

## Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga

### INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA EDUCAÇÃO FÍSICA - PROVA ESCRITA/PRÁTICA

PROVA - CÓDIGO 28 |

2018

#### 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO

---

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 2º ciclo do ensino básico da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2018 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei nº 139/2012 de 5 de julho, conjugado com o Decreto-Lei 91/2013 de 10 de julho. Deve também ser considerado o Despacho Normativo nº 13/2014 de 15 de setembro.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do programa da disciplina.

Este documento vai ser divulgado na escola e na página da escola: [www.conservatoriodebraga.pt](http://www.conservatoriodebraga.pt)

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

- Objeto de avaliação;
- Características e Estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Duração;
- Material autorizado.

### Objeto de avaliação

---

A prova tem por referência o Programa Nacional de Educação Física em vigor (Homologado em 1991 e com revisão efetuada em Março 2005).

A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios do Programa da disciplina, passíveis de avaliação em provas, escrita e prática de duração limitada. A prova avalia a aprendizagem nas modalidades coletivas (andebol, voleibol, basquetebol e futebol), na ginástica (solo e aparelhos), no atletismo e badmínton.

### Características e Estrutura

---

A prova é constituída por duas componentes (escrita e prática) sendo cada uma cotada para 100 pontos.

A classificação da prova corresponde à média ponderada das classificações das duas componentes expressas em escala percentual de 0 a 100, convertida na escala de níveis de 1 a 5, arredondada às unidades.

**A prova teórica vale 30% da nota final e a prova prática 70% da nota final.**

## Prova escrita

O aluno realiza a prova no enunciado.

A prova reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina. Para cada tema/modalidade, os itens incidirão sobre conhecimentos relativos à identificação, regulamento, técnica de execução e regras de segurança.

Os itens podem ter como suporte imagens, fotografias, figuras e esquemas.

A valorização relativa dos temas apresenta-se no Quadro 1.

### Quadro 1 – Valorização dos conteúdos do teste

Grupo	Domínios	Conteúdos	Competências	Cotação
I	Prática desportiva/Saúde	- Relação entre saúde e aptidão física	- Conhece e interpreta os mecanismos de aquisição e manutenção da aptidão física; - Identifica as formas de controlo e regulação da aptidão física.	16 pontos
II	Atletismo	- Determinantes técnicas - Regras de execução - Regulamento específico das modalidades	- Identifica as diferentes disciplinas da modalidade; - Identifica, analisa e descreve as determinantes técnicas de execução; - Identifica e legenda as diferentes fases de execução de um gesto técnico.	16 pontos
III	Ginástica	- Determinantes técnicas - Regras de execução - Regulamento específico das modalidades	- Identifica as diferentes disciplinas da modalidade; - Identifica, analisa e descreve as determinantes técnicas de execução; - Identifica e legenda as diferentes fases de execução de um gesto técnico.	16 pontos
IV	Desportos de raquetes (Badminton)	- Campo de jogo - Regras de jogo - Determinantes técnicas	- Identifica e caracteriza as determinantes técnico-táticas da modalidade; - Identifica e legenda os gestos técnicos.	16 pontos
V	Jogos Desportivos Coletivos (Andebol, Futebol, Basquetebol e Voleibol)	- Campo de jogo - Regras de jogo - Determinantes técnicas	- Identifica e caracteriza as determinantes técnico-táticas da modalidade; - Identifica e legenda os gestos técnicos.	36 pontos

### Prova prática

A prova prática consiste na demonstração de competências num conjunto de exercícios físicos e desporto, em situação de exercício individual, exercício com parceiro e em situação de jogo.

O exercício individual pode assumir as formas organizativas de percurso, concurso ou sequência.

A prova apresenta dois grupos (I e II).

**Em cada grupo é obrigatória a opção por dois domínios (modalidades).**

**Grupo I (Jogos Desportivos Coletivos):**

Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol - 2 (duas) modalidades à opção do aluno.

**Grupo II**

Atletismo, Badminton, Ginástica - 2 (duas) modalidades à opção do aluno.

A estrutura da prova sintetiza-se no quadro 2.

## Quadro 2

Grupo	Domínios	Conteúdos	Competências Essenciais	Estrutura da Prova	Critérios de correção	Cotação
I	Jogos Desportivos Coletivos	<p><b>Basquetebol:</b> passe, receção, drible progressão e protecção, lançamento em apoio.</p> <p><b>Futebol:</b> passe, receção, controlo e condução da bola e remate.</p> <p><b>Andebol:</b> passe, receção, drible e remate.</p> <p><b>Voleibol:</b> passe, manchete, serviço por baixo, posição base e deslocamentos.</p>	Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, conforme a situação.	Realização das ações técnico-táticas em situação de exercício-critério.	Atinge o Nível Introdutório	50 pontos (25+25)
II	Ginástica	<p><b>SOLO</b> O aluno executa: - Sequência gímnica, incluindo obrigatoriamente: um rolamento, um elemento de flexibilidade, um elemento de equilíbrio e um elemento de ligação.</p> <p><b>APARELHOS</b> - Salto engrupado no minitrampolim; - Salto de eixo no boque; - Salto entre mãos no plinto.</p>	Aplica com correção as técnicas básicas.	<p>Realização de uma sequência gímnica;</p> <p>Realização dos saltos após corrida de balanço;</p> <p>Duas repetições para cada salto.</p>	Atinge o Nível Introdutório	50 pontos (25+25)
	Atletismo	<p>O aluno executa: - Salto em altura (técnica de tesoura); - Lançamento de peso; - Regulamento</p>	<p>- Atinge a marca mínima;</p> <p>- Realiza com correção as exigências elementares técnicas respeitando o</p>	<p>Salto em altura com técnica de tesoura (2 tentativas);</p> <p>Lançamento de peso parado, de</p>	<p>Altura inicial da fasquia – 1 M feminino e 1.05 M para masculinos.</p> <p>Peso do</p>	

			regulamento.	lado e sem balanço (2 tentativas).	engenho: feminino 2kg - masculino 3kg	
	<b>Desportos de Raquetas (Badminton)</b>	- Pega da raquete; - Posição base/ Deslocamentos; - Serviço; - Clear; - Lob.	Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares dos jogos de raquetas.	Realização e aplicação das ações tático-técnicas em situação analítica.	Atinge o Nível Introdutório	

### Quadro 3 – Tipologia, nº de itens e cotação

#### Prova escrita

Tipologia de item	Nº de itens	Cotação por item (em pontos)
Resposta de escolha múltipla	11	4
Preenchimento de espaços	7	4
Resposta alternativa (V/F)	7	4

#### Prova prática

Grupo	Domínios	Tipologia de item	Nº de itens	Cotação por item (em pontos)
I	<b>Jogos Desportivos Coletivos</b>	Voleibol	5	5
		Basquetebol	5	5
		Futebol	5	5
		Andebol	5	5
II	<b>Ginástica</b>	Atletismo	5	5
	<b>Atletismo</b>	Ginástica	5	5
	<b>Desportos de Raquetas (Badminton)</b>	Badminton	5	5

## Critérios gerais de classificação

### Prova escrita

1. Utilização adequada da terminologia científica.
2. Correção linguística (aspetos sintáticos e ortográficos) e cuidado na apresentação.
3. Coerência de argumentos na interpretação, compreensão exposição de conceitos e teorias.
4. A ausência de resposta ou uma resposta totalmente ilegível terá cotação zero.
5. Sempre que se verifique um engano, deve ser riscado e corrigido à frente de modo bem legível.
7. Deve ser respeitado o número de opções pedidas. Caso se exceda esse número, a cotação será zero.

### Prova prática

Estrutura do exercício	Critério de avaliação/observação
<p><b>Exercício critério de Voleibol:</b> Efetua 5 passes contra a parede sem que a bola toque no solo; efetua 5 toques em manchete, com a bola a poder tocar no solo e sem perder o controlo da mesma; executa serviço por baixo, tentando que a bola passe para o campo adversário e adota a posição base.</p> <p><b>Exercício critério de Basquetebol:</b> Inicia o drible na sua área defensiva até à zona de meio campo; efetua um passe para um jogador A, recebendo novamente a bola deste numa posição mais avançada; aproximando-se da tabela adversária e realiza o lançamento em apoio.</p> <p><b>Exercício critério de Futsal:</b> Inicia a condução de bola no meio campo, contornando diversos obstáculos; efetua um passe para um jogador A e recebe novamente a bola deste numa posição mais avançada; efetua remate à baliza adversária, fazendo a bola entrar na mesma.</p> <p><b>Exercício critério de Andebol:</b> Inicia o drible no meio campo, contornando diversos obstáculos; faz um passe para um jogador A e recebe a bola deste numa posição mais avançada; efetua remate à baliza da linha dos nove (9) metros, fazendo a bola entrar na mesma.</p> <p><b>Ginástica de Solo:</b> Executa uma sequência gímnica com os seguintes elementos: - Avião seguido de rolamento à frente engrupado, meia volta, rolamento à retaguarda com saída dos membros inferiores afastados e estendidos e posição de flexibilidade.</p> <p><b>Ginástica de Aparelhos:</b> Executa no minitrampolim, após corrida de balanço, chamada a pés juntos com elevação rápida dos braços e receção equilibrada no colchão de queda, o salto engrupado, com fecho dos membros inferiores em relação ao tronco, na fase mais alta do voo, seguido de abertura rápida; Executa, após corrida de balanço e chamada a pés juntos no trampolim reuther e chegando ao solo em condições de equilíbrio para adotar a posição de sentido, o salto de eixo no boque. Efetua um salto entre mãos no plinto transversal, com chamada no trampolim reuther.</p>	<p>Obedece às determinantes técnicas de cada exercício. Cada determinante técnica observada será avaliada em função do nível de execução segundo os critérios:</p> <p><b>Não executa – 1 ponto</b></p> <p><b>Executa com muitas incorreções – 2 pontos</b></p> <p><b>Executa com algumas incorreções – 3 pontos</b></p> <p><b>Executa bem – 4 pontos</b></p> <p><b>Executa com correção – 5 pontos</b></p>

Estrutura do exercício	Critério de avaliação/observação
<p><b>Atletismo:</b> Executa com técnica e correção um salto em altura, técnica de tesoura (feminino, mínimo 100 cm e masculino, mínimo 105 cm) após corrida de balanço. O aluno executa com correção técnica o lançamento, parado de lado e sem balanço, do peso (feminino - 2kg; masculino - 3kg). O aluno dispõe de 2 tentativas.</p> <p><b>Badmínton:</b> O aluno executa com correção técnica uma sequência de batimentos iniciado com serviço, seguido de clear. O aluno dispõe de 2 tentativas, uma com pontuação ímpar e outra com pontuação par. Será considerada a pega da raquete, a posição base e os deslocamentos.</p>	

## Duração

---

A Prova escrita tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.

Os alunos não podem abandonar a sala antes do toque de saída.

A Prova prática tem a duração de 45 minutos devendo o aluno comparecer 20 minutos antes da mesma para se equipar e fazer o aquecimento.

## Material autorizado

---

A Prova escrita é realizada numa sala de aula. É necessário esferográfica azul ou preta.

A Prova prática é realizada no pavilhão gimnodesportivo. O aluno deve-se apresentar com equipamento desportivo adequado à prática das modalidades (*T-shirt* e calções ou fato de treino, meias e sapatilhas).