
INFORMAÇÃO — PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Prova 26 / 2026

Ano letivo: **2025/26**

Natureza da prova: **Prova prática**

3º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3º 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

1 - OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para os 7.º, 8.º e 9.º anos e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre os domínios/áreas das atividades físicas e da aptidão física, nomeadamente:

- Atividades Físicas:

- Jogos desportivos coletivos;
- Ginástica;
- Atletismo;
- Jogos de Raquetes (Badminton).

2 - CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA DA PROVA

A prova é prática e é cotada para 100 pontos percentuais.

A prova é composta por três grupos que apresentam itens de construção (expressão física e motora):

- a) Grupo I – realização de dois exercícios critério referentes aos conteúdos de duas modalidades de jogos desportivos coletivos;
- b) Grupo II – realização de três saltos e uma sequência gímnica referentes aos conteúdos de ginástica;
- c) Grupo III – realização de três exercícios critério referentes aos conteúdos de uma das modalidades, atletismo ou badminton.

3 - CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A avaliação da execução técnica será realizada pela forma como se desenvolve a tarefa e pelo grau de consecução do objetivo da mesma. O aluno tem direito a duas tentativas na execução do exercício, contando a melhor classificação.

A classificação a atribuir ao aluno em cada exercício resulta da correção técnica da sua execução, de acordo com níveis de desempenho definidos nos critérios específicos e é expressa por um número inteiro.

4 - DURAÇÃO DA PROVA

A prova prática tem a duração de 45 minutos.

5 - MATERIAL AUTORIZADO

O aluno deve utilizar durante a realização da prova prática o seguinte material:

- Calções desportivos, t-shirt e/ou fato de treino.
- Meias de algodão desportivas.
- Sapatilhas e sabrinas (sapatos para ginástica com elástico e sola fina flexível).

Data de aprovação em conselho pedagógico:

13 / 05 / 2026