

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2026/2027

Departamento Curricular: 1.º ciclo Grupo Disciplinar: 110	Disciplina(s): Educação Física
	Ano(s) de Escolaridade: 1.º ano
	Ciclo: 1.º ciclo

Domínios / Temas e ponderações	Critérios de avaliação com breves descritores (AE)	Processos de recolha de informação	
		Para avaliação formativa	Para avaliação sumativa
Perícias e manipulações 30%	✓ Adquire conhecimento; ✓ Seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ Adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ Cumpre os deveres e exerce os seus direitos; ✓ Reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ Domina capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal, adaptando-as aos diferentes contextos; ✓ Adequa comportamentos; ✓ Constrói relações; ✓ Trabalha em equipa; ✓ Revela tolerância e empatia; ✓ Lança uma bola em precisão a um alvo fixo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; ✓ Recebe a bola com as duas mãos, após lançamento à parede, evitando que caia ou toque outra parte do corpo; ✓ Roda o arco no solo, segundo o eixo vertical, saltando para dentro dele antes que finalize a sua rotação; ✓ Dribla com cada uma das mãos, em deslocamento, controlando a bola para manter a direção desejada; ✓ Lança uma bola em distância com a «mão melhor» (a mão mais forte) e com as duas mãos, para além de uma marca; ✓ Lança para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e recebe-a com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível); ✓ Pontapeia a bola em precisão a um alvo, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio.	Inquérito	Inquérito
		Observação	Observação

Deslocamentos e equilíbrios 30%	✓ Adquire conhecimento; ✓ Seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ Adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ Cumpre os deveres e exerce os seus direitos; ✓ Reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ Domina capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal, adaptando-as aos diferentes contextos; ✓ Adequa comportamentos; ✓ Constrói relações; ✓ Trabalha em equipa; ✓ Revela tolerância e empatia; ✓ Rola sobre si próprio em posições diferentes, nas principais direções e nos dois sentidos; ✓ Salta sobre obstáculos de alturas e comprimentos variados, com chamada a um pé e a «pés juntos», com receção equilibrada no solo; ✓ Salta para um plano superior (mesa ou plinto), após chamada a pés juntos, apoiando as mãos para se sentar, ou apoiar os pés, ou os joelhos; ✓ Salta de um plano superior com receção equilibrada no colchão.	Inquérito Observação	Inquérito Observação
Jogos 40%	✓ Adquire conhecimento; ✓ Seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ Adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ Cumpre os deveres e exerce os seus direitos; ✓ Reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ Domina capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal, adaptando-as aos diferentes contextos; ✓ Adequa comportamentos; ✓ Constrói relações; ✓ Trabalha em equipa; ✓ Revela tolerância e empatia; ✓ Pratica jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos, designadamente: • Posições de equilíbrio;	Inquérito Observação	Inquérito Observação

	• Deslocamentos em corrida com «fintas» e «mudanças de direção e de velocidade; • Combinações de apoios variados associados com corrida, marcha e voltas; • Lançamentos de precisão e à distância; • Pontapés de precisão e à distância.		
--	--	--	--

Proposta elaborada em reunião de grupo
08/09/2026

DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO 2026/2027

Departamento Curricular: 1.º ciclo Grupo Disciplinar: 110	Disciplina(s): Educação Física
	Ano(s) de Escolaridade: 1.º ano
	Ciclo: 1.º ciclo

Domínios/ Temas	Desempenho	Descritores	Menção
Perícias e manipulações	Aluno que, com muita facilidade, no seu processo de aprendizagem:	✓ Adquire conhecimento; ✓ Seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ Adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ Cumpre os deveres e exerce os seus direitos; ✓ Reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ Domina capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal, adaptando-as aos diferentes contextos; ✓ Adequa comportamentos; ✓ Constrói relações; ✓ Trabalha em equipa; ✓ Revela tolerância e empatia; ✓ Lança uma bola em precisão a um alvo fixo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; ✓ Recebe a bola com as duas mãos, após lançamento à parede, evitando que caia ou toque outra parte do corpo; ✓ Roda o arco no solo, segundo o eixo vertical, saltando para dentro dele antes que finalize a sua rotação; ✓ Dribla com cada uma das mãos, em deslocamento, controlando a bola para manter a direção desejada; ✓ Lança uma bola em distância com a «mão melhor» (a mão mais forte) e com as duas mãos, para além de uma marca; ✓ Lança para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e recebe-a com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível); ✓ Pontapeia a bola em precisão a um alvo, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio.	Muito Bom
	Aluno que, com facilidade, no seu processo de aprendizagem:		Bom
	Aluno que no seu processo de aprendizagem:		Suficiente
	Aluno que, com bastante/muita dificuldade, no seu processo de aprendizagem:		Insuficiente
Deslocamentos e equilíbrios	Aluno que, com muita facilidade, no seu processo de aprendizagem:	✓ Adquire conhecimento; ✓ Seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ Adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ Cumpre os deveres e exerce os seus direitos; ✓ Reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ Domina capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal, adaptando-as aos diferentes contextos; ✓ Adequa comportamentos;	Muito Bom
	Aluno que, com facilidade, no seu processo de aprendizagem:		Bom

	Aluno que no seu processo de aprendizagem:	✓ Constrói relações; ✓ Trabalha em equipa; ✓ Revela tolerância e empatia;	Suficiente
	Aluno que, com bastante/muita dificuldade, no seu processo de aprendizagem:	✓ Rola sobre si próprio em posições diferentes, nas principais direções e nos dois sentidos; ✓ Salta sobre obstáculos de alturas e comprimentos variados, com chamada a um pé e a «pés juntos», com receção equilibrada no solo; ✓ Salta para um plano superior (mesa ou plinto), após chamada a pés juntos, apoiando as mãos para se sentar, ou apoiar os pés, ou os joelhos; ✓ Salta de um plano superior com receção equilibrada no colchão.	Insuficiente
Jogos	Aluno que, com muita facilidade, no seu processo de aprendizagem:	✓ Adquire conhecimento; ✓ Seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ Adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ Cumpre os deveres e exerce os seus direitos; ✓ Reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ Domina capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal, adaptando-as aos diferentes contextos; ✓ Adequa comportamentos; ✓ Constrói relações; ✓ Trabalha em equipa; ✓ Revela tolerância e empatia; ✓ Pratica jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos, designadamente: • Posições de equilíbrio; • Deslocamentos em corrida com «fintas» e «mudanças de direção e de velocidade»; • Combinações de apoios variados associados com corrida, marcha e voltas. • Lançamentos de precisão e à distância; • Pontapés de precisão e à distância.	Muito Bom
	Aluno que, com facilidade, no seu processo de aprendizagem:		Bom
	Aluno que no seu processo de aprendizagem:		Suficiente
	Aluno que, com bastante/muita dificuldade, no seu processo de aprendizagem:		Insuficiente