



## **Informação Prova**

Prova de Equivalência à Frequência de

**Educação Física**

Básico

Prova 26 – 2015

3.º Ciclo do Ensino

### **1. Introdução**

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 9.º ano de escolaridade, da disciplina de Educação Física, a realizar no ano letivo de 2013/2014 pelos alunos previstos no Despacho Normativo nº 5A/2014.

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:

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

### **2. Objeto de avaliação**

A prova tem por referência o Programa de Educação Física em vigor.

A prova desta disciplina permite avaliar os conhecimentos e competências sobre Futebol, Voleibol, Badminton, Basquetebol, Ginástica Solo e Aparelhos e Atletismo.

A prova permite avaliar o grau de cumprimento/nível de prestação/desempenho de acordo com o documento referente aos critérios de atribuição dos níveis de avaliação descritos no ponto 3. Para isso o aluno deve desempenhar com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo ou em exercício critério nos Jogos Desportivos Coletivos; realizar as destrezas elementares de solo e aparelhos na Ginástica, aplicando os critérios de correção técnica; realizar os saltos e corridas do Atletismo cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.

### **3. Características e estrutura**

A prova é constituída por duas partes, uma teórica e outra prática. O aluno realiza a prova teórica no enunciado e realizará as componentes práticas (os exercícios individuais, os exercícios critério e/ou em situação de jogo nos desportos coletivos) após dez minutos de aquecimento.



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2014/15



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

DGEstE DSRN

Direção de Serviços da Região Norte

### Informação Prova

Prova de Equivalência à Frequência de

## **Educação Física**

Básico

Prova 26 – 2015

3.º Ciclo do Ensino

A prova teórica é cotada para 100 pontos. A valorização dos domínios/conteúdos será a seguinte:  
Três grupos de escolha múltipla, em que cada grupo vale 24 pontos e um quarto grupo, onde o aluno deve completar o texto para que este tenha significado, que vale 28 pontos.

A prova prática também é cotada para 100 pontos (30 pontos para cada desporto individual (atletismo-30 e ginástica-30) e 40 pontos para o desporto coletivo). Será pedido ao aluno a realização de ações solicitadas pelas situações de jogo ou em exercício critério de um Jogo Desportivo Coletivo; destrezas elementares de solo e aparelhos na Ginástica e saltos e corridas do Atletismo (2 desportos individuais e 1 desporto coletivo), cujas competências seguidamente se descrevem.

Futebol – Em situação de jogo reduzido (1x1, 2x2, 3x3):

Recebe a bola e enquadra-se;

Remata, se em condições mínimas de sucesso;

Passa, explorando o posicionamento do colega;

Protege, controla e conduz a bola;

Desmarca-se para oferecer linhas de passe na direção da baliza;

Marca o seu atacante direto e presta ajuda na defesa;

Adequa as suas ações às regras do jogo e do Espírito Desportivo.

Ou, caso não haja outros alunos em prova

Realiza, em situação de exercício critério, passe, receção, condução em drible e remate.

Voleibol – Situação de jogo 1x1 ou 2x2:

Realiza serviço por baixo;

Recebe ou defende em manchete ou passe de dedos promovendo a continuidade da jogada;

Adequa as suas ações às regras do jogo e do Espírito Desportivo.

Ou, caso não haja outros alunos em prova

Realiza, em situação de exercício critério, serviço por baixo, receção, passe.

Basquetebol – Em situação de jogo reduzido (1x1, 2x2, 3x3):

Passa e desmarca-se cortando para o cesto;

Passa a um companheiro desmarcado;



## **Informação Prova**

Prova de Equivalência à Frequência de

### **Educação Física**

Básico

Prova 26 – 2015

3.º Ciclo do Ensino

Lança utilizando lançamento na passada ou de curta distância;

Progride utilizando a forma mais adequada (passe ou drible)

Adequa as suas ações às regras do jogo e do Espírito Desportivo.

Ou caso não haja outros alunos em jogo em prova

Realiza, em situação de exercício critério, passe, receção, drible de proteção, condução em drible de progressão e lançamento na passada.

**Badminton**– Em situação de jogo (1x1):

Realiza o serviço curto ou comprido, colocando o volante no campo adversário, numa zona de difícil receção;

Na recepção do serviço devolve o volante utilizando um dos seguintes elementos técnicos:

Clear, se a trajetória do volante for alta; Lob, se a trajetória do volante for baixa; amortie, se houver um espaço vazio junto à rede; Drive, colocando o volante num espaço livre em trajetória tensa.

Adequa as suas ações às regras do jogo e do Espírito Desportivo.

Ou caso não haja outros alunos em jogo em prova

Realiza, em situação de exercício critério, o drive, o clear, o lob.

### **Ginástica:**

Realiza no Solo uma sequência de habilidades que combine os seguintes elementos: rolamento à frente, e rolamento atrás, uma posição de equilíbrio e uma posição de flexibilidade, cumprindo critérios mínimos de tonicidade, graciosidade, fluidez de movimentos e ligação entre os elementos.

Realiza no Bock com impulsão em Reuther, um salto de eixo, com corrida em aceleração, chamada a pés juntos, definição da figura em tonicidade e receção em equilíbrio.

Realiza no Mini-trampolim um salto engrupado, ou salto de carpa com corrida em aceleração, chamada a pés juntos à largura dos ombros, iniciação da figura em tonicidade e receção em equilíbrio.

### **Atletismo:**

Corrida de velocidade – Percurso (40 e 60 m)

Partida alta, respeitando as vozes de comando.

Acelera até à velocidade máxima realizando apoios ativos sobre a parte anterior do pé.



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2014/15



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares  
**DGEstE DSRN**

Direção de Serviços da Região Norte

### Informação Prova

Prova de Equivalência à Frequência de

## Educação Física

Básico

Prova 26 – 2015

3.º Ciclo do Ensino

Termina sem desacelerar com inclinação do tronco à frente.

Salto em comprimento – Corrida de balanço com oito a doze passadas e impulsão na tábua de chamada.

Cumprindo o regulamento técnico, utiliza técnica de voo na passada:

Efetua a corrida de balanço em aceleração progressiva;

Realiza a chamada eficaz com o tronco direito;

Puxa a perna de impulsão para junto da perna livre na fase descendente;

Toca o solo o mais longe possível com flexão do tronco à frente.

#### 4. Critérios gerais de classificação

##### 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.

Se o aluno responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando inequivocamente a resposta que não deseja que seja classificada, será classificada a resposta que surgir em primeiro lugar.

Itens de seleção:

##### ESCOLHA MÚLTIPLA

A cotação total do item 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.

Não há lugar a classificações intermédias.

##### ASSOCIAÇÃO/CORRESPONDÊNCIA

A classificação é atribuída de acordo com o nível de desempenho. Considera-se incorreta qualquer associação/correspondência que relacione um elemento de um dado conjunto com mais do que um elemento do outro conjunto.

##### COMPLETAR O TEXTO



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2014/15



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA

Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares  
**DGEstE DSRN**

Direção de Serviços da Região Norte

### Informação Prova

Prova de Equivalência à Frequência de

## Educação Física

Básico

Prova 26 – 2015

3.º Ciclo do Ensino

Não serão consideradas para atribuição de classificação os elementos das respostas que estiverem assinaladas ao mesmo tempo com duas ou mais palavras de sentido duvidoso.

A classificação é atribuída de acordo com o número de opções corretas assinaladas.

### Prova prática

#### Condições e critérios de avaliação

As diferentes ações técnicas e táticas serão observadas e avaliadas de acordo com os critérios de êxito e especificidade de cada modalidade desportiva/conteúdo, tal como a proposta apresentada no Programa Nacional de Educação Física (PNEF), de modo a permitir aferir o grau de cumprimento/nível de prestação/desempenho de acordo com o documento referente aos Critérios de Atribuição dos Níveis de Avaliação:

Nível 1 (0% a 19%) – o aluno não executa os exercícios critério/ ações solicitadas;

Nível 2 (25% a 49%) – o aluno demonstra um fraco desempenho em todas as ações motoras;

Nível 3 (50% a 69%) – o aluno desempenha todas as ações motoras satisfatoriamente;

Nível 4 (70% a 89%) – o aluno demonstra um bom desempenho de todas as ações motoras;

Nível 5 (90 a 100%) – o aluno realiza todas as ações motoras com um excelente desempenho.

Futebol/Basquetebol/Voleibol: O aluno realiza com oportunidade e correção global, no jogo e/ou exercícios critério, as ações descritas no ponto 3 (40 pontos); o aluno realiza com incorreções (30 pontos); o aluno não realiza (0 pontos);

Atletismo: O aluno realiza a corrida de velocidade e o salto em comprimento nas condições descritas no ponto 3, com correção (30 pontos); o aluno realiza com incorreções (20 pontos); o aluno não realiza (0 pontos);

Ginástica: No solo, o aluno realiza as habilidades nas condições descritas no ponto 3, com correção (30 pontos, o aluno realiza com incorreções (20 pontos); o aluno não realiza (0 pontos);

Nos saltos, o aluno é avaliado na seguinte sucessão: corrida de balanço, pré-salto e chamada no aparelho (Bock ou Minitrampolim), salto e chegada ao colchão (solo) em equilíbrio. O aluno realiza



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2014/15



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA

Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares

**DGEstE DSRN**

Direção de Serviços da Região Norte

### Informação Prova

Prova de Equivalência à Frequência de

## Educação Física

Básico

Prova 26 – 2015

3.º Ciclo do Ensino

as habilidades nas condições descritas no ponto 3, com correção (30 pontos); o aluno realiza com incorreções (20 pontos); o aluno não realiza (0 pontos);

Nota: A situação de jogo reduzido nos desportos coletivos terá a duração de 10 minutos; o aluno dispõe de três tentativas seguidas para conseguir uma vez o êxito, nos exercícios critério dos Desportos Coletivos; três tentativas, contando a melhor no Atletismo; duas tentativas, contando a melhor na Ginástica.

#### 5. Material a usar

A prova teórica é realizada no enunciado, sendo apenas permitido, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta.

Não é permitido o uso de corretor.

Para a prova prática o aluno deverá apresentar-se com equipamento desportivo adequado e com documento de identificação.

#### 6. Duração da prova

A prova tem a duração de 45 minutos para a parte teórica e 45 minutos para a parte prática.

Observações: Antes do início da prova prática o aluno dispõe de 10 minutos para a realização de ativação geral e específica.