

## Prova de Equivalência à Frequência | Educação Física 1º Ciclo do Ensino Básico

INFORMAÇÃO-PROVA 46 | 2025/2026

### 1. Informações gerais

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 1.º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física, tendo como referência os documentos curriculares em vigor, nomeadamente as áreas de competências previstas no Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória. O grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação constam das Aprendizagens Essenciais, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Caracterização e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Material autorizado;
- Duração.

### 2. Objeto de avaliação

A prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física permite avaliar o conjunto das aprendizagens de acordo com os referenciais de base: o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória, as Aprendizagens Essenciais, os domínios e os temas a desenvolver no 1.º ciclo como consta da legislação vigente e passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada.

### 3. Caracterização e estrutura da prova

A prova é constituída por três grupos, de acordo com o Quadro 1:

Quadro 1 – Componente prática da prova:

<b>Componente Prática</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ginástica (Grupo I)</li><li>- Jogos (Grupo II);</li><li>- Atividades Rítmicas e Expressivas (Grupo III).</li></ul>
---------------------------	--

A sequência dos itens pode não corresponder à sequência dos temas nos documentos

A sequência dos itens pode não corresponder à sequência dos temas nos documentos curriculares.

A prova é cotada para 100 pontos, apresentando-se no Quadro 2.

Quadro 2 – Valorização da componente prática da prova:

		Cotação em pontos
<b>Componente Prática</b>	Ginástica	30
	Jogos	40
	Atividades Rítmicas e Expressivas	30

**Componente Prática:**

**Ginástica (Grupo I)**

O examinando deve ser capaz de:

- Realizar as habilidades gímnicas básicas de ginástica em esquemas ou sequências no solo;
- Explorar materiais.

**Jogos (Grupo II)**

O examinando deve ser capaz de:

- Participar em jogo(s) aplicando as regras de participação;
- Cooperar com os colegas na procura do êxito pessoal e do grupo.

**Atividades Rítmicas e Expressivas (Grupo III)**

O examinando deve ser capaz de:

- Participar em sequências de coreografias;
- Explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais.

**4. Critérios gerais de classificação**

A classificação a atribuir na realização da prova resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

Todos os exercícios são de resolução obrigatória, caso contrário, serão classificados com zero pontos.

## 5. Material autorizado

Os alunos devem apresentar-se equipados com equipamento adequado para a prática do exercício físico:

- calções e T-shirt ou fato de treino;
- ténis.

Não é permitido o uso de qualquer adereço que ponha em risco a integridade física do aluno ou dos colegas (fios, anéis, pulseiras, relógio, etc.).

## 6. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos, distribuídos da seguinte forma:

<b>Componente Prática</b>	- Ginástica	15 minutos
	- Jogos	15 minutos
	-Atividades Rítmicas e Expressivas	15 minutos

Documento aprovado no dia 6 de maio de 2026 em conselho pedagógico, de acordo com o ponto 1 do artº 29º, da secção III, do Despacho Normativo nº 3/2026, de 23 de fevereiro.

O/A Coordenador/a de Departamento

Lidia Ribeiro

A Presidente do Conselho  
Pedagógico

[Assinatura]