



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Ano/Ciclo 2.º CEB – 2025/2026

| Domínios /Temas | Fator de ponderação | Aprendizagens específicas | Descritores do Perfil do Aluno | Instrumentos de avaliação |
|--------------------|---------------------|---|---|--|
| CONHECIMENTOS | 20% | <ul style="list-style-type: none"> - Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. - Conhece o objetivo e identifica as principais regras nos Jogos Pré-desportivos e nos Jogos Coletivos - Identifica as principais destrezas e aparelhos na Ginástica desolo e de aparelhos. - Explica as modalidades abordadas no Atletismo. - Conhece e aplica as regras de utilização e preservação dos materiais. - Compreende a importância da atividade física para o desenvolvimento físico e para a saúde no seu todo. - É pontual na apresentação de trabalhos. | <p>Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador/Sistematizador/Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p> <p>Criativo/Expressivo (A; C; D; J)</p> <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador/Comunicador (A, B, D, E, F, H, I, J)</p> <p>Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> | <p>Fichas de avaliação (orais/escritas)</p> <p>Questões de aula</p> <p>Participação oral</p> <p>Grelhas de observação</p> <p>Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo</p> <p>Trabalhos colaborativos (pares/grupo)</p> |
| ATIVIDADES FÍSICAS | 65% | <p>Competências comuns às Subáreas das Atividades Físicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relaciona-se com respeito; - coopera com os companheiros; - aceita o apoio dos outros; - empenha-se em procurar superar dificuldades; - é persistente perante as tarefas que lhe são solicitadas. <p>Competências específicas por Subárea:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aplica as principais regras dos Jogos Pré-desportivos e dos Jogos Desportivos Coletivos; - ajusta as qualidades motoras e habilidades básicas à situação de jogo e ao seu objetivo; - revela sentido de equipa; - realiza as destrezas elementares na ginástica de solo e aparelhos, aplicando os critérios de correção técnica; - cria soluções estéticas e criativas; - aplica as técnicas elementares e os regulamentos nas modalidades simplificadas do Atletismo; | | |
| APTIDÃO FÍSICA | 15% | <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolve capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na zona saudável da aptidão física do programa Fitnessgram / Fitescola, para a sua idade e sexo. | | |



| COMPETÊNCIA - CAPACIDADES E CONHECIMENTOS | | |
|--|---|----------------------|
| PERFIL DE APRENDIZAGEM – NÍVEIS DE DESEMPENHO – 5º ANO | | Nível |
| ATIVIDADES FÍSICAS | O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas | Muito Insuficiente 1 |
| | O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas. | Insuficiente 2 |
| | O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas. | Suficiente 3 |
| | O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas. | Bom 4 |
| | O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos cinco subáreas. | Muito Bom 5 |
| APTIDÃO FÍSICA | O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável | Muito Insuficiente 1 |
| | O aluno apresenta três valores fora da zona saudável sendo um deles em resultado do teste de aptidão aeróbia | Insuficiente 2 |
| | O aluno apresenta apenas dois valores fora da zona saudável dentro da zona saudável | Suficiente 3 |
| | O aluno apresenta apenas um valor fora da zona saudável, dentro da zona saudável | Bom 4 |
| | O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável | Muito Bom 5 |
| CONHECIMENTOS | O aluno não domina os conteúdos | Muito Insuficiente 1 |
| | O aluno apresenta dificuldades nos conteúdos | Insuficiente 2 |
| | O aluno domina alguns conteúdos | Suficiente 3 |
| | O aluno domina a maioria dos conteúdos | Bom 4 |
| | O aluno domina a totalidade dos conteúdos | Muito Bom 5 |



| COMPETÊNCIA - CAPACIDADES E CONHECIMENTOS | | | |
|--|--|--------------------|-------|
| PERFIL DE APRENDIZAGEM – NÍVEIS DE DESEMPENHO – 6º ANO | | | Nível |
| ATIVIDADES FÍSICAS | O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas | Muito Insuficiente | 1 |
| | O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas. | Insuficiente | 2 |
| | O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas. | Suficiente | 3 |
| | O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos cinco subáreas. | Bom | 4 |
| | O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório em três subáreas e ainda o nível elementar em duas subáreas. | Muito Bom | 5 |
| APTIDÃO FÍSICA | O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável | Muito Insuficiente | 1 |
| | O aluno apresenta três valores fora da zona saudável sendo um deles em resultado do teste de aptidão aeróbia | Insuficiente | 2 |
| | O aluno apresenta apenas dois valores fora da zona saudável dentro da zona saudável | Suficiente | 3 |
| | O aluno apresenta apenas um valor fora da zona saudável, dentro da zona saudável | Bom | 4 |
| | O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável | Muito Bom | 5 |
| CONHECIMENTOS | O aluno não domina os conteúdos | Muito Insuficiente | 1 |
| | O aluno apresenta dificuldades nos conteúdos | Insuficiente | 2 |
| | O aluno domina alguns conteúdos | Suficiente | 3 |
| | O aluno domina a maioria dos conteúdos | Bom | 4 |
| | O aluno domina a totalidade dos conteúdos | Muito Bom | 5 |



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ÁGUEDA
...unidos na diversidade pelo acesso à educação inclusiva...

