

Informação - Prova de Equivalência à Frequência

Educação Física

Prova 46 | 2026

4.º Ano de Escolaridade

1. Introdução

O presente documento visa divulgar informação relativa à Prova de Equivalência à Frequência do 1.º Ciclo do Ensino Básico (1.º CEB), da disciplina de Educação Física, a realizar em 2026, dando a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios de classificação;
- Material;
- Duração.

2. 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 4.º ano do 1.º CEB, sendo considerados os seguintes blocos/conteúdos programáticos.

Bloco 3 — Ginástica	Habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.
Bloco 4 — Jogos	Habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em situações de jogo.

3. Características e estrutura

A prova é constituída por um conjunto de tarefas organizadas em percurso, em concurso e em situação de jogo.

A prova será de carácter prático, sendo composta por três partes:

- 1ª – Aquecimento;
- 2ª – Desenvolvimento das atividades em avaliação;
- 3ª – Retorno à calma.

4. Critérios de classificação

A prova de Educação Física é cotada para 100 pontos percentuais.

Todas as tarefas são classificadas através de pontos que correspondem a níveis diferenciados de desempenho. Os critérios estão organizados por descritores de desempenho, aos quais corresponde determinada pontuação.

A distribuição da cotação pelos blocos apresenta-se no quadro seguinte:

Blocos	Classificação
Ginástica	40%
Jogos	60%
TOTAL	100%

5. Material

O aluno deve ser portador de equipamento desportivo adequado à prática das matérias a avaliar. Serão disponibilizados materiais diversos de acordo com as atividades a realizar:

- 1 bola de futebol;
- 1 bola/balão de voleibol;
- 1 bola de ténis;
- 20 cones;
- Cronómetro;
- Baliza;
- Banco sueco;
- Arcos;
- 1 colchão de ginástica;
- 1 plano inclinado ou 1 trampolim reuther.

6. Duração

A prova tem a duração de 45 minutos.