

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 2.º CICLO – 5.º ANO
Ano Letivo 2024/2025

Domínios	Ponderação por domínios	Aprendizagens específicas da disciplina	PASEO*	Processos de recolha de informação (instrumentos/produtos)
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	50%	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolve, interpreta, compõe, participa, coopera ou realiza as ações inerentes às várias subáreas das atividades físicas. 	B, C, D, E, F, G, H, I, J	<ul style="list-style-type: none"> Grelhas de observação/registo. Avaliação prática. Bateria FITescola. Participação oral. Fichas de avaliação/Trabalhos escritos/relatórios.
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	15%	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	B, C, D, E, F, G, H, I, J	
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	10%	<ul style="list-style-type: none"> Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Conhece e aplica os regulamentos das várias modalidades/disciplina. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	
DESENVOLVIMENTO PESSOAL/ RELACIONAMENTO INTERPESSOAL	25%	<ul style="list-style-type: none"> Participa nas tarefas propostas (aula/casa), empenhando-se para ultrapassar dificuldades. Adequa comportamentos, cumprindo normas e regras da sala/atividades da aula (pontualidade, material, organização e responsabilidade). Revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista (trabalho de grupo/pares). Realiza as tarefas de forma autónoma. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	

*PASEO – Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória

Os descritores do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória correspondem a combinações complexas de conhecimentos, capacidades e atitude, agregados em Áreas de Competências: 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; H – Sensibilidade estética e artística; I- saber científico e tecnológico; J- Consciência e domínio do corpo.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.1)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	<ul style="list-style-type: none"> • Não desenvolve as competências essenciais, de nível introdução em três matérias, de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve insuficientemente as competências essenciais, de nível introdução em três matérias, de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve suficientemente as competências essenciais, de nível introdução, em três matérias, de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve bem as competências essenciais, de nível introdução, em três matérias de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve muito bem as competências essenciais, de nível introdução em três matérias, de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos (JDC), Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) e Outras.
	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Jogos: Não participa em jogos, não ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, nem realiza habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais com oportunidade e correção de movimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Jogos: Participa insuficientemente em jogos, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando insuficientemente habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais com oportunidade e correção de movimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Jogos: Participa suficientemente em jogos, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando suficientemente habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Jogos: Participa bem em jogos, ajustando bem a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando bem as habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea Jogos: Participa muito bem em jogos, ajustando muito bem a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando muito bem habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.
	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC: Não coopera com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, não desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, podendo não aplicar a ética do jogo e as suas regras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC: Cooperar insuficientemente com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, desempenhando com insuficiente oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando insuficientemente a ética do jogo e as suas regras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC: Cooperar suficientemente com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, desempenhando com suficiente oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando suficientemente a ética do jogo e as suas regras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC: Cooperar bem com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, desempenhando com boa oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando bem a ética do jogo e as suas regras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subárea JDC: Cooperar muito bem com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, desempenhando com muito boa oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando muito bem a ética do jogo e as suas regras.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.2)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (continuação)	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Ginástica: Não compõe nem realiza as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, não aplicando os critérios de correção técnica e expressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Ginástica: Compõe e realiza insuficientemente as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando insuficientemente os critérios de correção técnica e expressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Ginástica: Compõe e realiza suficientemente as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando suficientemente os critérios de correção técnica e expressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Ginástica: Compõe e realiza bem as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando bem os critérios de correção técnica e expressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Ginástica: Compõe e realiza muito bem as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando muito bem os critérios de correção técnica e expressão.
	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo: Não realiza saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e não cumpre corretamente as exigências elementares, técnicas e regulamentares. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo: Realiza insuficientemente saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e cumpre mas de forma incorreta as exigências elementares, técnicas e regulamentares. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo: Realiza suficientemente saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e cumpre suficientemente as exigências elementares, técnicas e regulamentares. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo: Realiza bem saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e cumpre bem as exigências elementares, técnicas e regulamentares. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea Atletismo: Realiza muito bem saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e cumpre muito bem as exigências elementares, técnicas e regulamentares.
	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE: Não interpreta seqüências de habilidades específicas elementares em coreografias individuais e ou em grupo, não aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE: Interpreta insuficientemente seqüências de habilidades específicas elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando insuficientemente os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE: Interpreta suficientemente seqüências de habilidades específicas elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando suficientemente os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE: Interpreta bem seqüências de habilidades específicas elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando bem os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. 	<ul style="list-style-type: none"> Subárea ARE: Interpreta muito bem seqüências de habilidades específicas elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando muito bem os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.3)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> • Não desenvolve as capacidades motoras nem evidencia aptidão muscular e aeróbia, não se enquadrando na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve insuficientemente as capacidades motoras e evidencia insuficiente aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve suficientemente as capacidades motoras, evidenciando suficiente aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve bem as capacidades motoras evidenciando boa aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve muito bem as capacidades motoras evidenciando muito boa aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> • Não identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. • Não conhece nem aplica, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica insuficientemente as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. • Conhece e aplica insuficientemente, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica suficientemente as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. • Conhece e aplica suficientemente, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica bem as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. • Conhece e aplica bem, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica muito bem as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. • Conhece e aplica muito bem, como praticante e/ou árbitro, os regulamentos específicos de cada modalidade.

PERFIS DE DESEMPENHO (pág.4)

Níveis Domínios	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
DESENVOLVIMENTO PESSOAL/ RELACIONAMENTO INTERPESSOAL	<ul style="list-style-type: none"> • Não participa nas tarefas propostas e não se empenha para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente participa nas tarefas propostas e raramente se empenha para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa com alguma regularidade nas tarefas propostas, revelando algum empenho para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa frequentemente nas tarefas propostas, revelando empenho para ultrapassar dificuldades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa sempre nas tarefas propostas, revelando muito empenho, aspirando ao trabalho bem feito.
	<ul style="list-style-type: none"> • Não adequa comportamentos nem cumpre normas e regras estabelecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente adequa comportamentos e raramente cumpre normas e regras estabelecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nem sempre adequa comportamentos e nem sempre cumpre normas e regras estabelecidas de forma satisfatória. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adequa comportamentos, cumprindo quase sempre as normas e regras estabelecidas, assumindo uma atitude responsável. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adequa comportamentos, cumprindo sempre normas e regras estabelecidas, assumindo uma atitude proativa e responsável.
	<ul style="list-style-type: none"> • Não revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela algumas vezes atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela muitas vezes atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela sempre atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista.
	<ul style="list-style-type: none"> • Não manifesta autonomia na realização das tarefas, recusando qualquer tipo de apoio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raramente manifesta autonomia na realização das tarefas, necessitando de apoio frequente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza as tarefas com alguma autonomia, tomando a iniciativa de solicitar apoio quando necessita. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza as tarefas de forma autónoma. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza as tarefas de forma autónoma, intervindo e resolvendo problemas.