
Informação-Prova de Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física

3.º Ciclo do Ensino Básico

Despacho Normativo n.º 4/2024, de 21 de fevereiro

Prova 26

Prova Prática

INTRODUÇÃO

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência de Educação Física do 3.º ciclo, a realizar em 2024, nomeadamente:

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

1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 3.º Ciclo do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, nomeadamente:

- Aptidão Física;
- Atividades Físicas.

2. Caracterização da prova

A prova é cotada numa escala de 0 a 100 pontos.

Os domínios que constituem objeto de avaliação são os que se apresentam no quadro 1.

Quadro 1 – Distribuição da cotação por Domínios

Domínio	Subdomínios	Cotação (em pontos)
Aptidão Física	Teste de abdominais; Teste de aptidão aeróbia; Teste de flexões.	30
Atividades Físicas	Subárea Ginástica (Solo) Rolamento à frente engrupado; Rolamento à retaguarda engrupado; Apoio facial invertido; Posição de flexibilidade.	25
	Subárea Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol) Drible de progressão e de proteção; Lançamento em apoio, na passada e em suspensão; Passe picado e de peito.	15
	Subárea Raquetas (Badminton) Amorti; Clear; Serviço longo e curto.	15
	Subárea Atletismo (Estafetas) Transmissão do testemunho; Zona de aceleração; Zona de transmissão.	15

3. Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada exercício, resulta da aplicação de uma escala de cotação entre 1 a 5 pontos, tendo por base os subdomínios de cada matéria de ensino supracitada.

Assim, no domínio das Atividades Físicas, as habilidades motoras são avaliadas segundo a seguinte escala:

1	O aluno não executa.
2	O aluno cumpre com alguns critérios de êxito.
3	O aluno realiza o movimento de forma satisfatória.
4	O aluno exhibe somente pequenas falhas.
5	O aluno executa com rigor.

No domínio da Aptidão Física, nos testes de aptidão neuromuscular e aeróbia, se os valores de referência definidos para a idade e sexo do aluno não forem alcançados, é atribuída a cotação de zero pontos. Em contrapartida, ao cumprir com os valores pressupostos para a sua zona saudável é atribuída uma cotação de 4 pontos, e no caso de alcançar a zona atlética é atribuído um total de 5 pontos.

4. Material

A prova é realizada no pavilhão gimnodesportivo, devendo os alunos fazer-se acompanhar de equipamento adequado para a prática desportiva (sapatilhas, *t-shirt* e/ou *sweat* e calcções e/ou calças de fato de treino). A falta de equipamento adequado implica a anulação da prova.

5. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.