

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO - 3º CICLO – ENSINO BÁSICO									2025/2026
DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES				EDUCAÇÃO FÍSICA			7º Ano – ATESTADO MÉDICO		
Domínios	Ponderaç	Critérios	PASEO (Descritores)	Descritores ou Níveis de Desempenho / Padrões					Instrumentos de Avaliação
				Insuficiente (0 a 19) – Nível 1	Insuficiente (20 a 49) - Nível 2	Suficiente (50 a 69) – Nível 3	Bom (70 a 89) – Nível 4	Muito Bom (90 a 100) – Nível 5	
Área da Aptidão Física (Colaboração na Aula + Desempenho na Aula)	30% (20% + 10%)	Resistência	Participativo / Colaborador / Cooperante / Responsável / Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J) Respeitador da diferença (E, F, H, J) Cuidador de si e do outro (E, F, G, J) Auto avaliador / Hétero avaliador (D, F).	O aluno não colabora com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos nem na organização dos testes do FITescola. Não revela autonomia e não coopera com os colegas.	O aluno colabora pouco com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos e na organização dos testes do FITescola. Revela pouca autonomia e coopera pouco com os colegas.	O aluno colabora, algumas vezes, com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos e na organização dos testes do FITescola. Revela alguma autonomia e alguma cooperação com os colegas	O aluno colabora com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos e na organização dos testes do FITescola. Revela autonomia e coopera com os colegas, de forma segura e responsável	O aluno colabora sempre com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos e na organização dos testes do FITescola. Revela autonomia e coopera com os colegas, de forma segura e responsável	Registo do desempenho na aula. . Avaliações práticas. . Bateria de testes FITescola (colabora). . Observação direta e contínua. . Ficha de registo de ocorrências. . Relatório da aula (folha ou Microsoft Teams). . Auto e hétero avaliação.
		Força							
		Velocidade							
		Flexibilidade							
		Destreza Geral							

Área das Atividades Físicas (Colaboração na aula + Desempenho na Aula)		30% (20% + 10%)									
	Jogos Desportivos Coletivos	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)	O aluno não colabora com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos.	O aluno colabora poucas vezes com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos.	O aluno colabora algumas vezes com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos.	O aluno colabora com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos.	O aluno colabora sempre, e de forma autónoma, com os colegas e com o professor na logística de organização dos exercícios propostos.				
	Futebol										
	Basquetebol										
	Ginástica no Solo										
	Atletismo	Indagador / Investigador / Sistematizador / Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)	Não realiza o controle de tempo em situações de jogo e não cumpre nem faz cumprir regras de arbitragem (quando solicitado).	Realiza, poucas vezes, o controle de tempo em situações de jogo e nem sempre cumpre nem faz cumprir regras de arbitragem (quando solicitado).	Realiza, por vezes, o controle de tempo em situações de jogo e cumpre e faz cumprir regras de arbitragem (quando solicitado).	Realiza, sempre que necessário, o controle de tempo em situações de jogo e cumpre e faz cumprir regras de arbitragem (quando solicitado).	Realiza, sempre que necessário, o controle de tempo em situações de jogo e cumpre e faz cumprir regras de arbitragem (quando solicitado).				
Natação	Respeitador da diferença (E, F, H, J)	Cuidador de si e do outro (E, F, G, J)	Não revela autonomia e não coopera com os colegas.	Revela alguma autonomia e coopera com os colegas, de forma segura e responsável.	Revela autonomia e coopera com os colegas, de forma segura e responsável.	Revela muita autonomia e coopera com os colegas, de forma segura e responsável.					
		Participativo / Colaborador / Cooperante / Responsável / Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)		Revela pouca autonomia e coopera pouco com os colegas.							
		Auto avaliador / Hétero avaliador (D, F).									

- Trabalho Desenvolvido na Aula / Colaboração na Aula: engloba a organização de material / arbitragem/ relatórios de análise de atividade / outros.
- Desempenho na aula: engloba os parâmetros referentes à Assiduidade, Pontualidade, Respeito Cívico, Cooperação e Participação.