

Critérios de Avaliação Educação Física

**Grupo Disciplinar de Educação Física
2025/2026**



Índice

1. Introdução	3
2. Tipos de Avaliação	4
3. Avaliação dos Alunos	6
4. Classificação Final	10
5. Normas de referência na área das atividades física.....	16
Área A - Atividades Físicas (Matérias) - 2º e 3º Ciclos.....	16
Área A - Atividades Físicas (Matérias) – Secundário	17
6. Alunos com Atestado Médico	18
Enquadramento legal	18
Tarefas a Desenvolver	19
Classificação	20
7. Avaliação de Alunos com Frequência Normal em Cursos Profissionais.....	21
Elenco modular dos cursos profissionais (3 anos).....	21
8. Curso Profissional de Técnico de apoio à Gestão Desportiva	24
Instrumentos de Avaliação.....	24

1. Introdução

Na procura da qualidade do sucesso escolar, torna-se evidente o papel essencial desempenhado pelas estruturas e estratégias avaliativas dirigidas à esfera escolar, assumindo a avaliação como elemento fundamental para a sustentação e capacitação das escolas, dos seus atores no prosseguimento do trabalho educativo. Tal como refere Paulo Pais (2002)¹, “A qualidade da avaliação das aprendizagens realizada ao nível da escola é um dos mais poderosos instrumentos que o professor e os alunos dispõem para melhorar o ensino e a aprendizagem” (p.11). Das caraterísticas e necessidades dos contextos pedagógicos atuais, decorre a necessidade de “intervir pedagogicamente de forma diferenciada e com sentido pedagógico e social” (Fernandes, 2020)². Pretende-se implementar uma cultura de avaliação para as aprendizagens, dial tica, significativa, contínua, que acompanhe, regule e oriente os processos de ensino e de aprendizagem, nos diferentes níveis de ensino, definindo trajetórias de aprendizagem.

Indissociável dos processos de ensino e de aprendizagem, a avaliação assume um papel crucial na (auto) regulação das aprendizagens. A avaliação para as aprendizagens assume-se, nos contextos educativos, como um desafio complexo, tão criterioso quanto diversificado, para que possa constituir-se como uma prática social, implicando e atendendo à heterogeneidade que faz parte da natureza da Escola. Tal como refere Filomena Araújo, da Faculdade de Motricidade Humana de Lisboa,

“a qualidade da avaliação deve ser observada, hoje, nos efeitos que produz na aprendizagem e na sua regulação. (...) Tem de providenciar informação contínua a alunos e professores sobre os novos passos na aprendizagem, de como fazer mais e melhor. (...) Tem de se tornar uma verdadeira ferramenta para a aprendizagem e envolver os alunos no processo, tornando-os aprendentes conscientes e aut nomos” (Araújo, 2017, p.120)³.

¹ Pais, P. (2002). Prefácio. In J. Méndez, *Avaliar para conhecer, examinar para excluir*. Edições Asa.

² Fernandes, D. (2020). *Para a conceção e elaboração do projeto de intervenção no âmbito do projeto MAIA*. Instituto de Educação – Universidade de Lisboa.

³ Araújo, F. (2017). Educação física escolar: Referenciais para o ensino de qualidade. In R. Catunda e A. Marques (Orgs), *A avaliação das aprendizagens em Educação Física*, pp.495-500. Casa da Educação Física.

A partir desta linha, devemos encarar a avaliação como um valor que deve exigir de nós professores um trabalho sério de cooperação e de COMPROMISSO, a fim de se decidir quais são os objetivos, as intenções e os propósitos que se querem colocar aos alunos.

*“Os **cr terios de avaliação** estabelecidos pelo Grupo disciplinar de Educação Física e pelo professor permitirão determinar concretamente esse grau de sucesso. Os cr terios de avaliação constituem, portanto, regras de qualificação da participação dos alunos nas atividades selecionadas para a realização dos objetivos e do seu desempenho nas situações de prova, expressamente organizadas pelo professor para a demonstração das qualidades visadas. Neste processo de construção do sistema de avaliação cabe à  rea Disciplinar de Educação Física definir claramente quando se considera que o aluno está apto a aprender um nível mais exigente do programa, isto é, explicitar os cr terios que permitirão interpretar o modo de participação dos alunos nas atividades, e concluir que o aluno cumpre determinada etapa da aprendizagem de uma dada matéria (por exemplo, está apto a aprender o Nível Elementar do Andebol)”* In Programas Nacionais de Educação Física (2001, p.34). As aprendizagens essenciais do 2  ciclo, do 3.  ciclo e do ensino secundário, conjuntamente com os Programas Nacionais de Educação Física, constituem o bloco estratégico da proposta curricular de Educação Física (DGE).

2. Tipos de Avaliação

No que se refere à especificidade da disciplina, a avaliação é o resultado exposto dos objetivos de ciclo e de ano, nos quais se encontram determinados e claramente estipulados os aspetos a ter em consideração quando da observação dos alunos.

Os objetivos especificam as qualidades que permitem ao professor interpretar os resultados provenientes da observação dos seus alunos, apreciando as características evidenciadas, e catalogando-as de acordo com os cr terios de avaliação. O reconhecimento do sucesso é representado pelo domínio/demonstração de um conjunto de competências que decorrem dos objetivos gerais.

Avaliação	Diagnóstica	Formativa	Sumativa
	Pretende averiguar o nível do aluno face a aprendizagens anteriores que lhe vão servir de base, no sentido de identificar grupos de nível dentro da turma, estabelecendo de forma adequada os objetivos intermédios e terminais (plano de turma).	A avaliação formativa assume carácter contínuo e sistemático, ao serviço das aprendizagens, recorrendo a uma variedade de procedimentos, técnicas e instrumentos de recolha de informação, adequados à diversidade das aprendizagens, aos destinatários e às circunstâncias em que ocorrem. A informação recolhida com finalidade formativa fundamenta a definição de estratégias de diferenciação pedagógica, de superação de eventuais dificuldades dos alunos, de facilitação da sua integração escolar e de apoio à orientação escolar e vocacional, permitindo (...) obter informação sobre o desenvolvimento do ensino e da aprendizagem, com vista ao ajustamento de processos e estratégias.	Pretende classificar o aluno de acordo com o nível evidenciado pelo mesmo no final de cada período letivo, a partir dos resultados obtidos nos vários momentos de avaliação formativa.
Momentos de Realização	Primeiras 6 semanas do ano letivo	Durante e no final de cada etapa de ensino	Final de cada período letivo

O grau de desenvolvimento do aluno na disciplina de EF corresponde à qualidade revelada na interpretação prática dessas competências em situações previamente estabelecidas e inscritas na própria definição dos objetivos.

Os Objetivos Específicos, por ano, apresentam para cada matéria seis níveis de especificação e prestação: **Parte de Introdução (PI)** Introdução (I), **Parte de Elementar (PE)**, **Elementar (E)**, **Parte de Avançado (PA)** e **Avançado (A)**. Cada um destes níveis traduz um certo grau de competência prática na interpretação dos

conteúdos dessa matéria. O professor pode situar (avaliar) o aluno em cada um dos três níveis em que se diferencia o tratamento da matéria e organizar as suas decisões pedagógicas e didáticas tendo como base este conhecimento. Garantindo o ecletismo (nenhuma das áreas consideradas na Educação Física está excl ida) pode verificar-se que para o aluno ter sucesso não necessita de demonstrar domínio em todas as matérias nucleares do programa, nem ao mesmo nível específico (PI, I, PE, E, PA ou A). Também os pontos fortes de cada aluno poderão ser devidamente considerados e valorizados. Dois alunos podem alcançar o mesmo grau de sucesso, demonstrando domínio em matérias diferentes e, eventualmente, em categorias diferentes, desde que cumpram as regras constantes nas Normas de Referência.

3. Avaliação dos Alunos

Tendo por base que as normas de referência para o sucesso da disciplina devem considerar subáreas, constantes nas Aprendizagens Essenciais de Educação Física (AEEF) que se constituem em um conjunto de documentos curriculares que têm como objetivo o desenvolvimento das competências inscritas no Perfil dos Alunos   Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO) em toda a sua extensão, as AEEF orientam-se para a concretização deste Perfil, considerando a especificidade da disciplina e a exclusividade do seu contributo, em particular (mas não unicamente) no que se refere às áreas de competência de Comunicação; Pensamento Crítico e Criativo; Autorregulação; Responsabilidade; Participação, Cooperação e Relacionamento.

Áreas de avaliação (5ºano)
<p>Atividades Físicas Para a avaliação, são consideradas as 3 melhores matérias do aluno dentro das diferentes subáreas.</p> <p>Subárea: SUBÁREA JOGOS (Pré desportivos) SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo e aparelhos) SUBÁREA RAQUETAS SUBÁREA ATLETISMO (Saltos, Corridas e Lançamentos) SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS: Danças SUBÁREA PATINAGEM SUBÁREA OUTRAS</p>
<p>Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física O aluno desenvolve as competências essenciais para o 5º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias de diferentes subáreas.</p>
<p>Aptidão Física (Apto) O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (Referência à Zona Saudável FITescola)</p>
<p>Conhecimentos (Apto) Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>
<p>PASEO (Apto) O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)</p>

Áreas de avaliação (6º ano)
<p>Atividades Físicas Para a avaliação, são consideradas as 4 melhores matérias do aluno dentro das seguintes subáreas, sendo consideradas obrigatoriamente 1 matéria da subárea JDC, 1 matéria da subárea GINÁSTICA, 2 matérias da subárea ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE) e OUTRAS.</p> <p>Subárea: SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo e aparelhos) SUBÁREA RAQUETAS SUBÁREA ATLETISMO (Saltos, Corridas e Lançamentos) SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS: Danças SUBÁREA PATINAGEM SUBÁREA OUTRAS</p>
<p>Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física O aluno desenvolve as competências essenciais para o 6º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias.</p>
<p>Aptidão Física (Apto) O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (Referência à Zona Saudável FITescola)</p>
<p>Conhecimentos (Apto) Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</p>
<p>PASEO (Apto) O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)</p>

Áreas de avaliação (7ºano)	Áreas de avaliação (8ºano)	Áreas de avaliação (9ºano)
Atividades Físicas Para a avaliação, são consideradas as 5 melhores matérias do aluno dentro das seguintes subáreas, sendo consideradas obrigatoriamente 1 matéria da subárea JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC), 1 matéria da SUBÁREA GINÁSTICA e 3 matérias das subáreas ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE) e OUTRAS.	Atividades Físicas Para a avaliação, são consideradas as 6 melhores matérias do aluno dentro das seguintes subáreas, sendo consideradas obrigatoriamente 1 matéria da subárea JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC), 1 matéria da SUBÁREA GINÁSTICA e 4 matérias das subáreas ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE) e OUTRAS.	Atividades Físicas Para a avaliação, são consideradas as 6 melhores matérias do aluno dentro das seguintes subáreas, sendo consideradas obrigatoriamente 2 matérias da SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC), 1 matéria da SUBÁREA GINÁSTICA, 1 matéria da SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE) 2 matérias das SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS E OUTRAS.
Subáreas SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA: GINÁSTICA (solo, aparelhos e acrobática) SUBÁREA: ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS e OUTRAS	Subáreas SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo, aparelhos e acrobática) SUBÁREA ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS e OUTRAS	Subáreas SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo, aparelhos e acrobática) SUBÁREA ARE: Dança, Dança tradicionais, Danças sociais SUBÁREA ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS E OUTRAS.
Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias.	Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física O aluno desenvolve as competências essenciais para o 8º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias.	Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR em 1 matéria.
Aptidão Física (Apto) O aluno deve ficar capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa FITescola	Aptidão Física (Apto) O aluno deve ficar capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa FITescola	Aptidão Física (Apto) O aluno deve ficar capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa FITescola
Conhecimentos (Apto) O aluno revela os conhecimentos definidos pelo GEF, relativos aos objetivos do Plano Real de Escola de acordo com as aprendizagens essenciais	Conhecimentos (Apto) O aluno revela os conhecimentos definidos pelo GEF, relativos aos objetivos do Plano Real de Escola de acordo com as aprendizagens essenciais	Conhecimentos (Apto) O aluno revela os conhecimentos definidos pelo GEF, relativos aos objetivos do Plano Real de Escola de acordo com as aprendizagens essenciais
PASEO (Apto) O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)	PASEO (Apto) O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)	PASEO (Apto) O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)

Áreas de avaliação (10º ano)	Áreas de avaliação (11º ano)	Áreas de avaliação (12º anos)
<p>Atividades Físicas</p> <p>Para a avaliação, são consideradas as 6 melhores matérias do aluno dentro das seguintes subáreas, sendo consideradas obrigatoriamente 2 matérias da SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC), 1 matéria da SUBÁREA GINÁSTICA, 1 matéria da SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE) 2 matérias das SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS E OUTRAS.</p> <p>Subáreas SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo, aparelhos e acrobática) SUBÁREA ARE (Dança, Dança tradicionais, Danças sociais) SUBÁREA ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS E OUTRAS.</p>	<p>Atividades Físicas</p> <p>Para a avaliação, são consideradas as 6 melhores matérias do aluno dentro de 2 subdomínios; um obrigatório (constituído pelas subáreas JDC- 2 matérias, SUBÁREA GINÁSTICA E ATLETISMO- 1 matéria, ARE – 1 matéria) outro opcional (2 matérias das seguintes SUBÁREAS: PATINAGEM, RAQUETAS E OUTROS)</p> <p>Subáreas SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo, aparelhos e acrobática) E ATLETISMO (saltos, lançamentos e corridas) SUBÁREA ARE (Dança, Dança tradicionais, Danças sociais) SUBÁREA PATINAGEM SUBÁREA RAQUETAS SUBÁREA OUTRAS</p>	<p>Atividades Físicas</p> <p>Para a avaliação, são consideradas as 6 melhores matérias do aluno dentro de 2 subdomínios; um obrigatório (constituído pelas subáreas JDC- 2 matérias, SUBÁREA GINÁSTICA E ATLETISMO- 1 matéria, ARE – 1 matéria) outro opcional (2 matérias das seguintes SUBÁREAS: PATINAGEM, RAQUETAS E OUTROS)</p> <p>Subáreas SUBÁREA JDC (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol) SUBÁREA GINÁSTICA (solo, aparelhos e acrobática) E ATLETISMO (saltos, lançamentos e corridas) SUBÁREA ARE (Dança, Dança tradicionais, Danças sociais) SUBÁREA PATINAGEM SUBÁREA RAQUETAS SUBÁREA OUTRAS</p>
<p>Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física</p> <p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 10º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR em 1 matéria.</p>	<p>Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física</p> <p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 11º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e de nível ELEMENTAR em 2 matérias.</p>	<p>Na referência para o sucesso na disciplina de Educação Física</p> <p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 12º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias e de nível ELEMENTAR em 3 matérias.</p>
<p>Aptidão Física (Apto)</p> <p>O aluno deve ficar capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa FITescola</p>	<p>Aptidão Física (Apto)</p> <p>O aluno deve ficar capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa FITescola</p>	<p>Aptidão Física (Apto)</p> <p>O aluno deve ficar capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa FITescola</p>
<p>Conhecimentos (Apto)</p> <p>O aluno revela os conhecimentos definidos pelo GEF, relativos aos objetivos do Plano Real de Escola e das aprendizagens essenciais.</p>	<p>Conhecimentos (Apto)</p> <p>O aluno revela os conhecimentos definidos pelo GEF, relativos aos objetivos do Plano Real de Escola e das aprendizagens essenciais.</p>	<p>Conhecimentos (Apto)</p> <p>O aluno revela os conhecimentos definidos pelo GEF, relativos aos objetivos do Plano Real de Escola e das aprendizagens essenciais.</p>
<p>PASEO (Apto)</p> <p>O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)</p>	<p>PASEO (Apto)</p> <p>O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)</p>	<p>PASEO (Apto)</p> <p>O aluno deve desenvolver as competências inerentes ao Perfil do Aluno nas diferentes áreas. (ver quadro da página 15)</p>

4. Classificação Final

A classificação final da disciplina decorre da avaliação do perfil de nível de desempenho nas diferentes subáreas de acordo com os cr terios de seleção das m terias que se encontram definidos nos quadros das áreas de avaliação.

De acordo com o Plano Real de Escola, na área das Atividades Físicas, é considerado em relação a cada m teria o seguinte: **NI** – Não atinge o Nível Introdução; **PI**– Parte do Nível Introdução, **I**– Nível Introdução; **PE**- Parte do Nível Elementar, **E**– Nível Elementar; **PA**– Parte do Nível Avançado, **A**– Nível Avançado

O **nível de Sucesso** (desenvolvimento) do aluno ao longo do percurso formativo em Educação Física corresponde preferencialmente à qualidade demonstrada na interpretação de:

- **Atividades Físicas (M terias)** - competências na abordagem das diferentes m terias (modalidades desportivas) nas diversas situações características (em jogo, em exercício cr terio, em percurso, em composição coreográfica);

A operacionalização das normas da área das Atividades Físicas tem como referência a especificação de cada m teria das aprendizagens essenciais considerando-se que cada aluno pode situar-se em relação a cada m teria em níveis de desempenho, aos quais foram atribuídos os seguintes pontos:

- a) Não Atinge o Nível Introdução (NI) – 0 Pontos;
- b) Parte do Nível Introdução (PI) – 0,5 Pontos;
- c) Nível Introdução (I) – 1 Ponto;
- d) Parte do Nível Elementar (PE) – 1,5 Pontos;
- e) Nível Elementar (E) – 2 Pontos
- f) Parte do Nível Avançado – 2,5 Pontos;
- g) Nível Avançado – 3 Pontos.

Na tabela abaixo, estão apresentados os níveis de desempenho em que os alunos se deverão situar, para atingir o sucesso na área atividades físicas, nos diferentes anos de escolaridade.

Ano de Escolaridade	Nível de Sucesso	Atividades Físicas
5º ano	3	3 I
6º ano	3	4 I
7º ano	3	5 I
8º ano	3	6 I
9º ano	3	5 I + 1 PE
10º ano	10 – 13	5 I + 1 E
11º ano	10 – 13	4 I + 2 E
12º ano	10 - 13	3 I + 3 E

O aluno é colocado num **nível de desempenho** na **área das Atividades Físicas**, correspondente a um nível no Ensino Básico, e a um patamar de desempenho (de 4 ou de 3 de valores) no Ensino Secundário - quadros das páginas 17 e 18. Este nível de desempenho pode sofrer ajustamentos de acordo com os seguintes critérios:

Ensino Básico:

- O nível em que o aluno é posicionado na área das Atividades Físicas não é vinculativo, pois terá de ser confirmado ou ajustado (para cima ou para baixo), de acordo com os resultados obtidos nas outras áreas em avaliação.
- Um aluno **NÃO APTO** nas áreas da Aptidão Física E dos Conhecimentos, desce para o nível imediatamente inferior ao nível onde foi posicionado.
- Um aluno **APTO** nas áreas da Aptidão Física e/ou dos Conhecimentos, confirma o nível onde foi posicionado.
- Excecionalmente, um aluno com nível 4 ou 5 poderá descer para o nível imediatamente abaixo, quando não cumpre os critérios de sucesso do PASEO (APTO a 3 áreas de competência).

Ensino secundário:

- A nota a atribuir ao aluno na área das Atividades Físicas e Desportivas, será a primeira ou a segunda de cada patamar de desempenho, a primeira quando o total de pontos for igual ao valor de referência para atingir esse patamar, e a segunda quando o total de pontos for igual ao valor intermédio (entre este, e o patamar seguinte).
- Um aluno que, pelo somatório dos seus pontos é colocado no último patamar (18-20), não pode ter matérias não avaliadas, situadas no NI ou no nível I (numa das suas 6 matérias avaliadas). Se essa situação ocorrer, a nota atribuída na área das Atividades Físicas será a segunda do patamar inferior (14-17).
- A nota atribuída a cada aluno na área das Atividades Físicas pode majorar da seguinte forma (e de acordo com os cr terios de sucesso apresentados nas páginas 13 e 14):

1 valor – Se o aluno estiver APTO nas áreas da Aptidão Física e dos Conhecimentos, cumulativamente.

Adicionalmente:

1 valor - Se um aluno posicionado no primeiro patamar de desempenho estiver APTO em 3 áreas de competência do PASEO, ou se posicionado no segundo patamar de desempenho estiver APTO em 4 áreas de competência do PASEO ou, se um aluno posicionado no patamar de desempenho mais elevado, estiver APTO em 5 áreas de competência PASEO.

2 valores - Se um aluno posicionado no primeiro patamar de desempenho, estiver APTO em 4 ou 5 áreas de competência PASEO, ou se posicionado no segundo patamar de desempenho, estiver APTO em 5 áreas de competência PASEO.

- Sempre que o aluno não cumpra os cr terios de sucesso PASEO (APTO a 3 áreas de competência), a classificação final será inferior   nota mais baixa do patamar onde foi posicionado na área das Atividades Físicas.

- **Aptidão Física** - competências na abordagem de diferentes exercícios com vista à manutenção e elevação da condição física, nas situações características (aplicação da bateria de testes do FITescola);

Ano de Escolaridade	Nível de Sucesso – APTO
5º ano	O aluno tem de se situar dentro da ZSAF em <u>2 testes</u> : 1. ZSAF num dos testes de aptidão aeróbia (vaivém, corrida da milha ou marcha); 2. ZSAF no teste de Força Abdominal
6º ano	
7º ano	O aluno tem de se situar dentro da ZSAF em <u>3 testes</u> (dois testes seguintes e mais um outro): 1. ZSAF num dos testes de aptidão aeróbia (vaivém, corrida da milha ou marcha); 2. ZSAF no teste de Força Abdominal ; 3. ZSAF em um outro teste
8º ano	
9º ano	
10º ano	
11º ano	
12º ano	

- **Área Conhecimentos** - Ao longo do ano letivo os alunos realizam um teste escrito ou, em alternativa, um trabalho individual, de forma a avaliar a aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e a aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais, extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.

Ano de Escolaridade	Nível de Sucesso - APTO
5º ano	≥ 50 %
6º ano	
7º ano	
8º ano	
9º ano	
10º ano	≥ 100 pontos
11º ano	
12º ano	

TEMAS A ABORDAR (Considerando os temas das Aprendizagens Essenciais e os temas que constam dos Manuais Escolares adotados no AEA)

7º Ano: Aptidão física e saúde; dimensão sociocultural dos desportos na atualidade.

8º Ano: Aptidão física, saúde e capacidades motoras; valores olímpicos e paralímpicos.

9º Ano: Aptidão física, saúde e capacidades motoras; dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física.

10º Ano: Relacionar a aptidão física e a saúde; realizar a prestação de socorro a uma vítima; Educação física de qualidade; olimpismo.

11º Ano: Conhecer os métodos e meios de treino; conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco; mais ativos e mais saudáveis.

12º Ano: Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino; analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas atividades físicas desportivas.

- **Perfil do Aluno   Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO)** - As áreas de competência do perfil do aluno, os seus descritores e consequentemente as ações estratégicas de ensino orientadas para o perfil dos alunos são a base do planeamento e metodologias de ensino, e acompanham as áreas acima descritas.

Ano escolaridade	Nível de Sucesso - APTO	áreas de competência	Majoração por patamares		
			3	4	5
5�	O aluno deve atingir sucesso em 3 níveis de desempenho das áreas de competência do PASEO (de acordo com os critérios gerais de avaliação)	1. COMUNICAÇÃO 2. PENSAMENTO CRÍTICO E CRIATIVO	O aluno com nível 3 para validar este nível tem de cumprir 3 áreas de competência do PASEO	O aluno com nível 4 para validar este nível tem de cumprir 4 áreas de competência do PASEO	O aluno com nível 5 para validar este nível tem de cumprir 5 áreas de competência do PASEO
6�					
7�					
8�					
9�					
		3. AUTORREGULAÇÃO 4. RESPONSABILIDADE 5. PARTICIPAÇÃO, COOPERAÇÃO E RELACIONAMENTO	10 -13	14-17	18-20
10�					
11�					
12�					

5. Normas de referência na área das atividades física

Área A - Atividades Físicas (Matérias) - 2º e 3º Ciclos

Classificação						
Ano /Classificação	1	2	3	4	5	Níveis
	2PI+1I	1 PI+2I	3I	4I	5I	Níveis
5.º ANO	2	2,5	3	3,5	4	Pontos
	2PI+2I	1PI+3I	4I	5I	6I	Níveis
6.º ANO	3	3,5	4	5	6	Pontos
	4PI+1I	3PI+2I	5I	4I+1PE	3I+2PE	Níveis
7.º ANO	2,5	3	5	5,5	6	Pontos
	4PI+2I	3PI+3I	6I	5I+1PE	4I+2PE	Níveis
8.º ANO	4	4,5	6	6,5	7	Pontos
	3PI+3I	2PI+4I	5I+1PE	4I+1PE+1E	3I+2PE+1E	Níveis
9.º ANO	4,5	5	7	7,5	8	Pontos

Área A - Atividades Físicas (Matérias) – Secundário

Classificação						
Ano/Classificação	1 a 6	7 a 9	10-13	14 a 17	18 a 20	Valores
	2PI+4I	6I	5I+1E	1I+4PE+1E	3PE+2E+1PA	Níveis
10.º ANO	5	6	7	9	11	Pontos
	6I	4I+2PE	4I+2E	4PE+2E	1PE+4E+1PA	Níveis
11.º ANO	6	7	8	10	12	Pontos
	4I+2PE	3I+2PE+1E	3I+3E	2PE+4E	4E+2PA	Níveis
12.º ANO	7	8	9	11	13	Pontos

6. Alunos com Atestado Médico

Enquadramento legal

A apresentação pelos alunos, de atestados médicos, com o objetivo de serem dispensados da componente prática das aulas de Educação Física, deve cumprir os requisitos do **DL n  51/2012 de 5 de setembro** (Estatuto do Aluno) no **Artigo 15.  - Dispensa da atividade física refere o seguinte:**

- 1 — O aluno pode ser dispensado temporariamente das atividades de educação física ou desporto escolar por razões de saúde, devidamente comprovadas por atestado médico, que deve explicitar claramente as contraindicações da atividade física.
- 2 — Sem prejuízo do disposto no número anterior, o aluno deve estar sempre presente no espaço onde decorre a aula de educação física.
- 3 — Sempre que, por razões devidamente fundamentadas, o aluno se encontre impossibilitado de estar presente no espaço onde decorre a aula de educação física deve ser encaminhado para um espaço em que seja pedagogicamente acompanhado.

De acordo com a legislação apresentada anteriormente, a apresentação pelos alunos, de Atestados Médicos relativos à disciplina de Educação Física deverá ser objeto do seguinte tratamento:

- O AM deve ser entregue na Direção da ESA;
- O AM de acordo com o Artigo 15.é da Lei n  51/2012 (Estatuto do Aluno), deverá explicitar de forma clara as contraindicações da atividade física;
- O AM deverá ser explícito sobre as limitações que determinam a impossibilidade permanente ou temporária de o aluno participar normalmente nas atividades de ensino-aprendizagem da disciplina de Educação Física indicando: As atividades físicas que estão interditas ao aluno; as atividades físicas que, por serem benéficas para o aluno, podem ser praticadas sem contraindicação.

Tarefas a Desenvolver

Arbitragem e outras Tarefas da Aula

- Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, preenchendo um plano de aula (sempre que solicitado), aplicando os conhecimentos sobre regras, técnica, organização, etc.
- Adequar a sua atuação, como árbitro, às regras do jogo.

Trabalhos temáticos

- Elaboração de um trabalho escrito temático (a especificar pelo professor) sujeito a regras de formatação específicas.
- Apresentação (defesa) do trabalho escrito.
- Apresentação do trabalho temático ao professor no decorrer das aulas de Educação Física, respondendo sempre que solicitado.

Participação nas aulas de Educação Física

O aluno deverá:

- Comparecer equipado em todas as aulas; *(Responsabilidade)*
- Cooperar e/ou assumir responsabilidades de organização e preparação das atividades; *(Responsabilidade)*
- Saber ouvir e fazer-se ouvir de forma a comunicar com eficácia com os colegas; *(Comunicação)*
- Fazer sugestões de melhoria e dar contributos que visem promover o sucesso dos colegas/grupos; *(Pensamento crítico e criativo)*
- Saber analisar situações de jogo e contribuir para a criação de coreografias, rotinas g micas ou outras matérias; *(Pensamento crítico e criativo)*
- Contribuir para um bom clima de aula e para a resolução de situações potenciadoras de conflitos *(Autorregulação)*
- Relacionar-se com cordialidade e respeito com os seus colegas; *(Autorregulação)*

- Integrar-se nos grupos de trabalho, participar ativamente nas tarefas e promover a entreajuda; *(Participação, cooperação e relacionamento)*
- Apoiar os esforços dos colegas, procurando soluções que visem o êxito pessoal e do grupo. *(Participação, cooperação e relacionamento)*

Classificação

 rea das Atividades Físicas /  rea da Aptidão Física

- Tarefas de Arbitragem, de Organização e de Ajudas em aula

Escala de avaliação: Insuficiente (nível 2 ou patamar 6-9); Suficiente (nível 3 ou patamar 10-13); Bom (nível 4 ou patamar 14-17) e Muito Bom (nível 5 ou patamar 18-20).

 rea da Aptidão Física

- Tarefas relacionadas com a aplicação do programa *FITescola*

 rea de Conhecimentos

- Trabalho temático escrito

Escala de avaliação: Insuficiente; Suficiente; Bom e Muito Bom.

- Apresentação (defesa) do trabalho escrito

Escala de avaliação: Insuficiente; Suficiente; Bom e Muito Bom.

O aluno será colocado num nível (no Básico) ou num patamar de desempenho (no secundário). A nota final será encontrada pela aplicação (a este nível/patamar), dos mesmos critérios de majoração das áreas de competência PASEO, utilizados para todos os alunos (que se encontram definidos no quadro da página 15).

7. Avaliação de Alunos com Frequência Normal em Cursos Profissionais

Elenco modular dos cursos profissionais (3 anos)

Ano de Formação	Designação do Módulo	Nº de Horas	Nº de Blocos de 90'	Nº de Blocos de 45'
1º Ano	JDC I – Módulo 1 - Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol	13	9	18
	GIN I – Módulo 4 - Ginástica de Solo e Mini- Trampolim	12	8	16
	OAFD I – Módulo 7 – Atletismo	9	6	12
	DAN I – Módulo 10 - Rumba Quadrada e/ou Regadinho e/ou Merengue e/ou Outras	5	3	7
	AF/CS I – Módulo 13 – Atividades Físicas/Contextos e Saúde I	4	3	6
2º Ano	JDC II – Módulo 2 - Outro jogo que não o selecionado no 10º ano	13	9	18
	GIN II – Módulo 5 - Ginástica de Solo e Plinto/Bock	12	8	16
	OAFD II – Módulo 8 - Badminton ou Ténis	9	6	12
	DAN II – Módulo 11 - Chá Chá Chá e/ou Erva Cidreira e/ou Outras	5	3	6
	AF/CS II - Módulo 14 - Atividades Físicas/Contextos e Saúde II	4	3	6
	JDC III – Módulo 3 - Consolidar a meteria lecionado no 10º ou 11º ano	16	11	22
	GIN III – Módulo 6 - Ginástica Acrobática	12	8	16
	AEN – Módulo 9 - Orientação ou P. Pedestres ou Tiro com Arco ou Canoagem	4	3	6
	DAN III – Módulo 12 - Valsa e/ou Sariquité e/ou Outras	4	3	6

3º Ano	AF/CS III - Módulo 15 - Atividades Físicas/Contextos e Saúde III	4	3	6
	AF – Módulo 16 - Transversal aos 3 anos- apenas se avalia no 3ºano	10	7	14
	Totais	140	93	186

Na área dos **Jogos Desportivos Coletivos - JDC** (considerar os níveis de especificação do andebol, basquetebol, futebol e voleibol) devem ser lecionados **3 módulos – 1 em cada ano letivo.**

- JDC I – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina numa das matérias;
- JDC II – idem para outra matéria;
- JDC III – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina numa das matérias (as lecionadas nos módulos I e II ou outra).

Na área da **Ginástica - GIN** (considerar níveis de especificação da ginástica no solo, ginástica de aparelhos e ginástica acrobática) devem ser lecionados **3 módulos.**

- GIN I – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina de ginástica acrobática e ginástica de aparelhos;
- GIN II – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina de ginástica acrobática e ginástica de solo;
- GIN III – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina na ginástica acrobática.

Nas áreas do **Atletismo/Desportos de raquetas/Patinagem⁴ (OAFD)** (considerar os níveis de especificação respetivos) deverão ser lecionados **2 módulos.**

⁴ Cada um dos módulos deverá ocupar, sucessivamente, os dois primeiros anos do curso. Programa de educação física cursos profissionais

- ATL/PAT/RAQ I – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina numa das matérias;
- ATL/PAT/RAQ II – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina numa matéria não lecionada ou na matéria lecionada anteriormente.

Na  rea das **Atividades de Exploração da Natureza⁵ (AEN)** (considerar os respetivos níveis de especificação) deverá ser lecionado **1 módulo**.

- ACT.EXPL.NAT – tendo por objetivo a concretização do nível definido no plano plurianual de escola/ disciplina de uma atividade de exploração da natureza (onde, no caso dos cursos profissionais, se integra a natação).

Na  rea da **Dança (DAN)** (considerar níveis de especificação das danças sociais e das danças tradicionais portuguesas) deverão ser lecionados **3 módulos**.

- DAN I – tendo por objetivo a concretização das danças definidas no plano plurianual de escola/disciplina na dança social ou na dança tradicional portuguesa;
- DAN II – tendo por objetivo a concretização das danças definidas no plano plurianual de escola/disciplina na dança social ou na dança tradicional portuguesa;
- DAN III – tendo por objetivo a concretização das danças definidas no plano plurianual de escola/disciplina na dança social ou na dança tradicional portuguesa.

Na  rea do **Desenvolvimento das Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas (AF)** (considerar os objetivos relativos ao desenvolvimento da resistência, fôrça, velocidade, flexibilidade e destreza geral) deverá ser lecionado o módulo de aptidão física. O módulo deverá desenvolver-se ao longo **dos três anos do curso**.

⁵ Este módulo deverá decorrer no ano terminal do curso.

Na área dos conhecimentos sobre **Desenvolvimento da Condição Física e Contextos onde se realizam as Atividades Físicas (AF/CS)** deverão ser lecionados **3 módulos**:

- AF/CS I – considerar os objetivos 1, 2 e 3 do programa de escola;
- AF/CS II – considerar os objetivos 4 e 5 do programa de escola;
- AF/CS III – considerar os objetivos 6 e 7 do programa de escola.

8. Curso Profissional de Técnico de apoio à Gestão Desportiva

Instrumentos de Avaliação

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

Ano de Formação	Aprendizagens - Designação do Módulo	Matérias a avaliar	6-9	10-13	14-17	18-20
1º Ano	JDC I – Módulo 1 - Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol	1	PI	I	PE	E
	GIN I – Módulo 4 - Ginástica de Solo e Mini- Trampolim	2	I	2I	I+PE	PE+E
	OAFD I – Módulo 7 – Atletismo/Raquetes/Patinagem I	1	NI	I	PE	E
	DAN I – Módulo 10 - Rumba Quadrada e/ou Regadinho e/ou Merengue e/ou Outras	1	NI	I	PE	E
	AF/CS I - Módulo 13 – Atividades Físicas/Contextos e Saúde I ⁶	1	*	*	*	*
2º Ano	JDC II – Módulo 2 - Outro jogo que não o selecionado no 10º ano	1	NI/PI	I	PE	E
	GIN II – Módulo 5 - Ginástica de Solo e Ginástica Acrobática	2	I	E+I	E+PE	PA+E
	OAFD II – Módulo 8 - Atletismo/Raquetes/Patinagem II	1	NI	I	PE	E
	DAN II – Módulo 11 - Chá Chá Chá e/ou Erva Cidreira e/ou Outras	1	NI	I	PE	E

⁶ 1,2 e 3 - Critérios do AE de Alcochete.

	AF/CS II - Módulo 14 - Atividades Físicas/Contextos e Saúde II ⁷	1	*	*	*	*
3º Ano	JDC III – Módulo 3 - Consolidar a meteria lecionado no 10º ou 11º ano	1	NI/PI	I	PE	E
	GIN III – Módulo 6 - Ginástica Acrobática	1	NI	I	E	PA
	AEN – Módulo 9 - Orientação ou P. Pedestres ou BTT	1	NI/PI	I	PE	E
	DAN III – Módulo 12 - Valsa e/ou Sariquité e/ou Outras	1	I	E	PA	A
	AF/CS III - Módulo 15 - Atividades Físicas/Contextos e Saúde III ⁸	1	*	*	*	*
	AF – Módulo 16 - Transversal aos 3 anos- apenas se avalia no 3ºano	6 testes	3 ZSAF	4 ZSAF	5 ZSAF	6 ZSAF

PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA (PASEO)

As áreas de competência do perfil dos alunos, os seus descritores e consequentemente as ações estratégicas de ensino orientadas para o perfil dos alunos são a base do planeamento e metodologias de ensino.

⁷ 4 e 5 - Critérios do AE de Alcochete.

⁸ 6 e 7 - Critérios do AE de Alcochete.

�reas de competência	Nível de Sucesso APTO	Majoração por patamares		
		10-13	14-17	18-20
1. COMUNICAÇÃO	O aluno deve atingir o nível suficiente dos descritores de desempenho dos domínios / competências do PASEO (de acordo com os critérios gerais de avaliação)	O aluno majora 1 valor se estiver APTO em 3 áreas de competência e majora 2 valores se estiver APTO em 4 ou 5 áreas de competência	O aluno majora 1 valor se estiver APTO em 3 ou 4 áreas de competência e majora 2 valores se estiver APTO em 5 áreas de competência	O aluno majora 1 valor se estiver APTO em 4 áreas de competência e majora 2 valores se estiver APTO em 5 áreas de competência
2. PENSAMENTO CRÍTICO E CRIATIVO				
3. AUTORREGULAÇÃO				
4. RESPONSABILIDADE				
5. PARTICIPAÇÃO, COOPERAÇÃO E RELACIONAMENTO				

NOTA: Consultar os descritores das áreas de Competência e respetivas Ações Estratégicas de Ensino Orientadas para o Perfil do Aluno.

A Representante do Grupo de Educação Física

Maria José Broeiro Gonçalves

Documento Aprovado no CP de 24 de setembro de 2025