

CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO – 3º ano

Disciplina: Educação Física

Ano letivo: 2025/2026

DOMÍNIO	PONDERAÇÃO	DOMÍNIO/TEMA	CRITÉRIOS	INDICADORES/ DESCRITORES	ÁREAS COMPETÊNCIA *	INSTRUMENTOS/ OPERACIONALIZAÇÃO
Conhecimentos e Capacidades	60%	<p>Perícias e Manipulações</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios</p> <p>Jogos</p> <p>Ginástica</p>	<p>Eficácia na aquisição de conhecimento específico em:</p> <p>- Perícias e Manipulações</p> <p>- Deslocamentos e Equilíbrios</p> <p>- Jogos</p> <p>- Ginástica</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Adquire, compreende, aplica de conhecimentos e identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. - Utiliza conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados. - Cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao gosto proporcionado pelas atividades. - Desenvolve a velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas, e de deslocamento. Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo. - Respeita as regras organizativas que permitam atuar em segurança. - É autónomo na realização de tarefas. - Conhece e aplica cuidados de higiene e as regras de segurança pessoal e dos companheiros. - Promove o gosto pela prática regular de atividade física. - Identifica pontos fracos e fortes das suas aprendizagens. - Aceita opções, falhas e erros dos companheiros. - Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio. 	<p>Conhecedor/ Sabedor/ Culto/ Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo/Expressivo (A, C, D, J, H)</p> <p>Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>	<p>Relações interpessoais (30%)</p> <p>- Atividades práticas / Criatividade (30%)</p>

Atitudes e Valores	40%	Respeito pelo outro	Cidadania	<ul style="list-style-type: none"> - Aceitar, valorizar e respeitar as diferenças; - Saber escutar e respeitar a opinião dos outros; - Manifestar respeito e atitudes de cooperação na conservação do ambiente e dos espaços; - Cumprir as tarefas que lhe são atribuídas; - Cumprir regras, respeitando a autoridade dos adultos; - Colaborar nas atividades propostas ou da iniciativa do grupo; 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	Relações interpessoais	
		Cumprimento de regras/responsabilidade	Intervenção			<ul style="list-style-type: none"> - Intervir de forma adequada; - Demonstrar capacidade de refletir sobre situações concretas e encontrar soluções; 	Atitudes e valores
		Iniciativa/interesse					Envolvimento
		Espírito crítico	Assiduidade e Pontualidade				
		Autonomia					
		Organização					
Pontualidade/assiduidade							

*ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS (ACPA)

- A) Linguagens 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