

INFORMAÇÃO-PROVA

EDUCAÇÃO FÍSICA**2026****Prova 26**.....
3.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho)
.....**1. INTRODUÇÃO**

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência da disciplina de Educação Física do 3.º ciclo do ensino básico.

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

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Material;
- Duração.

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

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. A prova desta disciplina permite avaliar a aprendizagem e os conteúdos, enquadrados em domínios da disciplina, passíveis de avaliação prática de duração limitada. A prova avalia a aprendizagem nas áreas dos desportos coletivos e individuais.

As áreas abrangidas são as seguintes:

- Desportos coletivos (Andebol e Futsal/Futebol);
- Ginástica (solo e aparelhos);
- Atletismo (teste de aptidão física aeróbio);

3. CARACTERÍSTICAS E ESTRUTURA

A prova é constituída apenas por uma componente prática.

A prova inicia-se com a realização, pelo(a) aluno(a), do aquecimento durante um período de dez a quinze minutos.

A prova apresenta três áreas de atividades:

Na área de modalidades coletivas, avaliam-se as aprendizagens do Andebol e Futsal. Cada uma destas modalidades apresenta exercícios critério que definem a qualidade técnica dos conteúdos.

Cotação: 40 pontos

Na área das modalidades individuais, ginástica de solo, avaliam-se as aprendizagens de dois elementos de solo e na ginástica de aparelhos serão realizados dois saltos em diferentes aparelhos.

Cotação: 40 pontos

No Atletismo será avaliada a aptidão aeróbia através do teste “Vaivém” do FitEscola.

Cotação: 20 pontos

4. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A classificação a atribuir resulta do desempenho do aluno face aos exercícios critério específicos para cada área que vai ser avaliada. Assim, para cada exercício critério de cada uma das áreas, haverá classificações diferentes a atribuir se o aluno:

- Realiza bem os exercícios;
- Realiza com incorreções ou Não realiza.

Na prova de atletismo será utilizada uma tabela com valores de referência (FitEscola).

A classificação final será a soma das classificações que o aluno conseguiu após a realização dos exercícios critério.

5. MATERIAL

Para a realizar a prova, o(a) aluno(a) deve apresentar-se com equipamento adequado, nos termos do Regulamento Interno da escola.

6. DURAÇÃO

A duração da prova é de quarenta e cinco minutos.