



Ano Letivo 2025/ 2026

Grupo de Recrutamento de Educação Física
Referências De Avaliação

CrITÉrios gerais de avaliação do agrupamento:	• Resolução de problemas; • Comunicação; • Conhecimento; • Criatividade; • Relacionamento Interpessoal; • Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; • Pesquisa e Tratamento da Informação.
--	---

Anos de escolaridade: 10º, 11º e 12º
Disciplina: Educação Física

Domínios ou Temas ou Conteúdos das Aprendizagens Essenciais	Domínios de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha diversificados
CONHECIMENTOS	• Relacionar a Aptidão Física e Saúde; • Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física.	20%	- Registo de observação: intervenções orais e escritas;
ATIVIDADES FÍSICAS	Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol); Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos); Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais); Atletismo, Patinagem, Raquetes e Outras.	20% + 50% (alunos c/atestado médico)	- Trabalho individual ou de grupo;
APTIDÃO FÍSICA	- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas particularmente da resistência, da força, da flexibilidade e da velocidade (Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®);	50%	- Fichas/testes de avaliação;
		15%	- Auto avaliação.
			- Registo de observação: * Exercícios critério; * Situação de jogo; * Nível de progressão;
			- Auto avaliação.
			- Testes do Fitescola;
			- Nível de progressão;
			- Ficha de registo intermédia;
			- Auto avaliação.



	Relacionamento interpessoal (RI): • Cooperação, entreaajuda e respeito pelos outros; • Participação, autonomia e desenvolvimento pessoal.	15% 30% (alunos c/atestado médico)	- Registo de participação; - Registo de empenho; - Registo de tarefas solicitadas.
--	--	--	--

DESCRITORES DE DESEMPENHO

ÁREAS DE COMPETÊNCIAS PASEO / DOMÍNIOS DO CURRÍCULO		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	NÍVEIS DE DESEMPENHO					
			Muito Bom (18 a 20)		Bom (14 a 17)	Suficiente (10 a 13)	Insuficiente (5 a 9)	Insuficiente (0 a 4)
CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	<u>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</u> (consciência e domínio do corpo)	- Desempenho técnico e tático; - Aplicação do regulamento das modalidades; - Resolução de problemas;	10º ano	O aluno atinge na totalidade: 3I + 3E	O aluno atinge na totalidade: 4I+2E	O aluno atinge na totalidade: 5I+1E	O aluno não atinge em todas as matérias as capacidades e conhecimentos expressos no nível introdutório	O aluno não executa ou não atinge os níveis mínimos das capacidades e conhecimentos expressos no nível introdutório
		11º/12º anos	O aluno atinge na totalidade: 2I + 4E	O aluno atinge na totalidade: 3I+3E	O aluno atinge na totalidade: 4I+2E			
	<u>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</u> (bem-estar, saúde e ambiente)	- Aptidão muscular - Aptidão aeróbia	O aluno atinge a ZSAF nos 6 testes (1 a 3 no Perfil Atlético)		O aluno atinge a ZSAF em 5 ou 6 testes	O aluno atinge a ZSAF em 3 ou 4 testes	O aluno atinge a ZSAF em 1 ou 2 testes	O aluno não participa ou não atinge a ZSAF em nenhum teste
		- Comunicação - Criatividade - Pesquisa e Tratamento da Informação	O aluno apresenta sempre (90% – 100%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área		O aluno apresenta a maioria (70% – 89%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área	O aluno apresenta algumas vezes (50% - 69%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área	O aluno apresenta com pouca frequência (20% - 49%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área	O aluno raramente ou nunca apresenta (0 – 19%) os conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área
	<u>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</u>							
<u>RELACIONAMENTO INTERPESSOAL / DESENVOLVIMENTO PESSOAL E AUTONOMIA</u>		-Participação e empenho - Cooperação, entreajuda e respeito pelos outros	O aluno participa sempre em equipa em todos os contextos de cooperação e entreajuda, empenhando-se com responsabilidade e respeito pelos colegas e professor		O aluno participa com muita frequência em equipa em todos os contextos de cooperação e entreajuda, empenhando-se com responsabilidade e respeito pelos colegas e professor	O aluno participa com alguma frequência em equipa nos contextos de cooperação e entreajuda, empenhando-se com responsabilidade e respeito pelos colegas e professor	O aluno participa com pouca frequência em equipa nos contextos de cooperação e entreajuda, empenhando-se com pouca responsabilidade e respeito pelos colegas e professor	O aluno raramente ou nunca participa em equipa em contextos de cooperação, entreajuda e respeito pelos colegas e professor

Nota: A classificação a atribuir em cada nível de desempenho resulta da progressão do aluno, no somatório de cada critério de avaliação, observado pelo professor no decorrer das aulas para conseguir atingir os níveis definidos. Ratificado em reunião do grupo de recrutamento no dia 3 de Setembro de 2025.