

INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

3.º CICLO do Ensino Básico

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho

Código 26

Prova prática

Maio 2025

O presente documento divulga informação relativa à prova final do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2025, nomeadamente:

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

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 o 3º Ciclo do ensino básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre os temas seguintes:

- Atividades Físicas e Desportivas;
- Aptidão Física.

2. Caracterização da Prova

No domínio das Atividades Físicas, a prova integra atividades de referência das matérias a avaliar. A prova é constituída por um conjunto de tarefas organizadas em percurso e em sequência.

No domínio da Aptidão Física a prova integra um teste de referência da Bateria de Testes Fitescola.

A prova é cotada para 100 pontos.

A distribuição da cotação pelos domínios apresenta-se no Quadro 1.

Quadro 1 – Distribuição das cotações

Domínio Prova Prática		Cotação (em pontos)
Atividades físicas e desportivas	ATLETISMO Corrida de velocidade (40 metros) com partida baixa ou em 3 apoios. Salto em comprimento.	10
	BADMINTON Posição base: movimentação em campo; Lob; Clear;	15

	Serviço curto; Serviço comprido.	
	GINÁSTICA DE SOLO Rolamento à frente; Rolamento à retaguarda; Apoio facial invertido; Roda; Posição de flexibilidade: ponte e/ou espargata; Posição de equilíbrio: avião e/ou vela. Ou GINÁSTICA DE APARELHOS Plinto/Boque: salto de eixo e salto entre mãos; Minitrampolim: salto engrupado, ½ pirueta e carpa pernas afastadas.	20
	ANDEBOL Passe; Receção em deslocamento; Drible; Remate em salto.	20
	VOLEIBOL Posição base: deslocamentos; Serviço por baixo; Manchete; Passe alto de frente; Remate em apoio.	20
Aptidão Física	VAIVÉM	15

A tipologia de itens, o número de itens e a cotação por item apresentam-se no Quadro 2.

Quadro 2 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens		Número de itens	Cotação por item (em pontos)
Itens práticos	• Exercício critério	De 20 a 21	De 0 a 5
	• Teste padronizado	1	De 0 a 5

3. Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro, de acordo com o seguinte:

Nível 1	Não realiza
Nível 2	Realiza incorretamente
Nível 3	Realiza com algumas incorreções
Nível 4	Realiza corretamente
Nível 5	Realiza com perfeição

O número de pontos a atribuir em cada item resulta da atribuição da classificação por item, tendo em conta a respetiva cotação por item e aplicando-se a ponderação respetiva.

ITENS PRÁTICOS

Exercício Critério

Nos itens de exercícios critério, a cotação dos itens tem em conta o seguinte:

- aplicação dos conhecimentos de forma sequencial e com fluidez;
- utilização das ações técnicas de acordo com o solicitado;
- aplicação das capacidades motoras,
- valorização da coordenação e do equilíbrio das ações.

4. Material

Como material apenas pode ser usado o equipamento desportivo:

- sabrinas (para a ginástica);
- sapatilhas;
- calças ou calções desportivos;
- t-shirt.

5. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.