

**ANO LETIVO 2025/2026**  
**EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º ano**  
**CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO/AVALIAÇÃO**

| Domínios                           | Ponderação | Competências do<br><u>Perfil dos Alunos</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Processos de recolha da informação                                                                                                |
|------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</b> | 35%        | A-Linguagens e textos<br>B-Informação e comunicação<br>C-Raciocínio e resolução de problemas<br>D-Pensamento crítico e pensamento criativo<br>I- Saber científico técnico e tecnológico<br>J- Consciência e Domínio do corpo                                                                                                                                                    | Observação direta<br>Apresentação<br>Registo de autoavaliação<br>Grelhas de registo de observação<br>Atividades teóricas/práticas |
| <b>JOGOS</b>                       | 35%        | A-Linguagens e textos<br>B-Informação e comunicação<br>C-Raciocínio e resolução de problemas<br>D-Pensamento crítico e pensamento criativo<br>E- Relacionamento Interpessoal<br>F-Desenvolvimento pessoal e autonomia<br>G- Bem Estar Saúde e Ambiente<br>H-Sensibilidade estética e artística<br>I-Saber científico técnico e tecnológico<br>J- Consciência e Domínio do corpo | Observação direta<br>Apresentação<br>Registo de autoavaliação<br>Grelhas de registo de observação<br>Atividades teóricas/práticas |

Agrupamento de Escolas Figueira Norte

Departamento do 1.º CEB

|                                                  |     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA)</b> | 30% | A-Linguagens e textos<br>B-Informação e comunicação<br>D-Pensamento crítico e pensamento criativo<br>E- Relacionamento Interpessoal<br>F- Desenvolvimento pessoal e autonomia<br>H-Sensibilidade estética e artística<br>I-Saber científico técnico e tecnológico<br>J- Consciência e Domínio do Corpo | Observação direta<br>Apresentação<br>Registo de autoavaliação<br>Grelhas de registo de observação<br>Atividades teóricas/práticas |
|--------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



Agrupamento de Escolas Figueira Norte



Agrupamento de Escolas  
**FIGUEIRA NORTE**  
161354

Departamento do 1.º CEB

## **OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO 3.º ANO DE ESCOLARIDADE**

| Critérios de avaliação de Educação Física                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ano de escolaridade - 3º ano                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Ano letivo de 2024/2025                          |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Domínio/<br>Porcentagem                                           | Aprendizagens essenciais/conteúdos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Perfil do aluno                                                                   | Estratégias de ensino/ Banco de atividades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Formas de avaliação<br>(Técnicas e instrumentos) |
| <b>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</b><br><br><b>35%</b>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Em percursos que integram várias habilidades, realizar as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, relativas ao 3.º ano de escolaridade, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.</li> </ul>                                                                                                                                       | A, B, G, I, J                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ estabelecer relações intra e interdisciplinares;</li> <li>❖ utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                             | Observação direta                                |
| <b>JOGOS</b><br><br><b>35%</b>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Participa nos JOGOS relativos ao 3.º ano de escolaridade, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete.</li> </ul> | A, C, D, J                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Proporcionar atividades formativas, como por exemplo, situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ participar em sequências de habilidades, coreografias, etc.;</li> <li>❖ resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais;</li> <li>❖ explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.</li> </ul> </li> </ul> | Apresentação                                     |
| <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVA (Dança)</b><br><br><b>30%</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Combina deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA), relativos aos 3º e 4º anos e ao 3º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais em situação de</li> </ul>                                                            | Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas) | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ apreciar os seus desempenhos;</li> <li>❖ identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li> <li>❖ utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolverem na aprendizagem;</li> <li>❖ descrever as suas opções durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li> </ul> </li> </ul>             | Registo de autoavaliação                         |
|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | A, B, C, D, F, H, I, J                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ realizar tarefas de síntese;</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Grelhas de registo de observação                 |
|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Atividades teóricas/práticas                     |

Departamento do 1.º CEB

|  |                                                                                                                                       |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou dos colegas. | <b>A, B, E, F, H</b>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;</li> <li>❖ elaborar planos gerais, esquemas.</li> </ul> <p>➤ Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ aceitar opções, falhas e erros dos companheiros;</li> <li>❖ aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio;</li> <li>❖ aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes;</li> <li>❖ promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</li> </ul>                                                                     |
|  |                                                                                                                                       | <b>A, B, D, E, F, G, H, I, J</b> | <p>➤ Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ saber questionar uma situação;</li> <li>❖ desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|  |                                                                                                                                       | <b>B, C, D, E, F, G, I, J</b>    | <p>➤ Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo;</li> <li>❖ cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao gosto proporcionado pelas atividades;</li> <li>❖ aplicar as regras de participação, combinadas na turma;</li> <li>❖ agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor;</li> <li>❖ respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança;</li> <li>❖ ser autónomo na realização de tarefas;</li> <li>❖ colaborar na preparação e organização dos materiais.</li> </ul> |
|  |                                                                                                                                       | <b>B, E, F, G</b>                | <p>➤ Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ conhecer e aplicar cuidados de higiene;</li> <li>❖ conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros;</li> <li>❖ conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO

| Domínio/ Níveis                                                   | DESENVOLVEU PLENAMENTE/<br>MUITO BOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | DESENVOLVEU REGULARMENTE/<br>BOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | DESENVOLVEU PARCIALMENTE/<br>SUFICIENTE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | NÃO DESENVOLVEU/<br>INSUFICIENTE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ÁREA DAS ATIVIDADES<br/>FÍSICAS<br/>Ginástica<br/><br/>35%</b> | ✓ Em percursos que integram várias habilidades, realiza corretamente as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, relativas ao 3.º ano de escolaridade, em esquemas ou sequências no solo ou em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.                                                                                                                                                       | ✓ Em percursos que integram várias habilidades, realizar as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, relativas ao 3.º ano de escolaridade, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.                                                                                                                                       | ✓ Em percursos que integram várias habilidades, realiza parcialmente as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, relativas ao 3.º ano de escolaridade, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.                                                                                                                                         | ✓ Em percursos que integram várias habilidades, não realiza as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, relativas ao 3.º ano de escolaridade, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.                                                                                                                                                                |
| <b>JOGOS<br/><br/>35%</b>                                         | ✓ Participa com muito empenho nos JOGOS relativos ao 3.º ano de escolaridade, desempenho ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete. | ✓ Participa nos JOGOS relativos ao 3.º ano de escolaridade, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete. | ✓ Participa razoavelmente nos JOGOS relativos ao 3.º ano de escolaridade, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete. | ✓ Participa com desempenho insuficiente nos JOGOS relativos ao 3.º ano de escolaridade, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete. |

Agrupamento de Escolas Figueira Norte

Departamento do 1.º CEB

|                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>ATIVIDADES RÍTMICAS<br/>EXPRESSIVAS</b></p> <p><b>(Dança)</b></p> <p><b>30%</b></p> | <p>✓ Combina corretamente deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA), relativos ao 3º e 4ºanos e ao 3º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais em situação de exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou dos colegas.</p> | <p>✓ Combina deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS ANÇA), relativos ao 3º e 4ºanose ao 3º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais em situação de exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou dos colegas.</p> | <p>✓ Combina parcialmente deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA), relativos ao 3º e 4ºanos e ao 3º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais em situação de exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou dos colegas.</p> | <p>✓ Não combina deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA), relativos ao 3º e 4ºanos e ao 3º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais em situação de exploração da movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica do professor ou dos colegas.</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|