

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física

2025

Prova 26

3.º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova final a nível de escola do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2025, pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho e o Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de julho, respetivamente:

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

Deve ainda ser tido em consideração o Despacho Normativo n.º 2-A/2025, de 3 de março de 2025.

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as respetivas áreas de competências, bem como as Aprendizagens Essenciais de Educação Física para o 3.º ciclo, permitindo avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova escrita de duração limitada.

Caracterização da prova

A prova prática é cotada para 200 pontos e reflete uma visão integradora e articulada dos diferentes conteúdos programáticos da disciplina.

Prova Prática

Nas matérias de ensino das Atividades Físicas, a avaliação incide sobre a qualidade da execução técnico-tática.

Na Aptidão Física a avaliação segue o critério normativo sendo a situação de exercício correspondente ao teste padronizado do *Fitescola* como resultado de referência.

Quadro 1 – Valorização relativa dos temas da prova prática

Tema	Conteúdos	Cotação (em pontos)	
Escolhe dois dos três temas apresentados	ATIVIDADES FÍSICAS Jogo Desportivo coletivo (Basquetebol)	No ataque com bola, passar, desmarcar-se e ocupar espaço livre, fintar e lançar na passada; No ataque sem bola, ocupar espaço para repor equilíbrio ofensivo; Na defesa, participar no ressalto defensivo.	15 pontos

	ATIVIDADES FÍSICAS Jogo desportivo coletivo (Voleibol)	Serviço por baixo; Recepção do serviço em manchete ou com as duas mãos por cima; Posicionar-se correta e oportunamente para passar a bola a um companheiro;	15 pontos
	ATIVIDADES FÍSICAS Jogo Desportivo coletivo (Futebol)	No ataque com bola, passar a um companheiro em desmarcação para a baliza, ou em apoio, combinando o passe à sua própria desmarcação; No ataque sem bola, aclarar o espaço de penetração do jogador com bola e/ou dos companheiros em desmarcação para a baliza; Na defesa, marcar o seu atacante, procurando dificultar a ação ofensiva.	15 pontos
	ATIVIDADES FÍSICAS Desporto individual (Ginástica)	Sequência no solo os seguintes elementos: Avião / pino / cambalhota à frente/ meia pirueta/ cambalhota atrás / ponte. Plinto longitudinal um salto de eixo ou um salto entre-mãos no plinto transversal.	40 pontos
	ATIVIDADES FÍSICAS Desporto individual (Atletismo)	Salto em altura com a técnica de tesoura.	40 pontos
	ATIVIDADES FÍSICAS Desporto individual (Raquetes)	Serviço curto e comprido Clear Lob Drive.	40 pontos
	APTIDÃO FÍSICA	Prova de resistência aeróbia	40 pontos

A prova é cotada para 200 pontos.

Crítérios gerais de classificação

Prova Prática

A classificação das situações de exercício que correspondem às várias categorias de atividades físicas resultam do somatório da pontuação atribuída a cada componente crítica de cada situação de exercício exigida ao aluno.

A qualidade da execução dos exercícios resulta da observação da aplicação com correção e oportunidade das ações técnico-táticas definidas no exercício exigido.

A classificação dos testes de aptidão física segue um critério normativo e baseia-se nas tabelas de referência apontadas no Fitescola, por género e por escalão etário.

Material a utilizar

Prova prática

O aluno deverá ser portador de Equipamento de Educação Física (Ténis, sapatilhas, T-shirt ou camisola, calções ou calças de fato de treino), de forma a poder otimizar o seu desempenho motor.

Duração

A prova prática tem a duração de 90 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar este limite de tempo.