ESCOLA BÁSICA CARLOS RIBEIRO – GRUPO E.F.
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – (2026/2027)

Critérios de Avaliação

Os Critérios de avaliação da disciplina de Educação Física (EF), estão de acordo com o definido em grupo disciplinar, cumprindo as orientações superiores.

Critérios de Transição

Os Critérios de Transição respeitam as orientações definidas pelo Conselho Pedagógico.

Faltas de material

Considera-se falta de material a situação em que o aluno não se faz acompanhar do equipamento e/ou material necessário à participação nas atividades letivas de Educação Física.

A falta reiterada do material necessário compromete a participação ativa do aluno nas atividades, condiciona o desenvolvimento das aprendizagens e dificulta a consolidação dos conteúdos, podendo ter impacto no seu desempenho e na consecução dos objetivos de aprendizagem definidos para a disciplina. Pelos motivos apresentados e visando promover a responsabilidade dos alunos, bem como, o cumprimento dos seus deveres escolares, **à quarta falta de material, será registada uma falta de presença injustificada**.

Após o registo da falta de presença injustificada, **a contagem das faltas de material será reiniciada**, iniciando-se um novo ciclo de registo. Assim, apenas após a acumulação de mais quatro faltas de material será registada **uma nova falta de presença injustificada**.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2026-27	
10%	**Conhecimentos:** **Testes escritos; Trabalhos de grupo ou individuais; Questões de aula; Questionamento do aluno em aula**
10%	**Atitude face às aprendizagens**
10%	**Comportamento**
60%	**Atividades Físicas Desportivas**
10%	**Aptidão Física – FITescola**

1. Conhecimentos – 10%

- Fundamentos teóricos gerais e específicos da disciplina a abordar nas diversas áreas de aprendizagem.

PARÂMETRO	INDICADORES DE SUCESSO	
	Questionamento do aluno em aula	
Fraco (F)	0% - 19%	Não responde ou responde de forma incorreta.
Insuficiente (NS)	20% - 49%	Responde geralmente de forma incorreta, ou incompleta, revelando dificuldades significativas na compreensão dos conteúdos.
Suficiente (S)	50% - 69%	Responde de forma geralmente adequada às questões colocadas, demonstrando compreensão dos conteúdos essenciais.
Bom (B)	70% - 89%	Responde de forma correta, clara e pertinente, demonstrando boa compreensão dos conteúdos.
Muito Bom (MB)	90% - 100%	Responde de forma correta, clara, fundamentada e autónoma, demonstrando domínio dos conteúdos, capacidade de reflexão e aplicação dos conhecimentos.

PARÂMETRO	Questões de aula - Testes - Trabalhos Escritos
Fraco (F)	0% - 19%
Insuficiente (NS)	20% - 49%
Suficiente (S)	50% - 69%
Bom (B)	70% - 89%
Muito Bom (MB)	90% - 100%

2. Atitude Face às Aprendizagens – 10%

- Interesse; Empenho; Sentido de Responsabilidade

Critérios	Interesse, Empenho e Responsabilidade
Insuficiente 30%	Raramente admite as indicações que lhe dirigem, nem sempre aceitando as opções e falhas dos colegas. Raramente participa e coopera quando solicitado e nem sempre cumpre tarefas da aula. Revela pouca persistência nas tarefas que não domina. Apresenta faltas de atraso e de material em número igual ou superior a 4.
Suficiente 60%	Aceita as indicações que lhe são dirigidas, demonstra uma atitude crítica às opções e falhas dos colegas, participa e coopera nas atividades com interesse e empenho adequados. Procura superar as dificuldades e demonstra persistência perante o insucesso, embora nem sempre de forma consistente. Cumpre, de forma geral, as tarefas propostas e as responsabilidades inerentes ao seu processo de aprendizagem. Regista até 3 faltas de atraso e/ou de material.
Bom 80%	Admite as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos colegas. Participa e coopera nas atividades com interesse e empenho adequados. Demonstra persistência perante o insucesso e supera as dificuldades. Apresenta faltas de atraso e faltas de material em número não superior a 2.
Muito Bom 100%	Admite as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos colegas. Participa e coopera ativa e espontaneamente, demonstrando interesse. É persistente e cumpre as tarefas revelando autonomia na execução das mesmas. Apresenta faltas de atraso e faltas de material em número não superior a 1.

3. Comportamento – 10%

- Relacionamento Interpessoal e Conduta

Critérios	Relacionamento Interpessoal e Conduta
Insuficiente 30%	Revela dificuldades no relacionamento com colegas e adultos e no cumprimento das regras. Apresenta, com alguma frequência, comportamentos inadequados, necessitando de orientação para adequar a sua conduta.
Suficiente 60%	Relaciona-se de forma geralmente adequada com colegas e adultos e habitualmente cumpre as regras estabelecidas. Demonstra uma conduta adequada na maioria das situações, podendo necessitar pontualmente de orientação.
Bom 80%	Relaciona-se de forma respeitosa e cooperante com colegas e adultos, cumprindo as regras estabelecidas. Revela uma conduta responsável e adequada, contribuindo para um ambiente positivo na aula.
Muito Bom 100%	Relaciona-se de forma respeitosa, cooperante e empática com colegas e adultos. Cumpre as regras estabelecidas, demonstra elevada capacidade de autorregulação e contribui ativamente para um ambiente positivo, inclusivo e de respeito mútuo.

4. ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS – 60%

- Competências Específicas de ação nas diferentes matérias de ensino das Atividades Físicas Desportivas

Indicadores	Nível	PARÂMETROS para 5º Ano
	1	O aluno **não atinge** o Nível Programático em nenhuma matéria.
	2	O aluno **não atinge** o Nível Programático definido para o nível 3.
	3	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 3 matérias**, de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Jogos** (pré-desportivos); **Jogos Desportivos Coletivos**; **Ginástica**; **Atletismo**; **Patinagem**; **Atividades Rítmicas Expressivas (ARE)**; **Outras**
	4	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 4 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; outra** dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**
	5	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 5 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**

Indicadores	Nível	PARÂMETROS para 6º Ano
	1	O aluno **não atinge** o Nível Programático em nenhuma matéria.
	2	O aluno **não atinge** o Nível Programático definido para o nível 3.
	3	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 4 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; outra** dos **Jogos Desportivos Coletivos; duas** de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Atletismo; Raquetes** e **outras.**
	4	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 5 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**
	5	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 6 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo** e **duas das matérias diferentes das restantes categorias.**

Indicadores	Nível	PARÂMETROS para 7º Ano
	1	O aluno **não atinge** o Nível Programático em nenhuma matéria.
	2	O aluno **não atinge** o Nível Programático definido para o nível 3.
	3	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 5 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; outra** dos **Jogos Desportivos Coletivos; três** de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Atletismo; Atividades Rítmicas Expressivas** e **outras.**
	4	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 6 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo; duas** de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Atividades Rítmicas Expressivas** e **outras.**
	5	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 5 matérias**, e **Nível Elementar em 1 matéria**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo; outra das ARE** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**

Indicadores	Nível	PARÂMETROS para 8 º Ano
	1	O aluno **não atinge** o Nível Programático em nenhuma matéria.
	2	O aluno **não atinge** o Nível Programático definido para o nível 3.
	3	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 6 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; uma** matéria dos **Jogos Desportivos Coletivos; quatro** de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Atletismo; Atividades Rítmicas Expressivas** e **outras.**
	4	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 5 matérias**, e **Nível Elementar em 1 matéria**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo; duas** de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Atividades Rítmicas Expressivas** e **outras.**
	5	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 4 matérias**, e **Nível Elementar em 2 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo; outra das ARE** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**

Indicadores	Nível	PARÂMETROS para 9 º Ano
	1	O aluno **não atinge** o Nível Programático em nenhuma matéria.
	2	O aluno **não atinge** o Nível Programático definido para o nível 3.
	3	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 5 matérias**, e **Nível Elementar em 1 matéria**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** das **ARE** e **duas** de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: **Atletismo; Raquetes** e **outras.**
	4	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 4 matérias**, e **Nível Elementar em 2 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo; outra** das **ARE** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**
	5	O aluno atinge o **Nível Introdução definido em 3 matérias**, e **Nível Elementar em 3 matérias**, sendo **uma** matéria da categoria da **Ginástica; duas** matérias dos **Jogos Desportivos Coletivos; outra** do **Atletismo; outra** das **ARE** e **outra das matérias diferentes das restantes categorias.**

5. Aptidão Física – FITescola - 10%

- O aluno apresenta o nível funcional das Capacidades Condicionais e Coordenativas gerais de acordo com o Programa FITescola.
- O aluno demonstra capacidades em testes de Resistência Aeróbia e testes de Aptidão Muscular adequadas às normas da aptidão física representativa da saúde, para a sua idade e género.

CAPACIDADES MOTORAS CONDICIONAIS E COORDENATIVAS					
2º/3º CICLO	ANO	CAPACIDADE		TESTE	AVALIAÇÃO
	5º/6º/7º/8º/9º	RESISTÊNCIA		Vaivém	Parâmetros 1 a 5 ------ PERFIL ATLÉTICO/ ZONA SAUDÁVEL DE APTIDÃO FÍSICA (ZSAF) SAUDÁVEL/ NÃO SAUDÁVEL
	5º/6º/7º/8º/9º	VELOCIDADE		40 m	
	5º/6º/7º/8º/9º	FLEXIBILIDADE	INFERIOR	Senta e Alcança	
			SUPERIOR	Ombros	
	5º/6º/7º/8º/9º	FORÇA	MÉDIA	Abdominais	
			INFERIOR	Impulsão Horizontal	
			SUPERIOR	Extensões de braços	

Indicadores	Nível	PARÂMETROS
	1	O aluno **não atinge** a zona saudável em nenhum dos testes.
	2	O aluno **não atinge** a zona saudável no teste de **Aptidão Aeróbia – Vaivém**.
	3	O aluno atinge a Zona Saudável em **quatro** ou **cinco** dos testes realizados, incluindo obrigatoriamente o teste de **Aptidão Aeróbia – Vaivém**.
	4	O aluno atinge a Zona Saudável em **seis** dos testes realizados, incluindo obrigatoriamente o teste de **Aptidão Aeróbia – Vaivém**, ou atinge a Zona Saudável em **cinco** dos testes realizados, incluindo obrigatoriamente o teste de **Aptidão Aeróbia – Vaivém**, sendo que, neste último caso, **pelo menos um** dos cinco resultados se enquadra no **Perfil Atlético**.
	5	O aluno atinge a Zona Saudável em **todos os testes** realizados, ou atinge a Zona Saudável em **seis** testes, incluindo obrigatoriamente o teste de **Aptidão Aeróbia – Vaivém**, sendo que, neste caso, **pelo menos um** dos resultados se enquadra no **Perfil Atlético**.

6. Classificação Final de Semestre no Regime Especial de Frequência

Os alunos com contraindicações para a prática da Educação Física, por períodos prolongados, comprovadas através de Atestado e/ou Relatório Médico, beneficiarão de condições especiais de frequência e de avaliação.

Com base no Relatório Médico (obrigatório) o aluno poderá realizar os exercícios e/ou atividades físicas que, por serem benéficas, não tenham contraindicações. Para as restantes matérias, o currículo será

adaptado, podendo traduzir-se na redução parcial do programa e do respetivo nível de exigência, bem como num maior envolvimento em tarefas de organização da aula e na componente teórica da disciplina.

Os alunos impedidos de realizar a prática permanente (todo o ano letivo) da Educação Física, comprovada através de Atestado e/ou Relatório Médico, serão avaliados de modo teórico, de acordo com os seguintes critérios:

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO (2026-2027)	
70%	**Conhecimentos: Testes; Trabalhos de grupo ou individuais; Questões de aula; Questionamento do aluno em aula**
15%	**Atitude face às aprendizagens**
15%	**Comportamento**