

Critérios de Avaliação – Educação Física

2026 - 2027

2º, 3º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário

A avaliação dos alunos do 2º, 3º ciclo e do Ensino Secundário na disciplina de Educação Física assenta na apreciação do desempenho dos mesmos nas 3 áreas propostas como Domínios das Aprendizagens Essenciais para a disciplina, no âmbito dos Conhecimentos, Capacidades e Atitudes:

- Área das Atividades Físicas;
- Área da Aptidão Física;
- Área dos Conhecimentos.

A operacionalização dos critérios segue a proposta das Aprendizagens Essenciais para a disciplina nos vários anos de escolaridade e atende ao planeamento anual e na forma como são explorados os diversos conteúdos, não estabelecendo pesos relativos para cada um dos Domínios mas propondo uma integração dos mesmos.

Domínio 1 - Área da Atividades Físicas

A avaliação dos alunos nesta área é feita de acordo com a proposta do critério de sucesso constante das Aprendizagens Essenciais para cada um dos anos de escolaridade, no que à classificação do seu desempenho nas diversas subáreas (modalidades ou conjuntos de modalidades) diz respeito. Nas subáreas que permitem o desenvolvimento de várias modalidades, serão sempre contabilizados para efeitos de classificação os melhores desempenhos dos alunos (p.e., se no 9º ano de escolaridades forem abordados 4 Jogos Desportivos Coletivos, serão contabilizados para o efeito as 2 modalidades em que o aluno obteve melhor desempenho).

Para além dos aspetos transversais a todas as áreas/domínio, como a pontualidade, a participação, o empenho e o contributo para um bom clima de aula, as atitudes dos alunos face às propostas de situações de aprendizagem, bem como ao que deles é esperado no desempenho dentro de cada subárea (p.e.: a criatividade no desenvolvimento de coreografias de dança, o espírito de cooperação em situação de jogo ou a aplicação de conhecimentos técnicos e regulamentares de cada uma das modalidades) são parte

integrante dessa classificação atribuída.

As diferentes combinações de classificação do aluno nas diversas subáreas atribuem-lhe, de acordo com uma matriz construída para o efeito, uma classificação na Área das Atividades Físicas, de 1 a 5 e de 1 a 20 nos 3º ciclo e ensino secundário, respetivamente.

2º Ciclo do ensino básico							
5º				6º			
Patamar do nível de sucesso - 3				Patamar do nível de sucesso - 3			
2 Níveis Introdução + 1 Nível Parte da Introdução				3 Níveis Introdução + 1 Nível Parte da Introdução			
JDC*	Gin*	AREs*	outras	JDC*	Gin*	AREs*	Outras*
1	1	1	2	2	1	1	2

Referência para o sucesso																					
3º Ciclo do Ensino Básico										Ensino Secundário											
7º			8º			9º				10º				11º				12º			
Patamar do nível de sucesso - 3			Patamar do nível de sucesso - 3			Patamar do nível de sucesso - 3				Patamar do nível de sucesso - 10				Patamar do nível de sucesso - 10				Patamar do nível de sucesso - 10			
3 Níveis I + 2 Níveis PI			4 Níveis I + 2 Níveis PI			4 Níveis I + 2 Níveis PI				5 Níveis I + 1 Nível E*				4 Níveis I + 2 Nível E*				3 Níveis I + 3 Níveis E*			
JD C*	Gi n*	Outr as*	JD C*	Gi n*	Outr as*	JD C*	Gi n*	AR Es*	Outr as*	JD C*	Gi n*	AR Es*	Outr as*	JD C*	Gin/ Atl*	AR Es*	Outr as*	JD C*	Gin/ Atl*	AR Es*	Outr as*
1	1	3	1	1	4	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2
(*) a explicação dos níveis de desempenho e das siglas encontra-se nos parágrafos seguintes.																					

(*) a explicação dos níveis de desempenho e das siglas encontra-se nos parágrafos seguintes.

Para cada ano de escolaridade, a Área das Atividades Físicas encontra-se subdividida em grupos de temas/modalidades, constituindo subdomínios da avaliação, conforme o exposto na tabela acima, e cujas siglas têm a seguinte tradução:

JDC – Jogos Desportivos Coletivos – grupo das modalidades da mesma natureza, como o Andebol, Basquetebol, Futsal e Voleibol;

Gin – Ginástica – grupo das atividades gímnicas que engloba as diversas disciplinas, como a Ginástica de Solo, Aparelhos, Acrobática e Trampolins;

AREs – Atividades Rítmicas e Expressivas – grupo de atividades em que são abordados os diversos tipos de dança, como as danças modernas, sociais ou tradicionais;

Gin/Atl – Ginástica/Atletismo – no Ensino Secundário, associa-se à Ginástica a modalidade de Atletismo, e todas as disciplinas que dessa modalidade fazem parte;

Outras – Grupo em que se incluem outras modalidades que, dentro dos recursos materiais e espaciais, os docentes possam abordar.

Também para cada ano de escolaridade, são definidas as condições de sucesso (alcance do nível 3 e da classificação de 10 valores), no que aos níveis de desempenho diz respeito, bem como a distribuição a que essa condição deve obedecer. Por exemplo: no 7º ano de escolaridade, o nível de sucesso implica que os alunos tenham de alcançar o nível I (Introdução) a 5 dos subdomínios, desde que 1 deles corresponda a um Jogo Desportivo Coletivo (sempre o melhor resultado de todos os que forem abordados), 1 deles a Ginástica e os 3 restantes a Outras Modalidades que sejam abordadas.

A avaliação dos subdomínios atrás descritos é feita através da atribuição de uma menção correspondente ao nível de desempenho à qual, para efeitos de operacionalização, é atribuído um valor numérico:

Menção	Valor Numérico
Não Introdutório (NI)	2
Parte do Introdutório (PI)	2.5
Introdutório (I)	3
Parte do Elementar (PE)	3.5
Elementar (E)	4
Parte do Avançado (PA)	4.5
Avançado (A)	5

A forma como o desempenho do aluno é avaliada tem como referencial as orientações curriculares definidas para cada modalidade, e que constam do documento das Aprendizagens Essenciais ([3º ciclo](#) e [secundário](#)), mediante a observação direta e registo pelo docente nas situações de aprendizagem e avaliação. Saliente-se ainda que, no sentido de salvaguardar situações em que o desempenho do aluno é heterogéneo no que aos descritores definidos para cada nível de desempenho diz respeito, são definidos os níveis “Parte de...” – não previsto nas orientações oficiais - valorizando assim os descritores que colocam o aluno no nível de desempenho seguinte.

Assim sendo, o somatório dos vários níveis de desempenho, permitem situar o desempenho global do aluno na respetiva escala de avaliação, de acordo com o ano de escolaridade, em função do patamar de sucesso definido para o mesmo, de acordo com uma matriz de correspondência entre o somatório dos desempenhos (colunas brancas) e o nível/classificação a atribuir (colunas coloridas). Saliente-se que as diferenças na progressão da matriz nos vários anos de escolaridade residem precisamente nas diferentes definições do patamar de sucesso para cada ano de escolaridade. A matriz de referência tem a seguinte configuração

5º ano		6º ano	
Somatório dos desempenhos	Nível a atribuir	Somatório dos desempenhos	Nível a atribuir
10,0	1	10,0	1
10,5	1	10,5	1
11,0	1	11,0	1
11,5	1	11,5	1
12,0	1	12,0	1
12,5	2	12,5	2
13,0	2	13,0	2
13,5	2	13,5	2
14,0	2	14,0	2
14,5	2	14,5	2
15,0	3	15,0	3
15,5	3	15,5	3
16,0	3	16,0	3
16,5	3	16,5	3
17,0	3	17,0	3
17,5	3	17,5	3
18,0	3	18,0	3
18,5	4	18,5	4
19,0	4	19,0	4
19,5	4	19,5	4
20,0	4	20,0	4
20,5	4	20,5	4
21,0	4	21,0	4
21,5	4	21,5	4
22,0	4	22,0	4
22,5	4	22,5	4
23,0	5	23,0	5
23,5	5	23,5	5

24,0	5	24,0	5
24,5	5	24,5	5
25,0	5	25,0	5

7º ano		8º ano		9º ano		10º ano		11º ano		12º ano	
Somatório dos desempenhos	Nível atribuir	Somatório dos desempenhos	Nível atribuir	Somatório dos desempenhos	Nível atribuir	Somatório dos desempenhos	Nível atribuir	Somatório dos desempenhos	Nível atribuir	Somatório dos desempenhos	Nível atribuir
10,0	1	12,0	1	12,0	1	12,0	1	12,0	1	12,0	1
10,5	1	12,5	1	12,5	1	12,5	2	12,5	2	12,5	1
11,0	1	13,0	1	13,0	1	13,0	3	13,0	3	13,0	2

11,5	1	13,5	1	13,5	1	13,5	4	13,5	3	13,5	2
12,0	1	14,0	1	14,0	1	14,0	5	14,0	4	14,0	3
12,5	2	14,5	1	14,5	1	14,5	6	14,5	4	14,5	3
13,0	2	15,0	2	15,0	1	15,0	6	15,0	5	15,0	4
13,5	2	15,5	2	15,5	2	15,5	6	15,5	5	15,5	4
14,0	2	16,0	2	16,0	2	16,0	7	16,0	6	16,0	5
14,5	2	16,5	2	16,5	2	16,5	7	16,5	6	16,5	5
15,0	3	17,0	2	17,0	2	17,0	8	17,0	7	17,0	6
15,5	3	17,5	2	17,5	2	17,5	8	17,5	7	17,5	6
16,0	3	18,0	3	18,0	2	18,0	9	18,0	8	18,0	7
16,5	3	18,5	3	18,5	2	18,5	9	18,5	8	18,5	7
17,0	3	19,0	3	19,0	3	19,0	10	19,0	9	19,0	8
17,5	3	19,5	3	19,5	3	19,5	10	19,5	9	19,5	8
18,0	3	20,0	3	20,0	3	20,0	11	20,0	10	20,0	9
18,5	4	20,5	3	20,5	3	20,5	11	20,5	10	20,5	9
19,0	4	21,0	3	21,0	3	21,0	12	21,0	11	21,0	10
19,5	4	21,5	3	21,5	3	21,5	12	21,5	11	21,5	11
20,0	4	22,0	3	22,0	3	22,0	13	22,0	12	22,0	12
20,5	4	22,5	4	22,5	3	22,5	13	22,5	12	22,5	12
21,0	4	23,0	4	23,0	3	23,0	14	23,0	13	23,0	13
21,5	4	23,5	4	23,5	3	23,5	14	23,5	13	23,5	13
22,0	4	24,0	4	24,0	4	24,0	15	24,0	14	24,0	14
22,5	4	24,5	4	24,5	4	24,5	15	24,5	14	24,5	14
23,0	5	25,0	4	25,0	4	25,0	16	25,0	15	25,0	15
23,5	5	25,5	4	25,5	4	25,5	16	25,5	15	25,5	15
24,0	5	26,0	4	26,0	4	26,0	17	26,0	16	26,0	16
24,5	5	26,5	4	26,5	4	26,5	17	26,5	16	26,5	16
25,0	5	27,0	4	27,0	4	27,0	18	27,0	17	27,0	17
		27,5	4	27,5	4	27,5	18	27,5	17	27,5	17
		28,0	5	28,0	5	28,0	19	28,0	18	28,0	18
		28,5	5	28,5	5	28,5	19	28,5	18	28,5	18
		29,0	5	29,0	5	29,0	19	29,0	19	29,0	19
		29,5	5	29,5	5	29,5	20	29,5	19	29,5	19
		30,0	5	30,0	5	30,0	20	30,0	20	30,0	20

Domínio 2 - Área da Aptidão Física

O desenvolvimento das capacidades motoras está presente na maior parte das sessões da disciplina e estas influenciam de forma determinante o desempenho dos alunos na Área das Atividades Físicas. No planeamento anual da disciplina deverão estar previstos momentos específicos de desenvolvimento destas capacidades, bem como para a sua avaliação mediante a aplicação da bateria de testes FitEscola, visando o alcance da designada Zona Saudável de Aptidão Física para cada uma das capacidades desenvolvidas e avaliadas, por género e idade, atendendo ainda aos espaços individuais de circunstância e evolução. Assim sendo, a partir da aplicação da bateria de testes FitEscola, a classificação do desempenho do aluno é feita em índices de valorização:

- Índice de Valorização 1 - quando o aluno não atinge a ZSAF da maior parte dos testes definidos para o seu ano de escolaridade e ao mesmo tempo não supera os seus resultados individuais;
- Índice de Valorização 2 - quando o aluno atinge a ZSAF da maior parte dos testes definidos para o seu ano de escolaridade mas não supera os seus resultados individuais OU, pelo contrário, não atinge a ZSAF da maior parte dos testes mas evidenciou superação dos seus resultados, por isso, melhoria no desempenho;
- Índice de Valorização 3 - quando o aluno atinge a ZSAF da maior parte dos testes definidos para o seu ano de escolaridade e, cumulativamente, supera os seus resultados individuais;

Entende-se por "maior parte dos testes definidos" os resultados em 3 dos seguintes 5 testes - Aptidão Aeróbia (Vaivém); Abdominais, Extensões de Braços, Agilidade (4x10m) e Flexibilidade dos membros inferiores ("Senta e Alcança") - e dos quais deverá ser obrigatoriamente tido em consideração o teste de Aptidão Aeróbia. Poderão, porém, ser realizados outros testes da bateria FitEscola, que complementarão a informação individual do aluno mas que não deverão ser considerados para efeitos de avaliação na disciplina.

Tal como se referiu na Área das Atividades Físicas, também nesta área são objeto de avaliação os seguintes aspetos comportamentais: empenho e participação na realização das atividades propostas e ainda a autonomia na aplicação dos conhecimentos.

Domínio 3 - Área dos Conhecimentos

Nesta área são desenvolvidos conteúdos relacionados com o fenómeno desportivo e o seu impacto na sociedade, bem como a influência da prática de atividade física no bem-estar e qualidade de vida dos cidadãos, com estratégias de abordagem e instrumentos de recolha de instrumentos diversificados em função

do ciclo e ano de escolaridade. A avaliação desses instrumentos, bem como a análise do desempenho do aluno devem permitir a classificação do mesmo nesta área em índices de valorização:

- Índice de Valorização 1 - quando o aluno não realiza ou participa nas tarefas propostas, de acordo com a sua natureza, é incumpridor de prazos e os resultados do seu desempenho são muito fracos;
- Índice de Valorização 2 - quando o aluno realiza as tarefas mas revela um baixo empenho e comprometimento face às mesmas, que dita um resultado fraco ou mediano;
- Índice de Valorização 3 - quando o aluno demonstra não só um elevado empenho e comprometimento na realização das tarefas propostas mas também um desempenho de destaque relativamente ao solicitado;

Nesta área, a avaliação dos aspetos comportamentais estará intimamente relacionada com a natureza das situações de aprendizagem propostas, para além dos aspetos já referidos como transversais. Serão tidos em consideração aspetos como o cumprimento dos prazos estabelecidos e o empenho revelado na realização da tarefa (trabalhos ou testes escritos), ou o interesse, curiosidade, participação e respeito pelo próximo (realização de debates ou exploração de conteúdos em formato vídeo ou outros).

Alunos com Atestado de Incapacidade Física Temporária ou Permanente

Apesar desta disciplina ter um carácter eminentemente prático, na operacionalização dos critérios (grelha de avaliação) salvaguardam-se as situações de incapacidade física permanente, temporária específica de cada modalidade, uma vez que os alunos visados não poderão, em caso algum, deixar de ser avaliados nas subáreas definidas para cada ano de escolaridade.

Assim sendo, há necessidade de adaptar a forma como os conteúdos das subáreas são avaliados, propondo situações de aprendizagem que se enquadrem nas mesmas, ainda que com carácter teórico (p.e.: trabalhos escritos sobre as regras das modalidades, análise do desempenho técnico ou tático dos colegas, arbitragem de situações de jogo, entre outros).

Em função da extensão temporal ou temática da incapacidade, o peso da avaliação desses instrumentos de recolha de informação deverá ser definido e do conhecimento do aluno sendo que, depois devidamente classificados (de 1 a 5 e de 1 a 20 no 3º ciclo e ensino secundário, respetivamente) e ponderadas, representarão a atribuição de uma classificação nessa(s) subárea(s).

Domínio Comportamental

Todos os aspectos relacionados com as atitudes dos alunos são avaliados no âmbito dos 3 domínios definidos acima, na sua especificidade e na forma como os seus comportamentos influenciam a qualidade das aprendizagens. São aspectos transversais os relacionados com a pontualidade, participação e empenho na realização das tarefas propostas, para além dos que são específicos de cada domínio da avaliação.

Apresenta-se em seguida um quadro síntese no que ao desenvolvimento das Áreas de Competência [PASEO](#) (Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, clicar na sigla para acesso ao documento oficial), que, nas letras de A a J, têm a seguinte correspondência:

A – Linguagens e textos	F – Desenvolvimento pessoal e autonomia
B - Informação e comunicação	G - Bem-estar, saúde e ambiente
C - Raciocínio e resolução de problemas	H - Sensibilidade estética e artística
D - Pensamento crítico e pensamento criativo	I - Saber científico, técnico e tecnológico
E – Relacionamento interpessoal	J - Consciência e domínio do corpo

Critérios específicos de avaliação em Educação Física

Domínios		Subdomínios		Descritores	Instrumentos de avaliação	2º Ciclo	3º Ciclo
		interdisciplinar	* Linguagem e textos * Informação e comunicação * Raciocínio, resolução de problemas * Pensamento crítico e criativo	* Compreender e relacionar os conhecimentos da disciplina de um modo horizontal entre as várias disciplinas do seu nível de ensino.	* Trabalho de pesquisa (Elaboração e apresentação oral); * Grelha de auto e heteroavaliação * Questionamento em sala de aula;	5%	5%
		Conhecimento prático e experimental	* Saber científico, técnico e tecnológico	* Adquire conhecimentos no âmbito das aprendizagens essenciais da disciplina; * Aplica os conhecimentos no domínio das capacidades desenvolvidas na disciplina.	* Fichas de trabalho, testes escritos, trabalhos em grupo, etc; * Questionamento em sala de aula; * Grelhas de observação e registo		
		Atividades Físicas	* Consciência e domínio do corpo; * Sensibilidade estética e artística	* Realiza com oportunidade e correção habilidades e elementos técnicos e/ou táticos em situação de jogo ou exercício crítico; * Aplica, em situação de jogo, as principais regras.	* Observação e registo do desempenho de acordo com as AE e os níveis estabelecidos neste PEF.	80%	75%

		Aptidão Física	* Bem-estar, saúde e ambiente	* Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão aeróbia e muscular, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física, de acordo com a sua idade e género.	* Valores de referência do Programa FITESCOLA.	15%	20%
--	--	----------------	-------------------------------	---	--	------------	------------

Quadro Resumo dos critérios de avaliação de Educação física no 2 e 3º ciclos

Quadro Resumo dos critérios de avaliação de Educação física no ensino secundário

Aprendizagens				Descritores de desempenho	Instrumentos de avaliação
Áreas	Domínios da Avaliação	Aprendizagens essenciais (AE)	Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA)		
Capacidades	Prática	Área das Atividades Físicas (70%) - Subárea jogos desportivos coletivos - Subárea ginástica - Subárea atividades rítmicas expressivas - Subárea do atletismo - Subáreas patinagem - Subárea raquetas - Outras	1. Comunicação 2. Pensamento Crítico e Criativo 3. Autorregulação 4. Responsabilidade Participação, Cooperação e Relacionamento	Área das Atividades Físicas 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, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições: Subdomínios Obrigatórios (4 matérias) SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias) 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. SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica. SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria) Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo. SUBDOMÍNIOS DE OPÇÃO (duas matérias) SUBÁREA ATLETISMO Realizar e analisar, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha.	- Observação direta - Fichas de registo - Fichas de avaliação - Trabalho de pares - Trabalhos de grupo - Exposição oral

Conhecimentos		Área da Aptidão Física -Programa <i>FITescola</i> (20%) Área dos Conhecimentos (10%) Teórica		SUBÁREA RAQUETAS Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) OUTRAS Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança. Realizar Percursos de Orientação elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. Área da Aptidão Física O aluno deve ficar capaz de: Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i> para a sua idade e género. Área dos Conhecimentos O aluno deve ficar capaz de: - Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a 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. - Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.	- Observação direta - Fichas de registo
---------------	--	--	--	--	---

