AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
GONÇALO NUNES

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico — 5.º ao 9.º Ano

DOCUMENTO DE CONCRETIZAÇÃO DISCIPLINAR

Articula os Critérios Gerais de Avaliação do AEGN com as Aprendizagens Essenciais de Educação Física — março de 2026, centradas no desenvolvimento global e da Literacia Física de todos e de cada um dos alunos.

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
GONÇALO NUNES

ANO LETIVO 2026/2027

ÍNDICE

1. Enquadramento e princípios **3**

1.1. Princípios das AEEF — março de 2026 ..... **3**

2. Áreas de extensão da Educação Física **4**

2.1. Ecletismo e diferenciação **4**

3. Progressão do 5.º ao 9.º ano **5**

4. Matriz de articulação com os Domínios Gerais AEGN **6**

5. Áreas de avaliação e ponderação **7**

6. Critérios e indicadores observáveis **9**

6.1. Dimensões transversais integradas **9**

7. Perfil de desempenho **10**

7.1. Adequação ao ano e às matérias **10**

8. Recolha de evidências, feedback e avaliação **11**

9. Quadro de referência e aprovação **12**

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 (AEEF), 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.

1.1. Princípios das AEEF — março de 2026

As AEEF de 2026 reafirmam o valor educativo da atividade física pedagogicamente orientada e organizam as aprendizagens em três áreas de extensão, numa perspetiva inclusiva, eclética e de aprendizagem ao longo da vida.

- Área das Atividades Físicas.
- Área da Aptidão Física.
- Área dos Conhecimentos.

Literacia Física

A avaliação deve apoiar a formação de alunos capazes de participar de forma motivada, competente, confiante, responsável e autónoma em atividades físicas, valorizando saúde, bem-estar, cooperação, ética e continuidade da prática ao longo da vida.

2. Áreas de extensão da Educação Física

Área	Foco da aprendizagem e avaliação
Atividades Físicas	Desempenho nas matérias e subáreas previstas para cada ano/ciclo, mobilizando habilidades motoras, decisões técnico-táticas, regras, cooperação, segurança e qualidade da participação.
Aptidão Física	Desenvolvimento das capacidades motoras, com particular referência à aptidão muscular e aeróbia e às referências da Zona Saudável de Aptidão Física do FITescola®, de acordo com a idade e as orientações curriculares.
Conhecimentos	Compreensão e aplicação de conhecimentos relativos à atividade física, aptidão física, saúde, processos de desenvolvimento/manutenção das capacidades físicas, princípios de participação e outros conteúdos previstos nas AE de cada ano.

Participação ativa e responsável

Nas três áreas, as AEEF valorizam participação, cooperação, respeito, responsabilidade, autonomia, cuidado de si e do outro e procura do êxito pessoal e do grupo. Estas dimensões são avaliadas integradas nas aprendizagens, e não como uma nota autónoma de comportamento.

2.1. Ecletismo e diferenciação

A avaliação deve respeitar a diversidade das matérias, os níveis de especificação/complexidade previstos nas AEEF e as condições de possibilidade definidas para cada ano. A diferenciação pedagógica e a inclusão orientam a criação de oportunidades reais de aprendizagem e demonstração de competências.

3. Progressão do 5.º ao 9.º ano

Ano	Progressão curricular
5.º ano	Recuperação e aperfeiçoamento das aprendizagens do 1.º ciclo; inicia-se a abordagem característica das matérias do 2.º ciclo. Nas Atividades Físicas, as AE de 2026 preveem competências de nível Introdução em matérias de diferentes subdomínios.
6.º ano	Consolidação das aprendizagens do 2.º ciclo, assegurando bases para o 3.º ciclo; aperfeiçoamento das competências nas três áreas de extensão.
7.º ano	Entrada no bloco estratégico do 3.º ciclo; abordagem das matérias na sua forma característica, respeitando os diferentes níveis e a diversidade de subáreas.
8.º ano	Aperfeiçoamento das matérias abordadas e contacto/desenvolvimento de outras competências previstas para o 3.º ciclo; consolidação e aprofundamento.
9.º ano	Revisão, aperfeiçoamento e/ou recuperação, tendo por referência uma realização equilibrada e completa do conjunto de competências previstas para o 3.º ciclo.

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 e níveis de consecução previstos para o ano/ciclo, com critérios previamente explicitados.

4. Matriz de articulação com os Domínios Gerais AEGN

Domínios Gerais AEGN	Áreas de EF	Concretização
Conhecimento e Compreensão	Conhecimentos; Atividades Físicas	Compreender regras, princípios, conceitos, critérios de execução, processos de desenvolvimento da aptidão física e relações entre atividade física, saúde e bem-estar.
Pensamento, Raciocínio e Aplicação	Atividades Físicas; Aptidão Física; Conhecimentos	Tomar decisões motoras; selecionar soluções técnico-táticas; aplicar princípios; analisar desempenho; resolver problemas de organização/participação; regular esforço.
Comunicação	Transversal às três áreas	Comunicar e cooperar; utilizar terminologia adequada; interpretar informação; dar/receber indicações e feedback; apresentar ou justificar decisões e conhecimentos.
Ação, Participação e Autorregulação	Atividades Físicas; Aptidão Física; transversal	Participar ativamente; cooperar; cumprir regras de segurança e ética; assumir responsabilidades; cuidar de si/do outro; monitorizar esforço, desempenho e melhoria.

Coerência institucional

Os quatro Domínios Gerais do AEGN funcionam como matriz transversal. A classificação em Educação Física organiza-se pelas três áreas de extensão previstas nas AEEF, preservando a identidade curricular da disciplina.

5. Áreas de avaliação e ponderação

Propõe-se uma matriz comum aos 2.º e 3.º ciclos, com exigência progressiva por ano. As percentagens constituem uma proposta interna do AEGN e não uma imposição nacional.

Área	Ponderação proposta	Foco
Atividades Físicas	60%	Desempenho nas matérias selecionadas de acordo com as condições curriculares: execução, tomada de decisão, aplicação de regras, cooperação, participação, segurança e progressão nos níveis previstos.
Aptidão Física	20%	Desenvolvimento e demonstração das capacidades motoras previstas, considerando as referências curriculares e a Zona Saudável de Aptidão Física do FITescola® quando aplicável.
Conhecimentos	20%	Compreensão e aplicação dos conhecimentos previstos nas AE, incluindo atividade física, aptidão, saúde, processos de treino/desenvolvimento, regras, princípios e outros conteúdos do ano.

Alunos com Atestado médico

Área	Ponderação proposta	Foco
Atividades Físicas	60%	Realização de tarefas de arbitragem, cronometragem, cooperação com uma equipa, realização relatório de observação prática, fichas de críticas de análise de jogo, participação no apoio à aula.
Aptidão Física	20%	Realização de trabalho e/ou de projeto focado na aptidão física.
Conhecimentos	20%	Segue a mesma matriz dos restantes alunos, mas realiza questões orais ou fichas de avaliação escritas.

Nota essencial

A ponderação incide nas áreas de aprendizagem e não em instrumentos isolados. A participação, responsabilidade, cooperação, ética e autonomia são consideradas no desempenho das aprendizagens a que estão associadas, não constituindo uma quarta área de «atitudes».

6. Critérios e indicadores observáveis

Área	Indicadores observáveis
Atividades Físicas	Realiza habilidades e ações técnico-táticas com oportunidade e correção adequadas ao nível; toma decisões; aplica regras; coopera; adapta a ação às situações; participa ativamente; respeita segurança, companheiros e adversários; assume funções e responsabilidades.
Aptidão Física	Empenha-se de forma adequada e segura no desenvolvimento das capacidades motoras; regula o esforço; executa protocolos/tarefas com correção; reconhece evolução; demonstra níveis de aptidão em relação às referências curriculares aplicáveis.
Conhecimentos	Identifica, compreende, relaciona e aplica conceitos/princípios; explica processos; reconhece benefícios e riscos; utiliza terminologia adequada; interpreta informação; fundamenta decisões relativas à atividade física, aptidão, saúde e bem-estar.

6.1. Dimensões transversais integradas

- Cooperação, cordialidade e respeito por parceiros, adversários e demais intervenientes.
- Responsabilidade no cumprimento de regras, segurança, organização e utilização do material.
- Autonomia, persistência e procura de aperfeiçoamento pessoal e coletivo.
- Capacidade de autoavaliação, heteroavaliação e utilização do feedback.
- Cuidado de si e do outro, ética e espírito desportivo.

Avaliar aprendizagens, não traços pessoais

Os comportamentos apenas relevam para a avaliação quando constituem evidência das aprendizagens previstas — por exemplo, cooperação em jogo, aplicação da ética desportiva, segurança, responsabilidade em funções ou autorregulação do esforço.

7. Perfil de desempenho

Nível	Manifestação em Educação Física
5 — Muito Bom	Demonstra competências motoras com elevada consistência e autonomia; toma decisões adequadas; coopera e aplica regras/ética; evidencia aptidão e autorregulação do esforço; mobiliza conhecimentos com rigor e transfere-os para a prática.
4 — Bom	Demonstra as competências previstas com segurança e autonomia; executa e decide adequadamente; participa/cooopera de forma responsável; evidencia desenvolvimento da aptidão e aplica conhecimentos com reduzida orientação.
3 — Suficiente	Demonstra as aprendizagens essenciais de complexidade adequada ao ano; participa e coopera; realiza ações motoras e tarefas de aptidão de forma globalmente adequada; compreende/aplica conhecimentos essenciais, podendo necessitar de alguma orientação.
2 — Insuficiente	Demonstra aprendizagens de forma parcial e inconsistente; revela dificuldades motoras, de decisão, aptidão e/ou aplicação de conhecimentos, necessitando de orientação frequente para cumprir as exigências essenciais.
1 — Insuficiente	Ainda não evidencia de forma consistente as aprendizagens essenciais nas três áreas, mesmo com apoio sistemático e oportunidades adequadas de aprendizagem.

7.1. Adequação ao ano e às matérias

Os descritores globais são operacionalizados por ano, matéria e nível de aprendizagem previsto nas AEEF. Na Área das Atividades Físicas, o perfil resulta da consecução das condições de possibilidade e dos níveis definidos para as matérias consideradas, não de uma média indiferenciada de todas as modalidades abordadas.

8. Recolha de evidências, feedback e avaliação

Categoria	Exemplos de processos/instrumentos
Observação do desempenho	Grelhas/rubricas; observação em jogo, exercício, sequência, prova, percurso ou situação formal de prática; registos de progressão.
Tarefas de aptidão física	Protocolos e tarefas motoras; registos FITescola® quando aplicável; monitorização do esforço e evolução; autoanálise.
Conhecimentos aplicados	Questionamento oral; fichas/questões-aula; pequenos testes; tarefas de análise; trabalhos; aplicação de conceitos em situações práticas.

Categoria	Exemplos de processos/instrumentos
Projetos e funções	Organização de atividades; arbitragem/juízo; composição de sequências; trabalho individual/grupo; pesquisa/apresentação; desafios interdisciplinares.
Autorregulação	Autoavaliação; heteroavaliação; metas de melhoria; reflexão sobre desempenho; análise de critérios; utilização do feedback.

Avaliação formativa

A observação contínua permite ajustar tarefas, grupos, níveis de dificuldade e feedback. O aluno deve conhecer o que se espera, reconhecer onde se encontra e saber o que precisa de fazer para melhorar.

O 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 currículo e avaliação e estabelece as AE 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 e importância relativa dos domínios/temas.
Aprendizagens Essenciais de Educação Física — 5.º a 9.º anos, março de 2026	Referência curricular atual; estruturam a disciplina nas áreas Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos e definem níveis/condições de possibilidade por ano/ciclo.
Anexos das AEEF — março de 2026	Especificam matérias, capacidades motoras e condições curriculares relevantes para a operacionalização das aprendizagens.
Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória	Matriz comum de princípios, valores e áreas de competências.
Referencial de Avaliação das Aprendizagens do AEGN — 2026/2027	Define princípios, domínios gerais, descritores e procedimentos comuns.

Síntese do modelo

AEEF 2026 → Atividades Físicas + Aptidão Física + Conhecimentos → critérios/indicadores adequados ao ano e nível → evidências diversificadas → feedback → decisão pedagógica.

Aprovado em Conselho Pedagógico em ____ / ____ / 2026

Entrada em vigor: Ano Letivo 2026/2027