

**MATRIZ DO EXAME DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA****DE**  
**EDUCAÇÃO FÍSICA – 12º Ano****CÓDIGO – 311****2019/2020****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 Coletivos - Andebol, Basquetebol, Voleibol.

**OBJECTIVOS:**

- Definir e conhecer as Capacidades Motoras e o Treino Desportivo;
- Conhecer a origem e evolução das modalidades desportivas;
- Identificar os objetivos 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)

Abril, 2020