



INFORMAÇÃO - PROVA DA PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROVA 311 | 2026

12.º Ano do Ensino Secundário (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto, Decreto-Lei n.º 62/2023, de 25 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência do Ensino Secundário da disciplina de **EDUCAÇÃO FÍSICA**, a realizar em 2026, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência os documentos curriculares em vigor, nomeadamente, o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais para a disciplina de Educação Física do Ensino Secundário (10º, 11º e 12º anos) e permite avaliar a aprendizagem numa prova, com componentes escrita e prática, de duração limitada.

Caracterização da prova

Prova escrita

Prova escrita a realizar em sala de aula.

Grupo	Conteúdos	Nº e Tipo de Questões	Cotação (pontos)	Cotação (%)
I	Aptidão Física e Saúde	10 Verdadeiro ou Falso	10	5
II	Dimensão Sócio cultural dos Desportos	5 Completar Espaços	10	5
III	Suporte Básico de Vida	5 Escolha Múltipla	10	5

IV	Desenvolvimento e Manutenção das Capacidades Motoras (meios e métodos de treino).	15 Escolha Múltipla	20	10
V	Ética na Participação das Atividades Desportivas.	2 Resposta Curta	10	5
	Total		60	30

Prova prática

Prova pratica a realizar nos espaços desportivos.

Grupo	Conteúdos	Nº e Tipo de Questões	Cotação (pontos)	Cotação (%)
I	Jogos Desportivos Coletivos Basquetebol e Voleibol – percursos e jogo 2x2.	4	60	30
II	Ginástica (sequência de solo e salto de eixo) e Atletismo (corrida de 40m velocidade ou salto em comprimento - individual).	3	50	25
III	Raquetas – Badminton - situação de jogo 1x1.	1	15	7,5
IV	Atividades Rítmicas Expressivas – Dança - apresentação de um esquema individual de 32 tempos.	1	15	7,5
	Total		140	70

CrITÉRIOS Gerais de classificação

Prova escrita

Na correção da prova serão tidos em consideração os seguintes aspetos: adequação da resposta à pergunta; correção científica e estrutura da resposta.

Todas as respostas deverão ser perfeitamente legíveis e estar corretamente identificadas.

Quando se verificar um engano, deve ser riscado e corrigido à frente. Não é permitido o uso de corretor.

Nas respostas curtas, escolha múltipla e preenchimento de espaços/ legendas só será atribuída cotação às respostas corretas, não sendo penalizadas as incorretas.

Se, a uma pergunta, forem dadas duas ou mais respostas, para efeitos de correção será atribuída a cotação à primeira resposta.

Atribuição da cotação de: 100% se a resposta for estruturada e incluir todos os parâmetros; 75% se a resposta omitir um dos parâmetros fundamentais e não utilizar toda a linguagem técnica apropriada mesmo sendo estruturada; 50% se a resposta omitir mais parâmetros fundamentais, utilizar uma linguagem técnica deficiente e só responder a parte da questão; 25% se a resposta omitir os parâmetros fundamentais, não utilizar linguagem técnica e incluir erros ligeiros de conteúdo e 0% na ausência de resposta ou de resposta com erros graves de conteúdo.

Prova prática

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

Na correção da prova serão tidos em consideração os seguintes aspetos: êxito na execução, correção das exigências técnicas e regulamentares, correção e oportunidade das ações técnicas e táticas e, nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas.

É obrigatória a presença de mais 3 alunos, da responsabilidade do aluno em prova, para a realização das situações práticas de jogos desportivos coletivos.

A classificação da prova (escrita e prática) corresponde à soma ponderada das duas componentes, escrita (30%) e prática (70%), arredondada às unidades, em sistema de 0 a 200 pontos, transformado posteriormente numa escala de 0 a 20 valores.

Material autorizado

Prova Escrita - A prova de equivalência à frequência é resolvida no enunciado. O examinando apenas pode usar na prova escrita, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta. Não é permitido o uso de corretor.

Prova Prática - Equipamento desportivo adequado para as atividades físicas previstas na matriz.

Duração

A prova **escrita** tem a duração de 90 minutos. A prova **prática** tem a duração de 90 minutos.