



CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO

Departamento de Expressões / GRUPO 260

ANO:	5º/6º	DISCIPLINA	Educação Física	ENSINO	Básico
Critérios	Ponderação	Domínio de Competências	PERFIL APZ ESPECÍFICAS / DESCRITORES	Instrumentos de Avaliação	
Conhecimentos/ Capacidades (80%) AE 5º Ano AE 6º Ano	10%	ÁREA DOS CONHECIMENTOS	O aluno adquire e aplica conhecimentos relativos à aptidão física, saúde, regras, cidadania ativa e participação em atividades físicas e desportivas.	Teste teórico e/ou trabalho escrito e/ou fichas de avaliação e/ou questionamento oral. (avaliação formativa/sumativa)	
	65%	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	O aluno desenvolve as aprendizagens essenciais com determinados níveis de desempenho (Introdutório, Elementar, Avançado) em matérias, de diferentes subáreas. Ações (entre outras): • Técnico-táticas e regras; • Sequências/Coreografias;	Grelha de observação para exercício critério e situação de jogo (avaliação formativa/sumativa); Teste prático (avaliação formativa/sumativa); Grelhas de observação direta (avaliação formativa/sumativa).	
	15%	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	O aluno desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física da bateria de testes FITescola, para a sua idade e sexo. • Aptidão aeróbia; • Aptidão muscular; • Composição corporal.	Bateria de testes FITescola® (avaliação formativa/sumativa)	
Atitudes e Valores	20%	Autonomia – Colaboração – Responsabilidade - Empenho			Grelhas de registo de observação direta e indireta

Em Vigor a partir de 1 de setembro de 2026