



INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA - Prova prática

1.ª e 2.ª Fases

Prova 26/2025

3.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência de Educação Física do 3.º ciclo, a realizar em 2025, nomeadamente:

- Caracterização e critérios gerais de classificação
- Material e duração

1. CARACTERIZAÇÃO E CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A prova tem por referência os conteúdos do 3.º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de Educação Física, nomeadamente as Aprendizagens Essenciais específicas, de acordo com o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

A prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física é uma prova prática, constituída por 5 itens. As classificações são expressas em números inteiros e resultam da aplicação dos critérios específicos de classificação, tendo a prova uma cotação global de 100 pontos.

Inclui os seguintes conteúdos:

QUADRO 1: Tipologia, número de itens e respetiva cotação.

Tipologia	Número de itens	Cotação por item (em pontos)
EXERCÍCIO I – Jogo Desportivo Coletivo	1	25
EXERCÍCIO II – Badminton	1	25
EXERCÍCIO III – Ginástica de solo ou de aparelhos	1	25
EXERCÍCIO IV – Aptidão Física	2	25

No domínio das Atividades Físicas – Exercícios I, II e III – a prova integra atividades de referência das matérias a avaliar, sendo constituída por um conjunto de tarefas organizadas em percurso, em sequência, em concurso e em situação de jogo.

A Aptidão Física é avaliada através de testes padronizados do programa FITescola.

2. MATERIAL

O examinando deverá apresentar-se com equipamento adequado à prática desportiva, bem como com o material necessário à sua higiene pessoal, após o término da prova.

A não utilização de equipamento para uso desportivo, impede que o examinando realize a prova.

3. DURAÇÃO DA PROVA

A prova terá a duração de 45 minutos

Notas: O tempo de preparação dos materiais e de ativação geral não está incluído no tempo de prova.

As tarefas de ativação geral – vulgo «aquecimento» - são da responsabilidade do aluno.