AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
EDUARDO GAGEIRO

ANO LETIVO **2026 / 2027**
DISCIPLINA **EDUCAÇÃO FÍSICA**
3.º ciclo

Critérios de Avaliação

Domínios /temas das AE	Competências esperadas (nas AE)	ponderação /domínio	Competências do PA	Processos de recolha da informação /instrumentos de avaliação	Valoração dos instrumentos a utilizar
ATIVIDADES FÍSICAS	O aluno deve ficar capaz de: **SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS** - Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos 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. **SUBÁREA GINÁSTICA -** Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica , aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. **SUBÁREA ATLETISMO -** 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. **SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS** - Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança e/ou Danças Sociais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. **SUBÁREA OUTRAS -** Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro. Realizar Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton e Ténis de mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	55%	A - Linguagem e textos B - informação e comunicação C - Raciocínio e resolução de problemas D - Pensamento crítico e criativo E - Relacionamento interpessoal F - Desenvolvimento pessoql e autonomia G - Bem estar, saúde e ambiente H - Sensibilidade estética e artística I - Saber cientícico, técnico e tecnológico J - Consciência e domínio do corpo	- Exercícios práticos em aula - Exercícios formais de avaliação - Grelhas de registo avaliação observação direta	55%
APTIDÃO FÍSICA	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo.	20%		Bateria de testes FitEscola	20%
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. **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. **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.	5%		MOMENTOS DE FUNCIONAMENTO MULTIDISCIPLINAR E DAC - Observação do desempenho nas atividades recorrendo a grelhas de registo . Observação direta . Questionamento . Projeto de atividades/trabalhos . Relatórios de Atividades Fichas de avaliação	5% 5%
	DAC	5%			
ATITUDES	Cumprimento do Regulamento Interno e regras de convivência e cidadania; Faz-se acompanhar de material necessário para realizar a aula presencial; É assíduo e pontual; Cumpre as tarefas, normas e prazos propostos; É empenhado no seu processo de aprendizagem	15%		Observação direta na sala de aula; Grelhas de observação direta; Autoavaliação	5%

Sempre que um aluno apresente um atestado médico que referencie a impossibilidade permanente de participar normalmente nas atividades de ensino-aprendizagem da disciplina de Educação Física, será avaliado de acordo com os seguintes critérios:
- 70% para o Domínio dos Conhecimentos
- 30% para o Domínio das Atitudes.

Observações – O atestado médico temporário ou restritivo a certas atividades físicas "deve explicitar claramente as contraindicações da atividade física" (Lei nº 51/ 2012 de 5 de setembro, art.º 15º, nº 1)

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
EDUARDO GAGEIRO

ANO LETIVO **2026 / 2027**
DISCIPLINA **EDUCAÇÃO FÍSICA**
3.º ciclo

Níveis de desempenho

DOMÍNIOS	DESCRITORES ESPECÍFICOS DA DISCIPLINA				
	Menção				
	MUITO INSUFICIENTE	**INSUFICIENTE**	**SUFICIENTE**	**BOM**	**MUITO BOM**
	Nível				
	1	**2**	**3**	**4**	**5**
	Classificação				
	0 a 19%	**20 a 49%**	**50 a 69%**	**70 a 89%**	**90 a 100%**
ATIVIDADES FÍSICAS	O aluno não desenvolveu as aprendizagens essenciais necessárias definidas para o ano de escolaridade (7º ano < 2 I) (8º ano < 3 I) (9º ano < 4I)	O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das aprendizagens essenciais (7º ano 2 I) (8º ano 3 I) (9º ano 4I)	O aluno revela algumas dificuldades no desenvolvimento das aprendizagens essenciais (7º ano 3 I) (8º ano 4 I) (9º ano 5I)	O aluno revela um bom domínio no desenvolvimento das aprendizagens essenciais (7º ano 4I) (8º ano 5 I ou 4 I + 1 E) (9º ano 6 I ou 4 I + 2 E)	O aluno revela um domínio muito bom no desenvolvimento aprendizagens essenciais (7º ano 5 I ou 4 I + 1 E) (8º ano 6 I ou 4 I + 2 E) (9º ano 3 I + 3 E)
APTIDÃO FÍSICA	Bateria de testes FitEscola 1 teste na ZSAF	Bateria de testes FitEscola2 testes na ZSAF	Bateria de testes FitEscola3 testes ZSAF (1AA + 2ANM)	Bateria de testes FitEscola4 testes na ZSAF	Bateria de testes FitEscola 5 testes ZSAF (1AA + 3AM + 1VA)
CONHECIMENTOS	O aluno não relaciona Aptidão Física e Saúde. (7º ano - não identifica benefícios do exercício para a saúde) (8º ano - não identifica fatores associados a um estilo de vida saudável) (9º ano - não identifica nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente)	O aluno relaciona com dificuldades Aptidão Física e Saúde. (7º ano - identifica com dificuldades benefícios do exercício para a saúde) (8º ano - identifica com dificuldades fatores associados a um estilo de vida saudável) (9º ano - identifica com dificuldades nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente)	O aluno relaciona Aptidão Física e Saúde. (7º ano - identifica benefícios do exercício para a saúde) (8º ano - identifica fatores associados a um estilo de vida saudável) (9º ano - identifica nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente)	O aluno revela um bom domínio em relacionar Aptidão Física e Saúde. (7º ano - identifica bem os benefícios do exercício para a saúde) (8º ano - identifica bem fatores associados a um estilo de vida saudável) (9º ano - identifica bem nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente)	O aluno revela um muito bom domínio em relacionar Aptidão Física e Saúde. (7º ano - identifica muito bem os benefícios do exercício para a saúde) (8º ano - identifica muito bem fatores associados a um estilo de vida saudável) (9º ano - identifica muito bem nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente)