INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA 2026

Prova 28

2.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 2.º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Material
- Duração
- Critérios gerais de classificação

Objeto de avaliação

Avaliação das competências, que decorrem dos objetivos gerais enunciados no programa da disciplina, bem como os conteúdos aí enunciados, que são passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

Caracterização da prova

A prova reflete uma visão integradora dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

A prova é prática e está organizada em cinco grupos, cada um composto por vários itens.

A prova é cotada na escala percentual de 0 a 100, sendo a classificação final expressa na escala de níveis de 1 a 5.

No Grupo I, avalia-se a técnica individual no contexto do jogo desportivo coletivo de Basquetebol. Cotação: 25 pontos.

No Grupo II, avalia-se a técnica individual no contexto do jogo desportivo coletivo de Voleibol. Cotação: 20 pontos.

No Grupo III, avalia-se a capacidade de resistência no âmbito da Aptidão Física/ Atletismo. Cotação: 15 pontos.

No Grupo IV, avalia-se a técnica individual no contexto do jogo desportivo coletivo de Futsal. Cotação: 20 pontos.

No Grupo V, avaliam-se elementos gímnicos e posições de flexibilidade em Ginástica de Solo no contexto dos desportos individuais. Cotação: 20 pontos.

A estrutura da prova sintetiza-se no quadro seguinte.

Valorização das unidades e conteúdos na prova

Unidade Didática	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Basquetebol	Drible de progressão; drible de proteção; lançamento em apoio e na passada.	25
Voleibol	Passe alto de frente; manchete; serviço por baixo.	20
Aptidão Física/ Atletismo	Resistência.	15
Futsal	Drible; passe; remate.	20
Ginástica	Rolamento à frente; avião; vela.	20

Material

Prova prática - O aluno deve usar obrigatoriamente equipamento desportivo, (sapatilhas, calções/calças de fato de treino, t-shirt/sweat) sendo-lhe disponibilizado todo o outro material necessário à realização da prova.

Duração

A prova prática tem a duração de 45 minutos.

Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios específicos de classificação e é expressa por um número inteiro.

Os Docentes

(Horácio Duarte/ Carlos Godinho/ Helena Moura)

A Coordenadora do Grupo Disciplinar

(Helena Moura)

A Coordenadora de Educação Especial

(Elsa Violante)

Aprovada em reunião de Conselho Pedagógico de 30 de Abril de 2026