

MATRIZ DA PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO

Educação Física

2026

10º Ano

Tipo de Prova: Prática

Ensino Secundário

Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova extraordinária de avaliação da disciplina de Educação Física, do 10º ano do Curso Científico-Humanístico de Línguas e Humanidades, a realizar em 2026 pelos alunos que se encontram abrangidos pelos planos de estudo instituídos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, e que se encontram abrangidos pelo artigo 31º da Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto na sua redação atual.

As informações sobre a prova apresentadas neste documento não dispensam a consulta da legislação referida, das Aprendizagens Essenciais da disciplina e do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

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

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

Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos, nas competências e nas finalidades enunciados no Programa de Educação Física em vigor.

Características e estrutura da prova

A prova é cotada para 200 pontos.

A prova é constituída pelos seguintes temas:

- Tema I – Jogos Desportivos Coletivos

- Basquetebol
- Futsal

- Tema II – Desportos Individuais

Atletismo

- Corrida Resistência
- Corrida de velocidade

Ginástica

- Ginástica de Solo

- Tema III – Raquetas
 - Badminton
- Tema IV – Atividades Rítmicas e Expressivas
 - Dança Tradicional

Critérios de classificação

Na componente prática da prova, a classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro. Para apreciação de cada resposta há que ter em conta a descrição técnica de todas as habilidades motoras alvo de avaliação bem como do comportamento tático demonstrado em situação de exercício critério.

O uso de material adequado à prática da atividade física (estabelecido pela escola) é indispensável, a adoção de uma postura correta para com todos os intervenientes na avaliação, bem como a realização das tarefas propostas segundo as competências indicadas

Material

O examinando apenas pode usar, como material para a prova prática, o equipamento próprio para a prática desportiva definido pela escola no seu regulamento interno/regulamento de Educação Física (sapatilhas, meias, calção ou calças de fato de treino, camisola com logotipo da escola).

Duração

A prova tem a duração de 90 minutos.