



---

## INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

*Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho*

---

**Disciplina:** Educação Física

**Prova/Código:** Escrita e Prática/ 26

**Ano de Escolaridade:** 9ºAno

---

### 1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 3º ciclo do ensino básico na disciplina de Educação Física, a realizar em 2019 pelos alunos do ensino básico, respeitante à avaliação e certificação das aprendizagens desenvolvidas, bem como as medidas de promoção do sucesso educativo.

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

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

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 o exame diz respeito.

### 2. Objeto de Avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nas competências enunciados no Currículo Nacional do Ensino Básico e no Programa de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico em vigor.

**Quadro 1 - Os três domínios específicos da Educação Física**

Tema/Modalidade	Conteúdos/ Exercícios	Cotação/Avaliação
<b>Aptidão Física</b>	- Realização dos testes do protocolo do Fitescola: - Vaivém, Abdominais e Senta e alcança	- Atinge o limite inferior da zona saudável, definido para a sua idade e género em cada teste de acordo com a tabela do Fitescola.
<b>Atividades Físicas</b>	- As modalidades desportivas: JDC (Voleibol) Ginástica (Solo e Aparelhos) Dança	- O aluno tem que executar todos os gestos técnicos propostos, todos os elementos gímnicos e habilidades motoras.
<b>Conhecimentos</b>	- Conhecimentos relativos ao 9º ano de escolaridade	- O teste é cotado de 0 a 100%.

### 3. Características e Estrutura da Prova

A prova é constituída por uma vertente prática e outra escrita. No que diz respeito à prova escrita, a mesma incide no domínio dos conhecimentos e cujos conteúdos são referidos no **quadro 3**. A prova escrita é de carácter obrigatório para todos os alunos que também realizam a prova prática.

Os alunos impossibilitados de realizarem a prova prática, (situação devidamente comprovada com atestado médico), realizam a prova escrita que está organizada por grupos de itens. Alguns itens podem apresentar a informação por meio de diferentes suportes, como, por exemplo, figuras, tabelas, textos e gráficos.

Relativamente à prova prática, a mesma tem uma duração de 45 minutos e abrange 2 dos domínios das aprendizagens lecionados ao longo do ano, nomeadamente, a **aptidão física**, onde realiza três testes do protocolo do Fitescola, e a **atividade física** que está orientada no âmbito das atividades físicas desportivas, sendo obrigatório a realização dos exercícios propostos para cada uma das modalidades. As provas das atividades físicas desportivas estão organizadas, segundo os seguintes temas/contéudos: Desportos Coletivos (Voleibol); Ginástica de solo e aparelhos e Dança. A prova inclui circuitos de execução prática.

A estrutura da prova sintetiza-se da seguinte forma:

**Quadro 2 - Atividades Físicas – Descrição / Avaliação**

Prova Prática	Domínio	Conteúdos	Cotação
	Aptidão Física	1. Vaivém	
2. Abdominais			10

		3. Senta e alcança		10
	Atividade Física	Voleibol	1. Passe por cima.	8
			2. Manchete	8
			3. Serviço por baixo	6
		Ginástica de solo (1) e aparelhos (2)	1. Solo 1.1. Passagem por pino no plinto com rolamento à frente; 1.2. Rolamento à retaguarda. engrupado.	10 (6+4)
			2. Aparelhos 2.1 Salto entre mãos no plinto transversal; 2.2 Trave	14 (6+8)
Dança	1. Dança aeróbica com coreografia de 32 ou 64 tempos	24		
<b>Total</b>				100 Pontos

### Aptidão Física – Tabela com valores de referência

	VAIVÉM		ABDOMINAIS		EXT. BRAÇOS		TRONCO		SENTA E ALC.	IDADE	IMC		
	IDADE												
R A P A Z E S	10	23	61	12	24	7	20	23	30	20	10	12,67	19,83
	11	23	72	15	28	8	20	23	30	20	11	12,9	19,83
	12	32	72	18	36	10	20	23	30	20	12	13,19	21,21
	13	41	72	21	40	12	25	23	30	20	13	13,6	21,9
	14	41	83	24	45	14	30	23	30	20	14	14,1	22,61
	15	51	94	24	47	16	35	23	30	20	15	14,61	23,28
	16	61	94	24	47	18	35	23	30	20	16	15,13	23,89
	17+	61	94	24	47	18	35	23	30	20	17	15,61	24,45
										17+	16,01	24,99	

	VAIVÉM		ABDOMINAIS		EXT. BRAÇOS		TRONCO		SENTA E ALC.	IDADE	IMC		
	IDADE												
R A P A R I G A S	10	15	41	12	26	7	15	23	30	23	10	12,65	19,85
	11	15	41	15	29	7	15	23	30	25,5	11	12,96	20,73
	12	23	41	18	32	7	15	23	30	25,5	12	13,4	21,67
	13	23	51	18	32	7	15	23	30	25,5	13	13,93	22,57
	14	23	51	18	32	7	15	23	30	25,5	14	14,49	23,33
	15	23	51	18	35	7	15	23	30	30,5	15	15,02	23,93
	16	32	51	18	35	7	15	23	30	30,5	16	15,47	24,36
	17+	41	51	18	35	7	15	23	30	30,5	17	15,79	24,69
										17+	16,01	24,99	

**Quadro 3 - Atividades Físicas – Descrição / Avaliação**

	<b>Temas/Conteúdos</b>	<b>Objetivos/Competências de Avaliação</b>	<b>Estrutura</b>	<b>Cotação</b>
<b>Prova Escrita</b>	Interpretação e participação nas estruturas e fenômenos sociais extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.	1. Compreende, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos: - Identificando as características que lhe conferem essa dimensão; - Reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam; - Distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.	Escolha múltipla Associação/ correspondência Resposta curta	100 Pontos
		2. Identifica fenômenos associados a limitações das possibilidades de prática das Atividades Físicas, da Aptidão Física e da Saúde dos indivíduos e das populações, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.		
Total da prova escrita- escala percentual				100pontos= 100%

A prova escrita pode incluir os tipos de itens, o seu número e cotação discriminados no Quadro 4.

**Quadro 4 – Tipologia, número de itens e cotação**

<b>Tipologia de itens</b>		<b>Número de itens</b>	<b>Cotação (em pontos num total de 100)</b>
ITENS DE SELEÇÃO	• Escolha múltipla	2	8
	• Verdadeiro/Falso	1	16
	• Respostas restritas	5	51
	• Respostas curtas	5	25

#### 4. Critérios Gerais de Classificação

Na prova prática, as classificações a atribuir a cada um dos domínios, mais concretamente a cada um dos exercícios propostos resultam da correta execução e respeitando o intervalo de repetições possíveis para os mesmos, e da aplicação dos critérios relativos aos conteúdos.

Na prova escrita, as classificações a atribuir às respostas são expressas em números inteiros e resultam da aplicação dos critérios de classificação relativos à tipologia dos itens.

Na classificação final de cada uma das provas escrita e prática, os pontos revertem em percentagem, onde 100 pontos equivalem a 100%.

De um total de 100%, a prova escrita vale (40%) a prova prática vale (60%), logo a classificação final resulta do somatório dos resultados obtidos nas duas vertentes da prova.

Os pontos são convertidos em níveis segundo a seguinte tabela:

Percentagem	Nível
0-19	1
20-49	2
50-69	3
70-89	4
90-100	5

#### Itens de seleção

##### ESCOLHA MÚLTIPLA

A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentem, de forma inequívoca, a única opção correta.

São classificadas com zero pontos as respostas em que seja assinalada:

- uma opção incorreta;
- mais do que uma opção.

Não há lugar a classificações intermédias.

##### RESPOSTAS CURTAS

Os critérios de classificação das respostas aos itens de resposta curta podem apresentar-se organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação.

É classificada com zero pontos qualquer resposta que não atinja o nível 1 de desempenho.

##### RESPOSTAS RESTRITAS

Os critérios de classificação das respostas aos itens de resposta restrita apresentam-se organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação.

É classificada com zero pontos qualquer resposta que não atinja o nível 1 de desempenho no domínio específico da disciplina.

A avaliação das competências específicas da disciplina decorre da verificação de uma articulada e coerente apresentação dos conteúdos relevantes e da utilização correta da terminologia da disciplina.

## VERDADEIRO / FALSO

A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentem, de forma inequívoca as opções verdadeiras e falsas.

São classificadas com zero pontos todos os itens constantes na questão com respostas incorretas.

Não há lugar a classificações intermédias.

### **5. Duração da Prova**

A prova tem uma duração total de 90 minutos :

- 45 minutos para a prova prática ;

- 45 minutos para a prova escrita

### **6. Material que pode ser usado na prova**

#### **Prova escrita:**

As respostas são registadas na folha de prova, apenas podendo usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Não é permitido o uso de corretor.

#### **Prova prática:**

O aluno deverá trazer o equipamento desportivo adequado à prática da atividade física: t-shirt, calça/calção, sapatilhas e sabrinas.

Informação-Prova aprovada em Conselho Pedagógico do Agrupamento de Escolas Tomás Cabreira, em 8 / 5 / 2019.

A Diretora: \_\_\_\_\_

