
Prova de Equivalência à Frequência de
EDUCAÇÃO FÍSICA

Código nº (311) | 2023

[Ensino Secundário] / [12º ano]

1. Objeto de avaliação

As informações apresentadas neste documento integram os domínios previstos nas Aprendizagens Essenciais e não dispensam a consulta das Aprendizagens Essenciais do ensino secundário e do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória.

Como ano terminal de ciclo, e de um percurso de 12 anos da disciplina na escolaridade obrigatória, as aprendizagens sujeitas a avaliação, garantem um conjunto de conhecimentos, capacidades e atitudes necessárias à valorização desta área cultural, que permitam uma cidadania responsável, ativa e organização e participação, ética desportiva, entre outras.

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados pelas Aprendizagens Essenciais, em adequação com o nível de prática dos alunos.

2. Caracterização e estrutura da prova

A **prova escrita (A)** é constituída por cinco grupos de resposta obrigatória, do tipo misto, com a seguinte cotação: Baquetebol (20 %); Voleibol (20%); Ginástica (20%); Aptidão Física (20%) e Natação (20%).

A **prova prática (B)** é constituída por duas partes distintas: duas atividades individuais (Ginástica - 25%) e (Aptidão Física – 25%) e um desporto coletivo (Voleibol - 50%).

Ambas as provas são cotadas de 0 a 200 pontos.

3. Critérios gerais de classificação

Prova Escrita (30%)

- Utilização de vocabulário específico da disciplina.
- Evidenciar domínio dos conteúdos programáticos, grau de clareza e objectividade das respostas.
- Serão tomadas em consideração cotações parcelares no caso das respostas incompletas.
- Fuga à questão não terá qualquer cotação.

Prova de Equivalência à Frequência de
EDUCAÇÃO FÍSICA

Código nº (311) | 2023

[Ensino Secundário] / [12º ano]

Prova Prática (70%)

- Na Ginástica: Os exercícios tem de ser executados de forma controlada, com a máxima amplitude e correção, de acordo com as exigências técnicas aprendidas. Os rolamentos devem ser harmoniosos, as posições invertidas tem de ser “definidas” e os equilíbrios mantidos durante pelo menos 2 segundos.
- No Voleibol: Correção, controlo e segurança do exercício, amplitude, eficácia e eficiência dos movimentos.
- Na Aptidão Física: o teste do “vaivém” deve ser realizado segundo o protocolo Fitescola, e a classificação será atribuída em função dos valores de referência para a idade do aluno no momento da aplicação do teste.

4. Material autorizado

Prova Prática - Equipamento desportivo, compatível com a modalidade.

Prova Escrita - O Aluno deve usar como material de escrita, apenas tinta azul ou preta, não sendo permitido o uso de lápis nem de corretor.

5. Duração

A – Prova escrita - 90 min.

B – Prova prática - 90 min.