

Critérios de Avaliação - EDUCAÇÃO FÍSICA – Atestado Médico – 10º Ano				
Domínio de Aprendizagem (AE) e ponderação	Recolha de dados para a avaliação sumativa ¹		Critérios de avaliação transversais	Áreas de Competência do PASEO ²
	Atividade	Ferramenta de classificação ³		
A Área das Atividades Físicas 70%	Organização da aula / Arbitragem	Rubrica / Observação	Conhecimento Comunicação Resolução de problemas Pensamento crítico	A, B, C, D, E, F, I
	Trabalho de pesquisa individual ou grupo / Apresentação oral individual ou grupo.	Rubrica		
	Teste	Grelha de classificação		
B Área da Aptidão Física 20%	Organização da aula	Rubrica / Observação	Conhecimento Comunicação Resolução de problemas Pensamento crítico	A, B, C, D, E, F, I
	Trabalho de pesquisa individual ou grupo / Apresentação oral individual ou grupo	Rubrica		
	Teste	Grelha de classificação		
C Área dos Conhecimentos 10%	Trabalho de pesquisa individual ou grupo / Apresentação oral individual ou grupo	Rubrica	Conhecimento Comunicação Resolução de problemas Pensamento crítico	A, B, C, D, E, F, I
	Teste	Grelha de classificação		

Aprovado em conselho pedagógico de 27/07/2026

¹ Indicar os procedimentos/instrumentos que serão usadas para avaliação sumativa com intenção classificatória ao longo do ano letivo em cada domínio. Contudo, os docentes das disciplinas, em articulação com o respetivo grupo disciplinar e conselhos de turma, poderão selecionar outros procedimentos de avaliação considerados adequados às dinâmicas pedagógicas das turmas, atendendo ao princípio de diversidade previsto na alínea c do art.º 23.º da Portaria 226-A/2018 de 7 de agosto e à exequibilidade dos mesmos.

² **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

³ Grelha de classificação, rubrica, grelha de observação/verificação....

Nota: • Só são abrangidos por este regime de avaliação os alunos que se enquadrem no Artigo 15º da Lei nº 51/2012, de 5 de setembro (estatuto do aluno).

Educação Física - 10º Ano		Perfil de Aprendizagens Específicas - Descritores de desempenho – Alunos com Atestado Médico			
Domínio/tema e ponderação	Nível 5 (18-20)	Nível 4 (14-17)	Nível 3 (10-13)	Nível 2 (7-9)	Nível 1 (0-6)
A ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS 70%	Revela muito a capacidade de: - Conhecer as ações técnico-táticas e do regulamento dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), não só no plano teórico, mas também como árbitro. - Saber, na Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os elementos e as ações técnicas elementares. - Saber, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) os elementos e as ações técnicas elementares. - Conhecer, no Atletismo, as ações técnicas e do regulamento, - Conhecer as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) e as regras, não só no plano teórico, mas também como árbitro. - Cooperar com responsabilidade e empenho na preparação e organização da aula.		Revela satisfatoriamente a capacidade de: - Conhecer as ações técnico-táticas e do regulamento dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), não só no plano teórico, mas também como árbitro. - Saber, na Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os elementos e as ações técnicas elementares. - Saber, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) os elementos e as ações técnicas elementares. - Conhecer, no Atletismo, as ações técnicas e do regulamento, - Conhecer as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) e as regras, não só no plano teórico, mas também como árbitro. - Cooperar com responsabilidade e empenho na preparação e organização da aula.		Revela muitas dificuldades na capacidade de: - Conhecer as ações técnico-táticas e do regulamento dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), não só no plano teórico, mas também como árbitro. - Saber, na Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os elementos e as ações técnicas elementares. - Saber, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) os elementos e as ações técnicas elementares. - Conhecer, no Atletismo, as ações técnicas e do regulamento, - Conhecer as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) e as regras, não só no plano teórico, mas também como árbitro. - Cooperar com responsabilidade e empenho na preparação e organização da aula.
B APTIDÃO FÍSICA 20%	Revela muito a capacidade de: Saber o que é a Aptidão muscular e aeróbia e as capacidades motoras que estão associadas.		Revela satisfatoriamente a capacidade de: Saber o que é a Aptidão muscular e aeróbia e as capacidades motoras que estão associadas.		Revela muitas dificuldades na capacidade de: Saber o que é a Aptidão muscular e aeróbia e as capacidades motoras que estão associadas.

C CONHECIMENTOS 10%	Revela muito a capacidade de: • Analisar e interpretar o fenómeno das atividades físicas, aplicando de forma integrada os conhecimentos e conceitos sobre técnica, organização e participação; • Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável; • 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; • SBV (Suporte Básico de Vida) – Conhecer os fatores associados à realização da 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.	Revela satisfatoriamente a capacidade de: • Analisar e interpretar o fenómeno das atividades físicas, aplicando de forma integrada os conhecimentos e conceitos sobre técnica, organização e participação; • Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável; • 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; • SBV (Suporte Básico de Vida) – Conhecer os fatores associados à realização da 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.	Revela muitas dificuldades na capacidade de: • Analisar e interpretar o fenómeno das atividades físicas, aplicando de forma integrada os conhecimentos e conceitos sobre técnica, organização e participação; • Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável; • 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; • SBV (Suporte Básico de Vida) – Conhecer os fatores associados à realização da 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.
---	---	---	---