



Critérios Específicos de Avaliação

2026-2027

Disciplina: Educação Física
Ensino Secundário Geral - 10º Ano

Para a atribuição de cada um dos níveis/classificações/menções na avaliação sumativa do aluno são tidas em consideração não só os *Conhecimentos e Capacidades* desenvolvidas face aos conteúdos previstos nos Domínios/Temas organizadores das Aprendizagens essenciais, para o seu ano de escolaridade (nota ¹), como também as *Atitudes* que demonstrou durante todo o processo educativo (saber estar).

A importância relativa dos *Conhecimentos, Capacidades e Atitudes* na avaliação do aluno encontra-se definida no Projeto Educativo do Agrupamento, consoante o ciclo de escolaridade e natureza da disciplina.

1.	Avaliação dos Domínios/Temas organizadores da disciplina	80 % na avaliação sumativa
----	---	-----------------------------------

Domínios/Temas		% a)	Instrumentos de avaliação privilegiados
1 Área das Atividades Físicas	a) Desportos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol); b) Ginástica; c) Atividades Rítmicas expressivas; d) Atletismo, Raquetes e Outras atividades (Luta, Orientação, Jogos Tradicionais).	50%	Observação em situação de exercício critério Observação em situação de jogo reduzido Observação em situação de jogo formal Observação de situações de sequências Observação de situações de coreografias
			Questionário oral (alunos com Atestado Médico) Relatórios (alunos com Atestado Médico)
2 Área da Aptidão Física	Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas	30%	Testes físicos do Programa FITescola e outros Pode ser consultado em: http://fitescola.dge.mec.pt/pagina.aspx?id=4
3 Área dos Conhecimentos	a) Aptidão Física e Saúde: Fatores associados a um estilo de vida saudável; b) Dimensão sociocultural dos Desportos: Fenómenos associados a limitações e possibilidades da prática dos desportos e atividades físicas; c) Prestação de socorro a vítimas em paragem cardiorrespiratória ou obstrução das vias aéreas superiores	20%	Registo de trabalho de grupo ou individual Exposição oral Questionário escrito Questionário oral Teste escrito
Total		100	
a) Importância relativa, na avaliação dos Conhecimentos e Capacidades, de cada um dos domínios/temas das aprendizagens essenciais da disciplina			

O perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória afirma-se como referencial para as decisões a adotar em cada escola, designadamente ao nível da definição de estratégias, metodologias e procedimentos pedagógico-didáticos a utilizar na prática letiva e na avaliação interna dos alunos.

Nota¹ - As Aprendizagens Essenciais para a disciplina podem ser consultadas em <http://www.dge.mec.pt/> nos separadores “Currículo>>Aprendizagens Essenciais”.

O trabalho a realizar ao longo do ano letivo centra-se no desenvolvimento de áreas de competências (nota²), que são combinações de conhecimentos, capacidades e atitudes, pretendendo-se que no final do ano/ciclo, o aluno seja: Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Autoavaliador (transversal às áreas) 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).

PERFIL DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS para o ano de escolaridade (descritores de desempenho):

Domínios/ Temas	NÍVEIS DE DESEMPENHO - Descritores				
	Nas matérias das subáreas das Aprendizagens Essenciais, o aluno desenvolveu as competências essenciais (b) de:				
	0-4 valores	5-9 valores	10-13 valores	14-17 valores	18-20 valores
1 Área das Atividades Físicas	nível de Introdução, em 3 ou menos das matérias.	nível de Introdução, em 4, 5 ou 6 das matérias	nível de Introdução, em 5 das matérias e nível Elementar noutra	nível de Introdução, em 4 das matérias e nível Elementar em outras 2	nível de Introdução, em 3 das matérias e nível Elementar em outras 3
	b) A demonstração de competência manifesta-se quando o aluno atinge os objetivos específicos definidos para cada matéria (Desportos Coletivos -Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol; Ginástica; Atletismo; Atividades Rítmicas expressivas, Badminton e outras Atividades, estruturados em três níveis de complexidade das aprendizagens: Introdução (I), Elementar (E), Avançado (A) (ver os anexos às Aprendizagens essenciais de Educação Física - Aprendizagens Essenciais - Ensino Secundário Direção-Geral da Educação (mec.pt)). A avaliação em cada matéria realiza-se não só pelo facto de o aluno saber fazer o que é pedido (se realiza e quando), como também pela qualidade da execução (como realiza):				
	Realização da tarefa	Frequência		Qualidade	
		Nunca (N)		Muita dificuldade (MD)	
		Raramente (R)		Alguma dificuldade (D)	
Às vezes (V)		Satisfatoriamente (SF)			
Frequentemente (F)		Bem (B)			
Sempre (S)		Muito bem (MB)			
2 Área da Aptidão Física	A média das classificações nos testes de Condição Física situa-se com referência às Zonas Saudável e Atlético de Aptidão Física (c):				
	0-4 valores	5-9 valores	10-13 valores	14-17 valores	18-20 valores
	Abaixo do nível 5	Entre o nível 5 e 9	entre o nível 10 e 13	entre o nível 14 e 17	no nível 18 ou acima
	c) Os alunos têm de procurar estar Dentro da Zona Saudável, por género e idade, em valores de referência estabelecidos por resultados de estudos adequados à população portuguesa: http://fitescola.dge.mec.pt/pagina.aspx?id=4 e os desempenhos são classificados de acordo com uma tabela de escola com base nos valores de referência nacionais.				
3 Área dos Conheci- mentos	0-4 valores	5-9 valores	10-13 valores	14-17 valores	18-20 valores
	Revela muita dificuldade em	Revela dificuldade em	Revela alguma facilidade em	Revela facilidade em	Revela bastante facilidade em
	- Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável (desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente).				
	- Interpretar 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 (sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades).				
- Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória ou com obstrução das vias aéreas respiratórias.					

Nota ² - Áreas de competência: 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, técnico e tecnológico; J. Consciência e domínio do corpo.

2.	Avaliação das Atitudes face à aprendizagem	20% na avaliação sumativa
----	---	----------------------------------

Parâmetros de avaliação		% b)	Indicadores do desempenho
1	Responsabilidade	25%	Assiduidade e pontualidade; Equipamento necessário para a aula; c) Respeito pelos prazos definidos para entrega/apresentação dos trabalhos; Atitude correta na utilização dos balneários; Cuidados higiénicos.
2	Participação e Autonomia	25%	Empenho em superar as dificuldades e evoluir; Colaboração na organização e gestão dos materiais para a atividade; Autonomia na realização das tarefas; Comportamento adequado às diferentes situações criadas na aula e intervenção de forma adequada; Participação em atividades desportivas do PAA.
3	Respeito pelo cumprimento das regras	25%	Cumprimento das regras de utilização dos materiais e das regras de segurança pessoal e dos companheiros, definidas para a atividade; Cumprimento das regras de utilização do transporte escolar; Respeito pela arbitragem; Contributo para um clima de aula que favoreça a aprendizagem.
4	Relação interpessoal	25%	Respeito pelos companheiros, quer no papel de parceiro quer no de adversário; Respeito pelos companheiros quer na vitória quer na derrota; Aceitação do apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; Apoio aos esforços dos companheiros de modo a favorecer o aperfeiçoamento do(s) outro(s); Relação com os funcionários e professor.
Total		100	
b) Importância relativa de cada parâmetro na avaliação das Atitudes			

Parâmetros	NÍVEIS DE DESEMPENHO - Descritores				
	0-4 valores	5-9 valores	10-13 valores	14-17 valores	18-20 valores
	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1	É pontual ou assíduo; traz o material necessário para a prática da atividade; respeita os prazos definidos para entrega/apresentação dos trabalhos; tem uma atitude correta na utilização dos balneários; tem cuidados de higiene com o corpo ou equipamento.				
2	Se empenha para superar as suas dificuldades e evoluir; colabora na organização e gestão dos materiais para a atividade; é autónomo na realização das tarefas; está atento, concentrado e realiza tarefas de forma organizada; participa nas atividades desportivas do PAA.				
3	Cumpre as regras de utilização dos materiais e de utilização do transporte escolar; cumpre as regras de segurança pessoal e dos companheiros definidas para a atividade; respeita a arbitragem; contribui para um clima de aula que favoreça a aprendizagem.				
4	Respeita os colegas, quer no papel de parceiro quer no de adversário; respeita os colegas, quer na vitória quer na derrota; aceita o apoio dos colegas nos esforços de aperfeiçoamento próprio; ajuda os colegas a superar as suas dificuldades; se relaciona com respeito com os funcionários e/ou professor.				

c) Material necessário para as aulas de Educação Física

A avaliação em Educação Física depende do desempenho do aluno em atividades práticas para as quais é necessário equipamento desportivo:

T-shirt de manga comprida ou curta; Calção ou calça de fato-de-treino; calçado desportivo, específico exclusivo para a disciplina (Na aula de 50 minutos - calçado apropriado para o Campo Exterior - Alcatrão; na aula de 100 minutos - calçado apropriado para o Pavilhão, que não pode ser o mesmo que usa na rua).

Após a aula de Educação Física, o aluno deverá tomar um banho higiénico e vestir roupa lavada.

Em caso de o aluno não participar na prática desportiva por incapacidade total ou parcial deverá usar sempre sapato desportivo adequado ao espaço de aula.

Alunos com incapacidades funcionais para a Educação Física

Os alunos com incapacidades funcionais (lesões) temporárias (mais de 1 mês) ou de longa duração (todo o ano letivo), portadores de Atestado Médico, estão obrigatoriamente presentes nas aulas e deverão participar sempre nas tarefas alternativas propostas.

A avaliação será adaptada à situação particular de cada um, não desvirtuando, contudo, a estrutura do definido para a disciplina, no que concerne à avaliação das Atitudes.

Na avaliação dos domínios práticos e dos conhecimentos poderão ser adaptadas as ponderações previstas nestes critérios. Para tal, será definido pelo professor, um Plano Individual de trabalho, prevendo as condições de aprendizagem e de avaliação do aluno, plano este estruturado de acordo com as suas limitações e capacidades individuais, bem como a duração do Atestado Médico.

Este documento será dado a conhecer ao aluno, ao Encarregado de Educação e ao Diretor de Turma.