

INFORMAÇÃO – PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA EDUCAÇÃO FÍSICA

Prova 26 | 2026

3.º Ciclo do Ensino Básico (Norma 2/JNE/2026 e Despacho Normativo 3/2026, de 23 de fevereiro)

O presente documento divulga informação relativa à **prova de equivalência à frequência** do 3.º ciclo do ensino básico da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, nomeadamente:

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

Este documento vai ser divulgado na escola-sede do Agrupamento e na página eletrónica: <https://portal.aepjm.pt/>

Objeto de avaliação

A prova de equivalência à frequência realiza-se a nível de escola e tem por referência os documentos curriculares do Ensino Básico e permite avaliar a aprendizagem passível de avaliação numa prova prática de duração limitada.

Caracterização da prova

A prova prática realiza-se em Espaços Desportivos em três fases:

Primeira fase – Aptidão Física: Serão avaliadas as capacidades físicas de: resistência aeróbia e força média, através da aplicação dos testes previstos na bateria de testes do FITESCOLA;

Segunda fase – Atividades Físicas e Desportivas Individuais: Serão avaliadas as modalidades de Atletismo e de Ginástica;

Terceira fase – Atividades Físicas e Desportivas Coletivas: Serão avaliados os Jogos Desportivos Coletivos.

A prova é cotada para 100 pontos.

Quadro 1 – Distribuição da cotação

Grupos	Domínios	Cotação (em pontos)
1	Aptidão Física	20
2	Atividades Físicas e Desportivas Individuais	40
3	Atividades Físicas e Desportivas Coletivas	40

Critérios gerais de classificação

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

Tendo por base os critérios de êxito das tarefas, a classificação é atribuída de acordo com o nível de desempenho, com exceção do domínio Aptidão Física, em que o não cumprimento do critério de êxito implica a atribuição de zero pontos.

Material

O aluno deve apresentar-se devidamente equipado (fato de treino ou calções e t-shirt, e com ténis).

Para a prova de ginástica, o aluno terá de utilizar as sapatilhas de ginástica.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.