

Departamento de 1º Ciclo e Pré- Escolar – Grupo Disciplinar 110

CrITÉRIOS de Avaliação e de Classificação de Expressão Física- 1º Ano

2025/2026

Áreas de competências do PASEO	Competências específicas	Ponderação	Instrumentos preferenciais na avaliação formativa e sumativa
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	- Contactar, lançar, rolar, pontapear, fazer toques de sustentação, cabecear, passar e receber. - Participar em jogos ajustando a iniciativa própria, e as qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. - Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento. - Proporcionar atividades formativas em grupos homogêneos e heterogêneos, em que possibilitem aos alunos: aceitar, argumentar e promover.	75%	Participação Oral Grelhas de observação direta Trabalhos individuais a pares ou em grupos Desenvolvimento de projetos Registos de Auto e Heteroavaliação
	Dimensão Pessoal e Social Respeitar-se a si mesmo e aos outros. Manifestar um comportamento correto/ético e responsável. Demonstrar empenho em ultrapassar as dificuldades. Manifestar iniciativa na realização de tarefas. Evidenciar respeito pela diversidade humana e cultural. Revelar espírito de iniciativa.	25%	Registos de observação de desempenho Registos de autoavaliação

Nota: A avaliação é contínua, pelo que em cada momento de avaliação são considerados todos os elementos de avaliação existentes.



Níveis de Desempenho

Tendo em conta as aprendizagens essenciais e as áreas de competência inscritas no Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (linguagens e textos; informação e comunicação; raciocínio e resolução de problemas; pensamento crítico e pensamento criativo; relacionamento interpessoal; desenvolvimento pessoal e autonomia; bem-estar, saúde e ambiente; sensibilidade estética e artística; saber científico, técnico e tecnológico; consciência e domínio do corpo), os descritores de desempenho são os seguintes:

Muito Bom 90% a 100%	O aluno conseguiu atingir na totalidade os conhecimentos, capacidades e atitudes previstas nas aprendizagens essenciais, evidenciando não ter qualquer dificuldade na disciplina.
Bom 75% a 89%	O aluno conseguiu atingir a maior parte dos conhecimentos, capacidades e atitudes previstas nas aprendizagens essenciais, evidenciando ter muita facilidade na disciplina.
Suficiente 50% a 75%	O aluno conseguiu atingir, de forma satisfatória, uma parte dos conhecimentos, capacidades e atitudes previstas nas aprendizagens essenciais, evidenciando ter pequenas dificuldades na disciplina.
Insuficiente 0% a 49%	O aluno não conseguiu atingir, de forma satisfatória, uma parte dos conhecimentos, capacidades e atitudes previstas nas aprendizagens essenciais, evidenciando ter pequenas dificuldades na disciplina.

Setembro, 25