

Secção Especializada de Educação Física – 2025/2026

Critérios de Avaliação

Ensino Básico e Secundário

Quadro I

DIMENSÃO/ PONDERAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA (PASEO)	DOMÍNIOS		DESCRITORES	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
CONHECIMENTOS 10%	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	Eficácia na aquisição do conhecimento.	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS E APTIDÃO FÍSICA	• Rotinas das aulas, condições de segurança e higiene. • Conhecimentos do universo das atividades físicas e da saúde. • Expressão oral e escrita. • Métodos de trabalho e estudo. • Tratamento de informação.	• Fichas de avaliação • Questões de aula • Questionários • Relatórios de atividades • Trabalho de grupo/projeto • Observação e registo em grelhas específicas • Fichas de auto e heteroavaliação • Bateria de testes do FITescola
		Eficácia na aquisição das capacidades essenciais	ÁREA DAS ATIVIDADE S FÍSICAS (25%)	• Jogos desportivos colectivos. • Modalidades individuais. • Modalidades de raquetas. • Atividades rítmicas expressivas. • Outras (orientação, jogos tradicionais, ...). • Autonomia. • Organização do trabalho.	
CAPACIDADES 50%	H - Sensibilidade estética e artística I - Saber científico, técnico e/ou tecnológico J - Consciência e domínio do corpo		ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA (25%)	• Capacidades motoras (aptidão neuromuscular e aptidão aeróbia), enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. • Autonomia. • Organização do trabalho.	
		Assiduidad e e Pontualidad e (5%)	• Cumprimento pelos deveres de assiduidade e pontualidade.		
		Responsabi lidade (5%)	• Apresentação do material necessário. • Responsabilização pelo cumprimento atempado das tarefas.		
		Participaçã o / Empenho nas atividades escolares (25%)	• Participação oportuna, adequada e de auto-superação. • Realização dos trabalhos propostos; • Progressão na aprendizagem. • Envolvimento em atividades fora da sala de aula, promovidas no âmbito das atividades letivas. - Participação em ações de envolvimento com a comunidade (voluntariado ou outras).		
ATITUDES 40%		Comportam ento (5%)	• Respeito por si próprio, pelos outros e pelo património escolar. • Interação comportamento com os colegas e com os professores.		

Na gestão dos conteúdos curriculares a abordar na disciplina de Educação Física são tidas em conta as *Aprendizagens Essenciais* ([ensino básico](#) e [ensino secundário](#)) dos respetivos anos de escolaridade e o [Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória](#) – PASEO.

No processo da avaliação dos/as alunos/as serão observados os critérios gerais de avaliação aprovados em reunião de Conselho Pedagógico para o corrente ano escolar. Assim, e de acordo com as orientações emanadas desse órgão, serão avaliadas as aprendizagens no âmbito das dimensões relativas aos conhecimentos, às capacidades e às atitudes, aplicando-se as ponderações (expressas em percentagem) que se indicam no Quadro I.

No domínio das atitudes, 2.º e 3.º ciclos do ensino básico cada indicador da dimensão das Atitudes tem 5 descritores. Para o ensino secundário, aplica-se uma escala contínua de zero a vinte, aos quais correspondem as classificações constantes do Quadro II.

Quadro II

<i>Pontualmente</i>	<i>Algumas vezes</i>	<i>Regularmente</i>	<i>Muitas vezes</i>	<i>Quase sempre</i>
<i>Nível 1</i>	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
<i>0 a 4 Valores</i>	5 a 9 Valores	10 a 13 Valores	14 a 17 Valores	18 a 20 Valores

A classificação atribuída em cada período letivo resulta da média ponderada. Uma vez que a avaliação é um processo sistemático e contínuo ao longo do ano letivo, a classificação a atribuir a cada aluno/a, no final de cada período, terá em conta o trabalho realizado desde o início do ano letivo, bem como a sua progressão.