

INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA
EDUCAÇÃO FÍSICA**2025****Prova 26**

TIPO DE PROVA – Prática

3.º Ciclo do Ensino Básico

(Decreto-lei n.º 55/2018, de 6 de julho e Despacho Normativo n.º 2-A/2025, de 3 de março)

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, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação:

A prova incide sobre as Aprendizagens Essenciais, de acordo com o Despacho nº 6944-A/2018, de 19 de julho:

Atividades Físicas

- Nos Jogos Desportivos Coletivos, realizar com correção as ações técnico-táticas solicitadas, cumprindo as exigências elementares, técnicas e do regulamento, numa modalidade escolhida pelo(a) aluno(a) (Voleibol, Basquetebol, Andebol ou Futebol)
- Da Ginástica Artística, executar com correção os elementos gímnicos de solo solicitados.
- Da Ginástica de Aparelhos, executar com correção de saltos solicitados.
- No Atletismo, realizar com correção as ações técnicas solicitadas, cumprindo as exigências elementares, técnicas e do regulamento, na execução de um salto, uma corrida e um lançamento.

Aptidão Física

- Na Aptidão Física, demonstrar capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo, realizando quatro testes do Programa.

Caracterização da prova:

A prova é constituída apenas por uma Componente Prática.

A prova terá o seguinte perfil:

- Identificação de competências específicas;
- Identificação de terminologia e conceitos básicos da cultura desportiva;
- Execução técnica;
- Autonomia de ação;
- Estruturação do esquema motor.

2025

A prova está cotada na escala percentual de 0 a 100 pontos, sendo a atribuição da **classificação final da prova** o resultado da **média ponderada das diferentes Áreas, arredondada às unidades e convertida na escala de 1 a 5.**

A classificação final é expressa na escala de níveis de 1 a 5.

Nível 1: 0 a 19 pontos

Nível 2: 20 a 49 pontos

Nível 3: 50 a 69 pontos

Nível 4: 70 a 89 pontos

Nível 5: 90 a 100 pontos

Critérios gerais de classificação:

- Aplicação de conceitos e conteúdos das ações técnicas e sua execução;
- Aplicação dos regulamentos.

Material:

- O examinando tem de usar vestuário e calçado apropriado para a prática de atividades físicas (sapatilhas, fato de treino ou calções e t-shirt).

Duração: 45 minutos

Total = 80% (média Atividades Físicas) + 20% (Aptidão Física) = 100 pontos