

**CRITÉRIOS EXAME DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

12º Ano

Decreto-lei 139/2012 de 5 de julho

Prova 313 /1ª Fase

4 páginas

Duração da prova 90 minutos + 30 de tolerância

**CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO**

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro. A ausência de indicação inequívoca da versão da prova implica a classificação com zero pontos das respostas aos itens de escolha múltipla. As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. Se for apresentada mais do que uma resposta ao mesmo item, só é classificada a resposta que surgir em primeiro lugar. Nos itens integrados em grupos com percursos alternativos, se forem apresentadas respostas a itens de percursos diferentes, apenas será classificada a resposta que surgir em primeiro lugar. A todas as outras respostas será atribuída a classificação de zero pontos.

**Itens de seleção**

Nos itens de escolha múltipla, a cotação do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a opção correta. Todas as outras respostas são classificadas com zero pontos. Nas respostas aos itens de escolha múltipla, a transcrição do texto da opção escolhida é considerada equivalente à indicação da letra correspondente

**Itens de construção**

Nos itens de resposta restrita e de resposta extensa, os critérios de classificação apresentam-se organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação. Se permanecerem dúvidas quanto ao nível a atribuir, deve optar-se pelo nível mais elevado de entre os dois tidos em consideração. Qualquer resposta que não atinja o nível 1 de desempenho é classificada com zero pontos. As respostas que não apresentem exatamente os termos ou interpretações constantes dos critérios específicos de classificação são classificadas em igualdade de circunstâncias com aquelas que os apresentem, desde que o seu conteúdo seja cientificamente válido, adequado ao solicitado e enquadrado pelos documentos curriculares de referência.

**GRUPO I - VOLEIBOL**

1. De acordo com os números

- |                         |          |
|-------------------------|----------|
| 1- Linha de três metros | 4 Pontos |
| 2- Linha central        | 4 Pontos |
| 3- Linha final          | 4 Pontos |
| 4- Linha lateral        | 4 Pontos |

2. Três dos seguintes:

O aluno será cotado com 4 pontos por cada um dos itens abaixo colocados. Não poderá colocar nenhum outro.

Colocação do aluno em relação à bola

Toque da bola com a parte interna dos dedos, mãos “em concha”, acima e à frente da testa

Flexão dos antebraços na fase de amortecimento da bola

Extensão dos antebraços, com flexão do pulso na parte final da expulsão da bola

Flexão/extensão de pernas

3. Três das seguintes:

O aluno será cotado com 4 pontos por cada um dos itens abaixo colocados. Não poderá colocar nenhum outro.

Mãos unidas com extensão dos antebraços

Nivelamento dos antebraços

Toque da bola com a face interna dos antebraços

Flexão/extensão de pernas

4.

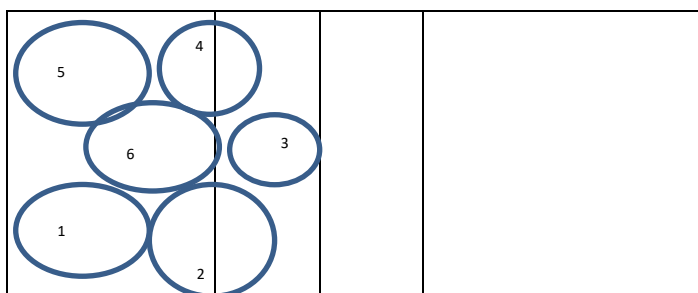
a.V	2 pontos
b.F	2 pontos
c.V	2 pontos
d.F	2 pontos
e.V	2 pontos
f.V	2 pontos
g.F	2 pontos
h.F	2 pontos
i.V	2 pontos

5. Pode dar vários exemplos, entre eles dois grupos de elementos a servir de cada lado do campo. Ou então um grupo serve e outro, de seis elementos, recebe o serviço. Se colocar um destes cenários será cotado com 5 pontos.

6. Tem de referir que são 25 pontos, só acabando o set com diferença de dois pontos para a equipa adversária. Tem de referir que o 5º set é só até aos 15 pontos, acabando, também com diferença de dois pontos. (5 pontos). Se colocar apenas a primeira parte da resposta terá metade da cotação.

7. O passe é realizado quando a bola vem em trajetória acima do peito. A manchete quando a trajetória está abaixo do peito e o serviço quando se inicia um ponto. (6 pontos). Por cada cenário não referido perde 2 pontos.

8.



Se identificar a numeração das posições e respetivas responsabilidades tem a cotação máxima (11 pontos). Se não numerar as posições, perde metade da cotação. Se numerar e não colocar as áreas de responsabilidade perde 5 pontos.

### GRUPO II – GINÁSTICA

1. ...

1.1 – Colocar as mãos na linha dos pés, paralelas e com dedos afastados.

Tem de abordar os três critérios referidos para ter cotação (2 pontos).

1.2 – Braços em extensão, e quando as mãos chegam ao solo entram em flexão.

Tem de abordar os dois critérios referidos para ter cotação (2 pontos).

1.3 – Encostado ao peito

Tem de abordar o critério referido para ter cotação (2 pontos).

2. Seguindo as seguintes componentes críticas:

Colocar as mãos na linha dos pés

Mãos colocadas paralelamente e dedos afastados

Movimento forte e rápido da perna de balanço e da perna de impulsão

Apoio alternado das mãos no solo longe da perna de impulsão

Pernas afastadas e estendidas

Tem de referir quatro ações obrigatoriamente (8 pontos). Cada ação vale 2 pontos.

3. ...

3.1.a) 2 pontos

3.2.c) 2 pontos

3.3.a) 2 pontos

3.4.b) 2 pontos

3.5.b) 2 pontos

3.6.c) 2 pontos

4. ...

Bock – Salto ao eixo 1 ponto

Plinto – Salto com rolamento 1 ponto

Solo – Roda 1 ponto

Mini-trampolim – Salto em extensão 1 ponto

**GRUPO III – ANDEBOL**

1. b)	3 pontos
2. c)	3 pontos
3. b)	3 pontos
4. ...	
a. V	2 pontos
b. F	2 pontos
c. F	2 pontos
d. V	2 pontos
e. F	2 pontos
f. V	2 pontos
g. F	2 pontos
h. F	2 pontos

**GRUPO IV – CONDIÇÃO FÍSICA**

1. - Percorrer a máxima distância possível numa direção e na oposta, numa distância de 20 metros, com uma velocidade crescente em períodos consecutivos de 1 minuto. Quando o aluno não consegue atingir a linha em simultâneo com o sinal sonoro, deve inverter o sentido da sua corrida, ainda que não tenha atingido a linha. Deverá permitir-se que o aluno tente acompanhar o ritmo da corrida até que falhe dois sinais sonoros (não necessariamente consecutivos). Só então deverá parar. Os alunos que terminarem o teste deverão continuar a andar e passar à área de retorno à calma. (10 pontos)

Determinar que é um teste de resistência progressivo	3 pontos
Determinar que é realizado num percurso de 20 metros	3 pontos
Determinar o critérios de paragem	4 pontos

2. Avaliar a resistência aeróbia do participante. Tem de referir o item de resistência aeróbia (10 pontos)

3. Avaliação de resistência em natação (prova de 13 minutos), Preparação para o corta-mato, Prova do vaivém.

Cada exemplo tem a cotação de 4 pontos

4. Skipping baixo, médio e alto. Alternância de Skippings. Alternância de skippings com maior e menor velocidade...

Cada exemplo tem a cotação de 4 pontos

5. Um atleta pode ser mais rápido dependendo da dimensão da sua passada. Se a sua passada for longa e ritmada, o atleta percorre uma distância de forma mais rápida. Em contraponto, se não conseguir ter uma passada ampla, poderá aumentar a frequência de passadas que dá para cumprir o mesmo objetivo. Se conseguir conjugar ambos os fatores será o mais rápido.

Se apenas de referir à amplitude de passada	cotação 5 pontos
---	------------------



**SALESIANOS**  
DE LISBOA

Se apenas de referir à frequência de passada  
Se interligar os dois conceitos

cotação 5 pontos  
cotação 16 pontos