



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Educação Física | 3º CICLO

DOMÍNIOS	PONDERAÇÃO	APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS DA DISCIPLINA	PASEO*	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO (INSTRUMENTOS/PRODUTOS)
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	50%	• Desenvolve, interpreta, compõe, participa, coopera ou realiza as ações inerentes às várias subáreas das atividades físicas.	B, C, D, E, F, G, H, I, J	• Grelhas de observação/registo. • Avaliação prática. • Bateria FITescola. • Participação oral. • Fichas de avaliação/Trabalhos escritos/relatórios.
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	20%	• 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%	• Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. • Conhece e aplica os regulamentos das várias modalidades/disciplina.	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	
DESENVOLVIMENTO PESSOAL/ RELACIONAMENTO INTERPESSOAL	20%	• 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

Áreas de competência do Perfil dos Alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E – Relacionamento interpeessoal; 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.

Observações:

PERFIS DE DESEMPENHO

NÍVEIS DOMÍNIOS	1 MUITO INSUFICIENTE	2 INSUFICIENTE	3 SUFICIENTE	4 BOM	5 MUITO BOM
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Não desenvolve as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras.	Desenvolve insuficientemente as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras.	Desenvolve suficientemente as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras.	Desenvolve bem as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras.	Desenvolve muito bem as competências essenciais, de nível introdução em cinco matérias, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras.
	Subárea JDC (1 matéria): 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.	Subárea JDC (1 matéria): 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.	Subárea JDC (1 matéria): 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.	• Subárea JDC (1 matéria): 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.	• Subárea JDC (1 matéria): 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.

NÍVEIS DOMÍNIOS	1 MUITO INSUFICIENTE	2 INSUFICIENTE	3 SUFICIENTE	4 BOM	5 MUITO BOM
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	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.	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.	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.	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.	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.
	Subárea Atletismo, ARE e Outras (3 matérias):	Subárea Atletismo, ARE e Outras (3 matérias):	Subárea Atletismo, ARE e Outras (3 matérias):	Subárea Atletismo, ARE e Outras (3 matérias):	Subárea Atletismo, ARE e Outras (3 matérias):
	- Atletismo: Não realiza nem analisa, saltos, corridas e lançamentos, não cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento. - ARE: 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.	- Atletismo: Realiza e analisa insuficientemente, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo insuficientemente as exigências elementares, técnicas e do regulamento - ARE: 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.	- Atletismo: Realiza e analisa suficientemente, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo suficientemente as exigências elementares, técnicas e do regulamento. - ARE: 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.	- Atletismo: Realiza e analisa bem, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo bem as exigências elementares, técnicas e do regulamento. - ARE: 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.	- Atletismo: Realiza e analisa muito bem, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo muito bem as exigências elementares, técnicas e do regulamento. - ARE: 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.

NÍVEIS DOMÍNIOS	1 MUITO INSUFICIENTE	2 INSUFICIENTE	3 SUFICIENTE	4 BOM	5 MUITO BOM
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	- Outras (Raquetas - Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Não realiza com oportunidade e correção as ações técnicas elementares, não garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares».	- Outras (Raquetas - Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza insuficientemente com oportunidade e correção as ações técnicas elementares, garantindo insuficientemente a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares».	- Outras (Raquetas - Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza suficientemente com oportunidade e correção as ações técnicas elementares, garantindo suficientemente a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares».	- Outras (Raquetas - Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza bem com oportunidade e correção as ações técnicas elementares, garantindo bem a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares».	- Outras (Raquetas - Badminton, Ténis e Ténis de Mesa): Realiza muito bem com oportunidade e correção as ações técnicas elementares, garantindo muito bem a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares».
	- Outras (Meio aquático – Natação): Não se desloca com segurança no meio aquático, não coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.	- Outras (Meio aquático – Natação): Desloca-se insuficientemente com segurança no meio aquático, coordenando insuficientemente a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.	- Outras (Meio aquático – Natação): Desloca-se suficientemente com segurança no meio aquático, coordenando suficientemente a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.	- Outras (Meio aquático – Natação): Desloca-se bem com segurança no meio aquático, coordenando bem a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.	- Outras (Meio aquático – Natação): Desloca-se muito bem com segurança no meio aquático, coordenando muito bem a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	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.	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.	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.	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.	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.

NÍVEIS DOMÍNIOS	1 MUITO INSUFICIENTE	2 INSUFICIENTE	3 SUFICIENTE	4 BOM	5 MUITO BOM
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Não relaciona aptidão física e saúde e não identifica os benefícios do exercício físico para a saúde.	Relaciona insuficientemente aptidão física e saúde e identifica insuficientemente os benefícios do exercício físico para a saúde.	Relaciona suficientemente aptidão física e saúde e identifica suficientemente os benefícios do exercício físico para a saúde.	Relaciona bem a aptidão física e saúde e identifica bem os benefícios do exercício físico para a saúde.	Relaciona muito bem a aptidão física e saúde e identifica muito bem os benefícios do exercício físico para a saúde.
	Não interpreta a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.	Interpreta insuficientemente a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.	Interpreta suficientemente a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.	Interpreta bem a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.	Interpreta muito bem a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.
	Não conhece nem aplica, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.	Conhece e aplica insuficientemente, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.	Conhece e aplica suficientemente, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.	Conhece e aplica bem, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.	Conhece e aplica muito bem, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.

NÍVEIS DOMÍNIOS	1	2	3	4	5
	MUITO INSUFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BOM	MUITO BOM
DESENVOLVIMENTO PESSOAL/ RELACIONAMENTO PESSOAL	Não participa nas tarefas propostas e não se empenha para ultrapassar dificuldades.	Raramente participa nas tarefas propostas e raramente se empenha para ultrapassar dificuldades.	Participa com alguma regularidade nas tarefas propostas, revelando algum empenho para ultrapassar dificuldades.	Participa frequentemente nas tarefas propostas, revelando empenho para ultrapassar dificuldades.	Participa sempre nas tarefas propostas, revelando muito empenho, aspirando ao trabalho bem feito.
	Não adequa comportamentos nem cumpre normas e regras estabelecidas.	Raramente adequa comportamentos e raramente cumpre normas e regras estabelecidas.	Nem sempre adequa comportamentos e nem sempre cumpre normas e regras estabelecidas de forma satisfatória.	Adequa comportamentos, cumprindo quase sempre as normas e regras estabelecidas, assumindo uma atitude responsável.	Adequa comportamentos, cumprindo sempre normas e regras estabelecidas, assumindo uma atitude proativa e responsável.
	Não revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.	Raramente revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.	Revela algumas vezes atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.	Revela muitas vezes atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.	Revela sempre atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.
	Não manifesta autonomia na realização das tarefas, recusando qualquer tipo de apoio.	Raramente manifesta autonomia na realização das tarefas, necessitando de apoio frequente.	Realiza as tarefas com alguma autonomia, tomando a iniciativa de solicitar apoio quando necessita.	Realiza as tarefas de forma autónoma.	Realiza as tarefas de forma autónoma, intervindo e resolvendo problemas.