SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E DOS ASSUNTOS CULTURAIS
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO EDUCATIVA

Informação-Prova de Equivalência à Frequência

EDUCAÇÃO FÍSICA **2023**

Código 311
Ensino Secundário

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física do ensino secundário a realizar em 2023, nomeadamente:

1. Objeto de avaliação
2. Caracterização da prova
3. Critérios gerais de classificação
4. Material autorizado
5. Duração da prova

PROVA ESCRITA

1.OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de equivalência à frequência tem por referência as Aprendizagens Essenciais.

A prova permite avaliar os conhecimentos que decorrem dos objetivos gerais e específicos da disciplina, passíveis de avaliação numa prova escrita de duração limitada.

Objetivos gerais e conteúdos em avaliação:

Objetivo 1	**Conhecer e compreender os processos de desenvolvimento e manutenção da condição física, saúde e bem estar**
Conteúdos	- Aptidão física e saúde; - Benefícios da atividade física; - Capacidades motoras; - Alimentação, hidratação e repouso; - Procedimentos na prestação de socorro a uma vítima com paragem cardiorrespiratória, no contexto da atividade física.

Objetivo 2	**Conhecer e compreender o desporto como fenómeno social**
Conteúdos	- Desporto como fenómeno social; - Dopagem e risco de saúde; - Aspetos gerais da ética na participação das atividades físicas desportivas.

Objetivo 3	**Conhecer e compreender as regras e regulamentos das várias modalidades desportivas**
Conteúdos	Atividades físicas desportivas - Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol, Ginástica, Atletismo, Badminton, Ténis de mesa e Natação.

Objetivo 4	**Conhecer e compreender as componentes críticas dos gestos técnicos e os fundamentos táticos das várias modalidades desportivas**
Conteúdos	Atividades físicas desportivas - Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol, Ginástica, Atletismo, Badminton, Ténis de mesa, Natação e Dança.

2. CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

A prova escrita apresenta quatro grupos de questões de resposta rápida.

Cada grupo de questões pretende avaliar os conhecimentos em cada um dos objetivos acima enunciados.

Grupo	Questões
I	5 questões
II	5 questões
III	15 questões
IV	15 questões

3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Grupo	Correção
I	- A classificação é atribuída de acordo com os elementos de resposta solicitados e apresentados; - Se a resposta tiver um número de elementos superior ao solicitado, apenas são classificados os elementos de acordo com a ordem da sua apresentação; - Os elementos em excesso são ignorados; - As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.
II	
III	
IV	

4. MATERIAL AUTORIZADO

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

As respostas são registadas em folha própria, fornecida pelo estabelecimento de ensino.

Não é permitido o uso de corretor.

5. DURAÇÃO DA PROVA

A prova tem a duração de 90 minutos.

PROVA PRÁTICA

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova prática de equivalência à frequência tem por referência as Aprendizagens Essenciais.

A prova permite avaliar as competências que decorrem dos objetivos gerais e específicos da disciplina, passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

Objetivos gerais e conteúdos em avaliação:

Objetivo 1	**Realizar com correção e sucesso fundamentos técnicos dos Jogos Desportivos Coletivos**
Conteúdos	Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol.

Objetivo 2	**Realizar com correção elementos gímnicos de solo e aparelhos**
Conteúdos	Ginástica Artística.

Objetivo 3	**Realizar com correção a técnica de especialidades do Atletismo.**
Conteúdos	Atletismo.

Objetivo 4	**Realizar ações motoras de aptidão física dentro da zona saudável.**
Conteúdos	Teste de aptidão física da bateria FITescola

Objetivo 5	**Realizar com correção técnicas de Natação.**
Conteúdos	Natação.

2. CARACTERIZAÇÃO DA PROVA

A prova apresenta cinco grupos de exercícios.

Cada grupo de exercícios pretende avaliar as competências em cada um dos objetivos acima enunciados.

Grupo	Exercícios	Tipo de exercício
I	4 exercícios	Dois ou quatro dos Jogos Desportivos Coletivos
II	2 exercícios	Uma sequência e um salto
III	1 exercício	Uma especialidade de saltos ou lançamentos
IV	2 exercícios	Teste da bateria FITescola
V	1 exercício	Uma prova de 50 metros, efetuando 2 estilos e 1 viragem

3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Grupo	Execução Técnica correta	Sucesso na tarefa
I	75%	25%
II	100%	-
III	75%	25%
IV	-	100%
V	75%	25%

4. MATERIAL AUTORIZADO

O aluno tem de apresentar-se com o equipamento adequado: t-shirt, calção ou calças de fato de treino, meias e sapatos desportivos.

Para a prova de natação, o aluno tem de apresentar-se com o equipamento adequado: fato de banho, chinelos e touca.

5. DURAÇÃO DA PROVA

A prova tem a duração de 90 minutos.