

MATRIZ DO EXAME DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA
DE
EDUCAÇÃO FÍSICA – 12º Ano
CÓDIGO – 311
2018/2019
1ª Fase

DURAÇÃO DA PROVA: 90 minutos (parte teórica)
90 minutos (parte prática)

ESTRUTURA DA PROVA: 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.

MATERIAL: Para a realização da prova os alunos deverão ter:

- Esferográfica azul ou preta (teórica)
- Material desportivo utilizado nas aulas de Educação Física (prática)

CONTEÚDOS:

- Capacidades Motoras;
- Noções Gerais de Treino Desportivo;
- Desportos Individuais - Ginástica, Atletismo, Badminton;
- Desportos Colectivos - Andebol, Basquetebol, Voleibol.

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.

CRITÉRIOS DE CORRECÇÃO/PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO

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)