

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – ANO LETIVO 2025/2026

### EDUCAÇÃO FÍSICA / 1.º CICLO/ 1.º ANO

COMPONENTES DAS COMPETÊNCIAS	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (OPCIONAL)	DESCRITORES DE DESEMPENHO			
			Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente
<b>CONHECIMENTOS</b> (factual, conceptual, processual, metacognitivo) <b>CAPACIDADE</b> (cognitivas e psicomotoras) <b>ATITUDES</b> (habilidades sociais e organizacionais e valores éticos)	CONHECIMENTO	PERÍCIAS E MANIPULAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza, com muita facilidade, ações motoras básicas com aparelhos portáteis, seguindo combinação de movimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza, com facilidade, ações motoras básicas com aparelhos portáteis, seguindo combinação de movimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza, satisfatoriamente, ações motoras básicas com aparelhos portáteis, seguindo combinação de movimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Não realiza ações motoras básicas com aparelhos portáteis, seguindo combinação de movimentos.</li> </ul>
		DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza, com muita facilidade, habilidades gímnicas básicas, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, com encadeamento, ou combinação de movimentos.</li> <li>Revela muita facilidade em orientar-se no espaço.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza, com facilidade, habilidades gímnicas básicas, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, com encadeamento, ou combinação de movimentos.</li> <li>Revela facilidade em orientar-se no espaço.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza, satisfatoriamente, habilidades gímnicas básicas, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, com encadeamento, ou combinação de movimentos.</li> <li>Revela pouca facilidade em orientar-se no espaço.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Revela dificuldades na realização de habilidades gímnicas básicas, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, com encadeamento, ou combinação de movimentos.</li> <li>Revela dificuldades em orientar-se no espaço.</li> </ul>
	COMUNICAÇÃO	JOGOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Descreve, com muita facilidade, as suas opções durante a realização de uma tarefa.</li> <li>Descreve, com muita facilidade, diferentes estratégias para a realização de tarefas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Descreve, com facilidade, as suas opções durante a realização de uma tarefa.</li> <li>Descreve, com facilidade, diferentes estratégias para a realização de tarefas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Descreve, satisfatoriamente, as suas opções durante a realização de uma tarefa.</li> <li>Descreve, satisfatoriamente, diferentes estratégias para a realização de tarefas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Descreve, com muita dificuldade, as suas opções durante a realização de uma tarefa.</li> <li>Descreve, com muita dificuldade, diferentes estratégias para a realização de tarefas.</li> </ul>

	RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS		<ul style="list-style-type: none"> <li>Executa com muita facilidade, intencionalidade e decisão, todas as tarefas, adequando as suas ações motoras às diversas ações técnico-táticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Executa com facilidade, intencionalidade e decisão, todas as tarefas, adequando as suas ações motoras às diversas ações técnico-táticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Executa satisfatoriamente as tarefas, revelando alguma intencionalidade e decisão, adequando as suas ações motoras às diversas ações técnico-táticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Executa com muita dificuldade ou não executa as tarefas, e não adequa as suas ações motoras às diversas ações técnico-táticas.</li> </ul>
	PENSAMENTO CRÍTICO		<ul style="list-style-type: none"> <li>Analisa, com muita facilidade, os seus desempenhos e identifica pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.</li> <li>Utiliza, com muita facilidade e com frequência, os dados da sua autoavaliação para a evolução da aprendizagem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analisa, com facilidade e de forma crítica, os seus desempenhos e os dos seus pares, propondo e aceitando sugestões.</li> <li>Utiliza, com facilidade e com frequência, os dados da sua autoavaliação para a evolução da aprendizagem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analisa, satisfatoriamente os seus desempenhos e os dos seus pares, ocasionalmente propondo e aceitando sugestões.</li> <li>Utiliza, satisfatoriamente, os dados da sua autoavaliação para a evolução da aprendizagem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Não analisa os seus desempenhos nem os dos seus pares, não propondo e não aceitando sugestões.</li> <li>Não utiliza os dados da sua autoavaliação para a evolução da aprendizagem.</li> </ul>
	PENSAMENTO CRIATIVO		<ul style="list-style-type: none"> <li>Aprecia, com muita facilidade, os seus desempenhos e identifica pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aprecia, com facilidade, os seus desempenhos e identifica pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aprecia, satisfatoriamente, os seus desempenhos e identifica ocasionalmente pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Revela muita dificuldade na apreciação dos seus desempenhos e na identificação de pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.</li> </ul>
	RELAÇÕES INTERPESSOAIS		<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplica, com muita facilidade, as regras de participação, combinadas na turma, com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplica, com facilidade, as regras de participação, combinadas na turma, com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplica, satisfatoriamente, as regras de participação, combinadas na turma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Não aplica as regras de participação, combinadas na turma.</li> </ul>