

## INFORMAÇÃO: PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

DISCIPLINA/PROVA: EDUCAÇÃO FÍSICA 12º ANO - PROVA 311

2023

---

Ensino Secundário (Decreto-Lei nº 55/2018 de 6 de julho)

---

O presente documento divulga informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência da disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA, do 12º ano de escolaridade, a realizar em 2023, nomeadamente:

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

### Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do Ensino Secundário e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova escrita e prática de duração limitada, nomeadamente:

#### A) Conhecimentos e Capacidades

- adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos;
- selecionar informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outras;
- realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos;
- elaborar sequências de habilidades;
- resolver problemas em situações de exercício critério;
- respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança;
- apresentar iniciativas e propostas;
- ser autónomo na realização das tarefas;
- aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física.

## Caracterização da prova

A estrutura da prova sintetiza-se nos quadros 1 e 2.

A prova tem uma componente escrita e uma componente prática com uma ponderação de 30% e 70% respetivamente.

**Quadro 1 - Valorização dos conteúdos das provas**

Conteúdos	Valorização
<b>Prova Escrita</b>	<b>(200)</b>
Desporto e Sociedade	20 pontos
Aptidão Física e Saúde	40 pontos
Desportos Individuais	60 Pontos
Desportos Coletivos	60 Pontos
Dança	20 pontos
<b>Prova Prática</b>	<b>(200)</b>
Desportos individuais	100 Pontos
Desportos coletivos	100 Pontos

**Quadro 2 – Situações analíticas da prova prática**

UNIDADE TEMÁTICA	CONTÉUDOS	COTAÇÃO
Basquetebol/ Andebol	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer o objetivo do jogo, as formas de executar as ações técnico-táticas e as regras do jogo.</li></ul>	50
Futsal/ Voleibol	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer o objetivo do jogo, as formas de executar as ações técnico-táticas e as regras do jogo.</li></ul>	50
Ginástica de Solo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realizar rolamento à frente com saída de pernas afastadas e à retaguarda com saída de pernas afastadas e posições de equilíbrio e flexibilidade.</li><li>• Apoio facial invertido e roda.</li><li>• Elementos de ligação.</li></ul>	50
Atletismo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Efetuar uma corrida de velocidade (60 m). Acelera até à velocidade máxima, realizando apoios ativos sobre a parte anterior do pé (extensão completa da perna de impulsão) e termina sem desaceleração nítida, com inclinação do tronco à frente nas duas últimas passadas.</li><li>• Efetuar corrida de resistência aeróbia (milha).</li><li>• Saltar em comprimento com a técnica de voo na passada, com corrida de balanço de 8 a 10 passadas e impulsão eficaz na tábua de chamada; na fase descendente do voo, “puxa” a perna de impulsão para junto da perna livre e toca o solo o mais longe possível, com flexão do tronco à frente.</li></ul>	50

A tipologia de itens, o número de itens e a cotação por item apresentam-se no Quadro 3.

**Quadro 3 - Tipologia, número de itens e cotação**

Tipologia de item	Número de itens	Cotação por item (em pontos)
<b>Prova escrita</b>		
Resposta aberta	2	20
Resposta de escolha múltipla	27	2 a 4 pontos
Preenchimento de espaços	2	2 a 4 pontos
Resposta alternativa (V/F)	10	4 pontos

As respostas serão dadas em folha própria a fornecer aos alunos.  
Serão disponibilizadas folhas de rascunho.

## **Critérios gerais de classificação**

### **Prova escrita**

1. Utilização adequada da terminologia científica.
2. Correção linguística (aspetos sintáticos e ortográficos) e cuidado na apresentação.
3. Coerência de argumentos na interpretação, compreensão exposição de conceitos e teorias.
4. A ausência de resposta ou uma resposta totalmente ilegível terá cotação zero.
5. Sempre que se verifique um engano, deve ser riscado e corrigido à frente de modo bem legível.
6. Deve ser respeitado o número de opções pedidas. Caso se exceda esse número, a cotação será zero

### **Prova prática**

1. Atendendo à natureza da prova, os critérios de correção resultam da observação direta do júri perante os candidatos que se apresentarem para a realizarem.
2. O júri deve ter como referência a execução correta dos exercícios a realizar pelos candidatos ao exame de equivalência à frequência.
3. Os alunos serão avaliados numa escala de 0 (zero) a 200 (duzentos) pontos nos diferentes parâmetros a serem objeto de avaliação nos referidos desportos e a classificação final será obtida pela média aritmética das provas em questão.

## **Material autorizado**

### **Prova escrita**

Material indispensável para escrita (esferográfica azul ou preta).

**Prova prática**

Equipamento desportivo.

**Duração**

Prova escrita - 90 minutos

Prova prática - 90 minutos