

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 INTRODUÇÃO 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)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Observação direta nas aulas ▪ Provas práticas por Unidade Didática ▪ Testes “FITescola” ▪ Prestações e trabalhos desenvolvidos pelo aluno na aula e fora dela ▪ Testes ▪ Trabalhos escritos ▪ Tarefas atribuídas ▪ Grelhas de observação da participação nas aulas ▪ Listas de verificação
	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.	Questionador / investigador (A, C, D, F, G, I, J) Sistematizador/organizador (A, B, C, I, J)	
	APTIDÃO FÍSICA	D3 10%	- Evidenciar Aptidão Muscular e Aptidão Aeróbica encontrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física (referência da FITescola).	Comunicador / Interventor (A, B, D, E, G, H, I) Autoavaliador (transversal às áreas)	



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

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.