

A Prova de Equivalência à Frequência na disciplina de Educação Física é constituída por uma componente escrita, valendo 30% da nota final, com duração de 90 minutos e uma componente prática, que vale 70% da nota final, com duração de 90 minutos (de acordo com o Despacho Normativo n.º 10-A/2021 de 22 de março).

1. Prova de Equivalência à Frequência – Componente Escrita

O presente documento divulga informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência – Componente Escrita, da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material
- Duração

2. Objeto de avaliação

A Prova de Equivalência à Frequência – Componente Escrita, tem por referência o Programa de Educação Física (homologado em 05/02/2001) e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova de duração limitada (90 minutos), nomeadamente:

Competências

- Conhecer e descrever as capacidades coordenativas e condicionais, bem como os processos de desenvolvimento e manutenção da condição física;
- Interpretar/relacionar os temas relacionados com Aptidão Física, Desporto e Saúde com os estilos de vida saudável.
- Conhecer as regras e as ações técnico-táticas elementares dos jogos desportivos coletivos;
- Conhecer os princípios de jogo das modalidades coletivas.

Conteúdos

- Aptidão Física, Desporto e Saúde
- Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas;
- Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física;
- Estruturas e fenómenos sociais extraescolares.
- Atividades Físicas Desportivas
 - Andebol
 - Futebol
 - Futsal
 - Atletismo

- Regulamentos
 - Andebol
 - Futsal
 - Atletismo

3. Caracterização da prova

A prova integra os conteúdos acima descritos, distribuídos em 3 grupos.

Os grupos podem envolver a mobilização de conteúdos relativos a mais do que uma das matérias do programa.

A valorização relativa das matérias/conteúdos apresenta-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Valorização relativa das unidades/conteúdos

Unidades/Conteúdos	Cotação
Grupo A - Aptidão Física, Desporto e Saúde	40
Grupo B - Atividades Físicas Desportivas	80
1- Andebol	30
2- Futebol	20
3- Futsal	10
4- Atletismo	20
Grupo C - Regras das Atividades Físicas Desportivas	80
1- Andebol	30
2- Futsal	30
3- Atletismo	20

A componente escrita é cotada para 200 pontos e vale 30% da avaliação final, sendo os restantes 70% para a componente prática.

4. Critérios de correção

Para as perguntas de:

- . Preenchimento de espaços
- . Verdadeiro ou Falso
- . Escolha múltipla
 - ✓ A cotação total do item só 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.

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 e é expressa por um número inteiro, previsto na grelha de classificação.

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, 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.

Se o examinando responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando inequivocamente a(s) resposta(s) que não deseja que seja(m) classificada(s), deve ser considerada apenas a resposta que surgir em primeiro lugar.

Até ao presente ano letivo, na classificação das provas, continuarão a ser consideradas corretas as grafias que seguirem o que se encontra previsto quer no Acordo de 1945, quer no Acordo de 1990 (atualmente em vigor), mesmo quando se utilizem as duas grafias numa mesma prova.

5. Material

O examinando apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

6. Duração

A prova tem a duração de 90 minutos

COMPONENTE PRÁTICA

1. Prova de Equivalência à Frequência – Componente Prática

O presente documento divulga informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência – Componente Prática, da disciplina de Educação Física, a realizar em 2021, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material
- Duração

2. Objeto de avaliação

A Prova Prática de Equivalência à Frequência – Componente Prática, tem por referência o Programa de Educação Física (homologado em 05/02/2001) e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação num conjunto de exercícios de duração limitada e num eventual contexto específico (situações de confronto, jogo ou apresentação/esquema condicionadas por reduzido número de alunos propostos).

Competências

- Analisar e interpretar a realização dos jogos desportivos coletivos, aplicando os conhecimentos sobre regulamento, técnica, tática e ética desportiva.
- Realizar com oportunidade e correção, em situação de exercício critério e situação de jogo as ações técnico-táticas elementares dos jogos desportivos coletivos;
- Conhecer e identificar ações técnicas e tático-técnicas das várias modalidades.
- Conhecer e descrever as regras, material e ações técnicas elementares nas disciplinas de Badminton e Ginástica de solo.
- Identificar e/ou compor esquemas individuais e/ou de grupo e conhecer e identificar ações técnicas e tático-técnicas de modalidades individuais.

Conteúdos

- Jogos desportivos coletivos
 - Voleibol
 - Basquetebol
- Desportos individuais
 - Ginástica de solo
 - Badminton

3. Caracterização da prova

A componente prática integra dois momentos:

1º) No primeiro momento avaliam-se as competências relativas aos *Jogos Desportivos Coletivos*. O aluno deverá realizar exercícios critério (circuito técnico) e situação de jogo (3x3 em campo reduzido ou similar, dependendo do número de examinandos) em duas modalidades: *Voleibol* e *Basquetebol*.

2º) No segundo momento avaliam-se as competências relativas aos *Desportos Individuais*. O aluno será avaliado na modalidade de *Badminton* e *Ginástica de solo*.

Em relação ao Badminton, o aluno terá de executar duas sequências de batimentos e realizar um jogo de singulares, de duração máxima de 5 minutos, executando todo o tipo de deslocamentos, batimentos e ações técnico-táticas desta modalidade.

Na Ginástica de solo, o aluno deverá realizar, com correção, um esquema gímico, de sequência livre, composto por seis elementos: rolamento à frente com saída de membros inferiores estendidos e afastados, rolamento à retaguarda com saída de membros inferiores estendidos e afastados, apoio facial invertido seguido de rolamento à frente, roda ou rondada, ponte ou espargata, avião ou bandeira.

A valorização relativa das matérias/conteúdos apresenta-se no Quadro 2

Quadro 2 – Valorização relativa das unidades/conteúdos

Modalidades	Cotação (em pontos)	Estrutura	Cotação (em pontos)
Voleibol	50	Exercício critério (circuito técnico)	20
		Situação de jogo	30
Basquetebol	50	Exercício critério (circuito técnico)	20
		Situação de jogo	30
Ginástica de solo	50	Sequência gímnica	50
Badminton	50	Sequência de batimentos	20
		Jogo de singulares	30
Totais: 200			200

3. Critérios gerais de classificação

A componente prática será avaliada por um júri de três professores da disciplina.

A classificação será efetuada de 0 a 200 pontos. Os alunos terão classificação positiva se obtiverem uma classificação igual ou superior a 100 pontos na totalidade das matérias abordadas.

A componente prática terá um peso de 70% na nota global da Prova de Equivalência à Frequência.

Os Critérios Gerais de correção estão definidos no programa da disciplina. A correção técnica, aplicação das regras e normas relacionadas e cumprimento dos critérios de êxito definidos para cada item é expressa por número inteiro, previsto na grelha de classificação.

4. Material

O aluno deve apresentar-se equipado com o equipamento obrigatório e calçado apropriado para a prática desportiva, respeitando o Regulamento Interno da escola.

5. Duração

A prova tem a duração de 90 minutos.