

**Critérios Específicos de Avaliação**  
**3.º CEB | Educação Física**

**Perfil de aprendizagens específicas (AE) de Educação Física**

Domínios	Descritores de desempenho relativos às AE/resultados esperados		Perfil dos/as alunos/as (PASEO)
<p><b>Área das Atividades Físicas</b></p>	<p>1. Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e o do grupo: (A, B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>a) 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, I, J)</p> <p>b) 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, J)</p> <p>c) Interessa-se e apoia os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreaajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); (A, B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>d) Cooperar 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, J)</p> <p>e) Apresenta iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>f) Assume compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p>	<p><b>Áreas transversais: atitudes face à aprendizagem</b></p>	<p>A - Linguagens e textos</p> <p>B - Informação e comunicação</p> <p>C - Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D - Pensamento crítico e criativo</p> <p>E - Relacionamento interpessoal</p> <p>F - Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>G - Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>H - Sensibilidade estética e artística</p> <p>I - Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J - Consciência e Domínio do Corpo.</p>
<p><b>Área da Aptidão Física</b></p>	<p>g) Analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>2. Compreende as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da cultura física. (B, C, E, F, G, J)</p> <p>3. Identifica e interpreta os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. (A, B, C, D, E, F, I)</p> <p>4. Eleva o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. (B, E, F, G, I, J)</p>		
<p><b>Área dos Conhecimentos</b></p>	<p>5. Conhece e aplica diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>6. Conhece e interpreta fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplica regras de higiene e de segurança. (B, F, G, I, J)</p>		

## 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 (%)	Domínios e Instrumentos de avaliação		Instrumentos de avaliação comuns aos três domínios
7.º Ano 8.º Ano 9.º Ano	Conhecimentos, Capacidades e Atitudes específicas (1)	65%	Dimensão Prática	<b>Atividades Físicas</b> (3) - Observação em contexto de prova (sequências gímnicas, situações de jogo, 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.
		15%		<b>Aptidão Física</b> (4) 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> (5) - Fichas de registo de observação do desempenho e do questionamento oral/escrito, fichas de trabalho, questionários.	
	Valores e Atitudes (2)	15%	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 em Educação Física previstas para o [7.º ano](#), [8.º ano](#) e [9.º ano](#);

(2) De acordo com as orientações existentes no AENG, comuns a 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 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 (JDC)	Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol
Ginástica	Solo, Aparelhos (Boque, Plinto, Minitrampolim, Trave)
Atletismo	Saltos, Corridas e Lançamentos
Raquetas	Badmínton, Ténis de Mesa
Dança	Danças Tradicionais, Danças Sociais
Patinagem	Patinagem Artística
Outras	Orientação, Luta

**Quadro 2 - Condições de classificação dos alunos 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 + 1 E
Matérias	1 Jogos ou 1 JDC + 1 Ginástica + 1 Atletismo/ Raquetas/ Patinagem/ Dança/outras	1 JDC + 1 Ginástica + 2 Atletismo/ Patinagem/Dança/ Raquetas/Outras	1 JDC + 1 Ginástica + 1 Dança + 2 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 [7.º ano](#), [8.º ano](#) e [9.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		
		Aptidão Muscular		Velocidade - Agilidade
		Força	Flexibilidade	
7.º ano	1 ZSAF	3 ZSAF		1 ZSAF
8.º ano	1 ZSAF	3 ZSAF		1 ZSAF
9.º ano	1 ZSAF	4 ZSAF		

Perfis de aprendizagem específica Aptidão Física	
Nível	7.º, 8.º e 9.º anos
1	1 teste na ZSAF
2	2 testes na ZSAF
3	3 testes ZSAF (1AA + 2ANM)
4	4 testes na ZSAF
5	5 testes ZSAF (1AA + 3AM + 1VA)

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

NÍVEL	Conhecimentos
7.º 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.
8.º 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.
9.º 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.

Perfis de aprendizagem específica Conhecimentos		
Nível	7.º, 8.º e 9.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 89	Bom
5	de 90 a 100	Muito Bom

Critérios de avaliação específicos aprovados pelo Conselho de Departamento de EF em outubro de 2024