

# SISTEMA DE AVALIAÇÃO E CLASSIFICAÇÃO

2025/2026

2.º CICLO

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES		GRUPO: 260 - ENSINO BÁSICO		DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA	
Domínios		Fator de ponderação	Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do aluno	Técnicas / Instrumentos de avaliação
Conhecimentos / Capacidades / Atitudes	ATIVIDADES FÍSICAS	D1  50%	- Desenvolver as competências essenciais para o 2.º Ciclo de nível <b>INTRODUÇÃO</b> em três matérias (5.º ano) / quatro matérias (6.º ano) de diferentes subáreas constantes na planificação da disciplina.	Conhecedor/Sabedor /culto/ informado (A, B, G, I, J)  Criativo/ Analítico (A, B, C, D, G)  Questionador / investigador (A, C, D, F, G, I, J)  Sistematizador/organizador (A, B, C, I, J)  Comunicador / Interventor (A, B, D, E, G, H, I)  Autoavaliador (transversal às áreas)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observação direta nas aulas</li> <li>Provas práticas por Unidade Didática</li> <li>Testes “FITescola”</li> <li>Prestações e trabalhos desenvolvidos pelo aluno na aula e fora dela</li> <li>Testes</li> <li>Trabalhos escritos</li> <li>Tarefas atribuídas</li> <li>Grelhas de observação da participação nas aulas</li> <li>Listas de verificação</li> </ul>
	CONHECIMENTOS	D2  10%	- Mobilizar e integrar o conhecimento; - Formular pensamento crítico e criativo; - Revelar os conhecimentos definidos nas Aprendizagens Essenciais do Programa de EF do 2.º ciclo nesta Área.		
	APTIDÃO FÍSICA	D3  10%	- Evidenciar Aptidão Muscular e Aptidão Aeróbica encontrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física (referência da FITescola).		

	<b>Cooperação</b>	<b>D4</b>  <b>10%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participar ativamente em atividades de grupo;</li> <li>Ajudar os colegas quando necessário;</li> <li>Respeitar os papéis e tarefas atribuídos;</li> <li>Partilhar ideias e aceitar as dos colegas.</li> </ul>	<b>Participativo/colaborador</b> (B, C, D, E, F)  <b>Responsável/autônomo</b> (C, D, E, F, G, I, J)  <b>Respeitador da diferença do outro</b> (A, B, E, F, H)  <b>Cuidador de si e do outro</b> (B, E, F, G)	- Grelhas de registo de observação em sala de aula
	<b>Responsabilidade</b>	<b>D5</b>  <b>5%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Revelar organização na realização das tarefas propostas, em tempo útil.</li> <li>Possuir e utilizar adequadamente o material obrigatório para as aulas;</li> <li>Ser assíduo e pontual;</li> <li>Assumir as consequências das suas ações;</li> <li>Estar atento e concentrado.</li> </ul>		
	<b>Relacionamento Interpessoal</b>	<b>D6</b>  <b>10%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adequar comportamentos em contextos de cooperação, partilha, colaboração e competição;</li> <li>Trabalhar em equipa e utilizar diferentes meios para comunicar presencialmente e em rede;</li> <li>Respeitar colegas, professores e funcionários, utilizado sempre uma linguagem adequada;</li> <li>Escutar com atenção e sem interromper;</li> <li>Resolver conflitos de forma pacífica.</li> </ul>		
	<b>Autonomia</b>	<b>D7</b>  <b>5%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizar instrumentos diversificados para pesquisar e mobilizar informação, de forma crítica, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade;</li> <li>Desenvolver novas ideias e soluções, aplicando-as a diferentes contextos e áreas de aprendizagem;</li> <li>Iniciar tarefas autonomamente e procurar soluções antes de pedir ajuda;</li> <li>Fazer escolhas conscientes;</li> <li>Avaliar o seu trabalho e identificar pontos a melhorar.</li> </ul>		

### Áreas de competências do Perfil dos Alunos

A - Linguagens 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.