
INFORMAÇÃO-PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2026

PROVA 26

3.º CICLO DO ENSINO BÁSICO

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência de Educação Física do 3.º ciclo, a realizar em 2026, conforme está consignado no Despacho Normativo n.º 3/2026, de 23 de fevereiro.

Objeto de avaliação

A prova de equivalência a frequência para o 3.º Ciclo do Ensino Básico da disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA do 7.º, 8.º e 9.º. anos tem como referência as aprendizagens essenciais e o perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória. A prova permite avaliar competências através de uma prova prática. A classificação final da prova corresponde à componente expressa numa escala percentual de 0 a 100.

Características e estrutura

1. Desportos coletivos

1.1. Basquetebol

Avaliação em situação de **exercício critério**, através da realização de exercícios a pares e ou em situação de jogo reduzido (3x3).

Cotação: 25 pontos

1.2. Voleibol

Avaliação em situação de **exercício critério**, através da realização de exercícios a pares e ou em situação de jogo reduzido (2x2).

Cotação: 25 pontos

2. Desportos individuais

2.1. Ginástica de Solo

Avaliação em situação de uma sequência de exercícios.

Cotação: 20 pontos

2.2. Badminton

Avaliação em situação de **exercício critério**, através da realização de exercícios a pares e ou em situação de jogo.

Cotação: 20 pontos

3. Aptidão Física

Avaliação através da realização de dois testes de condição física.

Cotação: 10 pontos

Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir na realização das diferentes ações motoras, tem por base os critérios específicos de avaliação definidos pelo Grupo de Educação Física.

Duração

45 minutos.

Material autorizado

O aluno deverá levar equipamento desportivo adequado à prática das atividades físicas **e um colega, igualmente equipado, para o auxiliar na prova de Basquetebol, Voleibol e Badminton.**