
INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA 2019

Escola: Escola Secundária Damão de Goês	
Código: 311	Disciplina: Educação Física
Ano(s) de escolaridade: 10º/11º/12º	

1. Objecto de avaliação:

1.1-Competências/Objectivos:

- Definir e conhecer as Capacidades Motoras e o Treino Desportivo;
- Conhecer a origem e evolução das modalidades desportivas;
- Identificar os objectivos e as regras das modalidades desportivas;
- Conhecer e saber executar as determinantes técnicas e táticas das modalidades desportivas

1.2-Conteúdos

Capacidades Motoras;

Noções Gerais de Treino Desportivo;

Desportos Individuais - Ginástica, Atletismo, Badminton;

Desportos Colectivos - Andebol, Basquetebol, Voleibol

2. Caracterização da prova:

2.1-Estrutura:

A prova é constituída por duas partes: uma de carácter teórico e uma de carácter prático. Os alunos têm obrigatoriamente de realizar a prova prática e a prova teórica.

2.2-Valorização dos conteúdos, tipologia, número; cotação dos itens

PROVA TEÓRICA:

- Três grupos de resposta às questões de aplicação de conhecimentos:

1º grupo - Capacidades Motoras e Noções Gerais de Treino - 4 questões - 68 pontos

2º grupo - Desportos individuais - Gin., Atl., Bad., - 8 questões - 60 pontos

3º grupo - Desportos colectivos - And., Basq., Vol., - 11 questões - 72 pontos

-Total da prova - 200 pontos (20 valores)

PROVA PRÁTICA:

Realização de exercícios práticos das diferentes modalidades abordadas na prova teórica -200 pontos (20 valores)

TOTAL: Prova teórica + Prova prática: 30% + 70% = 100% (20 valores)

3. CrITÉrios gerais de classificaÇão (ver 2.2)

4. Material:

Para a realizaÇão da prova os alunos deverãO ter:

- EsferogrÁfica azul ou preta (teÓrica)
- Material desportivo utilizado nas aulas de EducaÇão Física (prática)

5. DuraÇão:

- 90 minutos (parte teÓrica); 90 minutos + 30 minutos de tolerância (parte prática)

fevereiro 2019