

ANO LETIVO 2025-2026

“Os critérios estão adequados aos três tipos de ensino: regime presencial, misto e à distância”

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA CURSO DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

COMPETÊNCIAS	DOMÍNIOS	MÓDULOS	PONDERAÇÃO	ACPA	ESTRATÉGIAS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	CONCETUAL E PROCEDIMENTAL	A1	70%	- Prestação motora.	- Fichas de registo de exercícios das modalidades inseridas nas matérias a avaliar (avaliação diagnóstico, formativa e sumativa); - Registo das capacidades motoras avaliadas em fichas; - Transposição dos resultados para a plataforma do FITESCOLA; - Testes escritos; - Trabalho individual ou de grupo; - Fichas de trabalho; - Ficha de avaliação de trabalho individual ou de grupo; - Participação oral; - Questionamento online; - Cidadania e Desenvolvimento; - DACS; - Ficha de registo diária; - Rubricas; - Observação direta.
		A2			
		A3			
		B		- Ser apto fisicamente de acordo com a bateria de testes do programa nacional - FITESCOLA.	
		C1		- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem;	
CAPACIDADES E ATITUDES	ATTITUDINAL	C2	15%	- Identificar e caracterizar os elementos técnicos e táticos das modalidades;	
				- Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades;	
				- Identificar as capacidades motoras do indivíduo;	
CAPACIDADES E ATITUDES	ATTITUDINAL	PARTICIPAÇÃO E EMPENHO D1	15%	- Conhecer e exemplificar métodos para o desenvolvimento das diferentes capacidades motoras.	
		DISCIPLINA E PONTUALIDADE D2	15%	- Participação nas atividades;	
				- Empenho nas atividades;	
				- Perseverança;	
				- Cooperação;	
				- Solidariedade.	
				- Regras;	
				- Pontualidade;	
				- Autonomia;	
				- Respeito.	

MÓDULOS

A1 Jogos Desportos Coletivos:	A2 Ginástica:	A3 Outras Atividades Físicas Desportivas:	B Aptidão Física	C1 Conhecimentos sobre o Desenvolvimento da Condição Física	C2 Conhecimento sobre o Contexto onde se Realizam as Atividades Físicas
- Futsal	- Solo	- Badminton	- Resistência		
- Voleibol	- Aparelhos		- Força		
- Andebol	- Acrobática		- Velocidade		
- Basquetebol			- Flexibilidade		
			- Destreza Geral		
	Atletismo:				
	- Corridas				
	- Saltos				
	- Lançamentos				

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO					
COMPETÊNCIAS	DOMÍNIOS	MÓDULOS	PONDERAÇÃO	ACPA	ESTRATÉGIAS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	CONCETUAL E PROCEDIMENTAL	C1	70%	- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem; - Identificar e caracterizar os elementos técnicos e táticos das modalidades; - Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades; - Identificar as capacidades motoras do indivíduo; - Conhecer e exemplificar métodos para o desenvolvimento das diferentes capacidades motoras.	- Testes escritos; - Trabalho individual ou de grupo; - Fichas de trabalho; - Ficha de avaliação de trabalho individual ou de grupo;
		C2			
CAPACIDADES E ATITUDES	ATTITUDINAL	PARTICIPAÇÃO E EMPENHO D1	10%	- Participação nas atividades; - Empenho nas atividades; - Perseverança; - Cooperação; - Solidariedade.	- Participação oral; - Questionamento online; - Ficha de registo diária; - Relatórios; - Cidadania e Desenvolvimento; - DACS; - Rubricas; - Observação direta.
		DISCIPLINA E PONTUALIDADE D2	10%	- Regras; - Pontualidade; - Autonomia; - Respeito.	
		APOIO À AULA D3	10%	- Informação; - Comunicação; - Cooperação; - Solidariedade; - Empenho nas tarefas.	

PERFIL DO ALUNO NO FINAL DO CURSO DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

- Participa empenhadamente nas atividades da aula;
- Apresenta aptidão física nas capacidades motoras avaliadas atendendo ao seu escalão etário;
- Cumpre as habilidades motoras, obtendo como média final o nível 3 (50%);
- Elabora trabalhos de grupo e/ou realiza testes demonstrando conhecimentos relativos à aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e de interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas;
- Demonstra sentido de responsabilidade: regras, autonomia e perseverança;
- Demonstra competências sociais: cooperação e respeito;
- É Pontual.

A - GRELHA DE AVALIAÇÃO DA PRESTAÇÃO MOTORA:

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO	PERCENTAGEM	NOMENCLATURA
1	Não executa, ou executa sempre de forma incorreta e desadequada em relação à matéria de ensino os exercícios e/ou ações motoras. As suas prestações são sempre muito baixas;	0-19	REDUZIDO
2	Executa quase sempre incorretamente os exercícios e/ou ações motoras;	20-49	NÃO SATISFAZ
3	Executa corretamente os exercícios e/ou as ações motoras revelando, no entanto, algumas dificuldades;	50-69	SATISFAZ
4	Executa corretamente os exercícios e /ou as ações motoras;	70-89	SATISFAZ BEM
5	Executa corretamente e com mestria os exercícios e /ou as ações motoras revelando autonomia e domínio nas tarefas sendo a sua prestação ótima.	90-100	EXCELENTE

B - GRELHA DE AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA:

Bateria de Testes de Aptidão Física avaliados em Zona Saudável e Zona Não Saudável.

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno não tem seis ou mais resultados dos TCF dentro da Zona Saudável.
2	O aluno não tem quatro ou cinco resultados dos TCF dentro da Zona Saudável ou a resistência e os abdominais encontram-se fora da ZSAF.
3	O aluno tem dois resultados dos TCF fora da Zona Saudável, desde que não seja em simultâneo o da resistência e o dos abdominais
4	O aluno não tem um resultado dos TCF dentro da Zona Saudável.
5	O aluno tem todos os resultados dos TCF dentro da Zona Saudável.

Nota: um teste dentro do perfil atlético elimina um teste fora da Zona Saudável, desde que não seja o da resistência ou o dos abdominais.

BATERIA - FITESCOLA**TESTES A AVALIAR**

IMC (Não Classificado)

VAI-VEM

FLEXIBILIDADE DOS OMBROS

SENTA E ALCANÇA

FLEXÕES/EXTENSÕES DE BRAÇOS

ABDOMINAIS

IMPULSÃO HORIZONTAL

VELOCIDADE

AGILIDADE

C - GRELHA DE AVALIAÇÃO DOS TESTES ESCRITOS OU FICHAS:

NÍVEIS	PERCENTAGEM	NOMENCLATURA
1	0-19	REDUZIDO
2	20-49	NÃO SATISFAZ
3	50-69	SATISFAZ
4	70-89	SATISFAZ BEM
5	90-100	EXCELENTE

GRELHA DE AVALIAÇÃO DOS TRABALHOS INDIVIDUAIS OU DE GRUPO

PARÂMETROS A AVALIAR	PERCENTAGEM
Estrutura	20%
Conteúdos	40%
Linguagem	20%
Apresentação	20%
TOTAL	100%
Cada dia de atraso na entrega do trabalho desconta	10%

D1 - AVALIAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO E EMPENHO NAS ATIVIDADES:

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno não demonstra empenho ou frequentemente apresenta-se sem material.
2	O aluno é pouco empenhado ou apresenta-se, várias vezes, sem material.
3	O aluno é suficientemente empenhado ou, por vezes, não se apresenta com o material.
4	O aluno é bastante empenhado e apresenta-se quase sempre com o material.
5	O aluno é muito empenhado e apresenta-se sempre com o material.

NÃO REALIZAÇÃO INJUSTIFICADA DE AULAS POR FALTA DE MATERIAL	
NÍVEIS	OCORRÊNCIAS
1	> 7
2	6 – 7
3	4 – 5
4	2 – 3
5	0 – 1

D2 - GRELHA DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA E PONTUALIDADE:

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno não é disciplinado ou raramente é pontual.
2	O aluno é pouco disciplinado ou, muitas vezes, não é pontual.
3	O aluno é suficientemente disciplinado ou, por vezes, não é pontual.
4	O aluno é bastante disciplinado e quase sempre pontual.
5	O aluno é disciplinado e sempre pontual.

FALTA DE PONTUALIDADE	
NÍVEIS	OCORRÊNCIAS POR PERÍODO
1	> 7
2	6 – 7
3	4 – 5
4	2 – 3
5	0 – 1

Nota: A falta de pontualidade decorre de um atraso superior a 5 minutos e inferior a 10 minutos. Caso o atraso seja superior a 10 minutos, será assinalada falta de presença. Em qualquer caso, independentemente da hora de chegada do aluno, ser-lhe-á permitida a participação na aula.

D3 - GRELHA DE AVALIAÇÃO DO APOIO À AULA:

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno não realiza o apoio
2	O aluno realiza pouco apoio.
3	O aluno realiza o apoio suficientemente.
4	O aluno realiza bastante apoio.
5	O aluno realiza muito apoio.

PENALIZAÇÃO POR NÃO CUMPRIMENTO DAS TAREFAS	
NÍVEIS	OCORRÊNCIAS
0	0-2
1	3-4
2	5-7
3	8-11
4	>=12