



ANO LETIVO 2025/2026

GRUPO DE RECRUTAMENTO 260 – EDUCAÇÃO FÍSICA

REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO

Critérios gerais de avaliação do agrupamento:	● Resolução de problemas; ● Comunicação; ● Conhecimento; ● Criatividade; ● Relacionamento Interpessoal; ● Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; ● Pesquisa e Tratamento da Informação.
--	---

Critérios de avaliação

Anos de escolaridade: 5.º e 6.º anos – 2.º ciclo

Disciplina: Educação Física

Domínios ou Temas ou Conteúdos das Aprendizagens Essenciais	Domínios de Avaliação/Áreas de Competências	Ponderação	Processos de recolha diversificados
<u>Conhecimentos</u>	- Capacidades Físicas - 5º e 6º ano (Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.) - Corpo Humano – 6º ano (Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.)	(Apto/ Não Apto)	Registo de observação: *intervenções orais e escritas; *Trabalhos individuais ou de grupo; *Relatórios; *Fichas de avaliação

<u>Atividades Físicas</u>	- Conhece o Jogo/Modalidade: objetivo e regras; - Utiliza os conhecimentos sobre a técnica, tática, organização e participação, ética desportiva; - Participar de forma adequada e resolve problemas em contextos diferenciados (jogo, actividades desportivas...); - Jogos Desportivos Coletivos: Jogos Pré-desportivos; Andebol, Futebol, Voleibol e Basquetebol; - Ginástica: de solo, aparelhos e rítmica; - Atletismo: corridas, saltos e lançamentos; - Patinagem; - Atividades Rítmicas e Expressivas; - Desportos de Combate; - Jogos de Raquetes: badminton; - Relacionamento interpessoal: respeito, cooperação e solidariedade; - Desenvolvimento pessoal e autonomia: empenho, autonomia e responsabilidade; - Bem-estar e saúde: cuidados higiénicos, responsabilidade, social e ambiental;	70%	Registo de observação: *protocolo de avaliação inicial; *grelhas de observação – exercício critério individual; *grelhas de observação - exercício critério grupal. *grelhas de observação - situação de jogo
<u>Aptidão Física</u>	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. Testes: vaivém; abdominais; flexões; senta e alcança; flexibilidade de ombros; impulsão horizontal; agilidade 4 X 10m.	30%	*Programa Fitescola *Registo de observação

Nota: 1 - É aplicado o Protocolo de Avaliação Inicial no início das abordagens de cada modalidade desportiva e as respetivas planificações, são adequadas segundo os níveis adquiridos nesta avaliação formativa. Ao longo das aulas são realizadas regularmente, avaliações formativas de forma a obter dados que permite o reajustamento das planificações, bem como dar feedbacks/informações aos alunos sobre a sua aprendizagem, possibilitando assim, uma melhoria no processo de ensino aprendizagem.

2 – Os docentes de educação física poderão adaptar os testes do Fitescola, mantendo os sete testes, de acordo com as especificidades individuais dos alunos. Nomeadamente, deficiências motoras (ex: invisuais; paraplégicos) substituindo os testes de aptidão física de acordo com a sua problemática (ex: teste de agilidade (4 X 10m) ser suprimido e substituído pelo de impulsão vertical).

Perfis de desempenho



DOMÍNIOS ou DOMÍNIOS e DESCRITORES	GRAUS DE CONSECUÇÃO				
	MUITO BOM	BOM	SUFICIENTE	INSUFICIENTE	
	Nível 5	Nível 4	Nível 3	Nível 2	Nível 1
Área das Atividades Físicas (consciência e domínio do corpo) <u>Desempenho técnico e tático;</u> . Aplicação do regulamento das modalidades; . Resolução de problemas; . Participação e empenho; . Relacionamento Interpessoal; . Cooperação, entreajuda e respeito pelos outros.	5ºano - 7 níveis de Introdução 6ºano - 7 níveis de Introdução O aluno revela sempre competências de participação e interesse pelas atividades, pontualidade e assiduidade, cooperação com os companheiros e professor.	5ºano - 6 níveis de Introdução 6ºano - 6 níveis de Introdução O aluno revela com muita frequência competências de participação e interesse pelas atividades, pontualidade e assiduidade, cooperação com os companheiros e professor.	5ºano - 2 níveis de Introdução+ 1 parcialmente Introdução 6ºano - 3 níveis de Introdução O aluno revela com frequência competências de participação e interesse pelas atividades, pontualidade e assiduidade, cooperação com os companheiros e professor	5ºano - 1 nível de Introdução+ 2 parcialmente Introdução 6ºano - 2 níveis de introdução +1 parcialmente Introdução O aluno revela com pouca frequência competências de participação e interesse pelas atividades, pontualidade e assiduidade, cooperação com os companheiros e professor.	5ºano - Até 2 parcialmente Introdução 6ºano - Até 1 nível de introdução +1 parcialmente Introdução O aluno raramente revela competências de participação e interesse pelas atividades, pontualidade e assiduidade, cooperação com os companheiros e professor.
	A demonstração de competência manifesta-se quando o aluno atinge os objetivos específicos definidos para cada matéria: Voleibol; Andebol; Futebol/Futsal; Basquetebol; Patinagem; Ginástica; Atletismo; Atividades Rítmicas Expressivas; Luta e outras Atividades. (ver anexo afixado na escola) estruturados em 3 níveis de complexidade das aprendizagens: Nível Parcial Introdutório (NPI); Nível Introdutório (NT); Nível Elementar (NE); Nível Avançado (NA). Agrupamento das matérias para aplicação das presentes normas: Categoria A – Jogos Pré Desportivos; Categoria B – Futebol, Voleibol, Andebol, Basquetebol; Categoria C – Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica; Categoria D – Atletismo; Categoria E – Patinagem; Categoria F – Atividades Rítmicas e Expressivas; Categoria G – Outras: Luta, Badminton, Orientação (6ºano). Critérios de sucesso: *Todos os níveis elementares e avançados são transformados em níveis introdutórios: 1 nível Elementar = 2 níveis Introdução 1 nível Avançado = 3 níveis Introdução Nível parcialmente Introdução – não atinge um ou dois objectivos *Todas as categorias são abordadas e avaliadas, tendo o aluno que ter sucesso em três categorias diferentes. Para o aluno cumprir o NÍVEL INTRODUÇÃO nas diferentes matérias, terá de revelar competências de participação e interesse pelas atividades, pontualidade e assiduidade, cooperação com os companheiros e professor. Caso contrário, não atinge o nível introdução nas várias matérias lecionadas (não terá sucesso na Área A – Atividades Físicas) e, consequentemente, terá classificação inferior a três no final do período. A avaliação em cada matéria realiza-se pelo facto de o aluno saber fazer o que é pedido (se realiza ou não).				
Área da Aptidão Física (bem-estar, saúde e ambiente)	5º e 6º ano - O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 7 testes.	5º e 6º ano - O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 5 a 6 testes.	5º e 6º ano - O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 3 ou 4 testes.	5º e 6º ano - O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 1 ou 2 testes.	5º e 6º ano - O aluno não se encontra na Zona Saudável da Aptidão Física em nenhum dos testes realizados.

. Aptidão muscular . Aptidão aeróbia . Desenvolvimento Pessoal e Autonomia	A média das classificações nos testes de condição física situa-se com referência à Zona Saudável de Aptidão Física: Os alunos têm de procurar estar dentro da Zona Saudável, por género e idade, em valores de referência estabelecidos por resultados de estudos adequados à população portuguesa: http://fitescola.dge.mec.pt/ e os desempenhos são classificados de acordo com uma tabela de Escola com base nos valores de referência nacionais. Os testes de aptidão física aplicados – Fitescola são: vaivém, abdominais, flexões, senta e alcança, flexibilidade dos ombros, impulsão horizontal e agilidade 4 X 10m.				
DOMÍNIOS ou DOMÍNIOS e DESCRITORES	GRAUS DE CONSECUÇÃO				
	MUITO BOM	BOM	SUFICIENTE	INSUFICIENTE	
	Nível 5	Nível 4	Nível 3	Nível 2	Nível 1
. Pesquisa e Tratamento da Informação	No 1º Período é realizado duas ou mais provas de avaliação de conhecimentos, ainda que não obtenha a menção de “apto”, este poderá ter no máximo, nível 3 na disciplina de Ed.- Física, desde que tenha sucesso nas duas outras áreas; Se obtiver “Não Apto” no 1º período, é dada nova oportunidade, no 2º Período. Se continuar a obter “não apto”, terá obrigatoriamente nível 2 nesta disciplina, mesmo que tenha sucesso nas outras áreas. É dada nova oportunidade no 3º período.				

Observações: Os alunos para obterem sucesso (nível 3), têm que obrigatoriamente ter cumulativamente sucesso nas três áreas - Atividades Físicas, Conhecimentos e Aptidão Física. (à exceção do 1º período que poderá ter insucesso nos conhecimentos, mas não poderá ter nível superior a nível 3).

Perfis de desempenho

Alunos com incapacidades funcionais – Atestado Médico

Os alunos com incapacidades funcionais (lesões) temporárias (mais de um mês) ou de longa duração (todo o ano letivo), portadores de Atestado Médico



Área dos Conhecimentos 70% . Comunicação . Criatividade . Pesquisa e Tratamento da Informação A avaliação será adaptada à situação particular de cada um, não desvirtuando, contudo, a estrutura da própria disciplina. Para tal, será definido pelo professor, um Plano Individual de Trabalho, tendo em conta as limitações individuais, a duração do Atestado Médico e os conhecimentos teóricos. Processos de recolha: trabalhos escritos, relatórios, teste de avaliação, função de árbitro e ou “ajudas” aos seus colegas, aquando da realização de alguns exercícios técnicos.	O aluno apresenta um registo (90%–100%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.	O aluno apresenta um registo (70% – 89%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.	O aluno apresenta um registo (50% – 69%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.	O aluno apresenta um registo (20%– 49%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área	O aluno apresenta um registo (0%– 19%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área
Área das Ações 30% . Participação e empenho; . Relacionamento Interpessoal; . Cooperação, entreajuda e respeito pelos outros, . Colabora na organização das tarefas da aula. Nota: o aluno tem que estar obrigatoriamente presente nas	O aluno manifesta todas as características definidas nesta área.	O aluno manifesta, de forma significativa, quase todas as características definidas nesta área.	O aluno manifesta algumas das características definidas nesta área.	O aluno manifesta poucas das características definidas nesta área.	O aluno manifesta muito poucas das características definidas nesta área.

aulas de E.F., com calçado apropriado, bem como outro material previamente solicitado pelo professor.					
---	--	--	--	--	--

Este documento foi aprovado em reunião de Grupo de Recrutamento a 03 de setembro 2025

Observações:

A classificação resulta da ponderação nos diferentes domínios tendo em consideração o progresso do aluno, valorizando sempre os aspetos positivos.

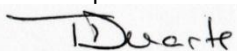
Os processos de recolha/instrumentos a utilizar para classificação já deverão ter sido testados/experimentados nas aulas e na avaliação formativa. A cada um dos processos de recolha será atribuída a mesma importância. Para a atribuição de uma classificação é mobilizada ainda toda a informação, tendo em conta a progressão do aluno e valorizando as aprendizagens conseguidas. Dito isto, não há lugar a atribuição de uma classificação resultante de uma média aritmética.

As rubricas constituem-se como excelentes auxiliares de apoio de uma diversidade de desempenho dos alunos, dado que ajudam (alunos e professores) a avaliar a qualidade do que é necessário aprender e saber fazer. [ver Projecto de Intervenção do AEJD]

A definição de descritores de desempenho é fundamental, devendo ser construídos para as tarefas ou para cada um dos domínios. Estes devem ser do conhecimento dos alunos, pois só assim poderão ajudá-los a melhorar e autorregular as aprendizagens e comportamentos.

De acordo com o art. 24.º do decreto-lei 55/2018, a avaliação formativa é a dominante. No entanto, nunca poderá servir para fins classificatórios, uma vez que a sua principal função é a regulação das aprendizagens.

A Coordenadora de Grupo de Recrutamento



(Telma Maria Martins Duarte)