

Agrupamento de Escolas de Santa Comba Dão

INFORMAÇÃO PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA DO ENSINO SECUNDÁRIO

(conforme o disposto no artigo 69.º do Despacho Normativo n.º 3/2026, de 23 de fevereiro de 2026)

Ano letivo: 2025/26

DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – Código 311

O presente documento divulga informação relativa à prova de equivalência à frequência ensino secundário da disciplina de Educação Física – 12º ano, a realizar em 2026, nomeadamente:

- Objeto de avaliação
- Caracterização e Estrutura da prova
- Critérios Gerais de Classificação
- Material
- Duração

Os critérios gerais de classificação serão publicados de acordo com a legislação em vigor.

1 OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova tem por referência o **Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória** e as **Aprendizagens Essenciais** da disciplina de Educação Física para os 10.º, 11.º e 12.º anos e permite avaliar as aprendizagens passíveis de avaliação, quer em uma prova prática, quer em uma prova teórica de duração limitada, nomeadamente:

a) OBJETIVOS GERAIS (DOMÍNIO DAS APTIDÕES/CAPACIDADES)

A prova, com uma parte prática e outra parte teórica, o aluno deve conhecer o objetivo e o regulamento específico da (s) modalidade (s) desportiva (s), bem como a execução das suas principais ações técnico-táticas. Deve realizar com correção e oportunidade, seja em jogo condicionado ou em exercícios critério, as ações técnico táticas da (s) modalidade (s) selecionada (s).

b) CONTEÚDOS

A prova **prática** incidirá nas seguintes modalidades desportivas:

B 1 - duas modalidades coletivas

a) – Basquetebol. Através da realização de exercícios critério de drible de proteção, progressão e drible com mudança de direção, lançamento na passada e em apoio. Através de situações de jogo

condicionado. O (s) candidato (s) terá (ão) de respeitar as normas de cada exercício/jogo definida pelos professores

b) – Andebol. Através da realização de exercícios critério de passe de ombro, receção e remate em apoio e suspensão. O (s) candidato (s) terá (ão) de respeitar as normas de cada exercício/jogo definida pelos professores

B 2 - uma modalidade individual - Atletismo

a) - Uma prova de salto em comprimento. O (s) aluno (s) terá (ão) de realizar duas das três técnicas de salto possíveis (tesoura, extensão e na passada). Cada aluno tem direito a três tentativas de salto. Serão considerados nulos todos os desempenhos que sejam efetuados fora das condições regulamentares.

b) – Uma prova de lançamento do peso. O (s) aluno (s) poderá (ão) realizar qualquer uma das técnicas de lançamento possíveis (técnica de rotação ou O'Brien). Cada aluno tem direito a três tentativas de lançamento. Serão considerados nulos todos os desempenhos que sejam efetuados fora das condições regulamentares.

c) – Uma prova de corrida (resistência). O (s) aluno (s) realiza (ão) a prova da milha (cerca de 1600 metros). As condições de realização, bem como os tempos obtidos, serão de acordo com o estipulado nos testes da plataforma Fitescolas.

A prova teórica incidirá nas seguintes modalidades Desportivas:

A prova teórica, servindo-se das modalidades de Voleibol e Badminton incidirá

- a)** - conhecimento do objetivo e das regras e terreno de jogo de cada uma das modalidades citadas;
- b)** - conhecimento da função e do modo de execução das principais ações técnico-táticas das modalidades citadas;
- c)** - conhecimento e descrição das diferentes ações técnicas-táticas destes desportos coletivos.

2 CARACTERIZAÇÃO E ESTRUTURA DA PROVA

A estrutura da prova prática que tem peso de 70% na classificação final do aluno, será cotada para 200 pontos e sintetiza-se na tabela seguinte:

Conteúdos	Competências	Estrutura	Cotações
Modalidade Coletiva: Basquetebol	- Lançamento na passada; - Drible de Proteção; - Drible com mudança de direção; - Jogo	- Exercícios-critério desenvolvido em situação de um aluno de cada vez. - Será elaborada uma grelha de avaliação com base nas componentes críticas determinadas pelo programa de Educação Física - Situação de Jogo 1x 1	Modalidade coletiva: 100 Pontos (80Basq.+20And.)
Modalidade Coletiva - Andebol	- Técnica de remate; - Técnica de passe; Técnica de receção	- Exercícios-critério desenvolvido em situação de um aluno de cada vez. - Será elaborada uma grelha de avaliação com base nas componentes críticas determinadas pelo programa de Educação Física	
Modalidade Individual: Atletismo 1 Salto – Comprimento 1 Lançamento – Peso Prova de resistência	- Salto em comprimento com 2 técnicas diferentes à escolha de 3 possíveis (Tesoura; Extensão; Na passada) Lançamento do Peso com deslize utilizando a técnica O'Brien ou de Rotação. Realizar uma corrida de resistência (milha) Condições da prova definidas através da plataforma Fitescolas	- No salto em comprimento existirão três tentativas para cada candidato. - O candidato terá de respeitar as normas de cada disciplina definida pelo respetivo regulamento técnico. Serão considerados nulos os desempenhos que sejam efetuados nas condições supracitadas. - Será elaborada uma grelha de avaliação com base nas componentes críticas determinadas pelo programa de Educação Física e uma grelha simples de avaliação das distâncias. O aluno realiza uma prova de resistência no tempo mínimo apresentado.	Modalidade individual: 100 pontos (25 comp +25 lanç. +50 resist)

Tabela 1 – Quadro resumo da prova prática

A estrutura da prova teórica incidirá nas seguintes modalidades: - Voleibol e Badminton: Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo; conhece e descreve o terreno do jogo; conhece e descreve as diferentes ações técnicas-táticas; conhece e aplica as regras básicas das modalidades.

A parte teórica terá um peso de 30% na classificação final do aluno. Será cotada para 200 pontos.

A prova da componente teórica inclui itens de seleção (por exemplo, escolha múltipla) e itens de construção (por exemplo, resposta restrita).

As respostas aos itens podem requerer a mobilização articulada de aprendizagens relativas a mais do que um dos domínios das Aprendizagens Essenciais.

3 CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A classificação atribuída a cada uma das tarefas incluídas na prova prática, a realizar pelo aluno, assenta em grelhas de observação específicas da modalidade, tendo em consideração as componentes críticas e específicos para a cada ação técnica/tática. Marcas de referência no atletismo serão utilizadas.

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

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Em caso de omissão ou de engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito.

Se for apresentada mais do que uma resposta ao mesmo item, só é classificada a resposta que surgir em primeiro lugar.

ITENS DE SELEÇÃO

A cotação total do item só é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta. São classificadas com zero pontos as respostas em que seja assinalada: – uma opção incorreta; – mais do que uma opção. Não há lugar a classificações intermédias

ITENS DE CONSTRUÇÃO

Os critérios de classificação das respostas aos itens de resposta restrita apresentam-se organizados por níveis de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada pontuação. É classificada com zero pontos qualquer resposta que não atinja o nível 1 de desempenho. A classificação das respostas aos itens de resposta restrita centra-se nos tópicos de referência, tendo em conta a organização dos conteúdos e a utilização de linguagem científica adequada.

A sequência dos itens pode não corresponder à sequência da apresentação dos temas estudados.

4 MATERIAL

Para a prova **prática**, o aluno deve apresentar-se equipado, como se de uma aula de Educação Física se tratasse, respeitando o Regulamento Interno do Agrupamento

Na prova **teórica**, o aluno regista as respostas em folha própria, fornecida pelo estabelecimento de ensino (modelo oficial).

Como material de escrita, apenas pode ser usada caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta.

Não é permitido o uso de corretor.

5- DURAÇÃO

A prova tem a duração de 180 minutos no total distribuída da seguinte forma:

- 90 minutos para a parte prática;
- 90 minutos para a parte teórica.

Em qualquer situação, a duração de qualquer uma das partes da prova não pode ser alterada em benefício da outra.