



## INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

### 1. Introdução

O presente documento visa, conforme previsto no Regulamento de Exames, divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2017 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pela legislação em vigor.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

### 2. Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciados no programa de Educação Física em vigor.

A avaliação sumativa interna, realizada através de uma prova prática de duração limitada, só permite avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciados no programa.

#### Objetivos gerais e competências

- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos jogos desportivos coletivos, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.
- Na Ginástica, compor, realizar e analisar as destrezas elementares do solo, em esquema individual, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação.
- No Atletismo, realizar a prova de corrida cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.

#### Conteúdos

- Condição física.
- Ativação geral e específica.
- Princípios biológicos do treino.
- Noção de carga e suas componentes.
- Desportos coletivos

- 
- Ações motoras típicas nas suas dimensões:
    - técnica;
    - tática.
  - Desportos individuais:
    - Destrezas gímnicas na especialidade de solo;
    - Atletismo: prova na especialidade de corridas.

### 3. Caracterização da prova

- A prova será composta por:
  - Exercícios critério;
  - Situações de jogo (opção de um desporto coletivo dentro dos previstos na prova).

### 4. Critérios gerais de classificação

- Análise do desempenho do aluno segundo padrões de correção postural, execução técnica das habilidades e oportunidade tática.
- A classificação a atribuir ao desempenho resulta da aplicação dos critérios gerais e específicos de classificação apresentados para cada exercício proposto e é expresso por um número inteiro.
- As prestações que não corresponderem aos exercícios/modalidade propostos são classificadas com zero pontos.
- Nos itens de seleção, qualquer desempenho que não corresponda aos exemplos apresentados é classificado com zero pontos.

### 5. Material

- Equipamento desportivo completo.

### 6. Duração

- A prova tem a duração de 45 minutos.