



Ensino Secundário Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho	Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física
	Código da Prova: 311
	Ano Letivo: 2022/23

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1. Objeto de avaliação

As provas de exame têm por referência o Currículo Nacional do Ensino Secundário e o Programa da disciplina de Educação Física em vigor.

Estas provas permitem avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do Programa da disciplina, passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada. A prova avalia a aprendizagem, nos domínios psicomotor e cognitivo, das Atividades Físicas Desportivas: jogos desportivos coletivos e modalidades individuais abordadas ao longo do Ensino Secundário.

2. Características e estrutura

Ambas as provas, teórica e prática, são baseadas nas modalidades desportivas individuais e coletivas abordadas ao longo do Ensino Secundário. A sua estrutura é a constante nos quadros que se seguem.

a. Prova prática

Quadro 1 – Características e estrutura da prova prática de exame de Educação Física.

Conteúdos	Objetivos	Estrutura da prova	Cotação
ATLETISMO	<ol style="list-style-type: none">1. Correr um percurso de quarenta metros (40 m) no menor tempo possível, executando a técnica de partida e de corrida adequada à situação do espaço disponível.2. Correr durante dez (10) minutos, executando a técnica de partida e de corrida adequada e mantendo um ritmo constante, sem paragens.	<ol style="list-style-type: none">1. Corrida de velocidade.2. Corrida de resistência.	28,0 Pontos (14+14)
ANDEBOL	Executar, com correção, as seguintes ações técnico-táticas: <ol style="list-style-type: none">1. Passe de ombro2. Recepção3. Drible4. Remate em apoio5. Remate em suspensão6. Finta / simulação	Executar em situação de jogo reduzido ou em exercício critério as ações técnico-táticas básicas da modalidade: <ol style="list-style-type: none">1. Passe de ombro2. Recepção3. Drible4. Remate (em apoio e suspensão)5. Finta / Simulação	35,0 Pontos (7+7+7+7+7)



Conteúdos	Objetivos	Estrutura da prova	Cotação
BASQUETEBOL	Executar com correção as seguintes ações técnico-táticas: 1. Passe de peito 2. Recepção 3. Drible de progressão 4. Lançamento em apoio 5. Lançamento na passada	Executar em situação de jogo reduzido ou em exercício critério as ações técnico-táticas básicas da modalidade: 1. Passe de peito 2. Recepção 3. Drible de progressão 4. Lançamento em apoio 5. Lançamento na passada	35,0 Pontos (7+7+7+7+7)
VOLEIBOL	Executar com correção as seguintes ações técnico-táticas: 1. Passe de dedos 2. Manchete (recepção baixa) 3. Remate em salto 4. Serviço por baixo 5. Serviço por cima – tipo ténis	Executar em situação de jogo reduzido ou em exercício critério as ações técnico-táticas básicas da modalidade: 1. Passe de dedos 2. Manchete (recepção baixa) 3. Remate em salto 4. Serviço por baixo 5. Serviço por cima – tipo ténis	35,0 Pontos (7+7+7+7+7)
FUTSAL	Executar com correção as seguintes ações técnico-táticas: 1. Passe 2. Recepção 3. Condução de bola 4. Remate 5. Finta	Executar em situação de jogo reduzido ou em exercício critério as ações técnico-táticas básicas da modalidade: 1. Passe 2. Recepção 3. Condução de bola 4. Remate 5. Finta	35,0 Pontos (7+7+7+7+7)
GINÁSTICA	Executar com correção os seguintes saltos do minitrampolim de entrada facial: 1. Salto em extensão - vela 2. Salto engrupado 3. Salto de carpa de pernas afastadas 4. Salto com meia pirueta vertical	Executar individualmente e com correção os seguintes saltos do minitrampolim, após corrida de balanço: 1. Salto em extensão - vela 2. Salto engrupado 3. Salto de carpa de pernas afastadas 4. Salto com meia pirueta vertical	32,0 Pontos (8+8+8+8)

b. Prova escrita

Quadro 2 – Características e estrutura da prova escrita de exame de Educação Física (prova 311)

Conteúdos	Objetivos	Estrutura da prova	Cotação
I – ATLETISMO II – BASQUETEBOL III – ANDEBOL IV – VOLEIBOL V – FUTSAL VI – GINÁSTICA	Identificar e caracterizar as regras, as técnicas e as ações técnico-táticas dos conteúdos selecionados. Identificar e caracterizar os saltos no minitrampolim	A prova é constituída por seis (6) grupos de respostas obrigatórias. Questões com resposta descritiva e/ou esquemática, de escolha múltipla e de afirmações para assinalar verdadeira ou falsa.	Grupo I = 30,0 pontos Grupo II = 35,0 pontos Grupo III = 35,0 pontos Grupo IV = 35,0 pontos Grupo V = 35,0 pontos Grupo VI = 30,0 pontos



3. Identificação da escala de Classificação

A classificação da prova prática será calculada através da média aritmética das Atividades Físicas e Desportivas, num total de duzentos (200) pontos.

A classificação da prova teórica será calculada através da soma das questões num total de duzentos (200) pontos.

A classificação final será calculada tendo em conta o peso relativo das componentes escrita [trinta por cento (30,0%)] e componente prática [setenta por cento (70,0%)].

4. Critérios Gerais de Classificação

a. Prova prática

Para a prova prática, a execução técnica será avaliada pela forma como se desenvolve a tarefa e pelo grau de consecução do objetivo dessa mesma tarefa.

A classificação da prova prática será calculada através da média aritmética das Atividades Físicas e Desportivas, num total de duzentos (200) pontos.

b. Prova escrita

Na prova escrita serão atribuídos os seguintes critérios gerais de classificação da mesma:

- Utilização adequada da terminologia específica;
- Correção linguística (aspetos sintáticos e ortográficos) e cuidado na apresentação;
- Coerência de argumentos na interpretação, compreensão e exposição de conceitos;
- A ausência de resposta ou uma resposta totalmente ilegível terá a cotação de zero (0) pontos;
- Sempre que se verifique um engano, deve ser riscado e corrigido à frente de modo bem visível;
- Serão desvalorizadas as respostas que não se relacionem com o tema proposto.

5. Material Permitido

a. Prova prática

O material indispensável para a realização da prova prática, é o seguinte:

- Sapatilhas;
- Fato de treino ou calções;
- Camisola desportiva.



Todo o restante material desportivo necessário à realização desta prova será fornecido pelo estabelecimento de ensino.

b. Prova escrita

O material indispensável para a realização da prova escrita, é o seguinte:

- Apenas pode ser usada caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta indelével;
- Não é permitido o uso de corretor nem de lápis.

6. Duração da prova

As provas (escrita e prática) têm a duração de noventa (90) minutos cada.