

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA**EDUCAÇÃO FÍSICA****2020****PROVA PRÁTICA -311****Ensino Secundário**

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino Secundário da disciplina de Educação física, do 12º ano de escolaridade a realizar em 2020, nomeadamente:

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

OBJETO DE AVALIAÇÃO

Grupos	Competências
Jogos Desportivos Coletivos e Desportos de Raquetas	- Em situação de exercício, o aluno conhece, expressando do ponto de vista motor e de forma correta, os conteúdos programáticos solicitados, refletindo as vivências adquiridas. O aluno executa procedimentos motores que garantam a realização, com oportunidade e correção, das ações técnico-táticas específicas dos Jogos Desportivos Coletivos e dos Desportos de Raquetas;
Atletismo	- Realizar, se for caso disso, provas do Atletismo (Saltos, Lançamentos e Corridas), cumprindo corretamente as exigências técnicas e do regulamento;
Ginástica	- Realizar, se for caso disso, exercícios individuais da Ginástica (Solo e Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas;
Fitescola	- O aluno encontra-se na zona saudável de Aptidão Física na bateria de testes do Fitescola.

Conteúdos	
- Componente técnico-tática dos respetivos programas de Educação Física, nível AVANÇADO: Andebol, Futebol, Basquetebol, Voleibol e Badminton ou Ténis (o aluno escolhe duas modalidades);	
- Ginástica - nível programático AVANÇADO: Solo e mais um aparelho à escolha - Trave ou Paralelas Assimétricas para raparigas ; - Barra-fixa ou Paralelas Simétricas para rapazes ;	(o aluno opta entre o Atletismo ou a Ginástica)
- Atletismo - nível programático AVANÇADO: Opção 1 - uma corrida, um salto e um lançamento (33% cada). Opção 2 - uma corrida, um salto, um lançamento e uma prova de resistência (25% cada)	
- Fitescola – provas de flexibilidade, força e resistência de acordo com a idade e género	

CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA

Grupo	Número de itens	Tipologia de itens	Cotação por item
1	2	- Avaliação de duas modalidades à escolha dos alunos dentro das seis lecionadas na escola;	- Modalidade 1 - 65 pontos - Modalidade 2 - 65 pontos
2	1	- Avaliação da opção Ginástica ou Atletismo;	- Opção 1 ou 2 - 55 pontos
3	1	- Avaliação dos testes de Fitescola.	15 pontos
			Total: 200 pontos

CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Grupo 1

- A demonstração da competência motora é referenciada em ordem às componentes críticas dos gestos técnicos solicitados e também à eficácia dessa utilização gestual.
- Os critérios de classificação são organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho é dada uma cotação.

Grupo 2

- A demonstração da performance nas provas de Atletismo é balizada pelas marcas obtidas em confrontação com os valores tabelados e em vigor em 2019, neste agrupamento. O resultado da prova de resistência é analisada na tabela dos anos anteriores
- Na demonstração das competências do Atletismo e da Ginástica os critérios de classificação são organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho é dada uma cotação.

Grupo 3

- A demonstração da competência na prova de Fitescola é balizada pela marca obtida em confrontação com os valores tabelados e constantes na disciplina de Educação Física – ‘Fitescola’ no ano letivo de 2015/2016.

DURAÇÃO

90 minutos

MATERIAL

Equipamento desportivo adequado, com ténis atados e apertado, sem bijutaria e relógio e cabelos apanhados.