

---

INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Abril 2018**

---

**Prova 26 | 2018**

---

**3.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei nº 139/2012, de 05 de julho)**

---

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3º ciclo do ensino básico, da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2018, nomeadamente:

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

### **Objeto de avaliação**

A prova tem por referência o Programa de Educação Física do 3º ciclo do ensino básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação, nomeadamente a capacidade de analisar e interpretar a realização das atividades físicas desportivas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação.

### **Caracterização da prova**

A prova é constituída por uma componente prática e uma componente teórica, de duração limitada.

#### Prova Prática

**Ginástica Artística:** Realizar um esquema de solo.

**Atletismo** (Lançamento do peso): Realizar 3 lançamentos do peso.

**Badminton:** Jogo de singulares.

**Futsal:** Exercícios analíticos e situações de jogo reduzido.

**Basquetebol:** Exercícios analíticos e situações de jogo reduzido.

### Prova Teórica

- A prova teórica é constituída por 2 grupos.
- Grupo I: é constituído por 8 questões relativas aos regulamentos e ações técnico-táticas do Voleibol, Basquetebol, Futsal e Andebol.
- Grupo II: é constituído por 8 questões alusivas aos regulamentos e ações técnicas do Atletismo; Ginástica Artística e Badminton.

### **Prova Prática**

<b>CONTEÚDOS / APRENDIZAGENS</b>	<b>COMPETÊNCIAS / OBJETIVOS</b>	<b>GRUPO</b>	<b>COTAÇÃO</b>
<b>Ginástica Artística</b> -Solo: Realizar com correção um esquema completo com os seguintes elementos: apoio facial invertido, rolamento à frente engrupado; rolamento à retaguarda com membros inferiores afastados; posição de equilíbrio; posição de flexibilidade; roda).	Realiza de modo regulamentar os critérios da aptidão técnica nos elementos gímnicos e sequências selecionados		<b>20</b>
<b>Atletismo</b> -Lançamento do peso; Aplicar corretamente a técnica adequada às diferentes fases do lançamento (balanço e fase final).	Realiza de modo regulamentar os critérios da aptidão atlética/técnica.		<b>20</b>
<b>Badminton</b> -Serviço curto ou comprido; lob; clear; e remate.	Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em situação de jogo		<b>20</b>
<b>Futsal</b> -Passe e receção, condução de bola, drible e remate; jogo 1x1; jogo 3x3	Domina e aplica de forma ajustada os gestos técnicos fundamentais quer em situação analítica quer em situação de jogo.		<b>20</b>
<b>Basquetebol</b> -Lançamento livre, lançamento na passada; drible de proteção; jogo 1x1 e 3x3.	Domina e aplica de forma ajustada os gestos técnicos fundamentais quer em situação analítica quer em situação de jogo.		<b>20</b>
		<b>Total</b>	<b>100</b>

## Prova Escrita

Conteúdos	Objetivos	Questão	Cotação
Atividades Físicas Desportivas – Desportos Coletivos	Conhecer os regulamentos e ações técnico-táticas do Voleibol, Basquetebol, Futsal e Andebol.	Grupo I 8 Questões	50 Pontos
Atividades Físicas Desportivas – Desportos Individuais	Conhecer os regulamentos e ações técnicas do Atletismo; Ginástica Artística e Badminton	Grupo II 8 Questões	50 Pontos
<b>TOTAL</b>			<b>100</b>

### Material necessário

Para a realização da prova teórica o aluno necessitará de uma esferográfica azul ou preta e não será permitido o uso de corretor

Para a realização da prova prática o aluno nas provas de Atletismo, Ginástica Artística, Futsal e Basquetebol deve usar: sapatilhas; meias; calção; t-shirt; fato de treino (facultativo).

### Duração da prova e tolerância

A Duração de cada uma das provas, Prova Teórica e Prova Prática, será de 45 minutos.

### Critérios gerais de classificação

#### Critérios de classificação da Prova Teórica

- Adequar o conteúdo face à questão em causa.
- Organização coerente das ideias e dos conceitos apresentados.
- Sequência lógica do encadeamento das ideias.
- Capacidade de síntese.
- Objetividade nas respostas.
- Capacidade de emitir juízos de valor e análise crítica.
- Conseguir, de uma forma organizada e bem fundamentada, aplicar os conceitos adquiridos a situações práticas apresentadas.
- Não será atribuída qualquer pontuação a respostas cujo conteúdo seja inadequado.

#### Critérios de classificação da Prova Prática:

Aplicação das técnicas específicas de cada matéria;

---

Aplicação da ação tática adequada em função das diversas situações de jogo.

Aplicação correta das técnicas específicas de cada matéria;  
Aplicação da ação tática adequada em função das diversas situações de jogo.

---

**Futsal** (20 pontos)

- Execução do passe e receção seguidos de condução de bola .....5 pontos
- Execução do drible e finalização com remate.....5 pontos
- Jogo 1x1 em campo reduzido.....5 pontos
- Jogo 3x3 em campo reduzido.....5 pontos

**Basquetebol** (20 pontos)

- Execução do drible de proteção e finalização com lançamento em salto .....4 pontos
- Execução do drible de progressão e finalização com lançamento na passada.....4 pontos
- Execução do lançamento em apoio .....4 pontos
- Jogo reduzido 1x1 em meio campo .....2 pontos
- Jogo reduzido 3x3 em meio campo .....6 pontos

**Ginástica** (20 pontos)

- Apoio facial invertido .....3 pontos
- Rolamento à frente com membros inferiores unidos .....5 pontos
- Rolamento à retaguarda com membros inferiores afastados.....3 pontos
- Posição de equilíbrio.....3 pontos
- Posição de flexibilidade.....3 pontos
- Roda.....3 pontos

**Atletismo** (20 pontos)

- Lançamento do Peso.....20 pontos

**Badminton** (20 pontos)

- Jogo singulares. ....20 pontos