



Escola Secundária com 3.º Ciclo do Ensino Básico Júlio Dinis de Ovar
Matriz da Prova de Equivalência à Frequência - 12.º Ano do Ensino Secundário

Planos curriculares aprovados pelo Decreto-Lei nº 74/ 2004, de 26 de Março
 (com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei n.º 24/2006 de 6 de Fevereiro)

Disciplina Educação Física Código 311

Tipo de prova: Escrita e Prática

Ano lectivo: 2009/2010

Duração da prova: 90 minutos + 90 minutos

Prova Escrita

Conteúdos	Objectivos/Competências	Material
<p>1- Capacidade Motoras; 2- Actividades Físicas e Desportivas:</p> <p>2.1 Individuais</p> <p><i>Ginástica Desportiva</i></p> <p>-Elementos técnicos</p> <p><i>Atletismo</i></p> <p>-Saltos (Altura e Comprimento) -Lançamentos (Peso) -Corridas (Velocidade, Estafetas, Partida de Blocos)</p> <p>2.2 Colectivas</p> <p><i>Basquetebol (Regras, elementos técnicos)</i> <i>Voleibol (Regras, elementos técnicos)</i> <i>Futsa 1 (Regras, elementos técnicos)</i></p>	<p>1- Distinguir diferentes capacidades motoras;</p> <p>2- Diferenciar as várias modalidades desportivas;</p> <p>3- Esquematizar situações técnicas referentes às várias modalidades;</p>	<p>Material para escrever.</p>

Estrutura da prova			Cotações	Critérios gerais de classificação
N.º de grupos	N.º de itens por grupo	Tipologia de questões		
Grupo I	Quatro	De identificação, de descrição, de escolha múltipla e verdadeiro/falso.	20 pontos	Estruturação das respostas. Adequação da resposta à questão. Fundamentação das opiniões emitidas.
Grupo II	Seis		40 pontos	
Grupo III	Vinte		140 pontos	
Nota: A classificação da Prova teórica corresponde a 30% da nota final			TOTAL 200 pontos	

Prova Prática

Conteúdos	Objectivos/Competências	Material
<p>1- Capacidade Motoras; 2- Actividades Físicas e Desportivas:</p> <p>2.1 Individuais</p> <p><i>Ginástica Desportiva</i></p> <p>-Elementos técnicos</p> <p><i>Atletismo</i></p> <p>-Saltos (Altura e Comprimento) -Lançamentos (Peso) -Corridas (Velocidade, Estafetas, Partida de Blocos)</p> <p>2.2 Colectivas</p> <p><i>Basquetebol (Regras, elementos técnicos)</i> <i>Voleibol (Regras, elementos técnicos)</i> <i>Futsa 1 (Regras, elementos técnicos)</i></p>	<p>1- Ajustar a execução motora às diferentes tarefas em desenvolvimento</p> <p>2- Utilizar elementos técnicos de diferentes modalidades</p>	<p>Equipamento de Educação Física</p>

Estrutura da prova			Cotações	Critérios gerais de classificação
N.º de grupos	N.º de itens por grupo	Tipologia de questões		
Grupo I	Dois	De execução prática.	40 pontos	Não executa mas tenta – 25% Executa sem correcção – 50% Executa com correcção – 75% Executa com correcção e bom ritmo de Execução – 100%
Grupo II	Dois		40 pontos	
Grupo III	Dois		40 pontos	
Grupo V	Dois		40 pontos	
Grupo V	Dois		40 pontos	
Nota: A classificação da Prova prática corresponde a 70% da nota final.			TOTAL 200 pontos	