

Prova de Equivalência à Frequência

3º Ciclo do Ensino Básico

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALEXANDRE HERCULANO



Escola Básica Alexandre Herculano - Rua Rui Manhoso, 2005-071 Santarém
Contactos: 243309420 - 961320515 - secretaria@ae-aherculano.pt

Informação-Prova 2026

Educação Física

Código: 26

Tipo de Prova: Prática

Duração: 45 minutos

Introdução

O presente documento divulga informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência do 3º Ciclo da disciplina de Educação Física (EF), em cumprimento do estabelecido no Despacho Normativo n.º 3/2026, de 23 de fevereiro (Regulamento das Provas de Avaliação Externa e das Provas de Equivalência à Frequência dos Ensinos Básico e Secundário), nomeadamente:

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

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida e dos documentos orientadores da disciplina.

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, as Aprendizagens Essenciais de EF e os objetivos previstos para o 3º ciclo no Projeto de EF do Departamento de EF da Escola Básica Alexandre Herculano, e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática com duração limitada, incidindo sobre as seguintes áreas:

- Aptidão Física
- Atividades Físicas

Características e estrutura

A prova é composta por uma componente prática, que incide sobre as áreas programáticas relacionadas com a Aptidão Física (Resistência e Força) e as Atividades Físicas (matérias/modalidades), nomeadamente: Voleibol, Basquetebol, Ginástica no Solo, Atletismo, Badminton e

Dança. Serão realizados exercícios específicos para avaliar cada uma delas.

A prova é cotada para 100 pontos.

A valorização destas áreas na prova apresenta-se no Quadro 1.

Quadro 1 - Valorização das áreas e matérias

Áreas	Matérias	Cotação (em pontos)
Aptidão Física	Resistência	12,5
	Força	12,5
Atividades Físicas	Voleibol	12,5
	Basquetebol	12,5
	Ginástica no Solo	12,5
	Atletismo	12,5
	Badminton	12,5
	Dança	12,5

Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir ao desempenho em cada exercício resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos apresentados para cada situação.

As situações em que o aluno se recusa a realizar o exercício são classificadas com zero pontos.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

Material

Equipamento desportivo para a realização das atividades práticas, adequadas às condições climatéricas e do pavilhão desportivo onde se vai realizar a prova (ex: sapatilhas próprias e sabrinas de Ginástica, meias, calções, t-shirt, fato de treino).