CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – ENSINO SECUNDÁRIO | CURSOS CIENTÍFICO-HUMANÍSTICOS
ANO LETIVO 2026/2027

DOMÍNIOS / DESCRITORES ESPECÍFICOS DA DISCIPLINA [1]		PONDERAÇÃO	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO [2]
DIMENSÃO DOS CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	**D1 – Atividades Físicas** O aluno desenvolve as competências essenciais para o seu ano de escolaridade nas diferentes sub-áreas e de acordo com as condições de possibilidades. (D;E;F;G;H;I;J)	60%	Rigor Clareza Criatividade Destreza Expressividade Pertinência	- Participação na aula. - Tarefas a realizar na aula. - Fichas de trabalho. - Trabalhos/atividades individuais, de pares ou de grupo. - Observação direta.
	D2 – Aptidão Física 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. (D;E;F;G;H;I;J)	10%		
DIMENSÃO DAS ATITUDES	**D3 – Relacionamento interpessoal** Cumpre as regras da sala de aula. Participa nas atividades propostas. Evidencia autonomia. Demonstra respeito por si próprio e pelos outros. (E; F; G; J)	30%	Responsabilidade Participação Autonomia Respeito	- Realização de tarefas de pares/grupo. - Registos de atitudes e comportamentos. - Observação direta em aula.

DOMÍNIOS	NÍVEIS / DESCRITORES DE DESEMPENHO				
	0 a 4 valores	**5 a 9 valores**	**10 a 13 valores**	**14 a 17 valores**	**18 a 20 valores**
D1 – Atividades Físicas	Não adquire as competências motoras específicas das unidades curriculares (modalidades) das aprendizagens essenciais. Não revela progressão na aprendizagem. Não coopera nas situações de aprendizagem e de organização, nem escolhe as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma.	Tem dificuldades na aquisição das competências motoras específicas das unidades curriculares (modalidades) das aprendizagens essenciais. Revela pouca progressão na aprendizagem. Raramente coopera nas situações de aprendizagem e de organização e raramente escolhe as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma.	Domina razoavelmente a aquisição das competências motoras específicas das unidades curriculares (modalidades) das aprendizagens essenciais. Revela uma progressão satisfatória na aprendizagem. Coopera de forma satisfatória nas situações de aprendizagem e de organização e escolhendo por vezes as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma.	Domina bem a aquisição das competências motoras específicas das unidades curriculares (modalidades) das aprendizagens essenciais. Revela uma boa progressão na aprendizagem. Coopera quase sempre nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo várias vezes as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma.	Domina muito bem a aquisição das competências motoras específicas das unidades curriculares (modalidades) das aprendizagens essenciais. Revela muito boa progressão na aprendizagem. Coopera sempre nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma.
D2 – Aptidão Física	Compreende muito pouco a importância das capacidades motoras condicionais e coordenativas. Desenvolve muito pouco as capacidades motoras condicionais e coordenativas, evidenciando resultados muito insuficientes ao nível da aptidão muscular e aptidão aeróbia, de acordo com o estipulado para a sua idade/sexo.	Compreende pouco a importância das capacidades motoras condicionais e coordenativas. Desenvolve pouco as capacidades motoras condicionais e coordenativas, evidenciando resultados insuficientes ao nível da aptidão muscular e aptidão aeróbia, de acordo com o estipulado para a sua idade/sexo.	Compreende a importância das capacidades motoras condicionais e coordenativas. Desenvolve as capacidades motoras condicionais e coordenativas, evidenciando resultados ao nível da aptidão muscular e aptidão aeróbia, de acordo com o estipulado para a sua idade/sexo.	Compreende bem a importância das capacidades motoras condicionais e coordenativas. Desenvolve bem as capacidades motoras condicionais e coordenativas, evidenciando bons resultados ao nível da aptidão muscular e aptidão aeróbia, de acordo com o estipulado para a sua idade/sexo.	Compreende muito bem a importância das capacidades motoras condicionais e coordenativas. Desenvolve muito bem as capacidades motoras condicionais e coordenativas, evidenciando muito bons resultados ao nível da aptidão muscular e aptidão aeróbia, de acordo com o estipulado para a sua idade/sexo.
D3 – Relacionamento interpessoal	Não revela autonomia nem sentido de responsabilidade. Não participa nem colabora com os colegas.	Raramente revela autonomia e sentido de responsabilidade. Raramente participa e colabora com os colegas.	Nem sempre revela autonomia e sentido de responsabilidade. Nem sempre participa e colabora com os colegas.	Revela autonomia e sentido de responsabilidade. Participa e colabora com os colegas, respeitando as diferentes opiniões.	Revela bastante autonomia e sentido de responsabilidade. Participa e colabora sempre com os colegas, respeitando as diferentes opiniões.

Observações:

1- As letras referem-se às **Áreas de Competências** enunciadas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO): **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- Os instrumentos de avaliação serão adequados aos conteúdos abordados e às características dos alunos. O docente poderá optar por estes ou outros instrumentos de avaliação que melhor se adaptem às necessidades educativas dos alunos, na perspetiva de um processo de ensino e aprendizagem diferenciado.

3- Sistema de Classificação: : **Muito Insuficiente** (0 a 4 valores), **Insuficiente** (5 a 9 valores), **Suficiente** (10 a 13 valores), **Bom** (14 a 17 valores) e **Muito Bom** (18 a 20 valores).

A Área Disciplinar de Educação Física