ESCOLA SECUNDÁRIA D. MARIA II - BRAGA
PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Duração da prova: 90 minutos
Tolerância: 0 minutos

ANO LECTIVO 2009/2010

12º Ano

1ªe 2ª Fase

MATRIZ DA PROVA ESCRITA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
(Decreto-Lei 74/2004)

Conteúdos	Objectivos	Estrutura	Cotações	Critérios de Avaliação
. Capacidades Motoras **. Saúde e Bem - Estar**	Distinguir as diferentes capacidades motoras. Conhecer a importância das actividades físicas e desportivas.	Grupo - I Três questões	70 pontos	. Conteúdo correcto e adequado; . Terminologia específica; . Capacidade de síntese; . Objectividade nas respostas; . Legibilidade.
. Ginástica de Aparelhos	Conhecer e descrever correctamente a execução dos saltos efectuados no Cavalo / Plinto e Mini Trampolim.	Grupo - II Duas questões	20 pontos	. Rigor conceptual; . Terminologia específica; . Capacidade de síntese; . Objectividade nas respostas; . Legibilidade.
. Regras de Basquetebol	Conhecer as regras de Basquetebol em vigor.	Grupo - III Quatro questões	40 pontos	. Conteúdo adequado e organizado; . Terminologia específica; . Clareza de expressão e sequência lógica das ideias; . Legibilidade.
. Regras e princípios técnico - tácticos de Futsal	Conhecer as regras e situações técnicas – tácticas de Futsal	Grupo - IV Quatro questões	40 pontos	. Conteúdo adequado e organizado; . Terminologia específica; . Legibilidade
. Regras de Voleibol	Conhecer as regras de Voleibol em vigor.	Grupo- V Quatro questões	30 pontos	. Conteúdo adequado e organizado; . Terminologia específica; . Clareza de expressão e sequência lógica das ideias; . Legibilidade.