

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

Prova Prática

2026

12.º Ano

EDUCAÇÃO FÍSICA

CÓD. 311

Curso Científico-Humanístico

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do ensino secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, nomeadamente:

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

Este documento será dado a conhecer e deverá ser analisado com os alunos, para que fiquem devidamente informados sobre a prova que irão realizar. Importa ainda referir que, nas provas desta disciplina, o grau de exigência decorrente do enunciado dos itens e o grau de aprofundamento, evidenciado nos critérios de classificação, estão balizados pelas Aprendizagens Essenciais em adequação ao nível de ensino a que a prova se refere.

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação em vigor e das Aprendizagens Essenciais.

Objeto de avaliação

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do Ensino Secundário e concretiza-se na avaliação das aprendizagens numa prova prática, com duração limitada.

Os temas que constituem o objeto de avaliação são seguidamente expressos:

- Ativação geral
- Três dos seguintes jogos desportivos coletivos:
 - Andebol
 - Basquetebol
 - Futsal
 - Voleibol
- Três das seguintes modalidades desportivas individuais:
 - Atletismo
 - Dança
 - Ginástica
 - Patinagem
 - Raquetas

De acordo com as aprendizagens essenciais, os alunos devem ser capazes de executar uma série ordenada de gestos técnicos, organizados numa sequência prática de exercícios-critério técnicos, com correção, eficiência e eficácia.

Caracterização da prova

A prova é organizada em três temas/conteúdos específicos com exercícios-critério de acordo com a especificidade de cada área/matéria expressa no quadro abaixo.

Temas/Conteúdos	Estrutura	Cotação (em pontos)
ATIVAÇÃO GERAL	Elaborar e realizar com coerência uma sequência de exercícios de ativação geral com a duração máxima de dez minutos	10
JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: <i>Andebol</i> <i>Basquetebol</i> <i>Futsal</i> <i>Voleibol</i>	Realizar uma sequência de exercícios técnico-táticos específicos (quatro por modalidade), num percurso definido, combinando com fluidez, destreza e ritmo os gestos técnicos abordados, de acordo com as exigências técnicas da modalidade	120
DESPORTOS INDIVIDUAIS: <i>Atletismo</i> <i>Dança</i> <i>Ginástica</i> <i>Patinagem</i> <i>Raquetas</i>	Realizar uma sequência de exercícios técnico-táticos específicos (sete por modalidade) /coreografia, num percurso definido, combinando com fluidez, destreza e ritmo os gestos técnicos abordados, de acordo com as exigências técnicas da modalidade	70

A prova é cotada para 200 pontos.

Material

Os alunos deverão ser portadores de equipamento adequado à prática desportiva (t-shirt, calção ou fato de treino, ténis e sapatilhas).

Duração

A prova tem a duração de 90 minutos.

Critérios gerais de classificação

No âmbito dos planos curriculares aprovados, a componente prática tem a ponderação de 70% com a cotação de 200 pontos.

A classificação a atribuir a cada execução resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos para cada item. O valor apresentado é arredondado à unidade, de acordo com o previsto na grelha de classificação.

A não realização de um qualquer exercício é classificada com zero pontos.

A realização de exercícios/gestos/elementos para além dos pedidos e expressos na matriz não serão classificados.

Os alunos deverão apresentar domínio e segurança na execução dos conteúdos solicitados.

O aluno tem duas tentativas na execução da tarefa, contando o melhor desempenho.

Observação: O Júri poderá solicitar a repetição da tarefa, caso considere necessário.

A versão integral dos critérios gerais de classificação será publicada antes da realização da prova, em simultâneo com as instruções de realização.

A classificação final da prova corresponde à média ponderada, arredondada às unidades, das classificações das duas provas, valendo a componente escrita 30% e a prática 70%.