

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Decreto-Lei nº 55/2018, de 6 de julho

EDUCAÇÃO FÍSICA

maio de 2026

PROVA /26 | 2026

3º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3.º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Características e estrutura da prova
- Critérios gerais de classificação
- Duração
- Material autorizado

Objeto de avaliação

A prova tem por referência a avaliação da aprendizagem e conteúdos, enquadrados nos domínios das Aprendizagens Essenciais da disciplina e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada. A prova avalia a aprendizagem de conhecimentos e competências, no domínio das Atividades Físicas - modalidades coletivas e modalidades individuais. Esta prova será adaptada de acordo com as necessidades de cada aluno.

Características e estrutura da prova

1 - Tipo de prova: Prova prática.

2 - A prova apresenta quatro grupos de itens. A prova pode mobilizar aprendizagens de anos de escolaridade anteriores e reflete a complementaridade dos domínios de referência da disciplina.

Grupo I - Temas/Conteúdos - “Jogos Desportivos Coletivos”: O aluno é avaliado em duas das seguintes matérias: Andebol; Basquetebol; Futsal; Voleibol, consoante a sua escolha. Realizar com correção e oportunidade as ações técnico-táticas de defesa e de ataque (com e sem posse de bola).

Grupo II - Temas /Conteúdos - “Ginástica”: O aluno é avaliado em Ginástica no Solo.

- **Ginástica:** Realizar uma sequência gímnica com dez elementos obrigatórios (acrobáticos, de flexibilidade e de equilíbrio).

Grupo III - Temas/Conteúdos - “Atletismo e Raquetas”: O aluno é avaliado num dos outros dois Temas/Conteúdos (Atletismo ou Raquetas) consoante a sua escolha.

- **Atletismo:** Realizar uma situação formal de corrida, salto e lançamento, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.

- **Raquetas - Badminton:** Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, num jogo formal ou condicionado, de singulares, garantindo a iniciativa e ofensividade, aplicando o seu regulamento.

Grupo IV - Temas/Conteúdos - “Atividades Rítmicas Expressivas” e “Atividades de Exploração da Natureza”: O aluno é avaliado num dos dois Temas/Conteúdos (ARE/AEN), consoante a sua escolha.

- **ARE - Dança** - Seleccionar e realizar uma coreografia, com a duração entre 30 segundos a 1 minuto, individual, de uma dança, com correção técnica, aplicando critérios de expressividade, ritmo e ocupação de espaço.

- **AEN - Orientação** - Realizar um percurso de Orientação utilizando, com correção, as técnicas e materiais da orientação. O percurso, realizado individualmente, será dentro do espaço escolar.

Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir em cada execução resulta da aplicação dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro. A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação.

Os níveis de desempenho são distribuídos na seguinte escala: não executa, executa com dificuldade, executa, executa bem e executa muito bem, de acordo com os critérios de êxito definidos nas Aprendizagens Essenciais do 2º Ciclo, referentes à(s) habilidade(s)/gesto(s) técnico(s) solicitados.

Se o examinando executar o comportamento solicitado mais do que uma vez, deve ser apenas considerado aquele que revelar maior intencionalidade/consciência de ação.

Os comportamentos/execuções que não possam ser claramente identificados são classificados com zero pontos (correspondendo a não executa). No entanto, em caso de engano detetado pelo aluno, este pode repetir a execução, tendo em atenção que tal não alterará a duração da prova.

De acordo com o Despacho Normativo n.º 2-A/2025, de 3 de março, a prova é cotada para 100 pontos, sendo a classificação final convertida para a escala numérica de 1 a 5.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

Material Autorizado

Calçado e vestuário desportivo apropriado que permita total liberdade de movimentos a cada uma das modalidades indicadas (calção e t-shirt ou fato de treino, calçado desportivo e sapatilhas de ginástica).

Os alunos não deverão ser portadores de qualquer tipo de adornos (fios, brincos, colares, piercings e relógios).