

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780
Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul
Critérios de Avaliação da disciplina de Educação Física - ANO Letivo 2025/26

Ensino Básico

(7º, 8º 9º Anos de Escolaridade)

Domínios /Áreas	Fator de ponderação	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil dos Alunos		Instrumentos de avaliação
Área dos Conhecimentos	20%	<p>7º ano - Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.</p> <p>8º ano - Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras. Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</p> <p>9º ano - Relacionar aptidão física e saúde e identificar 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. 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, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>	Conhecedor/sabedor/ culto/informado (A, B, G, I, J)	Autoavaliador (transversal às áreas)	Fichas de avaliação (1 teste por período)

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780
Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul

Área das Atividades Físicas e Aptidão Física	70%	<p>Jogos Desportivos Coletivos</p> <p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nas modalidades coletivas realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Ginástica</p> <p>Compor, realizar e analisar da Ginástica de Solo e de Aparelhos, as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>Atletismo</p> <p>Realizar e analisar do Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>Atividades Rítmicas Expressivas</p> <p>Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>Aptidão Física</p> <p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física, para a sua idade e género.</p> <p>Outras</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares no Badminton, garantindo a iniciativa e a ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Realizar, na Orientação, percursos elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p>	Criativo /Expressivo (A, C, D, J)	Autoavaliador (transversal às áreas)	Grelhas de registo por observação direta focalizadas no desempenho nas subáreas das atividades físicas e na capacidade de intervenção, conhecimento, participação, empenho e no comportamento. Testes de condição física – Fitescola
	Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)	Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)	Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)		

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780
Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul

Área das Atitudes e Comportamentos	10%	<p>Manifestar sentido de responsabilidade, interesse e empenho no cumprimento das tarefas da aula e atividades organizadas pelo grupo de Educação Física,</p> <p>Revelar adequação do comportamento ao normal desenvolvimento das atividades letivas: respeito pelo professor e pelos colegas; utilização e manuseamento adequado de materiais, equipamentos e espaços.</p> <p>Realizar as tarefas com autonomia, respeitando o tempo dos outros.</p> <p>Apresentar capacidade de autocritica e de melhoria: capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar.</p>	<p align="center">Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p align="center">Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>		
---	------------	--	---	--	--

Legenda: **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

Nota - Para os alunos que apresentem atestado médico que os dispense da componente prática da Área das Atividades Físicas, mantém-se na sua avaliação a existência de todos os parâmetros, sendo que, as áreas/temas (atividades físicas e aptidão física), será constituído pela avaliação de atividades educativas específicas, a determinar pelo professor da turma, face ao teor do atestado médico, os restantes são idênticos aos dos alunos do regime normal.

A avaliação da área da aptidão física será realizada de forma independente apenas no terceiro período. Nos restantes períodos a sua avaliação será integrada com as matérias lecionadas na área das atividades físicas

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780

Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul

Perfil de Aprendizagens Específicas da disciplina de Educação Física (Ensino Básico- 7º, 8º e 9º anos)
ANO Letivo 2025/26

Domínios	Standards				
	5	4	3	2	1
	Descritores de Níveis de Desempenho				
Conhecimentos	Utiliza sempre linguagem científica e técnica Realiza todas as tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos Conhece e aplica sempre cuidados de higiene Conhece e aplica sempre as regras de segurança e de preservação dos recursos materiais e do ambiente		Utiliza quase sempre linguagem científica e técnica Realiza quase todas as tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos Conhece e aplica quase sempre cuidados de higiene Conhece e aplica quase sempre as regras de segurança e de preservação dos recursos materiais e do ambiente		Não utiliza linguagem científica e técnica Não realiza as tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos Conhece, mas não aplica cuidados de higiene Conhece, mas não aplica as regras de segurança e de preservação dos recursos materiais e do ambiente
Atividades Físicas Aptidão Física	Domina todos os elementos técnicos específicos da modalidade. Identifica e utiliza todos os códigos de comunicação não verbal. Cumpre sempre as regras/regulamentos da modalidade. Domina os processos com grande sentido de elevação do nível funcional da aptidão física. Revela sempre iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança. Manifesta atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade, comparece sempre em todas as aulas com o material necessário, cumprindo os prazos estabelecidos, demonstrando elevado espírito desportivo). Revela um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços). Apresenta capacidade de autocritica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).		Domina quase todos os elementos técnicos específicos da modalidade Identifica e utiliza quase todos os códigos de comunicação não verbal Cumpre quase sempre as regras/regulamentos da modalidade Domina, quase sempre, os processos com sentido de elevação do nível funcional da aptidão física. Revela, quase sempre, iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança Manifesta, quase sempre, atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade. Comparece, quase sempre, às aulas com o material necessário. Cumpre, quase sempre, os prazos estabelecidos. Demonstra, quase sempre, espírito desportivo); Revela, quase sempre, um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços); Apresenta, quase sempre, capacidade de autocritica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).		Não domina os elementos técnicos específicos da modalidade Não identifica nem utiliza todos os códigos de comunicação não verbal Não cumpre as regras/regulamentos da modalidade Não domina os processos de elevação do nível funcional da aptidão física. Não revela iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança Não manifesta atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade. Não comparece em todas as aulas com o material necessário. Não cumpre os prazos estabelecidos, nem demonstra espírito desportivo); Não revela um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços); Não apresenta capacidade de autocritica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).