REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

INFORMAÇÃO-PROVA

Educação Física - Escrita 2020

Prova 311

Ensino Secundário (Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho e Despacho Normativo n.º 3-A/2020, de 5 de março)

1. Introdução

O presente documento visa, conforme previsto no Regulamento de Exames, divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2020 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, realizada através de uma prova escrita de duração limitada, só permite avaliar parte dos conhecimentos e das competências enunciados no programa.

Objetivos gerais e competências

1- Aptidão Física

1.1- Identifica, compreende e aplica os conceitos relativos à problemática do "aquecimento" /ativação geral e específica.

1.2- Interpreta as adaptações do treino de acordo com os processos de elevação e manutenção da condição física.

1.3- Identifica os indicadores da avaliação da aptidão física.

1.4- Conhece e compreende os fatores que estão na base de um estilo de vida saudável.

2- Desportos Individuais

2.1- Identifica, compreende e aplica os mecanismos técnicos relativos às especialidades da Ginástica, da Patinagem e do Atletismo.

2.2- Identifica, compreende e aplica os regulamentos da Ginástica, do Atletismo e do Badminton.

3- Desportos Coletivos

3.1- Identifica, compreende e aplica os mecanismos técnicos e táticos dos Jogos Desportivos Coletivos.

3.2- Identifica, compreende e aplica os regulamentos dos Jogos Desportivos Coletivos.

Conteúdos

1-Aptidão Física
1.1 - Adaptação do sujeito às atividades físicas desportiva:
. Estrutura biológica
. Conceito de carga
. Conceito de adaptação
. Indicadores, regras e cuidados.
2- Desportos individuais
2.2- Ginástica: destrezas gímnicas típicas da modalidade nas especialidades de solo e aparelhos.
2.2- Atletismo: corridas, saltos e lançamentos.
2.3- Patinagem
2.4- Badminton

3- Desportos Coletivos
Ações motoras típicas dos Jogos Desportivos Coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol, Rugby e Voleibol) nas suas dimensões técnicas, táticas e regulamentares.

3. Caracterização da prova
A prova envolverá um conjunto alargado de questões, de resposta aberta e fechada (escolha múltipla V/F e correspondências).
A classificação obtida será a resultante da soma das pontuações obtidas no conjunto das respostas, num total de 200 pontos (20 valores).

4. Critérios gerais de classificação
- A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e específicos de classificação apresentados para cada item e é expresso por um número inteiro.
- As respostas elegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, em caso de omissão ou engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito
- Nos itens de seleção, qualquer resposta indicada de forma equívoca, por exemplo, fornecendo mais elementos do que os pedidos, é classificada com zero pontos.
- Nos itens de construção, é atribuída a classificação de zero pontos a respostas que não correspondam ao solicitado, independentemente da qualidade do texto produzido.

5. Material
Caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta, e folha de prova fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial).

6. Duração
Noventa minutos.