



INFORMAÇÃO – PROVA EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

## Educação Física

1ª e 2ª FASE de 2026

Prova (Código 26) | 2026

3º Ciclo do Ensino Básico

O presente documento divulga informação relativa à prova final do 3.º Ciclo da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Material
- Duração

### Objeto de avaliação

Esta prova tem como referencial o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do Terceiro ciclo do Ensino Básico.

A prova incide sobre as aprendizagens relativas à totalidade dos anos em que a disciplina é lecionada (7.º, 8.º e 9.º), nomeadamente os domínios de aprendizagem:

### Caracterização da prova

A prova é constituída por uma componente prática (45 minutos).

A cotação total da prova é de 100 pontos.

A classificação final da prova é expressa na escala percentual de 0 a 100, sendo a classificação final expressa na escala de níveis de 1 a 5.



Quadro 1. Distribuição da cotação - Prova Prática

Áreas e Subáreas	Matérias	Cotação
<b>GRUPO I</b> <b>Área da Aptidão física</b>	Agilidade	10%
	Resistência	10%
	Força	10%
<b>GRUPO II</b> <b>Área das Atividades Físicas</b> Subárea dos Desportos Coletivos	Futebol	15%
	Basquetebol	15%
	Andebol	15%
<b>GRUPO III</b> <b>Área das Atividades Físicas</b> Subárea do Atletismo	Lançamento de Peso	5%
	Salto em Compriment o	10%
	Velocidade	10%

## Material

Para a prova prática, a roupa deve ser adequada à prática desportiva, sem referência a clubes desportivos.

## Duração

A prova tem a duração de 45 minutos, não podendo a sua aplicação ultrapassar esse limite de tempo.

## Critérios gerais de classificação

Na prova prática considera-se:

Conhecimento correto do vocabulário específico da disciplina; Interpretação correta dos exercícios solicitados;

Execução correta das técnicas envolvidas nos exercícios critério.