MATRIZ

PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO 2026

EDUCAÇÃO FÍSICA – 5.º ano

2º Ciclo do Ensino Básico (Portaria 223-A/2018, de 3 de agosto)

O presente documento divulga informação relativa à **prova extraordinária de avaliação (PEA)** do 5.º ano de escolaridade, do 2.º ciclo do ensino básico, da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, nomeadamente:

- Objetivos
- Conteúdos
- Estrutura e respetivas cotações
- Critérios de classificação
- Material

Objetivos

A prova realiza-se a nível de escola e tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as respetivas áreas de competências bem como as Aprendizagens Essenciais de Educação Física. Permite avaliar as aprendizagens passíveis de avaliação numa prova prática de duração limitada, nos domínios que constam no ponto seguinte.

Conteúdos

Tendo por base os domínios de referência, Área das Atividades Físicas, Área da Aptidão Física e Área dos Conhecimentos, a prova é constituída pelos diferentes conteúdos programáticos exigidos para o 5.º ano de escolaridade, podendo o aluno optar entre diferentes opções como descrito na tabela seguinte:

Conteúdos		
Desportos Coletivos	Opções: Futebol, Voleibol, Andebol ou Basquetebol.	Exercícios critério dos diferentes gestos técnicos da modalidade escolhida
Badminton	Lob, Clear e Serviço	Exercícios critério dos gestos técnicos da modalidade
Ginástica	Sequência no Solo	Sequência de diferentes habilidade e destrezas gímnicas com a duração entre 1 e 2 minutos
	Opções: Boque ou Minitrampolim	Salto eixo no boque ou Salto em extensão com com 1/2 pirueta no minitrampolim.
Atletismo	Opções: Salto em Altura (Tesoura) ou em Comprimento	Corrida de balanço, chamada, voo e queda.

	Corrida de velocidade: 40m	Realiza a corrida utilizando as técnicas adequadas aos momentos da mesma.
Aptidão Física	FITescola	Teste de capacidade aeróbia da bateria de testes FITescola.

Estrutura e respetivas cotações

Prova prática, que implica a realização de tarefas objeto de avaliação performativa, a manipulação de materiais, instrumentos e equipamentos, que incide sobre o trabalho prático, em execução individual (exercício critério) ou execução com colaboração (1x1), implicando a presença de um júri e a utilização, por este, de um registo de observação do desempenho do aluno.

A prova é dividida em cinco partes. É cotada para 100 pontos, distribuídos da seguinte forma:

<table>
<tr><th colspan="2">Parte</th><th>Cotação</th></tr>
<tr><td colspan="2">1.ª Parte</td><td rowspan="2">25 pontos</td></tr>
<tr><td colspan="2">Desportos Coletivos</td></tr>
<tr><td colspan="2">2.ª Parte</td><td rowspan="2">15 pontos</td></tr>
<tr><td colspan="2">Desportos de Raquete (Badminton)</td></tr>
<tr><td colspan="2">3.ª Parte</td><td rowspan="3">20 pontos</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Ginástica</td><td>Solo</td></tr>
<tr><td>Aparelhos</td></tr>
<tr><td colspan="2">4.ª Parte</td><td rowspan="3">25 pontos</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Atletismo</td><td>Salto</td></tr>
<tr><td>Corrida</td></tr>
<tr><td colspan="2">5.ª Parte</td><td rowspan="2">15 pontos</td></tr>
<tr><td>Aptidão Física</td><td>FITescola</td></tr>
</table>

Critérios gerais de classificação

A avaliação tem como base a observação direta com registo em grelha própria, tendo por base os descritores constantes do anexo 2 das aprendizagens essenciais do 5º ano de escolaridade.

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.

Maio de 2026