

## Informação - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

### EDUCAÇÃO FÍSICA

Prova 26 I 2025

3º Ciclo do Ensino Básico

#### 1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais do 3ºCiclo, sendo relativa à totalidade dos anos de escolaridade do 3º Ciclo, em que a disciplina é lecionada.

A prova reflete uma visão integradora e articulada das diferentes Áreas da Aprendizagens Essenciais definidas para a disciplina no 3º ciclo.

Permite avaliar as aprendizagens passíveis de avaliação numa prova com uma componente prática de duração limitada.

#### 2. Caracterização da prova

O aluno realiza a prova prática nos espaços específicos da disciplina, da Escola Básica de São Gonçalo.

A prova prática é constituída por cinco temas e é cotada para os 100 pontos.

O aluno realiza a prova prática, de 45 minutos, nos espaços específicos da disciplina da Escola Básica de São Gonçalo. Dispõe de um período de 10 minutos para realizar o aquecimento. Devendo apresentar-se já equipado.

Alguns dos itens podem envolver a mobilização de conteúdos relativos a mais do que uma Área das Atividades Desportivas e à Área da Aptidão Física, das Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 3ºCiclo.

A valorização relativa dos temas apresenta-se no Quadro 1a.

Quadro 1a - Valorização relativa dos temas - Prova prática

Domínios	Temas e matérias		Cotação em pontos
	1º Fase	2º Fase	
Aptidão Física	Programa FITescola- Teste Vaivém		25
Atividades Físicas Desportivas	Voleibol	Basquetebol	25
	Ginástica no Solo (5 elementos gimnicos)	Ginástica de Aparelhos (Minitrampolim e Boque)	25
	Salto em Altura	Salto em Comprimento	15
	Badminton		10

O número de itens e a cotação por item apresentam-se no Quadro 1b.

Quadro 1b - número de itens e cotação por item - Prova prática

Grupos		Temas		Cotação em pontos	
1ª Fase	2ª Fase	1ª Fase	2ª Fase	1ª Fase	2ª Fase
1. Aptidão Física		1 - Programa FitEscola - Teste Vaivém		1- 25	
2. Voleibol	2. Basquetebol	2.1 Serviço por Cima 2.2 Passe Alto por Cima 2.3 Remate 2.4 Manchete 2.5 Bloco	2.1. Drible de progressão; 2.2. Mudanças de direção em drible; 2.3. Lançamento na passada; 2.4. Lançamento em salto; 2.5 - Ressalto Ofensivo.	2.1 - 5 2.2 - 5 2.3 - 5 2.4 - 5 2.5 - 5	2.1 - 5 2.2 - 5 2.3 - 5 2.4 - 5 2.5 - 5
3. Ginástica no solo	3. Ginástica de Aparelhos	3.1 Rolamento à frente ou atrás 3.2 Posição equilíbrio 3.3 - Roda 3.4 - Pino 3.5 Sequência	Minitrampolim: 3.1 Carpa com pernas afastadas; 3.2 Pirueta Vertical; Boque: 3.3 Salto ao Eixo; 3.4 Salto Entre mãos.	3.1 - 5 3.2 - 5 3.3 - 5 3.4 - 5 3.5 - 5	3.1 - 6 3.2 - 6 3.3 - 6 3.4 - 7
4. Atletismo		4. Salto em Altura	4. Salto em Comprimento	4.1 - 10 4.2 - 5	
5. Badminton		5.1 Serviço Curto e Comprido 5.2 Deslocamentos/Diferentes Batimentos 5.3 Concretização ataque		5.1 - 5 5.2 - 2,5 5.3 - 2,5	

### 3. Critérios gerais de classificação

São os seguintes os critérios gerais de correção e classificação:

- Domínio e aplicação de conceitos/conteúdos.

A classificação a atribuir à performance de cada aluno resulta da média atribuída pelos três júris e está de acordo com os critérios gerais e específicos apresentados para cada item e é expresso por um número inteiro.

Não há lugar a classificações intermédias. Quando não for possível aplicar a situação de jogo, serão adotados exercícios critério.

A classificação final será o resultado da prova prática.

### 4. Material Autorizado

Prova prática - O aluno necessitará de equipamento desportivo: ténis, calças de fato de treino/calções e t-shirt/camisola, devendo apresentar-se devidamente equipado no início da prova.

### 5. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos destinados à componente prática.

**FIM**