



## 1.Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova final do ensino secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2017 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho.

Deve ainda ser tido em conta o Despacho Normativo n.º 24-A/2012, de 6 de Dezembro, bem como o Despacho n.º 15971/2012, de 14 de Dezembro.

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

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

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

Este documento deve ser dado a conhecer aos alunos e com eles deve ser analisado, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar.

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 pelo Programa, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

## 2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Programa Nacional de Educação Física do Ensino Secundário, homologado em 2001, aplicando-se supletivamente as Metas Curriculares de Educação Física, e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação em duas provas, uma prova escrita e outra prova prática, de duração limitada.

A prova escrita pretende avaliar o conhecimento dos fundamentos teóricos de suporte às Atividades Físicas Desportivas, nas suas dimensões física, técnica, tática, regulamentar e organizativa, assim como os conhecimentos relativos à Aptidão Física e Saúde, nomeadamente os fatores associados a um estilo de vida saudável e ao desenvolvimento das capacidades físicas.

A prova prática pretende avaliar a capacidade de aplicação dos conhecimentos teóricos e o desempenho na realização dos gestos técnicos das várias modalidades, individuais e coletivas, desenvolvidas no ensino secundário.

### **3. Caracterização e estrutura da prova.**

A prova é constituída por uma prova escrita e por uma prova prática.

A classificação final da prova correspondente à média ponderada, arredondada às unidades, das classificações das duas partes, valendo a componente prática 70% e a escrita 30%.

É obrigatório a realização das duas partes (prática e escrita) para a obtenção da classificação final.

#### **3.1. Prova escrita:**

Esta parte da prova reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

Alguns dos itens podem envolver a mobilização de um ou mais conteúdos relativos aos temas do Programa.

A sequência dos itens pode não corresponder à sequência dos temas do Programa.

Os itens podem ter como suporte um ou mais documentos como, por exemplo, figuras e esquemas.

A prova inclui 40 a 50 itens, divididos entre itens de construção e itens de seleção (escolha múltipla e/ou de verdadeiro/falso).

A resposta aos itens de construção pode resumir-se, por exemplo, a uma palavra, a uma expressão, a uma frase ou a um número (itens de resposta curta); ou pode envolver a apresentação de justificações ou de uma representação esquemática.

A prova é cotada para 200 pontos. A valorização relativa aos temas apresenta-se no Quadro 1.

Quadro 1 - A valorização relativa aos temas da prova escrita

| Conteúdos  | Cotação          |
|--|------------------|
| <p><b>1 – Saúde e Aptidão Física</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Importância e constituição do aquecimento e do retorno à calma;</li> <li>○ Aptidão Física;</li> <li>○ Capacidades Físicas Condicionais e Coordenativas;</li> <li>○ Bateria de Testes do Fitnessgram;</li> <li>○ Atividade física e saúde.</li> </ul> | 30 a 50 pontos   |
| <p><b>2 – Atividades Físicas Desportivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Regras básicas, gestos técnicos e aspetos táticos específicos das Atividades Físicas Desportivas: Basquetebol, Andebol, Futsal, Voleibol, Badminton, Atletismo, Natação e Ginástica (Solo, Aparelhos e Acrobática).</li> </ul>               | 150 a 170 pontos |

### 3.2. Prova prática:

Antes de realizar os exercícios, o(a) aluno(a) deverá ler com atenção o enunciado.

O(a) aluno(a) deverá executar um conjunto de exercícios indicados na prova que lhe será fornecida.

Na prova consta uma legenda para que o(a) aluno(a) possa entender os esquemas de apoio apresentados.

Todos os exercícios são de carácter individual.

A prova inicia-se com um aquecimento geral.

O(a) aluno(a) aplica os gestos técnicos das várias modalidades coletivas (Basquetebol, Andebol, Futsal e Voleibol) e individuais (Badminton, Ginástica, Atletismo e Natação), em situação de exercício critério.

Nas modalidades coletivas, o(a) aluno(a) escolhe três modalidades entre Futsal, Andebol, Basquetebol e Voleibol.

Nas modalidades individuais, o(a) aluno(a) escolhe três modalidades entre Badminton, Ginástica, Atletismo e Natação.

Se optar pela modalidade de Ginástica, o(a) aluno(a) seleciona entre Ginástica de Solo ou Ginástica de Aparelhos.

Se optar pela modalidade de Atletismo, o(a) aluno(a) realiza uma prova de Resistência e de Lançamento do peso.

Se optar pela modalidade de Natação, o(a) aluno(a) seleciona dois estilos entre os estilos de Crol, Bruços, Costas e Mariposa.

A prova é cotada para 200 pontos. A valorização relativa aos conteúdos práticos apresenta-se no Quadro 2.

Quadro 2 - A valorização relativa aos conteúdos práticos.

| Competências   | Conteúdos   | Cotações                   |
|--|---|----------------------------|
| <b>1. Aquecimento geral</b>  | 1. Aquecimento geral orientado pelo aluno, com duração máxima de seis minutos.  | 20 pontos                  |
| <b>2. Modalidade Coletivas</b> (escolher três)<br>2.1. Basquetebol<br>2.2. Andebol.<br>2.3. Futsal.<br>2.4. Voleibol.    | 2. Exercício (s) critério para avaliar os gestos técnicos de cada modalidade:<br>2.1. Um exercício. Gestos técnicos: passe, drible progressão, lançamento passada; mudança direção; e lance livre.<br>2.2. Dois exercícios. Gestos técnicos: passe, drible de progressão/mudança de direção; Remate em suspensão/salto; remate com abertura de ângulo; e Lançamento livre de 7 metros.<br>2.3. Dois exercícios. Gestos técnicos: passe; recepção; condução de bola; finta; e remate.<br>2.4. Quatro exercícios. Gestos técnicos: passe; manchete; remate; serviço por baixo e por cima.   | 30 pontos (por modalidade) |
| <b>3. Modalidades Individuais</b> (escolher três)<br>3.1. Badminton.<br>3.2. Atletismo<br>3.3. Ginástica<br>3.4. Natação | 3.1. Quatro exercícios. Gestos técnicos: serviço, lob, clear, amortie e remate.<br>3.2. Teste da Milha (1609m): Tempo limite 10 mim (Fem) e 8:30 mim (Masc); Lançamento do peso (Técnica O'brien): Fem (3 Kg) e Masc (4 Kg).<br>3.3. Ginástica de Solo: um esquema gímico com os seguintes elementos: avião; apoio facial invertido; rolamento à frente; rolamento atrás; roda e ponte.<br>Ginástica de Aparelhos: saltos no minitrampolim (Escolher três: extensão; ½ pirueta; 1 pirueta; carpa; engrupado) e salto ao eixo no plinto longitudinal (masc) ou transversal (fem).<br>3.4. Sessenta (60) metros contínuos por cada estilo (escolher dois) com respetivas viragens e partidas. | 30 pontos (por modalidade) |

#### 4. Critérios de classificação

##### 4.1. Prova Escrita:

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, em caso de omissão ou de engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito.

Se o aluno responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando a(s) resposta(s) que não deseja que seja(m) classificada(s), deve(m) ser classificada(s) com zero pontos.

Nos itens de construção os critérios de classificação das respostas apresentam-se organizados por etapas e/ou por níveis de desempenho a que corresponde a determinada pontuação.

Nos itens de seleção as respostas corretas são classificadas com a cotação total do item e as respostas incorretas são classificadas com zero pontos. Nestes casos não há lugar a classificações intermédias.

Só é atribuída cotação às respostas que apresentem de forma inequívoca uma única opção correta.

No presente ano letivo, na classificação das provas, apenas será considerada correta a grafia que seguir o que se encontra previsto no Acordo Ortográfico de 1990 (atualmente em vigor).

#### **4.2. Prova Prática:**

O(A) aluno(a) é avaliado na execução dos diferentes gestos técnicos ao nível da destreza e habilidade e na adequação das ações técnicas às situações propostas, conforme previsto na grelha de classificação.

O(A) aluno(a) só poderá repetir o exercício caso o júri considere necessário, independentemente do número de tentativas.

Se o(a) aluno(a) não realizar o exercício solicitado na prova ser-lhe-á cotado zero pontos nos gestos técnicos que não realizar.

Os critérios de classificação apresentam-se organizados por níveis de desempenho a que corresponde uma dada pontuação.

A valorização relativa aos temas apresenta-se no Quadro 2.

### **5. Material**

#### **5.1. Prova escrita:**

O (A) aluno (a) 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 (modelo oficial).

Não é permitido o uso de corretor.

## **5.2. Prova prática:**

O(A) aluno(a) deve usar, obrigatoriamente, o equipamento desportivo do Colégio, de acordo com o estipulado no Regulamento Interno e no Regulamento Específico de Educação Física:

Na modalidade de Ginástica é obrigatório o uso sapatilhas gímnicas.

Na modalidade de Natação é obrigatório o uso de fato de banho ou calções de banho e touca.

Caso o(a) aluno(a) não apresente o material referido não poderá realizar a parte da prova correspondente, sendo-lhe atribuído zero pontos.

## **6. Duração**

### **6.1. Prova escrita:**

A parte escrita tem a duração de 90 minutos, a que acresce 30 minutos de tolerância.

### **6.2. Prova prática:**

A parte prática tem uma duração máxima de 90 minutos, não podendo, a sua aplicação, ultrapassar este limite de tempo. O tempo destinado ao deslocamento de instalações e à troca de equipamento não é contabilizado para o tempo da prova. Para este efeito o aluno dispõe de um tempo máximo de 10 minutos.