

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO RESTELO Referencial de Avaliação CP – 07 de setembro de 2026 DL 55/2018 · DL 54/2018
MATRIZ DE AVALIAÇÃO (alunos com Atestado Médico) – Grupo 620 – Educação Física (Ensino Básico – 7.º, 8.º e 9.º Anos)
Documento elaborado em articulação com as AE de Educação Física homologadas para o Ensino Secundário, o PASEO (Despacho 6478/2017) e o Referencial de Avaliação do AER (CP abril 2026), ao abrigo do DL 55/2018 e DL 54/2018.

EDUCAÇÃO FÍSICA (7.º, 8.º e 9.º Anos)
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS – Referencial Legal Homologação Secundário · PASEO (Despacho 6478/2017) · DL 55/2018
Os critérios alinham-se com as AE de Educação Física do Ensino Secundário nas dimensões das Atividades Físicas (JDC, Ginástica, Atletismo, Dança, Raquetas), da Aptidão Física (Fitescola), da Saúde e da Cidadania Desportiva, com progressiva autonomia, liderança e responsabilidade.

ANO	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS — Descritores de Referência para a Avaliação	PASEO — Áreas de Competência
7.º Ano 8.º Ano 9.º Ano	ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS (Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo, Dança, Orientação, Natação) APTIDÃO FÍSICA (Fitescola) CONHECIMENTOS	- Consciência e Domínio do Corpo (J); - Bem-estar, Saúde e Ambiente (H); - Cidadania e Participação (E, F).

D1 – Conhecimentos, Capacidades, Raciocínio e Valores Ponderação: 50% Critérios: C1.1 · C1.6 · C1.3			
CRITÉRIO	PESO	INDICADORES DE DESEMPENHO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
C1.1 Conhecimento e Compreensão	50%	Identifica regras, gestos técnicos, sinais de arbitragem, procedimentos de segurança e a estrutura de um aquecimento. Descreve ações táticas simples/complexas e a relação da prática de atividade física com a saúde.	- Fichas de conhecimentos / Fichas de trabalho - Questionamento oral / Análise crítica - Trabalhos de pesquisa ou de projeto
C1.6 Destreza e criatividade na		Observa e identifica erros de execução técnica/postural e tática nos colegas. Descreve verbalmente ou por escrito a sequência de movimentos em coreografias ou jogadas ensaiadas	- Grelhas de observação tática e técnica preenchidas em aula - Relatórios curtos de observação de

execução de técnicas ★			jogo • Análise reflexiva / Diário • Portefólio digital
C1.3 Aplicação e Transferência		Compreende o protocolo FITescola-ZSAF. Regista, organiza e interpreta as marcas da turma, identificando as Zonas Saudáveis de Aptidão Física (ZSAF) Transpõe princípios táticos comuns entre modalidades.	• Relatórios simples sobre os testes FITescola®

D2 – Comunicação, Expressão, Autonomia e Cidadania Ponderação: 50% Critérios: C2.2 · C2.3 · C2.4· C2.5			
CRITÉRIO	PESO	INDICADORES DE DESEMPENHO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
C2.2 Autonomia, e autoregulação	50%	Prepara/orienta a recolha de material no espaço de aula sob orientação. Demonstra autonomia na elaboração dos seus registos teóricos, cumpre prazos e autoavalia com rigor o seu trabalho.	• Observação direta • Fichas de autoavaliação • Cumprimento de prazos e tarefas
C2.3 Cooperação e Participação		Apoia ativamente o desempenho dos colegas. Assume responsabilidades na arbitragem de jogos simples, no apoio ao cronómetro, mesa de pontuação e resolução pacífica de conflitos.	• Observação direta em aula • Registo de papéis assumidos (ex: árbitro/secretário)
C2.4 Cidadania, Valores e Identidade ★ OBRIGATÓRIO		Promove o fair-play e a inclusão de todos. Rejeita atitudes antidesportivas, cuida dos materiais comuns da escola e demonstra consciência sobre ecologia desportiva e hábitos saudáveis.	• Observação direta • Debates em aula e participação nas reflexões de grupo
C2.5 Responsabilidade e empenho		É assíduo e pontual. Revela compromisso ético e rigor no cumprimento de tarefas organizativas e teóricas atribuídas pelo professor.	• Registos de assiduidade e pontualidade • Observação direta do empenho nas tarefas teóricas

Critérios Específicos do Grupo 620: 3º Ciclo (Atestado médico) Aprovados em Conselho Pedagógico de 07 de setembro de 2026