

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2026/2027

Departamento Curricular: 1.ºciclo Grupo Disciplinar: 110	Disciplina(s): Educação Física
	Ano(s) de Escolaridade: 4.ºano
	Ciclo: 1.ºciclo

Domínios / Temáticas e ponderações	Critérios de avaliação com breves descritores (AE)	Processos de recolha de informação	
		Para avaliação formativa	Para avaliação sumativa
Ginástica 30%	✓ demonstra rigor na execução técnica; ✓ adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ valoriza o papel das várias formas de expressão artística e do património material e imaterial na vida e na cultura das comunidades; ✓ adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar; ✓ conhece e aplica regras de preservação dos recursos materiais; ✓ intervém de modo oportuno em situações de aprendizagem; ✓ revela aptidão para fazer auto e heteroavaliação; ✓ autorregula a sua aprendizagem; ✓ interioriza e aplica regras de higiene e segurança e normas sociais; ✓ desenvolve autoconfiança e persistência; ✓ adota uma postura correta de acordo com as situações; ✓ improvisa, combinando e manipulando vários elementos, utilizando múltiplos recursos, com técnicas e tecnologias; ✓ respeita a dignidade humana, valorizando a diversidade e a inclusão dos indivíduos e dos grupos; ✓ gere as suas emoções; ✓ coopera com a comunidade educativa; ✓ relaciona-se em grupos lúdicos, desportivos, artísticos; ✓ coopera na preparação e organização dos materiais; ✓ valoriza e respeita o ambiente; realiza habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	Observação Análise de conteúdo	Inquérito Testagem
Jogos 30%	✓ demonstra rigor na execução técnica; ✓ reconhece as especificidades e as intencionalidades das diferentes manifestações culturais; ✓ experimenta processos próprios das diferentes formas de arte; ✓ adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar; ✓ conhece e aplica regras de preservação dos recursos materiais; ✓ compõe, combinando diversos elementos, seguindo regras;	Observação Análise de conteúdo	Inquérito Testagem

	✓ revela aptidão para fazer auto e heteroavaliação; ✓ autorregula a sua aprendizagem; ✓ interioriza e aplica regras de higiene e segurança e normas sociais; ✓ desenvolve autoconfiança e persistência; ✓ respeita a dignidade humana, valorizando a diversidade e a inclusão dos indivíduos e dos grupos; ✓ gere as suas emoções; ✓ trabalha em equipa; ✓ negocia compromissos; ✓ relaciona-se em grupos lúdicos, desportivos, artísticos; ✓ coopera na preparação e organização dos materiais; ✓ valoriza e respeita o ambiente; participa em jogos 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.		
Percursos na Natureza 40%	✓ adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar; ✓ defende e contribui para a sustentabilidade ecológica; ✓ seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ intervém de modo oportuno em situações de aprendizagem; ✓ reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ revela aptidão para fazer auto e heteroavaliação; ✓ autorregula a sua aprendizagem; ✓ interioriza e aplica regras de higiene e segurança e normas sociais; ✓ desenvolve autoconfiança e persistência; ✓ é capaz de adotar estratégias de superação de dificuldades; ✓ respeita a dignidade humana, valorizando a diversidade e a inclusão dos indivíduos e dos grupos; ✓ gere as suas emoções; ✓ trabalha em equipa; ✓ negocia compromissos; ✓ coopera com a comunidade educativa; ✓ relaciona-se em grupos lúdicos, desportivos, artísticos; ✓ valoriza e respeita o ambiente; ✓ escolhe e realiza habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.	Observação Análise de conteúdo	Inquérito Testagem

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: 4.º ano
	Ciclo: 1.º ciclo

Domínios/Temas	Desempenho	Descritores	Menção
Ginástica	Aluno que, com muita facilidade, no seu processo de aprendizagem:	✓ demonstra rigor na execução técnica; ✓ adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ valoriza o papel das várias formas de expressão artística e do património material e imaterial na vida e na cultura das comunidades; ✓ adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar; ✓ conhece e aplica regras de preservação dos recursos materiais; ✓ intervém de modo oportuno em situações de aprendizagem; ✓ revela aptidão para fazer auto e heteroavaliação; ✓ autorregula a sua aprendizagem; ✓ interioriza e aplica regras de higiene e segurança e normas sociais; ✓ desenvolve autoconfiança e persistência; ✓ adota uma postura correta de acordo com as situações; ✓ improvisa, combinando e manipulando vários elementos, utilizando múltiplos recursos, com técnicas e tecnologias; ✓ respeita a dignidade humana, valorizando a diversidade e a inclusão dos indivíduos e dos grupos; ✓ gere as suas emoções; ✓ coopera com a comunidade educativa; ✓ relaciona-se em grupos lúdicos, desportivos, artísticos; ✓ coopera na preparação e organização dos materiais; ✓ valoriza e respeita o ambiente; ✓ realiza habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	Muito Bom
	Aluno que, com facilidade, no seu processo de aprendizagem:		Bom
	Aluno que no seu processo de aprendizagem:		Suficiente
	Aluno que, no seu processo de aprendizagem, raramente ou com muita ajuda:		Insuficiente
Jogos	Aluno que, com muita facilidade, no seu processo de aprendizagem:	✓ demonstra rigor na execução técnica; ✓ reconhece as especificidades e as intencionalidades das diferentes manifestações culturais; ✓ experimenta processos próprios das diferentes formas de arte; ✓ adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar; ✓ conhece e aplica regras de preservação dos recursos materiais; ✓ compõe, combinando diversos elementos, seguindo regras; ✓ revela aptidão para fazer auto e heteroavaliação; ✓ autorregula a sua aprendizagem; ✓ interioriza e aplica regras de higiene e segurança e normas sociais; ✓ desenvolve autoconfiança e persistência; ✓ respeita a dignidade humana, valorizando a diversidade e a inclusão dos indivíduos e dos grupos;	Muito Bom
	Aluno que, com facilidade, no seu processo de aprendizagem:		Bom

	Aluno que no seu processo de aprendizagem:	✓ gere as suas emoções; ✓ trabalha em equipa; ✓ negocia compromissos; ✓ relaciona-se em grupos lúdicos, desportivos, artísticos; ✓ coopera na preparação e organização dos materiais; ✓ valoriza e respeita o ambiente; ✓ participa em jogos 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.	Suficiente
	Aluno que, no seu processo de aprendizagem, raramente ou com muita ajuda:		Insuficiente
Percursos na Natureza	Aluno que, com muita facilidade, no seu processo de aprendizagem:	✓ adota estratégias de resolução de problemas adequadas; ✓ adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar; ✓ defende e contribui para a sustentabilidade ecológica; ✓ seleciona e mobiliza conhecimentos, de acordo com as diversas situações de aprendizagem; ✓ intervém de modo oportuno em situações de aprendizagem; ✓ reconhece os seus pontos fortes e fracos, fortalecendo uns e corrigindo outros; ✓ revela aptidão para fazer auto e heteroavaliação; ✓ autorregula a sua aprendizagem; ✓ interioriza e aplica regras de higiene e segurança e normas sociais; ✓ desenvolve autoconfiança e persistência; ✓ é capaz de adotar estratégias de superação de dificuldades; ✓ respeita a dignidade humana, valorizando a diversidade e a inclusão dos indivíduos e dos grupos; ✓ gere as suas emoções; ✓ trabalha em equipa; ✓ negocia compromissos; ✓ coopera com a comunidade educativa; ✓ relaciona-se em grupos lúdicos, desportivos, artísticos; ✓ valoriza e respeita o ambiente; ✓ escolhe e realiza habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.	Muito Bom
	Aluno que, com facilidade, no seu processo de aprendizagem:		Bom
	Aluno que no seu processo de aprendizagem:		Suficiente
	Aluno que, no seu processo de aprendizagem, raramente ou com muita ajuda:		Insuficiente