

Prova de Equivalência à Frequência | Cód. 28 - Educação Física

2º Ciclo do Ensino Básico

INFORMAÇÃO-PROVA | 2025/2026

1. Informações gerais

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 2.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 Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, as Aprendizagens Essenciais, os domínios e os temas e a desenvolver no segundo ciclo como consta da legislação vigente e passíveis de avaliação em prova prática de duração limitada.

3. Caracterização e estrutura da prova

A prova de equivalência à frequência é composta por uma componente prática, organizada em quatro momentos de avaliação. A cotação da componente prática é de 100 pontos, correspondendo à cotação final.

3.1. Componente Prática

Grupo	Conteúdos	Parâmetros
I	Ginástica no Solo	Executar os vários elementos gímnicos em sequência, definindo a posição inicial e final (de pé com membros inferiores unidos e braços em elevação).

Grupo	Conteúdos		Parâmetros
II	Futsal		Executar os gestos técnicos básicos do Futsal.
III	Voleibol		Executar os gestos técnicos básicos do Voleibol.
IV	Atletismo	Corrida de Barreiras	Executar a técnica da corrida de barreiras.
		Salto em Altura	Executar o salto em altura com a técnica de tesoura.

4. Critérios gerais de classificação

4.1. Componente Prática (100 pontos)

A componente prática encontra-se distribuída por quatro blocos de conteúdos: Ginástica de Solo, Futsal, Voleibol e Atletismo (Corrida de Barreiras e Salto em Altura).

A cotação total da componente prática é de 100 pontos, distribuídos da seguinte forma:

Componente Prática (100 Pontos)	CONTEÚDOS		ESTRUTURA	COTAÇÃO
		Ginástica no Solo		Este grupo de conteúdos avalia o examinando na realização dos vários elementos gímnicos, dos gestos técnicos dos desportos coletivos, da técnica do salto em altura e da corrida de barreiras, devendo o aluno ser capaz de os executar. (o aluno não executa; o aluno executa revelando algumas dificuldades nos critérios exigidos; o aluno executa o exercício proposto, cumprindo os critérios exigidos).
	Futsal		20 Pontos	
	Voleibol		20 Pontos	
	Atletismo	Corrida de Barreiras		15 Pontos
		Salto em Altura		15 Pontos

As incorreções e o não cumprimento dos exercícios da Prova serão penalizados na respetiva cotação.

Critérios de observação e avaliação:

- Cada conteúdo é composto por um conjunto de gestos técnicos a observar;
- Cada Gesto Técnico é avaliado em 3 critérios:
 - 0 pontos - O aluno não executa;
 - 3 pontos - Executa revelando algumas dificuldades nos critérios exigidos;
 - 5 pontos - Executa o exercício proposto, cumprindo os critérios exigidos.

Cada aluno terá duas tentativas de realização em cada um dos exercícios da prova, onde cada exercício será observado e analisado.

Todas as situações de dúvida deverão ser decididas em benefício do examinado

5. Material autorizado

Componente prática:

- a) Material a fornecer pelo estabelecimento de ensino:
 - Tapetes de ginástica; bolas (futsal e voleibol), balizas, postes e rede; colchão de queda, postes e elástico; barreiras e cones de sinalização.
- b) Materiais e utensílios de que o examinando tem de ser portador:
 - Calçado adequado (ténis), roupas práticas e confortáveis (calções ou fato de treino).

6. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

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

O/A Coordenador/a de Departamento



A Presidente do Conselho
Pedagógico


