



INFORMAÇÃO - PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

PROVA PRÁTICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROVA 28 | 2025

2.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 2º Ciclo 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 tem por referência o Programa e as Metas Curriculares de Educação Física do Ensino Básico e permite avaliar aprendizagens passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada.

A prova permite avaliar as aprendizagens (Competências de Ação) nos domínios do Basquetebol, do Voleibol, da Ginástica de Solo e de Aparelhos e do Atletismo.

Caracterização da prova prática

A prova é constituída por cinco modalidades/domínios, de acordo com a estrutura do programa.

Cada domínio está organizado por circuitos (Basquetebol e Voleibol), por sequências de exercícios na Ginástica de Solo, pela realização de uma prova de velocidade - 20 metros, do Salto em Comprimento, e do Lançamento do Vortex (tipo Dardo) no Atletismo e por um desporto de raquetes - Badminton

A prova é cotada para 100 pontos.

A valorização dos domínios na prova apresenta-se no quadro I.

Quadro I — Valorização dos domínios

Grupo	Domínios	Cotação (em pontos)
I	Basquetebol: <ul style="list-style-type: none"> •Passe •Drible •Lançamento 	30
II	Voleibol: <ul style="list-style-type: none"> •Serviço •Passe por cima (toque de dedos) 	20
III	Ginástica: <ul style="list-style-type: none"> •Solo – posição de equilíbrio; posição de flexibilidade. 	10
IV	Atletismo: Velocidade – 20m; Salto em Comprimento Lançamento do Vortex	25
V	Badminton	15
		100

Em cada grupo são mobilizadas aprendizagens específicas de cada domínio.

A tipologia de itens, o número de itens e a cotação por item apresentam-se no quadro II.

Quadro II — Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens	Número de itens	Cotação por item (em pontos)
Itens de circuito	2	50 (30+20)
Itens – Ginástica Solo	1	5
	1	5
Itens de saltos - Atletismo	1	10
Itens de lançamento - Atletismo	1	10
Itens de corrida	1	5
Item - Badminton	1	5
	1	10

Crêterios gerais de classifica o

A classifica o a atribuir a cada exercício resulta da aplica o dos cr terios gerais e dos cr terios específicos de classifica o apresentados para cada domínio.

A não execu o de um determinado circuito, elemento técnico ou prova, implica uma classifica o de zero pontos.

No **Basquetebol** e no **Voleibol**, o aluno realiza as a o es técnicas mais adequadas   situa o cr terio.

Na **Ginástica** de solo, o aluno realiza as destrezas g mnicas de acordo com as exigências técnicas.

No **Atletismo**, o aluno realiza movimentos cíclicos vencendo uma distância de 20m em tempo mínimo; realiza o salto em comprimento, com corrida de balanço ajustada, chamada/impuls o com um p  e rece o na areia com os dois p s.

No **Badminton**, realiza uma pega correta da raquete, realiza toques sucessivos na vertical adaptando a sua posi o   trajetória do volante. Em situa o de jogo, executa o serviço válido, e responde com êxito ao toque do ajudante/oponente, ajustando a sua posi o de forma adequada e ajustada   trajetória do volante.

Crêterios específicos de classifica o

Na execu o dos diferentes elementos técnicos e g mnicos bem como na realiza o das duas provas de Atletismo, os alunos são classificados com base em três cenários distintos de execu o técnica.

Assim temos: **nível 0 – não executa**; **nível 1 – executa com dificuldade**; **nível 2 – executa com facilidade**.

O Quadro III apresenta os parâmetros de classifica o para os elementos técnicos e g mnicos.

Níveis	Pontua�o das questões				
	4	5	6	7	10
0 - Não executa	0	0	0	0	0
1 - Executa com dificuldade	2	2,5	3	3,5	5
2 - Executa com facilidade	4	5	6	7	10

Quadro III – Parâmetros de Classifica o

Material

Equipamento desportivo – camisola, cal o/fato de treino, meias e sapatilhas.

Dura o

A prova tem a dura o de 45 minutos.