



INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Educação Física

2025

Prova 311

12.º Ano de Escolaridade

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do ensino secundário 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 12.º ano, permitindo avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova escrita de duração limitada.

Caracterização da prova

Serão objeto da avaliação as seguintes matérias de ensino: desportos individuais, desportos coletivos, desportos de raquetes e aptidão física. Com a prova de avaliação procura-se certificar o conhecimento, o saber fazer, ou o grau de desenvolvimento dos alunos nos seguintes domínios:

- Conhecimentos técnicos, táticos e regulamentares;
- Desempenhos técnico-coordenativos;
- Aptidão física.

A prova tem por referência as Metas Curriculares de Educação Física do secundário e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova escrita e numa prova prática, de duração limitada.

A prova tem duas componentes: componente teórica e componente prática. Qualquer das componentes está cotada para 200 pontos. A classificação final a apurar resulta da média ponderada das componentes sendo que a teórica tem uma valência de 30% e a prática de 70%.

A prova é cotada para 200 pontos.

2.1 Prova Escrita

A prova teórica é constituída por uma prova escrita com catorze questões que contemplam os seguintes itens:

- Descrição das técnicas;
- Identificação das componentes críticas das técnicas;
- Conhecimento dos regulamentos;
- Conhecimento e descrição das movimentações táticas;
- Conhecimentos no âmbito da aptidão física.

No quadro seguinte apresenta-se o número questões por matéria de ensino bem como as correspondentes cotações:

MATÉRIA DE ENSINO	Nº DE QUESTÕES	COTAÇÃO POR MATÉRIA
Desportos Individuais	2	30
Desportos Coletivos	8	100
Desportos de Raquetas	2	30
Aptidão Física	2	40
TOTAL		200

2.2 Prova Prática

A prova prática é constituída por 10 situações de exercícios técnico-coordenativos e por dois testes de Aptidão Física. Nos desportos individuais o aluno opta entre as situações de exercício da ginástica ou do atletismo. Nos desportos individuais, coletivos e de raquetas a avaliação incide sobre a qualidade da execução técnica. Na aptidão física a avaliação segue um critério normativo sendo que as situações de exercício correspondem a testes padronizados.

No quadro seguinte apresenta-se o número de situações de exercícios técnico-coordenativos e de testes padronizados por matéria de ensino bem como as correspondentes cotações.

MATÉRIA DE ENSINO	Nº DE EXERCÍCIOS/ TESTES PADRONIZADOS	COTAÇÃO POR MATÉRIA
Desportos Individuais	2	40
Desportos Coletivos	4	80
Desportos de Raquetas	2	40
Aptidão Física	2	40
TOTAL		200

Critérios gerais de classificação

Prova escrita

Na classificação de cada resposta atribuem-se, em valor percentual, aos diferentes descritores, as seguintes pontuações parciais:

<ul style="list-style-type: none">• Qualidade da descrição da técnica;• Qualidade da identificação das componentes críticas da técnica;• Grau de conhecimento dos regulamentos;• Qualidade da descrição dos comportamentos táticos.• Grau de conhecimento sobre a aptidão física;	80%
<ul style="list-style-type: none">• Qualidade na adoção das expressões terminológicas.	10%
<ul style="list-style-type: none">• Qualidade da expressão escrita.	10%

Prova Prática

Na classificação das situações de exercício que correspondem às várias categorias de desportos atribuem-se, pontuações que resultam do produto de um valor percentual, que traduz a qualidade da execução técnica, pela cotação máxima da situação de exercício.

- Não executa ou executa muito mal o exercício (0 a 19% da cotação máxima);
- Executa mal o exercício (20 a 49% da cotação máxima);
- Executa o exercício de forma satisfatória (50 a 69% da cotação máxima);
- Executa bem o exercício (70 a 89% da cotação máxima);
- Executa muito bem o exercício (90 a 100% da cotação máxima).

A apreciação da qualidade da execução dos exercícios resulta da observação motora com base nos seguintes descritores:

- Grau de cumprimento das componentes críticas do movimento;
- Grau da otimização da velocidade de execução;
- Grau da coordenação intermuscular e da fluência do movimento.

A classificação dos testes de aptidão física segue um critério normativo e baseia-se nas tabelas construídas para a população escolar da Escola Secundária do Monte da Caparica.

Material a utilizar

Prova escrita

O aluno apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Não é permitido o uso de corretor.

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 tem a duração de 180 minutos.

A prova escrita tem a duração de 90 minutos.

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