

CrITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO*

Educação Física – 2º ciclo

Ano letivo: 2026/2027

Atitudes / Comportamentos	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
- Ser assíduo e pontual. - Trazer o equipamento necessário. - Relacionar-se com cordialidade e respeito com professor, auxiliares de educação e colegas (quer no papel de parceiros quer no de adversários). - Aceitar o apoio dos companheiros, bem como as opções e dificuldades dos outros. - Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização. - Assumir a responsabilidade das suas ações. - Empenhar-se nas aprendizagens.	Observação direta.	20%
Atividades Físicas	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
- SUBÁREA JOGOS (5ºano): Realizar habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. - SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Voleibol, Basquetebol, Futebol): Cooperar com os companheiros, desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e suas regras. - SUBÁREA GINÁSTICA (Solo e Aparelhos): Compor e realizar as destrezas elementares em esquemas individuais ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão. - SUBÁREA ATLETISMO: Realizar saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e cumprindo corretamente as exigências técnicas e regulamentares. - SUBÁREA PATINAGEM: Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as ações para orientar o deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequência rítmicas, percursos ou jogos. - SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (Dança): Interpretar sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. - OUTRAS (Luta): Realizar ações de oposição direta solicitadas de combate, utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.	- Observação direta de situações práticas de avaliação: - Situações de exercício; - Percursos; - Circuitos; - Jogo condicionado; - Jogo formal; - Coreografias.	50%
Aptidão Física	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e sexo.	- Observação direta de situações práticas de avaliação: - Situações de prova.	15%

Conhecimentos	Técnicas e Instrumentos de avaliação	Ponderação na avaliação sumativa
- Identificar as capacidades físicas de acordo com o esforço realizado. - Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre as suas regras, técnica, organização, ética desportiva. - Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, regras de segurança pessoal e dos companheiros e de preservação dos materiais.	- Testes de avaliação. - Chamadas orais. - Relatórios. - Trabalhos escritos. - Trabalho de projeto.	15%

PERFIL DOS ALUNOS		
Áreas de Competências		Valores
A – Linguagem e textos B – Informação e comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas D – Pensamento crítico e pensamento criativo E – Relacionamento interpessoal	F – Desenvolvimento pessoal e autonomia G – Bem-estar, saúde e ambiente H – Sensibilidade estética e artística I – Saber científico, técnico e tecnológico J – Consciência e domínio do corpo	- Liberdade - Responsabilidade e integridade - Cidadania e participação - Excelência e exigência - Curiosidade, reflexão e inovação

* Os critérios de avaliação estão de acordo com as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do Ensino Básico (2018) e foram elaborados em articulação com as Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA).

As atividades desenvolvidas nos DAC no âmbito da disciplina são consideradas na avaliação da disciplina.

SITUAÇÕES EXCECIONAIS DE AVALIAÇÃO

Na avaliação de alunos que por impedimentos de saúde, devidamente comprovados por atestado médico (que deverá contemplar qual o tipo de impedimento de prática tem cada caso), não possibilitam a realização da prática da aula de Educação Física, serão excluídas as áreas das Atividades Físicas e da Aptidão Física, resultando a avaliação das seguintes ponderações:

Atitudes/Comportamentos - 30%;

Conhecimentos - 70%.