

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 3.º CICLO – 9.º ANO
Ano Letivo 2024/2025

Domínios	Ponderação por domínios	Aprendizagens específicas da disciplina	PASEO*	Processos de recolha de informação (técnicas e instrumentos)
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	50%	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolve, interpreta, compõe, analisa, coopera ou realiza as ações inerentes às várias subáreas das atividades físicas. 	B, C, D, E, F, G, H, I, J	<ul style="list-style-type: none"> Grelhas de observação/registo. Avaliação prática. Bateria Fitescola. Participação oral. Fichas de avaliação/Trabalhos escritos/relatórios.
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	20%	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e sexo. 	B, C, D, E, F, G, H, I, J	
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	10%	<ul style="list-style-type: none"> Relaciona aptidão física e saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente. Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. Conhece e aplica os regulamentos das várias modalidades/disciplina. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	
DESENVOLVIMENTO PESSOAL/ RELACIONAMENTO INTERPESSOAL	20%	<ul style="list-style-type: none"> Participa nas tarefas propostas (aula/casa), empenhando-se para ultrapassar dificuldades. Adequa comportamentos, cumprindo normas e regras da sala/atividades da aula (pontualidade, material, organização e responsabilidade). Revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista (trabalho de grupo/pares). Realiza as tarefas de forma autónoma. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	

*PASEO – Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória

Os descritores do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória correspondem a combinações complexas de conhecimentos, capacidades e atitude, agregados em Áreas de Competências: A- Linguagens 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 e tecnológico; J- Consciência e domínio do corpo.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.1)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	<ul style="list-style-type: none"> • Não desenvolve as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias e nível elementar numa matéria, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE), Atletismo, Raquetes e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve insuficientemente as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias e nível elementar numa matéria, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE), Atletismo, Raquetes e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve suficientemente as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias e nível elementar numa matéria, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE), Atletismo, Raquetes e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve bem as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias e nível elementar numa matéria, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE), Atletismo, Raquetes e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve muito bem as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias e nível elementar numa matéria, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE), Atletismo, Raquetes e Outras.
	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC (2 matérias): Não coopera com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, não realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC (2 matérias): Cooperar insuficientemente com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, realizando insuficientemente com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC (2 matérias): Cooperar suficientemente com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, realizando suficientemente com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC (2 matérias): Cooperar bem com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, realizando bem com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC (2 matérias): Cooperar muito bem com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, realizando muito bem com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo.
	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Ginástica (1 matéria): Não compõe, não realiza e nem analisa as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, nem aplica os critérios de correção técnica, expressão e combinação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Ginástica (1 matéria): Compõe, realiza e analisa insuficientemente as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando insuficientemente os critérios de correção técnica, expressão e combinação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Ginástica (1 matéria): Compõe, realiza e analisa suficientemente as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando suficientemente os critérios de correção técnica, expressão e combinação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Ginástica (1 matéria): Compõe, realiza e analisa bem as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando bem os critérios de correção técnica, expressão e combinação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Ginástica (1 matéria): Compõe, realiza e analisa muito bem as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando muito bem os critérios de correção técnica, expressão e combinação.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.2)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (continuação)	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE (1 matéria): Não aprecia, não compõe e nem realiza, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo, não aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE (1 matéria): Aprecia, compõe e realiza insuficientemente, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo, aplicando insuficientemente os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE (1 matéria): Aprecia, compõe e realiza suficientemente, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo, aplicando suficientemente os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE (1 matéria): Aprecia, compõe e realiza bem, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo, aplicando bem os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE (1 matéria): Aprecia, compõe e realiza muito bem, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo, aplicando muito bem os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.
	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo, Raquetas e Outras (2 matérias): 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo, Raquetas e Outras (2 matérias): 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo, Raquetas e Outras (2 matérias): 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo, Raquetas e Outras (2 matérias): 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo, Raquetas e Outras (2 matérias):
	<ul style="list-style-type: none"> - Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Não realiza com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, não garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares». - Outras (Percurso – Orientação): Não realiza percursos elementares, não utilizando técnicas de orientação, não respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza insuficientemente com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, garantindo insuficientemente a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares». - Outras (Percurso – Orientação): Realiza insuficientemente percursos elementares, utilizando insuficientes técnicas de orientação, respeitando insuficientemente as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza suficientemente com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, garantindo suficientemente a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares». - Outras (Percurso – Orientação): Realiza suficientemente percursos elementares, utilizando suficientes técnicas de orientação, respeitando suficientemente as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza bem com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, garantindo bem a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares». - Outras (Percurso – Orientação): Realiza bem percursos elementares, utilizando boas técnicas de orientação, respeitando bem as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza muito bem com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, garantindo muito bem a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares». - Outras (Percurso – Orientação): Realiza muito bem percursos elementares, utilizando corretamente técnicas de orientação, respeitando muito bem as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.3)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> • Não desenvolve as capacidades motoras nem evidencia aptidão muscular e aeróbia, não se enquadrando na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve insuficientemente as capacidades motoras e evidencia insuficiente aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve suficientemente as capacidades motoras, evidenciando suficiente aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve bem as capacidades motoras evidenciando boa aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve muito bem as capacidades motoras evidenciando muito boa aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> • Não interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, não identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. • Não conhece nem aplica, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreta insuficientemente a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando insuficientemente fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. • Conhece e aplica insuficientemente, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreta suficientemente a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando suficientemente fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. • Conhece e aplica suficientemente, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreta bem a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando bem fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. • Conhece e aplica bem, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreta muito bem a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando muito bem fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. • Conhece e aplica muito bem, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.4)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
DESENVOLVIMENTO PESSOAL/ RELACIONAMENTO INTERPESSOAL	<ul style="list-style-type: none"> • Não participa nas tarefas propostas e não se empenha para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente participa nas tarefas propostas e raramente se empenha para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa com alguma regularidade nas tarefas propostas, revelando algum empenho para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa frequentemente nas tarefas propostas, revelando empenho para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa sempre nas tarefas propostas, revelando muito empenho, aspirando ao trabalho bem feito.
	<ul style="list-style-type: none"> • Não adequa comportamentos nem cumpre normas e regras estabelecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente adequa comportamentos e raramente cumpre normas e regras estabelecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nem sempre adequa comportamentos e nem sempre cumpre normas e regras estabelecidas de forma satisfatória. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adequa comportamentos, cumprindo quase sempre as normas e regras estabelecidas, assumindo uma atitude responsável. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adequa comportamentos, cumprindo sempre normas e regras estabelecidas, assumindo uma atitude proativa e responsável.
	<ul style="list-style-type: none"> • Não revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela algumas vezes atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela muitas vezes atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela sempre atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.
	<ul style="list-style-type: none"> • Não manifesta autonomia na realização das tarefas, recusando qualquer tipo de apoio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente manifesta autonomia na realização das tarefas, necessitando de apoio frequente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza as tarefas com alguma autonomia, tomando a iniciativa de solicitar apoio quando necessita. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza as tarefas de forma autónoma. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza as tarefas de forma autónoma, intervindo e resolvendo problemas.