



MATRIZ DA PROVA

EDUCAÇÃO FÍSICA

2026

PROVA EXTRAORDINÁRIA DE AVALIAÇÃO

1.º Ciclo do Ensino Básico (Portaria n.º 59/2019 de 28 de agosto)

INTRODUÇÃO

O presente documento divulga informação relativa à Prova Extraordinária de Avaliação do 4.º ano de Educação Física, a realizar em 2026, nesta Escola, nomeadamente:

- Objeto de avaliação;
- Estrutura da prova;
- Critérios gerais de classificação;
- Duração;
- Material autorizado.

OBJETO DA AVALIAÇÃO

A prova tem por referência os documentos curriculares em vigor.

ESTRUTURA DA PROVA

Objeto de avaliação	Estrutura da prova (conteúdos)	Cotação
<u>Corda</u>	O aluno executa em exercício critério a ação técnica pretendida: ✓ Saltar à corda	Total – 10 pontos
<u>Futebol</u>	O aluno executa em exercício critério as ações técnicas pretendidas: ✓ Condução de Bola ✓ Passe ✓ Receção ✓ Remate	Total – 15 pontos

<u>Voleibol</u>	O aluno executa em exercício critério as ações técnicas pretendidas: ✓ Passe por Cima ✓ Manchete	Total – 15 pontos
Atletismo	O aluno realiza um salto: ✓ Salto em altura	Total – 10 pontos
<u>Ginástica de Solo</u>	O aluno executa em exercício critério as habilidades gímnicas: ✓ Pino de cabeça ✓ Cambalhota à frente ✓ Cambalhota à retaguarda ✓ Roda	Total – 15 pontos
<u>Ginástica de Aparelhos</u>	O aluno executa com correção e ritmo dois saltos em aparelhos portáteis: ✓ Salto de coelho ✓ Salto de eixo	Total – 15 pontos
<u>Raquetes</u>	O aluno executa em exercício critério as ações técnicas pretendidas: ✓ Batimentos	Total – 10 pontos
<u>Patinagem</u>	O aluno executa uma sequência em patins com as ações técnicas pretendidas: ✓ Deslize ✓ Deslocamento em equilíbrio ✓ Curvar ✓ Saltar ✓ Travar	Total – 10 pontos

CRITÉRIOS GERAIS DE CLASSIFICAÇÃO

A classificação a atribuir a cada tarefa resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro. É classificada com zero pontos qualquer tarefa que o aluno não realize.

DURAÇÃO DA PROVA

A prova tem a duração de 90 minutos. (sem tolerância)

O aluno deverá comparecer 15 minutos antes da prova para que se possa equipar e efetuar o aquecimento antes de iniciar a prova prática.

MATERIAL AUTORIZADO

Para a realização da Prova Prática o/a aluno/a deve apresentar-se equipado/a (camisola, calças de fato de treino, leggings, calções, meias, sapatilhas/ténis).

O material a utilizar é da responsabilidade do aluno/a, não sendo permitido outro tipo de material ou adereço.

Proposta elaborada pelo Departamento Curricular de Educação Física a 12 de março de 2026

Aprovada pelo Conselho Pedagógico a 4 de maio de 2026

A Presidente do Conselho Pedagógico,

