INFORMAÇÃO-PROVA

EDUCAÇÃO FÍSICA 2026

Prova 28

2.º Ciclo do Ensino Básico (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

O presente documento divulga informação relativa à prova prática de equivalência à frequência do 2.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

Objeto de avaliação

A prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais de Educação Física, e permite avaliar um conjunto de aprendizagens e de competências desenvolvidas no 2.º ciclo do Ensino Básico passível de avaliação numa prova prática de duração limitada, incidindo sobre três domínios de referência: Área das Atividades Físicas, Área da Aptidão Física e Área dos Conhecimentos.

Caracterização da prova

Prova prática, que implica a realização de tarefas objeto de avaliação performativa, em situações de organização individual ou em grupo, a manipulação de materiais, instrumentos e equipamentos, que incide sobre o trabalho prático, implicando a presença de um júri e a utilização, por este, de um registo de observação do desempenho do aluno.

Conteúdos	
Aptidão Física (obrigatório)	Aptidão Aeróbia - Teste do Vaivém, cumprindo as normas do programa FITescola.
Atletismo	Corrida: a definir; Salto: Corrida de balanço, chamada, voo e queda.
Desportos coletivos	Exercícios critério.
Desportos de raquetas	Badmínton,exercícios critério.
Ginástica	Sequência no solo de 4 elementos.

Critérios gerais de classificação

A prova será constituída por exercícios práticos em execução individual (exercício critério) e execução com colaboração (1x1). A avaliação tem como base a observação direta com registo em grelha própria.

A cotação da prova é de 100 pontos, distribuídos da seguinte forma:

Aptidão Física …….....…….…..... 15 pontos

Atletismo ..……...…….....……...……..... 20 pontos

Desportos Coletivos ..…….....……...…….....…. 25 pontos

Desportos de Raquetas……...…….....……...….....….. 15 Pontos

Ginástica ……...…….....……...…….....…… 25 Pontos

Para cada exercício critério, em cada modalidade o aluno poderá fazer duas tentativas.
Os exercícios serão avaliados de acordo com as componentes críticas em exercício critério (tendo como cooperante um professor ou colega caso se justifique) e dos domínios em vigor.

Material:

Material a fornecer pelo estabelecimento de ensino:

Todo o material necessário para a realização da prova.

Material e utensílios de que o aluno deve ser portador:

Equipamento desportivo adequado à prática desportiva para as diferentes modalidades.

Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.

Abril de 2026