
Educação Física, Prova 26 - Escrita e Prática

3.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho)

Introdução

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos às provas:

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

Objeto de avaliação

As Orientações Curriculares para o 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, integram 3 grandes áreas de avaliação específicas da educação física, que representam as grandes áreas de extensão da mesma: Atividades físicas (matérias), Aptidão física e Conhecimentos. Esta prova de exame integra as 3 áreas, das atividades físicas (matérias coletivas e individuais), da aptidão física e dos conhecimentos.

Competências específicas da Prova Escrita

O aluno conhece, interpreta e relaciona os conceitos subjacentes aos seguintes temas:

- Ações técnico-táticas elementares das diversas matérias;
- Domínio das regras fundamentais não só como jogador mas também como árbitro;
- Fenómenos associados à atividade física e à saúde.

Competências específicas da Prova Prática

- Processos de elevação e manutenção das capacidades físicas.
- Análise e interpretação da realização das modalidades selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e regras.

Os conteúdos programáticos, indicados no quadro seguinte, serão passíveis de serem abordados na prova prática.

Quadro1- Conteúdos programáticos

<u>Aptidão Física</u>	<u>Coletivas</u>	<u>Individuais</u>
- Teste de flexibilidade - Teste de força média	- Futebol - Basquetebol	- Atletismo - Ginástica de solo e aparelhos

Caracterização da prova

Tipo de prova: Teórico-Prática

A prova escrita é constituída por 3 grupos e por 3 tipos de perguntas:

Grupo I - engloba 10 perguntas de Verdadeiro e Falso;

Grupo II - engloba 8 perguntas de escolha múltipla;

Grupo III - é constituído por uma pergunta de desenvolvimento.

As cotações estão distribuídas da seguinte forma:

Grupo I - 2 pontos para cada pergunta;

Grupo II - 5 pontos para cada pergunta;

Grupo III - 40 pontos.

A prova prática está organizada por grupos de atividade:

Aptidão Física: o aluno realiza os testes de aptidão física definidos, atingindo os valores dentro da zona saudável (ZSAF), em função do seu género/idade;

Modalidades coletivas: o aluno realiza com correção e oportunidade, em exercício critério, as ações técnicas inerentes às matérias selecionadas;

Modalidades individuais:

- **Atletismo** - o aluno realiza o lançamento do peso, com correção técnica;

- **Ginástica** - o aluno realiza uma sequência gímnica (exercícios critério obrigatórios) e realiza um salto no plinto transversal com 5 caixas.

As cotações estão distribuídas pelos seguintes intervalos:

Aptidão Física - até 12%

Modalidades coletivas - até 48%

Modalidades Individuais - Atletismo até 12%

- Ginástica: solo e aparelhos até 28%

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios de classificação a seguir indicados:

- a prova escrita tem uma ponderação de 50% da classificação final;
- a prova prática tem uma ponderação de 50% da classificação final.

A classificação final da prova de equivalência à frequência será obtida pelo somatório das duas provas.

Critérios gerais de classificação

No grupo I a cotação é atribuída na totalidade se a resposta for a correta (V ou F).

No grupo II a cotação é atribuída na totalidade se a resposta for a correta.

No grupo III a cotação é atribuída na totalidade se a resposta numa linguagem precisa, corresponder corretamente e com coerência com os conteúdos abordados.

Na Aptidão Física, o aluno atinge os valores dentro da ZSAF, em função do seu género/idade.

Nas Modalidades Coletivas, o aluno conhece o objetivo do jogo, as principais regras, a função e o modo correto de execução das principais ações técnicas da modalidade.

Na Ginástica, o aluno realiza os exercícios no solo e no plinto, aplicando os critérios de correção técnica para cada conteúdo.

No Atletismo, o aluno aplica o regulamento específico do lançamento do peso, realizando-o com correção técnica.

(Em cada exercício, é avaliado o nível de correção demonstrado na execução dos diferentes gestos técnicos inerentes a cada modalidade).

Material

Material indispensável à realização da prova prática (roupa desportiva, ténis, sapatilhas).

Material necessário à realização da prova escrita (esferográfica azul ou preta).

Duração

Duração da prova escrita: 45 minutos

Duração da prova prática: 45 minutos

