



**António Arroio**  
ESCOLA ARTÍSTICA

311 Educação Física  
Prova escrita

PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Duração: 90 min

Ano: 2014

1ª fase – Junho

12º ano

### **Grupo I - VOLEIBOL**

1. **Quantos sets tem um jogo de Voleibol e com que pontuação termina cada um deles?**
2. **Indique quais as limitações a que está sujeito o *libero*.**
3. **Se a bola tocar nas varetas que limitam a rede, é considerado dentro ou fora?**
4. **Durante o serviço, onde se devem encontrar os jogadores da equipa que realiza o serviço?**
5. **Numa jogada com bloco, indique o número de toques consecutivos por jogador, que as regras permitem.**

### **Grupo II - ANDEBOL**

6. **Como se inicia o jogo após um golo e onde se devem encontrar os jogadores de cada equipa?**
7. **Por quem e como é reposta a bola em jogo após ter saído do campo pela linha final, tendo sido tocada pelo guarda-redes?**
8. **Em que situação pode o guarda-redes sair da área de baliza?**
9. **Um jogador de campo pode passar por dentro da área de baliza para ir defender um adversário do outro lado do campo?**
10. **Um jogador de campo pode realizar três apoios, driblar a bola e realizar mais três apoios antes de passar ou rematar?**

### **Grupo III - BADMÍNTON**

11. **Identifique o objetivo do jogo de Badmínton.**

12. Como se processa o batimento do volante num jogo de pares?

13. Explica a regra do serviço, quanto ao batimento da raquete no volante?

14. Quando é que um jogador efetua o serviço na área de serviço do lado esquerdo?

**Grupo IV - BASQUETEBOL**

15. Indica os principais tipos de lançamento utilizados no Basquetebol.

16. Explica em que circunstâncias de jogo se executam o passe picado.

17. Indica o número máximo de apoios que um jogador pode efetuar com a bola nas mãos.

**Grupo V - GINÁSTICA**

18. Enuncie dois saltos verticais e um com rotação transversal que se podem realizar no minitrampolim.

19. No pino, qual a posição correta da cabeça?

20. Dá exemplos de uma posição de força, uma de equilíbrio e uma de flexibilidade.

**Fim da prova**

**Cotações**

| <b>Grupo I</b>       | <b>Grupo II</b>       | <b>Grupo III</b>     | <b>Grupo IV</b>       | <b>Grupo V</b>       |
|----------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|
| 1. 10 pontos         | 6. 10 pontos          | 11. 10 pontos        | 15. 10 pontos         | 18. 10 pontos        |
| 2. 10 pontos         | 7. 10 pontos          | 12. 10 pontos        | 16. 10 pontos         | 19. 10 pontos        |
| 3. 10 pontos         | 8. 10 pontos          | 13. 10 pontos        | 17. 10 pontos         | 20. 10 pontos        |
| 4. 10 pontos         | 9. 10 pontos          | 14. 10 pontos        |                       |                      |
| 5. 10 pontos         | 10. 10 pontos         |                      |                       |                      |
| <b>Total 50.....</b> | <b>Total 50 .....</b> | <b>Total 40.....</b> | <b>Total 30 .....</b> | <b>Total 30.....</b> |