

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

**Educação Física**

**2025/26**

**Prova 47**

**1.º Ciclo do Ensino Básico**

Ao abrigo do Despacho normativo n.º 4-B/2023, de 3 de abril

### Introdução

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência do 1.º Ciclo da disciplina de Educação Física a realizar em 2026, nomeadamente:

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

Realizam a prova alunos autopropostos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho.

### 1. Objeto de avaliação

A prova tem por referência as Aprendizagens Essenciais da área de Educação Física e pretende avaliar a aprendizagem, de acordo com os pressupostos do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, e a capacidade de desempenho do aluno autoproposto.

Os domínios e conteúdos avaliados constam dos quadros seguintes:

Área	Sub-área	Conteúdos
Educação Física	- Perícias e manipulações;	Em concurso individual, concurso a pares e estafetas, realizar PERÍCIAS E MANIPULAÇÕES.
	- Deslocamentos e equilíbrios;	Em concurso individual, concurso a pares e percursos que integrem várias habilidades, realizar DESLOCAMENTOS e EQUILÍBRIOS.
	- Atividades rítmicas e expressivas;	Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA).

	- Ginástica	Em percursos diversificados e em combinações, realizar as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA.
--	-------------	--

### 1. Características e estrutura

A prova reflete uma visão integradora e articulada das aprendizagens essenciais.

O aluno tem 4 Sub-áreas disponíveis: perícias e manipulações, deslocamentos e equilíbrios, atividades rítmicas e expressivas e ginástica.

O examinando dispõe de 2 tentativas para realizar as atividades propostas.

A prova é cotada para 100 pontos.

#### Quadro I - Valorização relativa dos Blocos

Grupos	Sub-área	Cotação (em pontos)
I	Perícias e Manipulações	40
II	Deslocamentos e Equilíbrios	20
III	Atividades Rítmicas e Expressivas	10
IV	Ginástica	30

### 2. Critérios gerais de classificação

Em cada uma das sub-áreas, o aluno só fica apto, quando executa com sucesso os conteúdos que a constituem, demonstrando as competências adequadas, rigor na execução motora face às diferentes tarefas em desenvolvimento e rigor na apresentação dos diferentes elementos técnicos.

### 3. Material autorizado

O examinando tem que se apresentar devidamente equipado (calções e t-shirt, ou fato de treino, calçado desportivo e sabrinas). Terá igualmente que realizar a prova sem adornos, acessórios ou equipamento que coloque em causa a segurança do examinando (relógio,

brincos, fios, pulseiras, piercings, etc.). Caso contrário não poderá realizar a prova. O examinando tem que se apresentar no Pavilhão ginnodesportivo quinze minutos antes da hora do início da prova. É recomendado que o examinando, neste período de tempo, realize mobilização geral e articular (aquecimento).

#### **4. Duração**

A prova tem a duração de 45 minutos.

---

Aprovada em Conselho Pedagógico do Agrupamento de Escolas  
Silves Sul, em \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

O Diretor

\_\_\_\_\_  
(Carlos Ferreira da Silva)