

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2026/2027

Departamento Curricular: Expressões Grupo Disciplinar: 260	Disciplina(s): Educação Física
	Ano(s) de Escolaridade: 5.º e 6.º
	Ciclo: Ensino Básico 2.ºciclo

Domínios / Temas e ponderações	Critérios de avaliação com breves descritores (AE)	Processos de recolha de informação	
		Para avaliação formativa	Para avaliação sumativa
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (75%)	Desempenho motor - Rigor, Destreza, Exigência, Resiliência e Domínio de materiais e técnicas. - Manipulação de materiais e equipamento. - Composição e Criatividade (na aplicação em novas situações). - Aplicação das regras de segurança pessoal e dos companheiros. - Correção técnica. Prestação aula - Autonomia; - Empenho; - Cooperação; - Tolerância e Solidariedade; - Participação; - Consciência de si próprio e do outro; - Responsabilidade.	- Listas de verificação de realização de uma atividade/tarefa proposta (expressão corporal, execução técnica e tática das diferentes modalidades) - Grelhas de observação direta - Questionários orais - Testes práticos	- Listas de verificação de realização de uma atividade/tarefa proposta (expressão corporal, execução técnica e tática das diferentes modalidades) - Registos de observação direta da participação e interação na aula - Grelhas de observação direta - Relatórios de observação das aulas * - Trabalhos de pesquisa/investigação* - Testagem: Teste prático - Testes digitais*
APTIDÃO FÍSICA (15%)	Desempenho motor - Rigor, Exigência, Resiliência e Domínio de materiais e técnicas. - Aplicação dos processos de elevação do nível funcional da aptidão física. Prestação aula	- Listas de verificação de realização de uma atividade/tarefa proposta (expressão corporal, execução técnica e tática das diferentes modalidades)	- Listas de verificação de realização de uma atividade/ tarefa proposta (expressão corporal, execução técnica e tática)

	Autonomia; Empenho; Cooperação; Tolerância e Solidariedade; Participação; Consciência de si próprio e do outro Responsabilidade.	- Grelhas de observação direta - Questionários orais - Testes práticos	das diferentes modalidades) - Grelhas de observação direta - Relatórios de atividades/aula - Testagem: Testes práticos - Testes orais*
CONHECIMENTOS (10%)	Conhecimento dos conteúdos Rigor; Compreensão e Aplicação; Exigência no domínio das matérias abordadas. Prestação aula Autonomia; Empenho; Tolerância e Solidariedade; Participação e Pertinência da intervenção; Organização na apresentação dos trabalhos; Consciência de si próprio e do outro no controlo das emoções; Responsabilidade.	Análise de conteúdo: - Quizzes - Questionários orais	Testagem: - Testes orais - Trabalhos de pesquisa/investigação

* Alunos com atestado médico

Proposta elaborada em reunião de grupo
08/09/2026

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2026/2027

Departamento curricular: Expressões Grupo Disciplinar: 260	Disciplina (s): Educação Física
	Ano(s) de escolaridade: 5º e 6º
	Ciclo: Ensino Básico (2.ºciclo)

PONDERAÇÕES	DOMÍNIOS	DESCRITORES DE NÍVEIS DE DESEMPENHO				
		Área das Atividades Físicas				
		Nível 1 Insuficiente	Nível 2 Insuficiente	Nível 3 Suficiente	Nível 4 Bom	Nível 5 Muito Bom
80%	Rigor, Destreza, Exigência, Resiliência e domínio de materiais e técnicas/táticas	Não realiza a tarefa. Não conhece o objetivo da modalidade, a função, o modo de execução das principais ações técnico-táticas, os gestos técnicos e as regras da modalidade.	Não atinge o nível Introdução. Executa com muita dificuldade e com ajuda. Executa com muitas incorreções. Não conhece razoavelmente o objetivo da modalidade, a função, o modo de execução das principais ações técnico-táticas, os gestos técnicos e as regras da modalidade.	Executa com domínio do essencial, embora nem sempre com total eficácia e com alguma dificuldade, o nível Introdução. Conhece razoavelmente o objetivo da modalidade, a função, o modo de execução das principais ações técnico-táticas, os gestos técnicos e as regras da modalidade.	Executa com incorreções mínimas o nível Introdução. Executa com domínio do essencial, embora nem sempre com total eficácia e com alguma dificuldade, o nível Introdução. Conhece bem o objetivo da modalidade, a função, o modo de execução das principais ações técnico-táticas, os gestos técnicos e as regras da modalidade.	Executa oportuna, eficazmente e com perfeição o nível Elementar ou atinge o nível Introdução. Conhece muito bem o objetivo da modalidade, a função, o modo de execução das principais ações técnico-táticas, os gestos técnicos e as regras da modalidade
20%	Cordialidade/cooperação/responsabilidade	Não coopera nas situações da aula nem procura o êxito pessoal e do grupo. Não se relaciona com os outros com cordialidade e respeito. Não respeita as decisões da arbitragem, os companheiros e adversários, e não cumpre com as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação, é igual ou superior a 60% das aulas.	Nem sempre coopera nas situações da aula nem procura o êxito pessoal e do grupo. Nem sempre se relaciona com os outros com cordialidade e respeito. Nem sempre respeita as decisões da arbitragem, os companheiros e adversários, e nem sempre cumpre com as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e situa-se entre os 50 e 59% das aulas.	Coopera razoavelmente em quase todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se razoavelmente com os outros com cordialidade e respeito. Respeita razoavelmente as decisões da arbitragem, companheiros e adversários e as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e situa-se entre os 16% e 49% das aulas	Coopera em quase todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se com os outros com bastante cordialidade e respeito. Respeita quase sempre as decisões da arbitragem, companheiros e adversários e as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) situa-se entre os 6% e 15% das aulas.	Coopera em todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se com os outros com muita cordialidade e respeito. Respeita, sempre, as decisões da arbitragem, companheiros e adversários e as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) é inferior a 5% das aulas.

PONDERAÇÕES	DOMÍNIOS		DESCRIPTORIOS DE NÍVEIS DE DESEMPENHO				
			Área da Aptidão Física				
			Nível 1 Insuficiente	Nível 2 Insuficiente	Nível 3 Suficiente	Nível 4 Bom	Nível 5 Muito Bom
90%	Rigor, Destreza, Exigência, Resiliência e domínio de materiais e técnicas	Resistência (Teste de vaivém)	Situa-se muito abaixo da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Não conhece os protocolos estabelecidos.	Não atinge Zona a Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Apresenta falhas graves na aplicação dos protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste, mas perto do limite inferior ao valor de referência. Nem sempre cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge o Perfil Atlético no teste. Cumpre integralmente os protocolos estabelecidos.
		Força (Teste de abdominais, flexões, impulsão horizontal)	Situa-se muito abaixo da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Não conhece os protocolos estabelecidos.	Não atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Apresenta falhas graves na aplicação dos protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste, mas perto do limite inferior ao valor de referência. Nem sempre cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge o Perfil Atlético no teste. Cumpre integralmente os protocolos estabelecidos.
		Resistência (Teste de vaivém)	Situa-se muito abaixo da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Não conhece os protocolos estabelecidos	Não atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Apresenta falhas graves na aplicação dos protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste, mas perto do limite inferior ao valor de referência. Nem sempre cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge o Perfil Atlético no teste. Cumpre integralmente os protocolos estabelecidos.
		Flexibilidade (Teste senta e alcança)	Situa-se muito abaixo da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Não conhece os protocolos estabelecidos	Não atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Apresenta falhas graves na aplicação dos protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste, mas perto do limite inferior ao valor de referência. Nem sempre cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) no teste. Cumpre os protocolos estabelecidos.	Atinge o Perfil Atlético no teste. Cumpre integralmente os protocolos estabelecidos.

10%	Cordialidade/cooperação/ responsabilidade	Não coopera nas situações da aula nem procura o êxito pessoal e do grupo. Não se relaciona com os outros com cordialidade e respeito. Não respeita as decisões da arbitragem, os companheiros e adversários, e não cumpre com as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação, é igual ou superior a 60% das aulas.	Nem sempre coopera nas situações da aula nem procura o êxito pessoal e do grupo. Nem sempre se relaciona com os outros com cordialidade e respeito. Nem sempre respeita as decisões da arbitragem, os companheiros e adversários, e nem sempre cumpre com as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e situa-se entre os 50 e 59% das aulas.	Coopera razoavelmente em quase todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se razoavelmente com os outros com cordialidade e respeito. Respeita razoavelmente as decisões da arbitragem, companheiros e adversários e as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e situa-se entre os 16% e 49% das aulas.	Coopera em quase todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se com os outros com bastante cordialidade e respeito. Respeita quase sempre as decisões da arbitragem, companheiros e adversários e as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) situa-se entre os 6% e 15% das aulas.	Coopera em todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se com os outros com muita cordialidade e respeito. Respeita, sempre, as decisões da arbitragem, companheiros e adversários e as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) é inferior a 5% das aulas.
-----	--	---	--	---	--	--

PONDERAÇÕES	DOMÍNIOS	DESCRIPTORIOS DE NÍVEIS DE DESEMPENHO				
		Área dos Conhecimentos				
		Nível 1 Insuficiente	Nível 2 Insuficiente	Nível 3 Suficiente	Nível 4 Bom	Nível 5 Muito Bom
90%	Rigor, compreensão e Aplicação, Exigência no domínio das	Não demonstra conhecimento e rigor científico no tema. Não realiza tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos.	Demonstra pouco conhecimento e rigor científico no tema. Realiza tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos com dificuldade.	Demonstra um satisfatório conhecimento e rigor científico no tema. Realiza tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos com alguma facilidade.	Demonstra bom conhecimento e rigor científico no tema. Realiza tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos com facilidade.	Demonstra muito bom conhecimento e rigor científico no tema. Realiza tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos com muita facilidade.
10%	Cordialidade/cooperação/responsabilidade	Não participa/coopera na aula nem procura o êxito pessoal e do grupo. Não se relaciona com os outros com cordialidade e respeito e não respeita as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e é igual ou superior a 50% das aulas.	Nem sempre participa/coopera na aula nem procura o êxito pessoal e do grupo. Nem sempre se relaciona com os outros com cordialidade e respeito e nem sempre cumpre com as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e situa-se entre os 50 e 59% das aulas.	Participa/coopera razoavelmente em quase todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se razoavelmente com os outros com cordialidade e respeito e respeita razoavelmente as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) compromete a aquisição das aprendizagens essenciais e a sua avaliação e situa-se entre os 16% e 49% das aulas.	Participa/coopera em quase todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se com os outros com bastante cordialidade e respeito e respeita quase sempre as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) situa-se entre os 6% e 15% das aulas.	Participa/coopera em todas as situações da aula e procura o êxito pessoal e do grupo. Relaciona-se com os outros com muita cordialidade e respeito e respeita sempre as regras da aula. O número de registos negativos (faltas, faltas de material, atrasos) é inferior a 5% das aulas.