

**Ano letivo 2023-2024**  
**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> </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>	<ul style="list-style-type: none"> <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> </ul>		
<b>Área dos Conhecimentos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <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>		

## 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.

Ano de escolaridade	Domínios	Valorização dos domínios (em %)	Domínios e instrumentos de avaliação		Instrumentos de avaliação comuns às 3 áreas
5.º e 6.º Anos	Conhecimentos, capacidades e atitudes específicos da disciplina <sup>(1)</sup>	65%	Dimensão prática	<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, ...;	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;  Fichas de registo da qualidade da oralidade decorrente do questionamento oral, apresentação de trabalhos ou ideias, no âmbito dos conhecimentos e capacidades.
		10%		<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> .	
5%		Dimensão da oralidade	<b>Conhecimentos</b> relativos aos processos de elevação e manutenção da Aptidão Física <sup>(5)</sup> - Fichas de registo de observação do desempenho.		
	Valores e Atitudes <sup>(2)</sup>	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 “ <i>o saber ser, o saber estar e o saber agir</i> ” e os valores e as atitudes “ <i>Relacionamento pessoal e interpessoal</i> ”, a “ <i>Responsabilidade e Empenho</i> ” e o “ <i>Trabalho de equipa</i> ”.		

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

(2) De acordo com as orientações existentes no AENG comuns para todas as disciplinas

(3) Ver quadro 1 e 2;

(4) Ver quadro 3;

(5) Ver quadro 4;

### Quadro 1 - Atividades Físicas

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

Subáreas	Matérias
Jogos	<i>Mata-piolho</i> , Bola ao capitão, Bola ao fundo, Jogo dos passes, (...)
Jogos Desportivos Coletivos (JDC)	Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol.
Ginástica	Solo, Aparelhos (Boque, Plinto, Mini-trampolim, Trave); Rítmica
Atletismo	Saltos e Corridas
Raquetas	Badmínton, Ténis, Ténis de mesa
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	Não cumpre as tarefas		<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	5 I	6 I
5	3 I	4 I	5 I	6 I	5 I + 1E
Sub áreas	1 Jogos/JDC + 1 Ginástica + 1 Atletismo/ Raquetas/Patinagem/ Dança/outras	1 JDC +1 Ginástica + 1 Dança + 1 outras de categorias diferentes	2 JDC + 1 Ginástica + 1 Dança + 1 outras de categorias diferentes	2 JDC + 1 Ginástica + 1 Dança + 2 outras de categorias diferentes	2 JDC + 1 Ginástica + 1 Dança + 2 outras de categorias diferentes

**Legenda:** Níveis de complexidade crescente inscritos nas Aprendizagens Essenciais para o [5.º ano](#) e para o [6.º ano](#);  
I - Nível Introdução; E - Nível Elementar

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

Ano	Aptidão Aeróbia*	Aptidão Neuromuscular			
		Força	Flexibilidade	Velocidade	Agilidade
5.º e 6.º anos	1 ZSAF*	3 ZSAF			

\* ZSAF - Zona Saudável Aptidão Física

Perfis de aprendizagem específica Aptidão Física	
Nível	5.º e 6.º anos
1	Nenhum 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**

Ano	Conhecimentos	Perfis de aprendizagem específica Conhecimentos		
		Nível	5.º ano	6.º ano
5.º ANO	- Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.	1	Não identifica nenhuma das capacidades físicas.	
		2	Revela dificuldades na identificação das capacidades físicas.	
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.	3	Identifica as principais capacidades físicas.	Relaciona as capacidades físicas com as características do esforço realizado.
		4	Relaciona as capacidades físicas com as características do esforço realizado.	Explica os principais efeitos da atividade física no organismo.
		5	Explica os principais efeitos da atividade física no organismo.	Domina os procedimentos para a autorregulação do esforço.

Critérios de avaliação específicos aprovados pelo Conselho de Departamento de EF em outubro de 2023