
Disciplina: Educação Física

1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa Nacional de Educação Física do Ensino Secundário em vigor (homologado em 2001) e incide sobre a aprendizagem definida para o final dos cursos científico-humanísticos e tecnológicos.

A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em áreas e matérias nucleares enunciadas no Programa da disciplina e passíveis de avaliação em prova prática e em prova escrita de duração limitada. Deste modo, a prova avalia a aprendizagem de matérias relativas à área atividades físicas (subdomínios jogos desportivos coletivos, ginástica, atletismo e raquetas), à área da aptidão física e à área dos conhecimentos.

Competências:

- Nos jogos desportivos coletivos, realizar com oportunidade e correção as ações técnicas elementares nas suas diversas componentes nas modalidades selecionadas;
- Na ginástica desportiva, realizar as destrezas elementares do solo aplicando os critérios de correção técnica e expressão;
- Na ginástica desportiva, realizar as destrezas elementares de aparelhos (bock e minitrampolim) aplicando os critérios de correção técnica e expressão;
- Realizar com oportunidade e correção as técnicas elementares dos desportos de raquetas;
- Realizar um teste que meça a aptidão aeróbia atingindo a zona saudável para o seu nível etário;
- Relacionar os testes de avaliação da aptidão física com as capacidades condicionais e sua referência à “zona saudável”;
- Definir capacidades motoras condicionais e coordenativas;
- Relacionar o desenvolvimento das capacidades motoras e o estilo de vida saudável;
- Conhecer os fatores de saúde e de risco associados à prática das atividades físicas: lesões, substâncias dopantes e condições materiais e de equipamento;
- Analisar e interpretar os conceitos de Desporto e Educação Física: que diferenças e qual o seu valor formativo;
- Compreender, traduzindo em língua própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos:
 - identificando as características que lhe conferem essa dimensão;
 - reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas e os contextos e objetivos com que se realizam.

2. Características e estrutura

A prova é constituída por duas partes: prática (**200 pontos**) e escrita (**200 pontos**).

A **prova prática** é avaliada pelo cumprimento de **seis** evidências práticas, que apreciam as duas áreas de avaliação específicas da Educação Física já enunciadas (atividades físicas e aptidão física).

A avaliação da área das **atividades físicas** é constituída por **cinco** partes, a saber:

- Jogos desportivos coletivos – o aluno na modalidade de basquetebol executa a prova em situação de exercício critério/situação de jogo reduzido. **Cotação: 30 pontos**.
- Jogos desportivos coletivos – o aluno na modalidade de voleibol executa a prova em situação de exercício critério/situação de jogo reduzido. **Cotação: 30 pontos**.
- Ginástica desportiva (ginástica de solo) – o aluno executa uma sequência de solo. **Cotação: 30 pontos**.
- Ginástica desportiva (ginástica de aparelhos) – o aluno executa dois saltos sem rotação. **Cotação: 30 pontos**.
- Raquetas (badminton) – o aluno executa uma demonstração de execução técnica. **Cotação: 30 pontos**

A avaliação da área da **aptidão física** é constituída só por **uma** evidência que irá medir a aptidão aeróbia dos alunos (vaivém) – o aluno executa uma corrida de 20 metros progressiva em vários níveis. **Cotação: 50 pontos**.

A **prova escrita** apresenta **três** grupos de itens.

- No grupo I, avalia-se a aprendizagem do domínio do desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas. **Cotação: 50 pontos**
- O grupo II, aprecia os conhecimentos no domínio da aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física. **Cotação: 100 pontos**
- No grupo III, avalia-se a aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos extraescolares no seio dos quais se realizam as atividades físicas. **Cotação: 50 pontos**

Na prova escrita são utilizados os seguintes tipos de itens: preenchimento de espaços em branco, verdadeiro/falso, correspondência, escolha múltipla e de resposta curta.

3. Critérios Gerais de Classificação

Para a **prova prática**, a classificação em cada matéria da área das atividades físicas atende ao estipulado no Programa desta disciplina operacionalizando-se em três níveis: introdução, elementar e avançado. Considera-se que cada aluno pode situar-se em relação a cada matéria num dos seguintes níveis: não atinge o nível introdutório (NI), nível introdutório (I), nível elementar (E) e nível avançado (A). Para cada conteúdo examinado, das várias matérias

abordadas nesta prova, estipulando-se os critérios de correção atendendo terminologia supracitada. Na área da aptidão física a sua classificação tem como referência a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) – Fitnessgram.

Para a **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. As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Nos itens de preenchimento de **espaço em branco** a cotação é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a(s) palavra(s) correta(s). A cotação total nos itens de **verdadeiro/falso** é atribuída às respostas em que seja assinalada somente opção correta. A classificação atribuída aos itens de **correspondência** será de acordo com o nível de desempenho. A classificação relativamente aos itens de **resposta curta** é atribuída de acordo com os elementos de resposta solicitados e apresentados. Os critérios de classificação das respostas aos itens de **resposta curta** podem apresentar-se organizados por níveis de desempenho. O afastamento integral dos aspetos de conteúdo implica que a resposta seja classificada com zero pontos. A cotação total do item **escolha múltipla** é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta. São classificadas com zero pontos as respostas em que seja assinalada:

- Uma opção incorreta;
- Mais do que uma opção.

4. Material

- O aluno deve trazer o equipamento desportivo adequado para a realização da prova prática. Para a Ginástica é obrigatório o uso de sapatilhas apropriadas. Na falta das mesmas o aluno deve executar a prova descalço.
- Todo o material desportivo usado para a prática das diferentes modalidades estará à disposição dos alunos, como é habitual durante as aulas desta disciplina.
- As respostas à prova são registadas em folha própria, fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial), sendo apenas permitido, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.
- Não é permitido o uso de corretor.

5. Duração

A prova tem a duração de 150 minutos (90 minutos para a parte prática + 60 minutos para a parte escrita).

Observações relativas à prova prática:

- O aluno deverá apresentar-se no pavilhão 30 minutos antes do início da prova com o fim de se equipar e realizar o seu aquecimento.
- Antes do início da prova o aluno dispõe de dez (10) minutos para a realização de aquecimento geral e específico no espaço desportivo.
- O aluno realiza duas modalidades dos jogos desportivos coletivos (basquetebol e voleibol).
- O aluno dispõe de três tentativas para a realização dos conteúdos solicitados nos Desportos Coletivos, na Ginástica de Aparelhos, na Ginástica de Solo e nas Raquetas
- O aluno dispõe de uma tentativa para a realização dos conteúdos solicitados da Aptidão Física (Vai Vem).