| Critérios de avaliação e classificação | | Ano letivo 2026/2027 |
|---|---|---|
| Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA | Ano de escolaridade: ___7º___ | Grupo Disciplinar: __260/620_ _ |

| CONHECIMENTOS E CAPACIDADES | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Domínio(D) /Tema/ Módulo*** | **Ponderação** | **AE/Descritores de desempenho** | **Perfil do aluno** | **Processos de recolha de informação** |
| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS | 50% | Desenvolver as competências essenciais para o 7º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias, de diferentes subáreas:<br><br>**SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)**<br>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.<br>**SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)**<br>-Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Solo e Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.<br>**SUBÁREAS ARE, ATLETISMO, RAQUETAS e OUTRAS (três matérias)**<br>-Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Danças), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.<br>-Realizar com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.<br>-Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Natação*), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.<br>- Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Canoagem**), coordenando a posição com a propulsão/deslocamento do caiaque.<br>-Realizar e analisar do Atletismo (Lançamentos), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. | Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)<br><br>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)<br><br>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)<br><br>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J)<br><br>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)<br><br>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)<br><br>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)<br><br>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)<br><br>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) | Observação direta<br><br>Grelhas de registo<br><br>Rubricas de avaliação |
| ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | 10% | -Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e sexo.<br>O aluno, de acordo com os respetivos valores de referência encontra-se na zona: Precisa Melhorar; Zona Saudável; Perfil Atlético. | | Testes Fitescola |
| ÁREA DOS CONHECIMENTOS | 20% | -Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.<br>-Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. | | Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral<br><br>Autoavaliação |

* Modalidade abordada em Alijó ** Modalidade abordada no Pinhão

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Critérios** | **Ponderação** | **AE/Descritores de desempenho** | **Perfil do aluno** | **Processos de recolha de informação** |
| Cidadania | 30% | - Respeitar todos os membros da comunidade escolar.<br>- Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreajuda.<br>- Adequar o comportamento.<br>- Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista.<br>- Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta<br><br>Grelhas de observação<br><br>Rubrica de avaliação |
| Participação | 25% | - Participar na aula com intervenções de qualidade.<br>- Participar nas atividades propostas.<br>- Ter espírito de iniciativa.<br>- Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades.<br>- Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | | |
| Responsabilidade | 20%<br><br>30% | - Ter o material necessário para a aula.<br>- Realizar todas as tarefas propostas.<br>- Cumprir o prazo de realização das tarefas.<br>- Ser pontual.<br>- Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | | |
| Autorregulação e autoavaliação | 15% | - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor.<br>- Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback.<br>- Reconhecer as suas dificuldades e progressos.<br>- Ter espírito crítico.<br>- Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | | |

# ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

Os alunos com atestado médico (condições especiais), estarão dispensados da componente física/prática (matérias) de acordo com o relatório médico, sendo avaliados pelos Domínios (Atitudes e Valores e Conhecimentos dos três Domínios).

| Critérios de avaliação e classificação | | Ano letivo 2026/2027 |
|---|---|---|
| Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA | Ano de escolaridade: ___7º___ | Grupo Disciplinar: __260/620_ _ |

| CONHECIMENTOS | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Domínio(D) /Tema/ Módulo*** | **Ponderação** | **AE/Descritores de desempenho** | **Perfil do aluno** | **Processos de recolha de informação** |
| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS | 50% | **SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Voleibol)**<br>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos, aplicando as regras enquanto árbitro.<br>-Conhecer o objetivo do jogo, identificar e descriminar as principais ações que o caracterizam, bem como, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras.<br>**SUBÁREA GINÁSTICA (Solo e Aparelhos)**<br>-Cooperar com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança<br>pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.<br>-Compreende e aprecia os saltos e as destrezas gímnicas no solo de acordo com as exigências técnicas indicadas.<br>**SUBÁREAS ARE, ATLETISMO, RAQUETAS e OUTRAS**<br>**(Danças, Ténis de mesa, Natação*/Canoagem** e Atletismo)**<br>-Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento.<br>-Conhecer a origem cultural e histórica das Danças selecionadas e identificar as suas características bem como as suas zonas geográficas.<br>-Conhecer o objetivo do jogo/modalidade, as regras, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando esse conhecimento às funções de juiz/árbitro. | Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)<br><br>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)<br><br>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)<br><br>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J)<br><br>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)<br><br>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)<br><br>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)<br><br>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)<br><br>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) | Observação direta<br><br>Grelhas de registo<br><br>Rubricas de avaliação<br><br>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral<br><br>Autoavaliação |
| ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | 10% | -Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.<br>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®. | | |
| ÁREA DOS CONHECIMENTOS | 20% | -Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.<br>-Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. | | |

* Modalidade abordada em Alijó ** Modalidade abordada no Pinhão

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Critérios** | **Ponderação** | **AE/Descritores de desempenho** | **Perfil do aluno** | **Processos de recolha de informação** |
| Cidadania | 30% | - Respeitar todos os membros da comunidade escolar.<br>- Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreajuda.<br>- Adequar o comportamento.<br>- Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista.<br>- Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta<br><br>Grelhas de observação<br><br>Rubrica de avaliação |
| Participação | 25% | - Participar na aula com intervenções de qualidade.<br>- Participar nas atividades propostas.<br>- Ter espírito de iniciativa.<br>- Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades.<br>- Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | | |
| Responsabilidade | 20%<br><br>30% | - Ter o material necessário para a aula.<br>- Realizar todas as tarefas propostas.<br>- Cumprir o prazo de realização das tarefas.<br>- Ser pontual.<br>- Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | | |
| Autorregulação e autoavaliação | 15% | - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor.<br>- Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback.<br>- Reconhecer as suas dificuldades e progressos.<br>- Ter espírito crítico.<br>- Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | | |

# ALUNOS COM MEDIDAS ADICIONAIS (PEI)

Os alunos com atestado médico (condições especiais), estarão dispensados da componente física/prática (matérias) de acordo com o relatório médico, sendo avaliados pelos Domínios (Atitudes e Valores e Conhecimentos dos três Domínios).

| Critérios de avaliação e classificação | | Ano letivo 2026/2027 |
|---|---|---|
| Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA | Ano de escolaridade: ___7º___ | Grupo Disciplinar: __260/620_ _ |

| CONHECIMENTOS E CAPACIDADES | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Domínio(D) /Tema/ Módulo*** | **Ponderação** | **AE/Descritores de desempenho** | **Perfil do aluno** | **Processos de recolha de informação** |
| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS | 30% | **SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Voleibol)**<br>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos, aplicando as regras enquanto árbitro.<br>-Conhecer o objetivo do jogo, identificar e descriminar as principais ações que o caracterizam, bem como, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras.<br>**SUBÁREA GINÁSTICA (Solo e Aparelhos)**<br>-Cooperar com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança<br>pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.<br>-Compreende e aprecia os saltos e as destrezas gímnicas no solo de acordo com as exigências técnicas indicadas.<br>**SUBÁREAS ARE, ATLETISMO, RAQUETAS e OUTRAS**<br>**(Danças, Ténis de mesa, Natação*/Canoagem** e Atletismo)**<br>-Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento.<br>-Conhecer a origem cultural e histórica das Danças selecionadas e identificar as suas características bem como as suas zonas geográficas.<br>-Conhecer o objetivo do jogo/modalidade, as regras, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando esse conhecimento às funções de juiz/árbitro. | Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)<br><br>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)<br><br>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)<br><br>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J)<br><br>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)<br><br>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)<br><br>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)<br><br>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)<br><br>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) | Observação direta<br><br>Grelhas de registo<br><br>Rubricas de avaliação<br><br>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral<br><br>Autoavaliação |
| ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | 5% | -Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.<br>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®. | | |
| ÁREA DOS CONHECIMENTOS | 5% | -Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.<br>-Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. | | |

* Modalidade abordada em Alijó ** Modalidade abordada no Pinhão

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Critérios** | **Ponderação** | **AE/Descritores de desempenho** | **Perfil do aluno** | **Processos de recolha de informação** |
| Cidadania | 25% | - Respeitar todos os membros da comunidade escolar.<br>- Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreajuda.<br>- Adequar o comportamento.<br>- Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista.<br>- Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta<br><br>Grelhas de observação<br><br>Rubrica de avaliação |
| Participação | 25% | - Participar na aula com intervenções de qualidade.<br>- Participar nas atividades propostas.<br>- Ter espírito de iniciativa.<br>- Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades.<br>- Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | | |
| Responsabilidade | 25% | - Ter o material necessário para a aula.<br>- Realizar todas as tarefas propostas.<br>- Cumprir o prazo de realização das tarefas.<br>- Ser pontual.<br>- Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | | |
| Autorregulação e autoavaliação | 25% | - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor.<br>- Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback.<br>- Reconhecer as suas dificuldades e progressos.<br>- Ter espírito crítico.<br>- Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | | |

60%