

Critérios Específicos de Avaliação

Educação Física – 7º, 8º e 9º Anos

Ano letivo: 2026/2027

Atitudes / Comportamentos	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
- Ser assíduo e pontual. - Trazer o equipamento necessário. - Relacionar-se com cordialidade e respeito com professor, auxiliares de educação e colegas (quer no papel de parceiros quer no de adversários). - Aceitar o apoio dos companheiros, bem como as opções e dificuldades dos outros. - Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização. - Assumir a responsabilidade das suas ações. - Empenhar-se nas aprendizagens.	■ Observação direta.	20%
Atividades Físicas	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
- SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), 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 (Solo, Acrobática e Aparelhos): Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, 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 PATINAGEM: - Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança. - SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (Dança): Interpretar sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais, pares e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. - OUTRAS (Jogos de Raquetes): Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton e/ ou Ténis de Mesa) ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	• Observação direta de situações práticas de avaliação: - Situações de exercício; - Percursos; - Circuitos; - Jogo condicionado; - Jogo formal; - Coreografias.	50%

Aptidão Física	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
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.	- Observação direta de situações práticas de avaliação: - Situações de prova.	15%
Conhecimentos	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
- 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.	- Testes de avaliação. - Questionamento oral. - Relatórios. - Trabalhos escritos. - Trabalho de projeto.	15%

PERFIL DOS ALUNOS		
Áreas de Competências		Valores
A – Linguagem 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, técnico e tecnológico J – Consciência e domínio do corpo	- Liberdade - Responsabilidade e integridade - Cidadania e participação - Excelência e exigência - Curiosidade, reflexão e inovação

* Os critérios de avaliação estão de acordo com as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do Ensino Básico e foram elaborados em articulação com as Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA).

As atividades desenvolvidas nos DAC no âmbito da disciplina são consideradas na avaliação da disciplina.

SITUAÇÕES EXCECIONAIS DE AVALIAÇÃO

Na avaliação de alunos que por impedimentos de saúde, devidamente comprovados por atestado médico (que deverá contemplar qual o tipo de impedimento de prática tem cada caso), não possibilitam a realização da prática da aula de Educação Física, serão excluídas as áreas das Atividades Físicas e da Aptidão Física, resultando a avaliação das seguintes ponderações:

Atitudes/Comportamentos - 30%;

Conhecimentos - 70%.