

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS N.º 2 DE SERPA
INFORMAÇÃO: PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA

EDUCAÇÃO FÍSICA – 12.º Ano (Prova 311 – 2026)
ALUNOS PORTADORES DE ATESTADO MÉDICO

Decreto-lei n.º 55/2018, de 6 de julho
Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto

1. INTRODUÇÃO

As informações apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação e programa da disciplina.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Modalidade e duração da prova;
- Objeto de avaliação;
- Caracterização da prova;
- Material a utilizar na prova;
- Critérios gerais de classificação;
- Outros aspetos específicos.

2. MODALIDADE E DURAÇÃO DA PROVA:

Prova escrita com duração de 90 minutos

3. OBJETO DE AVALIAÇÃO

O definido pelas [Aprendizagens Essenciais](#) para a disciplina e pelo [Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória](#).

Universo das atividades físicas desportivas como aspeto da cultura; Processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física; A aptidão física, as suas principais características e os seus indicadores; Desporto como componente da cultura – Origem e Evolução; A atividade física e o funcionamento do organismo; Desportos Coletivos e Desportos Individuais.

O aluno:

- Conhece e interpreta corretamente as principais adaptações do funcionamento do organismo durante a Atividade Física.
- Conhece e identifica as qualidades físicas fundamentais e as suas principais formas de manifestação.
- Conhece e compreende as relações entre o exercício físico e a aptidão física.
- Conhece e identifica os mecanismos e estruturas do próprio corpo.

INFORMAÇÃO: PROVA DE EQUIVALÊNCIA À FREQUÊNCIA
EDUCAÇÃO FÍSICA – 12.º Ano (Prova 311 – 2026)

- Conhece e compreende quais as diferentes formas de fornecimento de energia para a atividade física.
- Conhece o objetivo dos jogos, as suas principais regras, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas.
- Interpreta e analisa as ações do jogo, detetando as violações às regras e os aspetos positivos e negativos na realização das ações técnico-táticas dos jogadores em situação de jogo.
- Analisa e descreve os comportamentos tácitos corretos e incorretos dos jogadores.
- Identifica as técnicas e pressupostos técnicos fundamentais de cada uma das modalidades apresentadas.

4. CARACTERIZAÇÃO DA PROVA:

6 Grupos de perguntas com diferentes cotações.

Desportos Coletivos: possibilidade de escolha de 2 desportos.

5. MATERIAL A UTILIZAR NA PROVA:

Prova escrita: folha de prova e esferográfica.

6. CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO:

Prova escrita – 200 pontos

- Deve identificar e descrever os aspetos essenciais do que é solicitado.
- Deve demonstrar o domínio dos conteúdos.
- A resposta deverá ser clara e concisa.

7. OUTROS ASPETOS ESPECÍFICOS: Possibilidade de tolerância de 30 minutos.

FIM