



INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física

2023

Prova 311 | 2023

12º Ano de Escolaridade

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 12º ano da disciplina de **Educação Física**, a realizar em 2023, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Critérios gerais de classificação
- Material
- Duração

Objeto de avaliação

A prova desta disciplina é escrita, tendo por referência os conteúdos/objetivos do programa de educação física do ensino secundário em vigor no corrente ano letivo.

Caracterização da prova

A.1-Desenvolvimento e manutenção da condição física;

A.1- Saber explicar claramente os diversos benefícios que a atividade física produz, tanto na saúde como no bem-estar das pessoas.

A.2-Aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares, nos seios das quais se realizam as atividades físicas;

A.2- Perceber a evolução do desporto ao longo do tempo;

Saber qual a função do desporto na sociedade.

B-Desportos Coletivos:

B.1 Andebol;

B.2 Basquetebol;

B.3 Futebol/Futsal;

B.4 Voleibol.

B.1/B.2/B.3 e B.4- Regulamento

Ações técnico-táticas

C-Desportos Individuais:

C.1 Atletismo

- Corrida de Velocidade;

- Corrida de Velocidade com barreiras;

- Corrida de estafetas

- Salto em comprimento;

- Triplo salto;

- Salto em altura;

- Lançamento do peso;

C.2 Ginástica Artística

C.3 Badminton

C.1- Identificar as diferentes disciplinas do Atletismo;

Ações/execuções técnicas.

C.2- Identificar os diferentes aparelhos da modalidade;

Identificar as componentes críticas dos elementos técnicos abordados;

Identificar as regras de segurança.

C.3- Regulamento

Ações técnico-táticas

Cr terios gerais de classifica o

A prova   cotada de 0 a 200 pontos.

Dura o

Dura o: 90 minutos

Material autorizado

Cart o de Cidad o, Caneta.