

**Ano letivo 2020-2021**  
**Critérios Específicos de Avaliação**  
**Educação Física | 2.º Ciclo**

**Perfil de Aprendizagens Específicas (AE) de Educação Física**

Domínios	Descritores de desempenho relativos às AE/resultados esperados		Perfil dos/as alunos/as (PASEO)
<b>Área das Atividades Físicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiro quer no de adversário. (A, B, C, D, E, F, G, H, I)</li> <li>● Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s). (A, B, C, D, E, F, G, H, I)</li> <li>● Coopera nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. (A, B, C, D, E, F, G, H, I)</li> <li>● Eleva o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração, da força rápida, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamento, da flexibilidade, da força resistente (esforços localizados) e das destrezas geral e direcionada. (B, C, E, F, G, J)</li> <li>● Analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. (A, B, C, D, E, F, G, I, J)</li> <li>● Conhece os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física. (A, B, C, D, E, F, G, I, J)</li> <li>● Conhece e aplica cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros e de preservação dos recursos materiais. (B, E, F, G)</li> </ul>	<b>Áreas transversais: atitudes face à aprendizagem</b>	A - Linguagens e textos B - Informação e comunicação C - Raciocínio e resolução de problemas D - Pensamento crítico e 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.
<b>Área da Aptidão Física</b>			
<b>Área dos Conhecimentos</b>			

**Domínios e Instrumentos de avaliação**

Considera-se que o reconhecimento do sucesso é representado pelo domínio/demonstração de um conjunto de competências que decorrem dos objetivos gerais. Os critérios de avaliação (...) permitirão determinar, concretamente o grau de sucesso e constituem, por isso, regras de qualificação da participação dos alunos nas atividades selecionadas para a realização dos objetivos e do seu desempenho nas situações de prova, expressamente organizadas pelo professor para a demonstração das qualidades visadas. Esta aceção mais ampla da avaliação confere-lhe um carácter formativo tornando-a um instrumento pedagógico. In [Programas de EF](#), pág.256

Ano de escolaridade	Domínios	Valorização dos domínios (em %)		Instrumentos de Avaliação por Domínios	Instrumentos de Avaliação comuns às 3 áreas
5.º e 6.º Anos	Conhecimentos e Capacidades <sup>(1)</sup>	80%		<p><b>Atividades Físicas</b> <sup>(3)</sup> - Observação direta em contexto de exercitação e de prova - situações de jogo condicionado e exercícios critério, sequências gímnicas, percursos em patins, coreografias em dança, ...;</p> <p><b>Aptidão Física</b> <sup>(4)</sup> - 2 testes ZSAF - Tabela de valores de referência para a <i>zona saudável</i> da bateria de testes do Programa <a href="#">FitEscola</a>.</p> <p><b>Conhecimentos</b> relativos aos processos de elevação e manutenção da Aptidão Física <sup>(5)</sup> - Fichas de registo de observação do desempenho.</p>	<p>Fichas de registo de observação em contexto de aula e/ou de provas no âmbito das Atividades Físicas e Desportivas (AFD) tendo como referência as AE de EF e o perfil de aluno;</p> <p>Fichas de registo da qualidade da oralidade decorrente do questionamento oral, apresentação de trabalhos ou ideias, no âmbito dos conhecimentos e capacidades.</p>
	Valores e Atitudes <sup>(2)</sup>	5.º ano 15%	6.º ano 20%	Fichas de registo de observação em contexto de aula e/ou de provas no âmbito das Atividades Físicas e Desportivas (AFD) dentro e fora da escola tendo como referência os indicadores “Respeito” e “Responsabilidade”.	

<sup>(1)</sup> De acordo com as Aprendizagens Essenciais previstas para o [5.º ano](#) e [6.º ano](#)

<sup>(2)</sup> De acordo com as orientações existentes no AENG comuns para todas as disciplinas

<sup>(3)</sup> Ver quadro 1 e 2;

<sup>(4)</sup> Ver quadro 3;

<sup>(5)</sup> Ver quadro 4;

### Quadro 1 - Atividades Físicas

Na área de avaliação das Atividades Físicas (AF) consideram-se para cada uma das subáreas do quadro de extensão da EF, um conjunto de matérias que servirá de referência para o sucesso d@s alun@s as quais constam no quadro seguinte:

Subáreas	Matérias
Jogos Desportivos Coletivos	Jogos ( <i>Mata-piolho</i> , Bola ao capitão, (...); Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol.
Ginástica	Solo, Aparelhos (Boque, Plinto, Mini-trampolim, Trave, Paralelas); Rítmica
Atletismo	Saltos e Corridas
Raquetas	Raquetas de madeira, Badminton, Ténis
Dança	Danças Tradicionais, Danças Sociais
Patinagem	Patinagem Artística
Outras	Orientação

### Quadro 2 - Perfis de Aprendizagem Específica na área de avaliação das Atividades Físicas

NÍVEL	5.º ANO	6.º ANO	7.º ANO	8.º ANO	9.º ANO
1	<	<1 I	<2 I	<3 I	<4 I
2	<1 I	1 I	2 I	3 I	4 I
3	1 I	2 I	3 I	4 I	5 I
4	2 I	3 I	4 I	4 I + 1 E	4 I + 2 E
5	3 I	4 I	4 I + 1 E	4 I + 2 E	3 I + 3 E
Sub áreas	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 1 Atletismo/ Raquetas/ Patinagem/ Dança/outras	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 2 Atletismo/ Patinagem/Dança/ Raquetas/Orientação	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 3 outras de categ. diferentes	2 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 3 outras de categ. diferentes	2 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 1 Dança + 2 outras de categ. diferentes

**Legenda:** Níveis de complexidade crescente inscritos nos [Programas Nacionais de EF](#) e nas Aprendizagens Essenciais para o [5.ºano](#) e para o [6.ºano](#):  
I - Nível Introdução; E - Nível Elementar; A - Nível Avançado

**Quadro 3 - Perfis de Aprendizagem Específica na área de avaliação da Aptidão Física**

Ano	Aptidão Aeróbia*	Aptidão Neuromuscular			
		Aptidão Muscular		Velocidade - Agilidade	
		Força	Flexibilidade	Velocidade	Agilidade
5.º ano	1 ZSAF	3 ZSAF			
6.º ano	1 ZSAF	2 ZSAF		1 ZSAF	

Perfis de aprendizagem específica Aptidão Física	
Nível	5.º e 6.º anos
1	<1 teste na ZSAF
2	1 teste na ZSAF
3	2 testes na ZSAF
4	3 testes na ZSAF
5	4 testes na ZSAF

**Quadro 4 - Perfis de Aprendizagem Específica na área de avaliação de Conhecimentos**

NÍVEL	Conhecimentos
5.º ANO	- Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.
6.º ANO	- Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado;  - Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.

Perfis de aprendizagem específica Conhecimentos		
Nível	5.º e 6.º anos	
1	de 0 a 19	Muito Insuficiente
2	de 20 a 49	Insuficiente
3	de 50 a 69	Suficiente
4	de 70 a 84	Bom
5	de 85 a 100	Muito Bom

CrITÉRIOS de avaliação específicos aprovados pelo Conselho de Departamento de EF em outubro de 2020