



Escola Básica e Secundária de Santa Maria

Ano Letivo 2025/2026

Informação – Prova de Equivalência à Frequência – Ensino Secundário (12.º Ano)

EDUCAÇÃO FÍSICA – CURSOS CIENTÍFICO-HUMANÍSTICOS – CÓDIGO 311

Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto

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:

1. Objeto de Avaliação
2. Caracterização e Estrutura da Prova
3. Critérios Gerais de Classificação
4. Material Autorizado
5. Duração

1. OBJETO DE AVALIAÇÃO

A prova de exame tem como referência o Programa de Educação Física dos 10.º, 11.º e 12.º anos.

Objetivos gerais/competências:

Analisar e interpretar as atividades físicas e desportivas, aplicando os conhecimentos sobre regulamento, técnica, organização e participação, ética desportiva e regras.

Diferenciar os vários tipos de capacidades físicas.

Identificar os princípios biológicos e de organização do treino.

Interpretar o estilo de vida das populações focando problemas associados à sociedade atual.

Conhecer as capacidades técnico-táticas, de organização e de arbitragem, das atividades físicas desportivas individuais e coletivas.

Conteúdos:

Atividades Físicas e Desportivas: Jogos Desportos Coletivos (Voleibol, Futebol, Andebol, Basquetebol) e Desportos Individuais (Atletismo e Badminton).

Conhecimentos sobre técnica, tática, regulamentos, composição e organização.

Desenvolvimento das Capacidades Motoras e dos Processos de Elevação da Aptidão Física.

Atividade Física como fator de saúde e compreensão das culturas.

2. CARACTERIZAÇÃO E ESTRUTURA DA PROVA

A prova consiste numa componente prática com o valor de 70% da nota e uma componente escrita que vale 30% da nota.

A prova prática é composta por quatro itens, dois desportos individuais (Badminton e Atletismo) obrigatórios e dois desportos coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol) ao critério do aluno.

A prova escrita tem três grupos de itens.

Dois dos grupos incluem itens de seleção (verdadeiro e falso).

O outro grupo tem itens de resposta extensa. Como suporte terá um ou mais textos relacionados com diferentes temas da atividade física no mundo.

A estrutura da prova sintetiza-se nos Quadros 1, 2 e 3.

Quadro 1 – Prova Prática

Temas	Conteúdos	Cotação (em pontos)
Atletismo	- Uma corrida (velocidade, resistência ou obstáculos) - Um salto (comprimento ou triplo) - Um lançamento (dardo ou peso) Obs. Executa as várias disciplinas de acordo com o seu padrão global de execução (técnica específica).	25 25 25
Badminton	- Execução de exercícios critério (clear, Lob e serviço curto e longo) executando de acordo com o padrão global de execução. - Jogo reduzido ou condicionado.	25
Andebol / Basquetebol / Futebol / Voleibol (o aluno escolhe duas das quatro modalidades coletivas).	- Execução de exercícios critério, compreendendo os gestos técnicos específicos da modalidade. - Jogo reduzido ou condicionado.	100

Quadro 2 – Prova Escrita

Temas	Cotação (em pontos)
- Atividades físicas e desportivas - Regulamento, técnica, organização, ética desportiva e regras.	100
- Capacidades físicas - Princípios biológicos - Organização do treino	50
- Estilo de vida das populações - Problemas associados à sociedade atual	50

Quadro 3 – Tipologia, número de itens e cotação

Tipologia de itens		Número de itens	Cotação por item (em pontos)
Grupo I • Itens de Seleção	Verdadeiro/Falso	50	2
Grupo II • Itens de Seleção	Verdadeiro/Falso	10	5
Grupo III • Itens de Seleção	Resposta extensa	2	25

3. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

Critérios de Classificação da prova prática:

Executa corretamente e comenta com oportunidade todas as atividades ou situações solicitadas.

Prepara e utiliza com correção os materiais e equipamentos específicos das modalidades.

Critérios de Classificação da prova escrita:

Nas respostas de verdadeiro e falso a cotação total do item é atribuída às respostas que apresentem de forma inequívoca a única opção correta.

São classificadas com zero pontos as respostas em que é assinalada:

- uma opção incorreta;
- mais do que uma opção.

Não há lugar a classificações intermédias.

No âmbito das competências específicas da disciplina de Educação Física, constituem critérios gerais:

- a relevância da resposta relativamente à questão formulada;
- a forma como relaciona e identifica os conceitos;
- a relação estabelecida com as várias modalidades desportivas;
- a utilização de terminologia adequada.

A avaliação das competências de comunicação escrita em língua portuguesa contribui para valorizar a classificação atribuída ao desempenho no domínio das competências específicas da disciplina. Esta valorização é cerca de 10% da cotação do item.

4. MATERIAL AUTORIZADO

Material a utilizar na prova escrita

O examinando apenas pode usar, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Não é permitido o uso de corretor.

Material a utilizar na prova prática

Equipamento desportivo.

5. DURAÇÃO

A prova tem a duração de 90 minutos na componente escrita.

A prova tem a duração na componente prática de 90 minutos.