
Prova de Equivalência à Frequência de

Informação - Prova

Educação Física

Data: 02-05-2019

Prova 28/2019

2º Ciclo do Ensino Básico

Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho

As informações sobre a Prova de Equivalência à Frequência apresentadas neste documento, não dispensam a consulta do programa da disciplina.

1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa Nacional de Educação Física em vigor, e incide sobre as aprendizagens adquiridas pelos alunos definidas para o final do 2º Ciclo do Ensino Básico, enquadradas nas três áreas do programa da disciplina:

A – Atividades Físicas, B – Aptidão Física e C – Conhecimentos.

2. Características e estrutura da prova

A prova é composta por uma componente escrita e uma componente prática.

A classificação da prova corresponde à média aritmética simples, arredondada às unidades, das classificações das duas componentes, expressas em escala percentual de 0 a 100 pontos, convertida na escala de níveis de 1 a 5, de acordo com a tabela apresentada no anexo I do Despacho Normativo n.º 1-F/2016, de 5 de abril.

2.1. Componente Escrita

A prova é constituída por dois grupos de questões:

- Grupo I – Atividades Físicas (Jogos Desportivos Coletivos e Desportos individuais)
- Grupo II – Conhecimentos

No Grupo I, o aluno terá de responder a um conjunto de questões de uma matéria da categoria dos Jogos Desportivos Coletivos.

A caracterização e estrutura da prova escrita encontra-se descrita na tabela 1.

Áreas	Categorias	Matérias	Objeto de Avaliação (conteúdos e capacidades)	Número de itens	Tipologia	Valoração
Grupo I ATIVIDADES FÍSICAS O aluno terá de responder a conjunto de questões de uma matéria de cada uma das categorias.	Jogos Desportivos Coletivos	Andebol, Basquetebol, Futebol ou Voleibol	Interpretar situações de jogo identificando as ações técnico-táticas e regulamentos.	6	Completamento	60 Pontos
Grupo II CONHECIMENTOS	Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física.		Identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.	2	Resposta curta	10 Pontos
				3	Completamento	12 Pontos
				6	Escolha múltipla	18 Pontos

Tabela 1 - Caracterização e estrutura da Prova Escrita.

2.2. Componente Prática

A caracterização e estrutura da prova prática encontra-se descrita na tabela 2.

Áreas	Categorias	Matérias/Testes	Objeto de Avaliação (conteúdos e capacidades)	Tipologia	Valoração
ATIVIDADES FÍSICAS:	Ginástica	Ginástica no Solo	Realizar no solo (em colchões) um conjunto de habilidades gímnicas de acordo com as exigências técnicas, destrezas gímnicas.		70 Pontos
	Atletismo	Corridas, Lançamentos e Saltos	Realizar, com correção técnica e cumprimento os regulamentos das respetivas disciplinas: Salto em altura Corrida de velocidade (40 m) Lançamento da bola		Não atinge o Nível Introdução Atinge o Nível Introdução (I)
	Raquetas	Badminton ou Ténis de Mesa	Realizar, com oportunidade e correção, as ações técnico-táticas elementares, cumprindo o regulamento específico da modalidade.	Jogo adaptado em situação de cooperação ou oposição	Atinge o Nível Elementar (E)
	Outras	Orientação	Realizar percursos utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação e de preservação da qualidade do ambiente.	Cumprir um percurso dentro da escola no intervalo de tempo definido	Consultar o Quadro 3
APTIDÃO FÍSICA	Aptidão Aeróbia	Corrida da milha ou vai-vem	Demonstrar capacidades (encontrar-se dentro da Zona Saudável de Aptidão Física) em 3 testes da Bateria de Testes do Fit Escola (1 de Aptidão Aeróbia + 1 de Força e resistência muscular + 1 de flexibilidade) adequadas às normas de aptidão física representativas da saúde para a sua idade.	Exercício critério.	15 Pontos
	Força e Resistência Muscular	Abdominais ou extensão de braços			10 Pontos
	Flexibilidade	Flexibilidade do ombro ou senta e alcança			5 Pontos
O aluno seleciona um teste de cada categoria.					

Tabela 2 - Caracterização e estrutura da Prova Prática.

SELEÇÃO DAS MATÉRIAS	Referência para o sucesso	Itens	Valoração
Da categoria Atletismo, o aluno seleciona uma das matérias (uma corrida, um lançamento e um salto).	No domínio das Atividades Físicas a prova prática tem como referência para o sucesso:	1 I + 2 E	70 Pontos
	3 Níveis Introdução (I)	2 I + 1 E	50 Pontos
	+ 1 Parte de Nível Introdução	3 I ou 1 I + 1 E	35 Pontos
	Admitem-se outras combinações de níveis de especificação, para além das descritas, desde que equivalentes à respetiva valoração.	2 I ou 1 E	25 Pontos
		1 I	15 Pontos

Tabela 3 - Prova Prática – Valoração das Atividades Físicas.

3. Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item.

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

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.

Nos itens de escolha múltipla, a cotação só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a opção correta. Todas as outras respostas serão classificadas com zero pontos. Se for apresentada mais do que uma resposta ao mesmo item, só é classificada a resposta que surgir em primeiro lugar.

Na classificação das respostas aos itens de completamento, pode ser atribuída pontuação a respostas parcialmente corretas.

Nos itens de resposta curta, a cotação do item só é atribuída às respostas totalmente corretas. Poderão ser atribuídas pontuações a respostas parcialmente corretas, de acordo com os critérios específicos.

4. Critérios de desvalorização

São fatores de desvalorização o desenvolvimento confuso e desordenado das ideias, a não utilização do vocabulário específico da disciplina e os erros ortográficos.

5. Material

5.1. Componente escrita

Os alunos apenas podem 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 nem a consulta do dicionário.

5.2. Componente prática

Material a utilizar:

Equipamento desportivo adequado às matérias selecionadas pelo aluno e que lhe permita total liberdade de movimentos: fato de treino ou calções, meias e t-shirt.

Calçado rigorosamente limpo: ténis e sapatilhas de ginástica.

Boné, quando tal se justifique.

Material não autorizado:

Relógios, pulseiras, brincos, fios, anéis, piercings, molas de cabelo.

Outros objetos que possam pôr em perigo integridade física do aluno e do professor.

6. Duração

Quer a componente escrita quer a componente prática têm a duração de 45 minutos cada, não havendo lugar, para qualquer uma delas, a um período de tolerância.