AGRUPAMENTO DE ESCOLAS GONÇALO NUNES

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Ensino Básico • 1.º Ciclo • 1.º ao 4.º Ano

DOCUMENTO DE CONCRETIZAÇÃO DISCIPLINAR

Articula os Critérios Gerais de Avaliação do AEGN com as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 1.º ciclo, centradas no desenvolvimento da competência motora e da literacia motora.

Educação Física • 1.º Ciclo do Ensino Básico

1.º ao 4.º Ano

ANO LETIVO 2026/2027

ÍNDICE

EDUCAÇÃO FÍSICA • 1.º CICLO • 1.º AO 4.º ANO

1. Enquadramento e princípios 3

2. Domínio das Atividades Físicas e subdomínios por ano 4

3. Progressão no 1.º ciclo 4

4. Matriz de articulação com os Domínios Gerais AEGN 5

5. Dimensões de avaliação e ponderação 5

6. Critérios e indicadores observáveis 6

7. Perfil de desempenho 7

8. Recolha de evidências, feedback e avaliação 8

9. Quadro de referência e aprovação 8

1. Enquadramento e princípios

Os presentes Critérios Específicos concretizam, em Educação Física (EF), o Referencial de Avaliação das Aprendizagens do AEGN. A avaliação toma como referências as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 1.º ciclo, o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e os demais documentos curriculares em vigor.

Fundamentação dos domínios. Nos termos do artigo 18.º da Portaria n.º 223-A/2018, na redação atual, os critérios devem integrar um perfil de aprendizagens específicas com descritores de desempenho e refletir a importância relativa dos domínios e temas das Aprendizagens Essenciais. No 1.º ciclo, essa importância relativa concretiza-se no Domínio das Atividades Físicas, através dos subdomínios previstos para cada ano de escolaridade.

1.1. Princípios das Aprendizagens Essenciais do 1.º ciclo

As Aprendizagens Essenciais de Educação Física para o 1.º ciclo pretendem garantir o desenvolvimento das capacidades psicomotoras fundamentais, exigidas pelos diferentes estádios de desenvolvimento motor, cognitivo, social e afetivo que caracterizam este nível etário. Importa que as crianças possam aprender e aperfeiçoar as habilidades mais significativas e fundamentais para aprendizagens futuras, quer através de formas típicas da infância — atividades lúdicas e expressivas — quer através de práticas que as favoreçam num plano social e relacional.

A organização do currículo por blocos garante a construção de um património de competência motora essencial para as aprendizagens nas diferentes áreas das atividades físicas codificadas que se realizam nos anos seguintes. Salvaguarda-se a importância do tempo como fator essencial da aprendizagem, em especial nas idades mais baixas.

Aos objetivos gerais de cada bloco acrescem os objetivos comuns a todas as áreas, que definem o conjunto de competências a desenvolver no ciclo:

- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas: resistência geral; velocidade de reação simples e complexa; flexibilidade; controlo de postura; equilíbrio dinâmico em situações de «voo», de aceleração e de apoio instável e ou limitado; controlo da orientação espacial; ritmo; agilidade.
- Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.
- Participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipos de atividades, procurando realizar as ações adequadas com correção e oportunidade.

Competência motora e literacia motora. A avaliação apoia a formação de alunos que participam de forma motivada, confiante e competente em atividades físicas, valorizando a saúde, o bem-estar, a cooperação, a ética, a segurança e a continuidade da prática ao longo da vida.

2. Domínio das Atividades Físicas e subdomínios por ano

A avaliação organiza-se no Domínio das Atividades Físicas, de acordo com os subdomínios previstos nas Aprendizagens Essenciais para cada ano de escolaridade.

Ano	Subdomínios considerados como competências essenciais	Foco da aprendizagem e avaliação
1.º ano	Perícias e Manipulações; Deslocamentos e Equilíbrios; Jogos	Ações motoras básicas com aparelhos portáteis, segundo estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos; deslocamentos no solo e em aparelhos; equilíbrio dinâmico e controlo da orientação espacial; Jogos relativos ao 1.º ano: jogos coletivos com bola, de perseguição, de oposição e de raquete; exploração de materiais, do espaço e do ritmo.
2.º ano	Perícias e Manipulações; Deslocamentos e Equilíbrios; Jogos	Consolidação das Perícias e Manipulações e dos Deslocamentos e Equilíbrios relativos aos 1.º e 2.º anos; Jogos relativos aos 1.º e 2.º anos, com reconhecimento das habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais e ajustamento da iniciativa própria e das qualidades motoras à situação de jogo.
3.º ano	Ginástica; Jogos; bloco opcional	Habilidades gímnicas básicas do 3.º ano em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento; Jogos relativos ao 3.º ano, com habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais com oportunidade e correção; iniciação ao bloco opcional selecionado.
4.º ano	Ginástica; Jogos; bloco opcional	Consolidação das habilidades gímnicas do ano e das indicadas para o 1.º ano; aprofundamento dos Jogos relativos ao 4.º ano; progressão e maior autonomia no bloco opcional; transferência de aprendizagens entre contextos de prática.
Bloco opcional (3.º e 4.º anos). O agrupamento seleciona um dos seguintes blocos: Patinagem; Atividades Rítmicas e Expressivas; Percursos na Natureza; Natação. A escolha deve considerar os recursos, os espaços disponíveis, as condições de segurança, a formação dos docentes e a articulação com projetos e atividades do agrupamento, mantendo-se ao longo do ciclo para assegurar progressão e continuidade.		
Realização das aprendizagens do ciclo. Nos 2.º, 3.º e 4.º anos devem considerar-se as competências específicas indicadas para o ano de escolaridade, bem como as indicadas para o 1.º ano, assegurando continuidade, consolidação e complexificação progressiva das aprendizagens.		

3. Progressão no 1.º ciclo

As Aprendizagens Essenciais apresentam as competências essenciais por ano de escolaridade. A progressão resulta da complexidade das tarefas, dos percursos e das situações de jogo, do grau de encadeamento e fluidez, da autonomia na organização e segurança e da qualidade da cooperação e da autorregulação.

Ano	Progressão curricular
1.º ano	Exploração lúdica e expressiva do corpo, do espaço, do ritmo e dos materiais; ações motoras básicas com aparelhos portáteis; deslocamentos e equilíbrios no solo e em aparelhos; iniciação a percursos que integram várias habilidades; exploração dos primeiros jogos coletivos com bola, de perseguição, de oposição e de raquete, com reconhecimento e aplicação das regras combinadas na turma; primeiras oportunidades de apreciação dos próprios desempenhos.
2.º ano	Consolidação das Perícias e Manipulações e dos Deslocamentos e Equilíbrios relativos aos 1.º e 2.º anos; Jogos relativos aos 1.º e 2.º anos, com realização de habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, ajustamento da iniciativa própria à situação de jogo, cooperação, cordialidade e respeito.

Ano	Progressão curricular
3.º ano	Introdução das habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, com fluidez e harmonia de movimento; consolidação dos Jogos relativos ao 3.º ano; iniciação ao bloco opcional; realização de tarefas de síntese e de planificação simples.
4.º ano	Aprofundamento das habilidades gímnicas e das ações técnico-táticas nos Jogos do 4.º ano; maior autonomia, oportunidade e correção de movimentos; progressão sustentada no bloco opcional; participação, autoavaliação e cuidado de si e do outro mais consistentes.

Princípio de progressão. A avaliação considera o ponto de partida e as oportunidades de aprendizagem, mas o juízo sobre o desempenho reporta-se às aprendizagens previstas para o ano de escolaridade, com critérios previamente explicitados.

4. Matriz de articulação com os Domínios Gerais AEGN

Domínios Gerais AEGN	Domínio das Atividades Físicas	Concretização
Conhecimento e Compreensão	Perícias e Manipulações; Deslocamentos e Equilíbrios; Ginástica; Jogos; bloco opcional	Reconhecer as ações motoras e as habilidades de cada subdomínio; conhecer aparelhos, materiais, espaços, regras combinadas na turma, cuidados de higiene, segurança pessoal e dos companheiros e preservação dos recursos materiais e do ambiente; compreender o objetivo das tarefas propostas.
Pensamento, Raciocínio e Aplicação	Transversal aos subdomínios	Selecionar e ajustar a ação às exigências da situação; conjugar as qualidades da ação própria com o efeito pretendido; coordenar a ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação; resolver problemas motores em concursos, percursos e situações de jogo; corrigir e aperfeiçoar movimentos com oportunidade.
Comunicação	Transversal aos subdomínios	Comunicar verbal e não verbalmente durante as tarefas; descrever as opções realizadas durante a execução de uma tarefa ou abordagem de um problema; dar e receber indicações; comunicar em atividades rítmicas expressivas, coreografias e situações de jogo.
Ação, Participação e Autorregulação	Transversal aos subdomínios	Participar com empenho; cooperar na procura do êxito pessoal e do grupo; aplicar as regras combinadas na turma; agir com cordialidade e respeito; atuar em segurança; ser autónomo na realização de tarefas; colaborar na preparação e organização dos materiais; apreciar os próprios desempenhos e utilizar a autoavaliação para se envolver na aprendizagem.

Coerência institucional. Os quatro Domínios Gerais do AEGN funcionam como matriz transversal. A classificação em Educação Física organiza-se pelo Domínio das Atividades Físicas e pelos respetivos subdomínios, preservando a identidade curricular da disciplina.

Articulação com os ciclos subsequentes. No 2.º e 3.º ciclos, as Aprendizagens Essenciais estruturam a avaliação pelas áreas Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos. No 1.º ciclo não existem áreas autónomas de Aptidão Física e de Conhecimentos: a elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas e os conhecimentos relativos à atividade física, à saúde e à participação são desenvolvidos e avaliados de forma integrada no Domínio das Atividades Físicas, garantindo que o aluno chega ao 5.º ano com condições para a abordagem característica das matérias desse ciclo.

5. Dimensões de avaliação e ponderação

Propõe-se uma matriz interna do AEGN, coerente com a organização curricular por subdomínios no 1.º ciclo. As percentagens constituem uma proposta interna e não uma imposição nacional.

Dimensão avaliada	Ponderação proposta	Foco
Desempenho motor e participação nas atividades físicas	75%	Realização das ações motoras e das habilidades de cada subdomínio com oportunidade e correção; estrutura rítmica, encadeamento, combinação e fluidez de movimento; ajustamento e tomada de decisão nas situações de jogo, de concurso e de percurso; participação empenhada e cooperação nas tarefas.
Conhecimentos aplicados à prática	15%	Compreensão do objetivo das tarefas; conhecimento e aplicação das regras combinadas na turma e dos princípios de cordialidade e respeito; reconhecimento de ações motoras, aparelhos, materiais e espaços; cuidados de higiene, segurança pessoal e dos companheiros e preservação dos recursos materiais e do ambiente; utilização da informação para melhorar o desempenho.
Autorregulação e cuidado de si e do outro	10%	Apreciação dos próprios desempenhos; identificação de pontos fracos e fortes das aprendizagens; utilização dos dados da autoavaliação para se envolver na aprendizagem; descrição das opções realizadas; autonomia na realização de tarefas; colaboração na preparação e organização dos materiais; promoção do gosto pela prática regular de atividade física.

Nota essencial. A ponderação incide nas dimensões da aprendizagem e não em subdomínios isolados, modalidades, testes de aptidão física ou instrumentos. A participação, a responsabilidade, a cooperação, a cordialidade e a autonomia são consideradas no desempenho das aprendizagens a que estão associadas, não constituindo uma dimensão autónoma de «atitudes».

Cumprimento da carga horária e condições de realização. A avaliação deve refletir o trabalho efetivamente realizado. Aulas não realizadas, ausências prolongadas, indisponibilidade de espaços e materiais ou condições meteorológicas adversas devem ser tidas em conta na intensidade e na diversidade das evidências recolhidas, privilegiando as tarefas realizadas e os progressos efetivos. O juízo de desempenho é sempre reportado às oportunidades reais de aprendizagem.

6. Critérios e indicadores observáveis

Subdomínio	Indicadores observáveis
Perícias e Manipulações (1.º e 2.º anos)	Realiza ações motoras básicas com aparelhos portáteis em concurso individual, concurso a pares e estafetas; conjuga as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho; mantém estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos; explora materiais, ritmos e relações interpessoais; participa com empenho e coopera com os companheiros.
Deslocamentos e Equilíbrios (1.º e 2.º anos)	Realiza ações motoras básicas de deslocamento no solo e em aparelhos; coordena a sua ação no sentido de aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação; mantém equilíbrio dinâmico em situações de «voo», de aceleração e de apoio instável e ou limitado; integra várias habilidades em percursos; controla a orientação espacial.
Jogos (1.º e 2.º anos)	Participa nos jogos relativos aos 1.º e 2.º anos: jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete; ajusta a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo; realiza habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais com oportunidade e correção de movimentos; compreende e aplica as regras combinadas na turma.
Ginástica (3.º e 4.º anos)	Realiza as habilidades gímnicas básicas relativas ao ano de escolaridade e as indicadas para o 1.º ano; encadeia e ou combina as ações no solo e em aparelhos; executa esquemas ou sequências com fluidez e harmonia de movimento; controla postura, equilíbrio, orientação espacial e ritmo; integra as habilidades em percursos.
Jogos (3.º e 4.º anos)	Participa nos jogos relativos ao ano de escolaridade; realiza habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais com oportunidade e correção de movimentos; ajusta a iniciativa própria e as qualidades motoras às possibilidades e ao objetivo da situação de jogo; coopera com os companheiros na procura do êxito do grupo; aceita opções, falhas e erros próprios e dos companheiros.

Subdomínio	Indicadores observáveis
Bloco opcional (3.º e 4.º anos)	Explora e progride nas aprendizagens do bloco selecionado — Patinagem, Atividades Rítmicas e Expressivas, Percursos na Natureza ou Natação; realiza as ações e habilidades características do bloco com controlo e segurança crescentes; aplica procedimentos de higiene, segurança e preservação dos recursos materiais e do ambiente; revela autonomia, cuidado de si e do outro e transfere aprendizagens para novos contextos de prática.

6.1. Dimensões transversais integradas

- Cooperação, cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.
- Responsabilidade no cumprimento das regras combinadas na turma, na segurança e na organização e utilização do material.
- Autonomia, persistência e procura de aperfeiçoamento pessoal e coletivo.
- Capacidade de apreciação e autoavaliação dos próprios desempenhos e utilização do feedback.
- Cuidado de si e do outro, higiene, preservação dos recursos materiais e do ambiente e gosto pela prática regular de atividade física.

Avaliar aprendizagens, não traços pessoais. Os comportamentos apenas relevam para a avaliação quando constituem evidência das aprendizagens previstas — por exemplo, cooperação em jogo, aplicação das regras combinadas na turma, segurança, responsabilidade nas tarefas e autorregulação do esforço.

7. Perfil de desempenho

Nível	Manifestação em Educação Física no 1.º ciclo
Muito Bom	Realiza com autonomia, correção, oportunidade e fluidez as habilidades de todos os subdomínios, adaptando-as com segurança a situações diversificadas; revela elevado controlo das capacidades condicionais e coordenativas; coopera ativamente, cuida de si e dos outros, aplica as regras com cordialidade e autorregula o seu aperfeiçoamento.
Bom	Realiza as habilidades previstas com segurança e reduzida orientação; ajusta adequadamente a ação às situações de jogo, de concurso e de percurso; demonstra bom controlo motor e expressivo; participa e coopera de forma responsável; melhora o desempenho a partir do feedback.
Suficiente	Realiza as aprendizagens essenciais dos subdomínios em tarefas de complexidade adequada ao ano, ainda que necessite de alguma orientação para corrigir movimentos, manter estruturas rítmicas ou ajustar decisões; participa e coopera de forma globalmente adequada.
Insuficiente	Realiza parcialmente as aprendizagens essenciais; revela dificuldades persistentes nas habilidades dos subdomínios, na coordenação de ações ou no ajustamento às situações de jogo e de percurso; necessita de apoio frequente para cumprir as exigências essenciais.

7.1. Adequação ao ano e aos subdomínios

Os descritores globais são operacionalizados por ano de escolaridade e por subdomínio, tendo em conta as competências essenciais definidas nas Aprendizagens Essenciais e as orientações e objetivos programáticos dos respetivos anexos. O perfil resulta da consecução das aprendizagens dos subdomínios considerados para o ano, e não de uma média indiferenciada de todas as atividades abordadas.

7.2. Avaliação inclusiva

A demonstração das aprendizagens admite formas diversificadas de participação e de realização motora, adequadas às características e necessidades dos alunos e às medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão, sem perder de vista as aprendizagens essenciais da disciplina. As Aprendizagens Essenciais sublinham que a prática se dirige a todos os alunos, independentemente do desenvolvimento motor ou da habilidade específica de cada um; sempre que a execução motora esteja condicionada, privilegiam-se evidências alternativas acessíveis ao aluno, sem dispensar as aprendizagens que lhe são possíveis.

8. Recolha de evidências, feedback e avaliação

Categoria	Exemplos de processos/instrumentos
Observação do desempenho	Grelhas e rubricas; observação em concurso individual, concurso a pares, estafetas, percursos que integram várias habilidades, esquemas e sequências gímnicas e situações de jogo; registos de progressão.
Situações de jogo	Jogos coletivos com bola; jogos de perseguição; jogos de oposição; jogos de raquete; formas reduzidas e condicionadas; observação de decisões, ações técnico-táticas, aplicação das regras combinadas na turma e cordialidade.
Bloco opcional	Sessões de exploração e progressão no bloco selecionado; registos de desempenho por etapas; tarefas de higiene, segurança e preservação dos recursos; projetos e saídas no âmbito dos percursos na natureza.
Capacidades condicionais e coordenativas	Observação ao longo das aulas, integrada nas tarefas dos subdomínios; registos simples de controlo de postura, equilíbrio, orientação espacial, ritmo e agilidade; análise da evolução.
Conhecimentos aplicados	Questionamento oral; tarefas de síntese; planificação, revisão e monitorização simples; elaboração de planos gerais e esquemas; aplicação de conceitos e regras em situações práticas.
Processo, cooperação e autorregulação	Observação do trabalho a pares e em grupo; rubricas de cooperação e respeito; cumprimento de regras e procedimentos de segurança; autonomia na preparação e organização dos materiais; autoavaliação, heteroavaliação e reflexão sobre desempenhos.
Avaliação formativa. A observação contínua das tarefas motoras, dos percursos, das situações de jogo e das interações na aula permite ajustar tarefas, grupos e níveis de dificuldade, fornecer feedback específico e criar oportunidades de repetição, consolidação e aperfeiçoamento. O aluno deve conhecer o que se espera, reconhecer onde se encontra e saber o que precisa de fazer para melhorar.	

8.1. Ciclo do feedback pedagógico

FEED UP	FEEDBACK	FEED FORWARD
O que devo aprender?	Como estou a aprender?	O que preciso de fazer para melhorar?

9. Quadro de referência e aprovação

Referencial	Relevância
Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, na redação em vigor	Enquadra o currículo e a avaliação e estabelece as Aprendizagens Essenciais como orientação curricular de base.
Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto, na redação atual	Regula a avaliação no ensino básico e enquadra critérios, descritores de desempenho e importância relativa dos domínios e temas.

Referencial	Relevância
Aprendizagens Essenciais de Educação Física — 1.º, 2.º, 3.º e 4.º anos, em vigor	Referência curricular disponibilizada pela DGE; identificam a Área/ Domínio das Atividades Físicas e as competências essenciais por bloco e ano de escolaridade.
Anexos das Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 1.º ciclo	Especificam as orientações e os objetivos programáticos por ano de escolaridade, relevantes para a operacionalização e a avaliação das aprendizagens.
Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória	Matriz comum de princípios, valores e áreas de competências.
Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, na redação em vigor	Enquadra a educação inclusiva e as medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão.
Referencial de Avaliação das Aprendizagens do AEGN — 2026/2027	Define princípios, domínios gerais, descritores e procedimentos comuns do Agrupamento.
Síntese do modelo. Aprendizagens Essenciais do 1.º ciclo → Domínio das Atividades Físicas e subdomínios por ano → critérios e indicadores → desempenho motor e participação + conhecimentos aplicados + autorregulação → evidências diversificadas → feedback → decisão pedagógica.	
Continuidade com os ciclos subsequentes. No 2.º e 3.º ciclos, a avaliação estrutura-se pelas áreas Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos. O 1.º ciclo assegura os pré-requisitos dessa organização, desenvolvendo a competência motora de base, as capacidades condicionais e coordenativas, a participação cooperativa e os conhecimentos essenciais de forma integrada no Domínio das Atividades Físicas.	

Aprovado em Conselho Pedagógico em 30 / 09 / 2026

Entrada em vigor: Ano Letivo 2026/2027