

**CRITÉRIOS TRANSVERSAIS AO AEB**

<b>CONHECIMENTO</b>				
<b>Descritores de desempenho</b>				
<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	<b>Nível Intermédio</b>	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	<b>Nível Intermédio</b>	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas. Não estabelece relações entre os conceitos.

<b>APLICAÇÃO / APROPRIAÇÃO</b>				
<b>Descritores de desempenho</b>				
<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Otimiza os recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.	<b>Nível Intermédio</b>	Otimiza alguns recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.	<b>Nível Intermédio</b>	Não otimiza os recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.

COMUNICAÇÃO				
Descritores de desempenho				
5	4	3	2	1
Comunica e/ou participa, sempre, com correção científica, de forma clara, organizada e rigorosa.	Nível Intermédio	Comunica e/ou participa, por vezes, com correção científica, mas de forma nem sempre clara, organizada e rigorosa.	Nível Intermédio	Não comunica e/ou participa, com correção científica, nem o faz de forma clara, organizada e rigorosa.

ATITUDES E VALORES				
Descritores de desempenho				
5	4	3	2	1
Cumpe os deveres do aluno e empenha-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.	Nível Intermédio	Cumpe os deveres de aluno(a) e empenha-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.	Nível Intermédio	. Não cumpre os deveres de aluno(a) e não se empenha na partilha de ideias/estratégias, não negocia soluções e não respeita o outro, não demonstrando empatia ou espírito democrático.

Ano Letivo: 2025/2026

Ano de Escolaridade: 5 e 6 º ano

DEPARTAMENTO DE: Expressões

PORTARIA: nº 223-A/2018, de 3 de agosto

DISCIPLINA DE: EDUCAÇÃO FÍSICA

DOMÍNIOS /TEMAS	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO SUMATIVA, COM VISTA À CLASSIFICAÇÃO DOS ALUNOS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO
Área das ATIVIDADES FÍSICAS	Rubrica	Atletismo	Conhecimento Correção técnica Amplitude/Tempo de execução Atitudes e Valores	Informação e comunicação Relacionamento interpessoal Consciência e domínio do corpo Bem-estar, saúde e ambiente
		Atividades Rítmicas Expressivas	Conhecimento Correção técnica Ritmo/Expressão corporal Atitudes e Valores	Informação e comunicação Relacionamento interpessoal Consciência e domínio do corpo Sensibilidade estética e artística
		Exercício Critério	Conhecimento Correção técnica Análise e aperfeiçoamento Atitudes e Valores	Informação e comunicação Relacionamento interpessoal Consciência e domínio do corpo Pensamento crítico
		Situação de Jogo	Conhecimento Correção técnica Comunicação Atitudes e Valores	Informação e comunicação Relacionamento interpessoal Saber científico, técnico e tecnológico
Área da APTIDÃO FÍSICA	Rubrica	FITescola (1)	Conhecimento Correção técnica Amplitude/Tempo de execução/Nº rep. Atitudes e Valores	Informação e comunicação Relacionamento interpessoal Consciência e domínio do corpo

				Desenvolvimento pessoal e autonomia
Área dos CONHECIMENTOS	Rubrica	Questões de aula Questionários (Google Forms; Quizizz; Kahoot; outros) Trabalho de pesquisa (atest. médico (2)	Conhecimento Comunicação Aplicação/Apropriação Rigor	Linguagens e textos Informação e comunicação Pensamento crítico. Saber científico, técnico e tecnológico

Dimensão escrita: 10% Dimensão oral: 5% Dimensão prática/experimental: 85%

Rubrica de Avaliação – ATLETISMO					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	5 (90%-100%)	4	3 (50%-69%)	2	1 (0%-19%)
Conhecimento	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	NÍVEL INTERMÉDIO	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	NÍVEL INTERMÉDIO	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas. Não estabelece relações entre os conceitos.

Correção Técnica	Realiza e analisa provas combinadas de Atletismo: saltos, corridas, lançamentos (de acordo com o previsto na planificação anual), cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e dos regulamentos, não só como praticante, mas também como juiz.	N. Intermédio	Realiza e analisa provas combinadas de Atletismo: saltos, corridas, lançamentos (de acordo com o previsto na planificação anual), cumprindo parcialmente as exigências elementares, técnicas e regulamento, apenas como praticante.	N. Intermédio	Não realiza as provas combinadas no Atletismo: saltos, corridas, lançamentos (de acordo com o previsto na planificação anual).
Amplitude / Tempo de execução	A marca alcançada é igual ao estabelecido para o nível 5 de execução da grelha específica da modalidade.	N. Intermédio	A marca alcançada é igual ao estabelecido para o nível 3 de execução da grelha específica da modalidade.	N. Intermédio	A marca alcançada é inferior ao estabelecido para o nível 2 de execução da tabela da modalidade.
Atitudes e Valores	Cumprir os deveres de aluno(a) e empenha-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.	N. Intermédio	Cumprir os deveres de aluno(a) e empenha-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.	N. Intermédio	Não cumprir os deveres de aluno(a) e não se empenha na partilha de ideias/estratégias, não negocia soluções e não respeita o outro, não demonstrando empatia ou espírito democrático.

**Rubrica de Avaliação – ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS**

CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	5 (90%-100%)	4	3 (50%-69%)	2	1 (0%-19%)

Conhecimento	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas. Não estabelece relações entre os conceitos.
Correção técnica	Combina e realiza corretamente movimentos gímnicos no solo de acordo com as propostas apresentadas. Realiza expressivamente diferentes formas de deslocamento. Explora movimentos em grupo com marcações rítmicas adequadas e combinadas.	N. Intermédio	Realiza movimentos gímnicos no solo, com algumas incorreções, de acordo com as propostas apresentadas. Realiza com pouca expressividade diferentes formas de deslocamento. Tem dificuldades em participar em movimentos combinados em grupo.	N. Intermédio	Não realiza movimentos com marcações rítmicas adequadas. Recusa-se a participar em movimentos combinados em grupo.
Ritmo / Expressão corporal	Executa expressivamente os movimentos no ritmo adequado. Executa corretamente os movimentos combinados de acordo com o ritmo ou a música escolhida.	N. Intermédio	Executa alguns movimentos no ritmo adequado. Executa corretamente alguns movimentos combinados de acordo com o ritmo ou a música escolhida.	N. Intermédio	Executa alguns movimentos sem nenhuma expressividade. Recusa-se a realizar movimentos combinados em pequenos grupos.
Atitudes e Valores	Cumprir os deveres de aluno(a) e empenha-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.	N. Intermédio	Cumprir os deveres de aluno(a) e empenha-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.	N. Intermédio	Não cumprir os deveres de aluno(a) e não se empenha na partilha de ideias/estratégias, não negocia soluções e não respeita o outro, não demonstrando empatia ou espírito democrático.

**Rubrica de Avaliação – EXERCÍCIO CRITÉRIO**

CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	5 (90%-100%)	4	3 (50%-69%)	2	1 (0%-19%)
Conhecimento	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas.  Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas.  Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas.  Não estabelece relações entre os conceitos.
Correção Técnica	Realiza com oportunidade e correção técnica todos os gestos técnicos e exercícios específicos solicitados.	N. Intermédio	Realiza com oportunidade e correção técnica a maioria dos gestos técnicos e exercícios específicos solicitados.	N. Intermédio	Não realiza ou realiza apenas alguns gestos técnicos com muita incorreção.
Análise e Aperfeiçoamento	Analisa e identifica aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho.  Analisa os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria.	N. Intermédio	Analisa, mas não identifica aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho.  Analisa os seus desempenhos e os dos outros, aceitando sugestões de melhoria.	N. Intermédio	Não analisa nem identifica aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho.  Analisa os seus desempenhos e os dos outros, mas não dá nem aceita sugestões de melhoria.

Atitudes e Valores	Cumprir os deveres do aluno e empenhar-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.	N. Intermédio	Cumprir os deveres de aluno(a) e empenhar-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.	N. Intermédio	Não cumprir os deveres de aluno(a) e não se empenhar na partilha de ideias/estratégias, não negociar soluções e não respeitar o outro, não demonstrando empatia ou espírito democrático.
--------------------	--	---------------	--	---------------	--

**Rubrica de Avaliação – SITUAÇÃO DE JOGO**

CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	5 (90%-100%)	4	3 (50%-69%)	2	1 (0%-19%)
Conhecimento	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas. Não estabelece relações entre os conceitos.
Correção Técnica	Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme cada fase do jogo.	N. Intermédio	Realiza com oportunidade e correção algumas ações técnico-táticas elementares, numa função específica, conforme cada fase do jogo.	N. Intermédio	Não realiza as ações técnico-táticas das fases do jogo.
Comunicação	Comunica e/ou participa, sempre, com correção científica, de forma clara, organizada e rigorosa.	N. Intermédio	Comunica e/ou participa, por vezes, com correção científica, mas de forma nem sempre clara, organizada e rigorosa.	N. Intermédio	Não comunica e/ou participa, com correção científica, nem o faz de forma clara, organizada e rigorosa.



Atitudes e Valores	Cumprir os deveres do aluno e empenha-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.	N. Intermédio	Cumprir os deveres de aluno(a) e empenha-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.	N. Intermédio	Não cumprir os deveres de aluno(a) e não se empenha na partilha de ideias/estratégias, não negocia soluções e não respeita o outro, não demonstrando empatia ou espírito democrático.
--------------------	---	---------------	---	---------------	---

Rubrica de Avaliação – FITescola					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	5 (90%-100%)	4	3 (50%-69%)	2	1 (0%-19%)
Conhecimento	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas.  Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas.  Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas.  Não estabelece relações entre os conceitos.
Correção Técnica	Realiza e analisa provas de aptidão física do programa FITescola, cumprindo corretamente as exigências elementares e técnicas, de acordo com o protocolo específico.	N. Intermédio	Realiza as provas de aptidão física do programa FITescola, cumprindo parcialmente as exigências elementares e técnicas, de acordo com o protocolo específico.	N. Intermédio	Não realiza as provas de aptidão física do programa FITescola ou realiza-as sem cumprir as exigências elementares e técnicas, de acordo com o protocolo específico.

Amplitude/Tempo de execução/ Nº de repetições	Evidencia aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular em seis testes realizados do programa FITescola, apresentando 5 (cinco) resultados enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física, de acordo com as tabelas de referência para a sua idade e género.	N. Intermédio	Evidencia alguma aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular em seis testes realizados do programa FITescola, apresentando 3 (três) resultados enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física, de acordo com as tabelas de referência para a sua idade e género.	N. Intermédio	Evidencia pouca ou nenhuma aptidão aeróbia e neuromuscular nos testes realizados do programa FITescola apresentando apenas 1 ou nenhum resultado enquadrado na Zona Saudável de Aptidão Física, de acordo com as tabelas de referência para a idade e género.
Atitudes e Valores	Cumpe os deveres de aluno(a) e empenha-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.	N. Intermédio	Cumpe os deveres de aluno(a) e empenha-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.	N. Intermédio	Não cumpe os deveres de aluno(a) e não se empenha na partilha de ideias/estratégias, não negocia soluções e não respeita o outro, não demonstrando empatia ou espírito democrático.

Rubrica de Avaliação – Trabalhos de Pesquisa/Questionários/Questões de aula					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	5 (90%-100%)	4	3 (50%-69%)	2	1 (0%-19%)
Conhecimento	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas.  Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas.  Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos.	N. Intermédio	Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas.  Não estabelece relações entre os conceitos.

Aplicação/ Apropriação	Otimiza os recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.	N. Intermédio	Otimiza alguns recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.	N. Intermédio	Não otimiza os recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente
Comunicação	Comunica e/ou participa, sempre, com correção científica, de forma clara, organizada e rigorosa.	N. Intermédio	Comunica e/ou participa, por vezes, com correção científica, mas de forma nem sempre clara, organizada e rigorosa.	N. Intermédio	Não comunica e/ou participa, com correção científica, nem o faz de forma clara, organizada e rigorosa.
Rigor	Usa conceitos rigorosos e vocabulário adequado ao tema definido. É objetivo e não mistura conceitos. Demonstra conhecimento dos conteúdos abordados.	N. Intermédio	Usa vocabulário adequado ao tema definido. É objetivo, mas mistura conceitos. Demonstra algum conhecimento dos conteúdos abordados	N. Intermédio	Não apresenta o trabalho escrito nem qualquer documento relacionado.

Observações:

- (1) Os alunos com mobilidade reduzida (excesso de peso ou dificuldades motoras) são avaliados tendo em conta a evolução dos resultados obtidos entre a 1ª, a 2ª e a última bateria de testes do FITescola.
- (2) Os alunos com impedimento de participação temporária (mais de 1 mês) ou de longa duração (todo o ano letivo) na componente prática da disciplina, justificada com Atestado Médico, serão avaliados através de um trabalho escrito e/ou questionários de avaliação, de acordo com os critérios definidos na Área dos Conhecimentos. Estes alunos têm de estar presentes nas aulas e participar em tarefas que não colidam com o prescrito no atestado médico.
- (3) Os alunos ao abrigo do Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, serão avaliados de acordo com as medidas inscritas nos seus Planos, para a disciplina de Educação Física.

Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico de 3 /12 / 2025