

Informação-Prova de Equivalência à Frequência

Prova de Equivalência à Frequência de Educação Física Prova 311 2026	12.º Ano de Escolaridade (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)
Modalidade: Escrita e Prática	

O presente documento divulga informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência do Ensino Secundário da disciplina de Educação Física, a realizar em **2026**, nomeadamente:

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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais da disciplina, assim como os conteúdos/objetivos comuns ao programa do ensino secundário em vigor no corrente ano letivo. A prova apresenta ainda uma componente escrita e uma componente prática. A prova escrita permite avaliar o conhecimento teórico de suporte a várias matérias/modalidades leccionadas, correspondentes a seis temas/domínios diferentes: Aptidão física, Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo, Desportos de Raquetas. A prova prática permite avaliar a execução motora em cinco matérias correspondentes a quatro temas/domínios diferentes: um teste de Aptidão Física, três Jogos Desportivos Coletivos, duas especialidades da Ginástica e duas disciplinas do Atletismo.

Caracterização da prova

A prova é constituída por duas componentes sendo obrigatório a realização de ambas as componentes na mesma fase.

Prova escrita

A prova escrita é realizada em folha de resposta fornecida pelo estabelecimento de ensino. A prova é organizada por grupo de itens. Os itens podem ter como suporte um ou mais documentos, como por exemplo, textos, imagens e tabelas.

A prova inclui itens de seleção (escola múltipla e verdadeiro/falso) e itens de construção (resposta curta).

A prova é cotada para 200 pontos.

Prova prática

A prova prática é realizada em situação de exercícios, no pavilhão desportivo.

A prova é cotada para 200 pontos.

Critérios gerais de classificação

Prova escrita

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item.

Itens de seleção

Todas as respostas dadas devem ser legíveis e devidamente referenciadas, de uma forma que permita a sua identificação inequívoca. Caso contrário, é atribuída a cotação de zero à(s) resposta(s).

Se o examinando responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando a resposta que não deseja que seja classificada, é considerada apenas a resposta que surgir em primeiro lugar.

Itens de construção

Nos itens de resposta curta, a cotação do item só é atribuída às respostas totalmente corretas. Podem ser atribuídas pontuações a respostas parcialmente corretas, de acordo com os critérios específicos.

Prova prática

A classificação a atribuir a cada prestação resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item.

No pavilhão, realizam-se as seguintes provas:

* Aptidão física – o aluno executa testes de aptidão física, devendo encontrar-se na zona saudável da aptidão física – ZSAF, de acordo com a idade e o género, tendo como referencia o protocolo FITescola.

* Desporto Coletivos – o aluno executa exercícios-critério em duas matérias, realizando as ações motoras respeitando os critérios de êxito das modalidades desportivas;

* Desportos Individuais – o aluno realiza, uma atividade gímnica, uma sequência individual no solo e dois saltos num aparelho, aplicando os critérios de correção técnica. No atletismo, executa um salto ou um lançamento, utilizando a técnica correta de execução, e uma corrida respeitando as componentes críticas do movimento.

A prova é cotada de 0 a 200 pontos, sendo a classificação expressa na escala de 0 a 20 valores, arredondada às unidades.

A classificação final da prova é expressa pela média ponderada e arredondada às unidades das classificações obtidas nas duas componentes, de acordo com a seguinte fórmula:

$$\text{Classificação final} = (\text{PE} \times 0.3) + (\text{PP} \times 0.7)$$

PE - classificação da prova escrita.

PP - classificação da prova prática.

Material

Na prova escrita, o aluno apenas pode utilizar como material de escrita caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta. Não é permitido o uso de corretor.

Na prova prática, o aluno só a poderá realizar se for portador de material desportivo adequado para a realização da prova no pavilhão desportivo.

Requerido ao aluno:

- calções ou fato de treino e T-shirt;
- ténis ou sapatilhas.

Não permitido:

- uso de qualquer adereço que ponha em risco a integridade física do aluno ou dos colegas (fios, anéis, pulseiras, relógio, etc.);
- realização da prova sem o vestuário e o calçado adequados.

Duração

As provas têm a seguinte duração:

- Prova escrita: 90 minutos, sem tolerância.
- Prova prática: 90 minutos, sem tolerância.