

2º e 3º Ciclos
Critérios Específicos de Avaliação da Disciplina: Educação Física
Ano letivo: 2025/2026

Dimensões	Áreas/Temas	Aprendizagens Essenciais Específicas	Áreas de Competências e Descritores de Desempenho do Perfil do Aluno ^(a)	Ponderação Global	Instrumentos de Avaliação	Ponderação Específica
Conhecimentos e capacidades (Saber e Saber Fazer)	Área da aptidão Física	O aluno deve ser capaz de: Desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa <u>Fitescola</u> , para a sua idade e sexo.				
	Área das atividades Físicas: Jogos Desportivos Coletivos e Pré-desportivos	- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo nos <u>Jogos Desportivos Coletivos</u> realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, aplicando as suas regras não só como jogador, mas também como árbitro.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)		- Observação direta (fichas/grelhas de avaliação)	50%
	Ginástica	- Realizar, na <u>Ginástica</u> , as destrezas elementares de solo, aparelhos e saltos, aplicando os critérios de correção técnica.	Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)		- Avaliação diagnóstica - Auto avaliação	
Atletismo, Patinagem, Atividades Rítmicas Expressivas e outras	- Realizar no <u>Atletismo</u> , saltos, lançamentos e corridas, cumprindo corretamente as exigências técnicas e regulamentares, não só como praticante mas também como juiz. - Realizar na <u>Natação</u> , através de exercícios ou jogos, as destrezas elementares de equilíbrio, respiração e propulsão. Na <u>Patinagem</u> , realizar combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança. Apreciar, compor e realizar, na <u>Dança</u> , seqüências de elementos técnicos e elementares. Nos <u>Jogos de Raquetes</u> , realizar com oportunidade e correção ações técnico-táticas elementares. Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição, em	Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Sistematizador/ Organizador (A, B, C, I, J)) Questionador (A, F, G, I, J) Autoavaliador (transversal às áreas)	60%	- Testes de condição Física - Avaliação formativa - Teste escrito/trabalho escrito/ ou questionário oral		

		<p><u>Atividade de Combate</u></p> <p>Em <u>Orientação</u>, cooperar com os companheiros e executar as tarefas de acordo com as regras estabelecidas.</p> <p>-----</p> <p>-- Área dos Conhecimentos</p> <p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpretar a dimensão sócio-cultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e Paralímpicos.</p>				----- 10%
Dimensões	Áreas/Temas	Aprendizagens Essenciais Específicas	Áreas de Competências e Descritores de Desempenho do Perfil do Aluno ^(a)	Ponderação Global	Instrumentos de Avaliação	Ponderação Específica
Atitudes e Valores (Saber estar)	Socialização, Humanismo, Cívismo e Postura Responsabilidade e Autonomia Hábitos de Estudo	Concentração e Empenho	Respeitador da diferença/do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador/D	40%	Observação Direta Grelhas e Registos	10%
		Cumprimento de Tarefas				esenvolvimento da Linguagem e da oralidade (A, B, D, E, H) Participativo/Colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/Autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)
		Organização de materiais	Valores			12%
		Responsabilidade e respeito pelas regras e pelos outros	Responsabilidade e integridade Excelência e exigência Curiosidade, reflexão e inovação Cidadania e participação Liberdade			4%
		Assiduidade e Pontualidade				

- (a) **Áreas de Competências de Perfil do Aluno:** A – Linguagem e Textos; B – Informação e Comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E – Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento pessoal e autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo

Avaliação Sumativa

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5	<p>Na definição da classificação final de cada período entram todas as competências anteriormente definidas, e avaliadas, nas respetivas ponderações, numa perspetiva de avaliação contínua, verificando-se o progresso do aluno e o seu empenho nas atividades propostas.</p> <p>A participação dos alunos, como intervenientes no processo de avaliação, assenta em mecanismos de auto e heteroavaliação. No final de cada período, o aluno preenche uma ficha de autoavaliação que lhe permitirá desenvolver o espírito crítico, de responsabilidade e de autonomia.</p>
Fraco	Insuficiente	Suficiente	Bom	Muito Bom	

Avaliação Sumativa (Por Período)

1.º Período	2.º Período	3.º Período
CFP1=100% do 1.º Período	CFP2=35% CFP1+65%CP2	CFP3=33%CFP1+34%CP2+33%CP3
<p>CFP1 - Classificação final do 1.º Período; CFP2 - Classificação final do 2.º Período; CFP3 - Classificação final do 3.º Período.</p> <p>CP2 - Classificação do 2º Período; CP3 - Classificação do 3º Período.</p>		

Data: 09/09/2025

Os Representantes do Grupo Disciplinar

O Coordenador de Departamento

(Ana Madureira / Anselmo Martins)

(Carlos Almeida)