

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA

maio de 2025

Prova 26 | 2025

3.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 06 de julho; Decreto-lei 54/2018 de 06 de julho; Portaria n.º 223-A/2018; Despacho Normativo n.º 2-A/2025; Norma 01/JNE/2025)

PROVA PRÁTICA

1. Introdução

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

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e do Programa da disciplina de **Educação Física** do Ensino Básico.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

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

2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física, estando de acordo com as orientações curriculares para o 3º ciclo do ensino básico e incide nos conhecimentos práticos lecionados nos respetivos blocos temáticos enunciados no programa da disciplina de Educação Física e adaptados pela nossa escola e que se organizam nos seguintes temas:

I – Saúde e Atividade Física- Condição Física/Aptidão Física

II - Modalidades Desportivas Coletivas - Voleibol; Basquetebol

III - Modalidades Desportivas Individuais – Ginástica de solo e Badminton

3. Caracterização da prova

A prova é realizada no Pavilhão Gimnodesportivo da escola sede.

A prova é cotada para 100 pontos.

A prova prática é constituída por três grupos, abordando a Condição física as modalidades coletivas e individuais.

Grupo I Condição física	Avaliação da condição Física (aplicação da bateria de testes FitEscola) 1º exercício critério - aplicação do teste de força média abdominal 2º exercício critério - aplicação do teste de resistência aeróbia	20 pontos
Grupo II Modalidades coletivas	<u>Voleibol e Basquetebol</u> Realização de circuito técnico e jogo condicionado	40 pontos
Grupo III Modalidades individuais	<u>Ginástica Artística (solo) e Badminton</u> Exercícios-critérios; Avaliação em situação de competição e esquema gímnico.	40 pontos

4. Critérios Gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada exercício resulta da aplicação dos critérios gerais e específicos de classificação apresentados para cada item.

A não realização dos exercícios é classificada com zero pontos.

A avaliação prática consiste na observação direta e registo do nível de desempenho em grelha de avaliação através de exercícios-critérios dos diferentes conteúdos, e em jogo condicionado ou simulação de competição nas diversas modalidades.

A cotação da prova é de 100 pontos.

A classificação final da prova de equivalência à frequência corresponde à classificação da prova convertida na escala de níveis de 1 a 5.

O aluno realiza duas vezes cada exercício critério. Serão registadas as duas classificações, mas somente a melhor classificação obtida, por exercício critério, é considerada para a avaliação.

Na prova prática de Educação Física, o grau de exigência decorrente das situações de avaliação propostas, bem como o nível de desempenho evidenciado nos critérios de classificação, estão balizados pelo Programa da disciplina, em adequação ao nível de ensino a que a prova diz respeito.

5. Material

O aluno deve usar o seguinte equipamento: t-shirt; calções ou calças de fato de treino; sapatilhas desportivas / ténis.

O aluno tem de vir devidamente equipado para realizar a prova.

6. Duração

O aluno poderá utilizar as instalações de prova antes da mesma, de forma a realizar os exercícios de aquecimento geral e específico.

A prova prática tem a duração de 45 minutos.