

Educação Física

código-26

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 3.º ciclo do ensino básico, da disciplina de Educação Física, código 26, a realizar pelos alunos que se encontram abrangidos pela Portaria nº102/2016, de 18 de outubro de 2016, bem como o Despacho Normativo n.º 3-A/2020 de 5 de março.

Objeto de avaliação

A prova de Educação Física tem por referência as aprendizagens essenciais, o programa da disciplina em vigor para o 3º ciclo do Ensino Básico.

As aprendizagens do 3.º Ciclo, a par das efetuadas no 2.º Ciclo, constituem o bloco estratégico da proposta curricular de Educação Física (EF), em que se estabelece a abordagem das matérias na sua forma característica e em toda a sua extensão. É nestes dois ciclos que se garante o essencial das aprendizagens da EF, antecipando o modelo flexível, de opções dos alunos ou turmas, preconizado para o ensino secundário.

A prova permite avaliar as competências, os conteúdos e os conceitos/noções básicas a estes associados, no âmbito do programa da disciplina.

As competências enunciadas no programa referido, a partir dos seus núcleos estruturantes - Ginástica, Atletismo, Raquetas, Condição Física e Desportos Coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol), foram selecionadas e formuladas no sentido de serem passíveis de avaliação em prova prática e escrita de duração limitada.

Caracterização da prova

Teórica

A prova será constituída por uma ficha escrita com o objetivo de dominar e relacionar os conceitos essenciais associados aos seguintes temas:

- desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas;
- a educação física e o meio ambiente;
- capacidades motoras;
- as atividades físicas e um estilo de vida saudável;
- fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas;
- substâncias dopantes;
- desporto e crescimento;
- fadiga, mal estar e doenças.

Prática

A prova será constituída por oito grupos: Andebol, Basquetebol, Voleibol, Futebol, Ginástica, Atletismo, Badminton e Condição Física.

Critérios gerais de classificação

Parte Teórica

As questões de desenvolvimento do tema são avaliados de acordo com:

- clareza na resposta;
- coerência do discurso;
- capacidade de relacionar os diferentes conteúdos.

Parte Prática

Atividades Físicas Desportivas

Registo em grelha própria a execução da técnica e seus respetivos critérios de êxito:

- executa incorretamente
- executa com muita dificuldade
- executa de modo satisfatório
- executa bem
- executa muito bem

Condição Física

Os resultados são avaliados de acordo com a tabela de valores da ZSAF.

Material

O aluno deve levar para a prova teórica, material de escrita (tinta azul ou preta). Não é permitido o uso de lápis nem corretor.

Para a realização da prova prática, o aluno deve apresentar-se equipado, como se de uma aula de Educação Física se tratasse, respeitando o Regulamento Interno da escola.

Duração

A prova tem a duração de 90 minutos (45 minutos de prova teórica e 45 minutos de prova prática), não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.

Aos alunos a examinar, serão facultados 10 minutos de preparação antes do início da prova prática.