

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA – 12.º Ano de Escolaridade

Cursos Científico-Humanísticos

Prova 311

2022

INTRODUÇÃO

A prova de Educação Física engloba uma componente escrita e uma componente prática e, ambas as partes, centram-se nas seguintes áreas programáticas:

- A. Desportos Coletivos
- B. Desportos Individuais

ESTRUTURA, TIPOS DE ITENS E COTAÇÃO DA PROVA

A Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física é composta por duas partes - escrita e prática, de 90 minutos cada. A componente escrita tem uma ponderação de 30% e a componente prática tem uma ponderação de 70%.

A estrutura, o tipo de itens e a cotação de cada prova são apresentados de seguida, no entanto todas as questões são de resposta obrigatória.

NOTAÇÃO E VALORAÇÃO

Prova de Equivalência Frequência	Duração	Valoração	Ponderação
a) Parte Escrita	90 minutos	200 Pontos	30%
b) Parte Prática	90 minutos	200 Pontos	70%

Parte Escrita

Em relação à parte escrita, o aluno realizará uma prova, constituída por dois grupos de questões, centradas na fundamentação e justificação teórica, que servirá de suporte à realização dos exercícios da parte prática.

Estes dois grupos contemplarão:

- Questões de resposta curta, onde será avaliado o conhecimento do aluno relativamente às diferentes áreas da disciplina;
- Questões de resposta mais longa, onde será avaliado o grau de compreensão e de interligação entre as diferentes áreas da disciplina.

Parte Prática

Em relação à parte prática, será solicitado ao aluno que execute uma série de exercícios critério de acordo com as seguintes áreas programáticas:

A. Desportos Coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol)

B. Desportos Individuais (Atletismo e Ginástica no Solo)

Estrutura da prova prática

Área Programática	Modalidade	Conteúdos	Cotações
Desportos Individuais	Atletismo	Duas especialidades do Atletismo.	40 pontos
	Ginástica no Solo	Sequência gímnica composta por seis elementos básicos da ginástica de solo.	60 pontos
Desportos Coletivos	Andebol	Ações técnico-táticas básicas dos jogos desportivos coletivos.	100 pontos (4 X 25)
	Basquetebol		
	Futebol		
	Voleibol		
Total prova prática: 200 pontos			

CRITÉRIOS CORREÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> - Conteúdo adequado e organizado. - Capacidade de síntese. - Organização coerente de ideias. - Capacidade de emitir juízos de valor e capacidade crítica. - Realizar, do Atletismo, um lançamento e uma corrida cumprindo, corretamente, as exigências elementares técnicas. - Realizar, da Ginástica, as destrezas elementares do solo cumprindo, minimamente, os critérios de execução. - Realizar, dos Desportos Coletivos, exercícios critério propostos, aplicando os conhecimentos técnicos e táticos corretamente.

MATERIAL A UTILIZAR

Para a Prova Escrita – as respostas relativas a esta parte têm que ser, obrigatoriamente, realizadas a caneta azul ou preta.

Poderá, ainda, ser portador de lápis e borracha para auxílio da preparação da resposta final.

Para a Prova Prática – equipamento desportivo adequado à disciplina e sapatilhas.