
INFORMAÇÃO – Prova de Equivalência à Frequência

Prova de Equivalência à Frequência da Disciplina de

Educação Física

3.º Ciclo do Ensino Básico

Prova 26 | 2025

Despacho Normativo. n.º2-A/2025, de 3 de março

O presente documento visa divulgar informação relativa à prova de equivalência à frequência do 3º ciclo, da disciplina de Educação Física, a realizar em 2025, nomeadamente:

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

Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento evidenciado nos critérios de classificação estão balizados, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

1. Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais da disciplina de Educação Física e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada.

2. Características e estrutura

A prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física integra uma prova prática que é composta por cinco matérias: Jogos Desportivos Coletivos, Atletismo, Ginástica, Atividades Rítmicas Expressivas e Raquetas. A estrutura da prova prática sintetiza-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Domínios, conteúdos e cotação da prova

Domínios	Conteúdos	Cotação
JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS <ul style="list-style-type: none">Realização de sequências de exercícios técnicos específicos de cada matéria;(Os alunos optam por apenas dois desportos coletivos).	<ul style="list-style-type: none">Andebol ou Futebol ou Voleibol ou Basquetebol.	40 pontos (20 pontos por cada desporto coletivo)
ATLETISMO <ul style="list-style-type: none">Realização de corrida, de salto e de lançamento, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.	<ul style="list-style-type: none">Corrida de velocidade (40m) ou Salto em comprimento ou Lançamento do peso.	15 pontos
GINÁSTICA <ul style="list-style-type: none">Realização das destrezas elementares do solo, em esquema individual, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação.	<ul style="list-style-type: none">Ginástica no solo.	15 pontos
ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS <ul style="list-style-type: none">Realização de uma sequência de elementos técnicos elementares numa coreografia individual, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	<ul style="list-style-type: none">Dança Tradicional ou Dança Social	15 pontos
RAQUETAS <ul style="list-style-type: none">Realização de batimentos e serviços, aplicando com intencionalidade as técnicas adequadas de acordo com as trajetórias.	<ul style="list-style-type: none">Badminton	15 pontos

3. Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir na prova será expressa por um número inteiro de acordo com os seguintes níveis:

- Nível 1 - Não realiza;
- Nível 2 - Realiza com muita dificuldade;
- Nível 3 - Realiza com alguma dificuldade;
- Nível 4 - Realiza sem dificuldade;
- Nível 5 - Realiza sem dificuldade e com correção.

4. Material

- O aluno realiza a prova prática no ginásio da escola, dispondo de todo o material necessário para o efeito;
- O aluno deve ser portador do equipamento pessoal, calçado (sapatilhas), fato treino, calção, camisola e meias. O mesmo deve ser portador de produtos de higiene para o banho.

5. Duração

A prova terá a duração de 45 minutos.