

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

(EM VIGOR DESDE 28/SETEMBRO/2022)

DISCIPLINA: Educação Física

CICLO/ANO(S) DE ESCOLARIDADE: 10.º / 11.º/12.º

**1. TEMAS/DOMÍNIOS NO ÂMBITO DOS QUAIS SE DESENVOLVEM OS CONHECIMENTOS/CAPACIDADES/COMPETÊNCIAS/ATITUDES PREVISTOS NAS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS E NO PERFIL DO ALUNO**

Temas	Domínios	Instrumentos
1. Jogos Desportivos Coletivos; 2. Ginástica; 3. Atividades Rítmicas Expressivas; 4. Raquetas; 5. Natação 6. Capacidades Motoras; 7. Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física; 8. Interpretação e Participação nas Estruturas e Fenómenos Sociais	Atividades Físicas	Questionamento Observação Direta Ficha de Registos Grelhas de Análise Grelhas de Observação Registos de Assiduidade
	Aptidão Física	Programa FitEscola
	Conhecimentos	Trabalho de Grupo Trabalho Individual Questões de Aula

## 2. DESCRITORES POR NÍVEIS DE DESEMPENHO PARA CADA DOMÍNIO

Intervalo de Classificação	Atividades Físicas		
	10º ANO (2 JDC)	11º ANO (2 JDC)	12º ANO (2 JDC)
20	5E + 1A	4E + 2A	3E + 3A
18 - 19	1I + 5E	5E + 1A	4E + 2A
14 - 17	3I + 3E	2I + 4E	1I + 5E
10 - 13	5I + 1E	4I + 2E	3I + 3E
6 - 9	3I	4I	5I

Aptidão Física	
<b>APTO</b>	O aluno está apto quando se encontra, na zona saudável da aptidão física do programa FitEscola, em 5 ou 6 testes (incluindo obrigatoriamente a aptidão aeróbia)
<b>NÃO APTO</b>	O aluno está não apto quando se encontra, fora da zona saudável da aptidão física do programa Fitescola, em 2 ou mais teste.

Conhecimentos	
<b>APTO</b>	O aluno revela os conhecimentos definidos pelo Grupo de Educação Física, no plano plurianual, relativos aos objetivos do Programa do Ensino Secundário e às Aprendizagens Essenciais em EF (De acordo com o exposto no ponto da operacionalização dos critérios)
<b>NÃO APTO</b>	O aluno não revela os conhecimentos definidos pelo Grupo de Educação Física, no plano plurianual, relativos aos objetivos do Programa do Ensino Secundário e às Aprendizagens Essenciais em EF (De acordo com o exposto no ponto da operacionalização dos critérios)

### 3. NOTAS PARA A OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS

#### CONSIDERAÇÕES GERAIS

A avaliação na disciplina de Educação Física centra-se na realização das três áreas de desenvolvimento das aprendizagens e das possibilidades dos alunos:

- **As Atividades Físicas**, onde se incluem as categorias Jogos Desportivos Coletivos, as Ginásticas, o Atletismo, as Danças e Outras, como as Raquetas, os Desportos de Combate e a Nataação;
- **A Aptidão Física**, onde se inclui o desenvolvimento das principais capacidades motoras, considerando as diferentes dimensões do seu tratamento;
- **Os Conhecimentos** centrados nos "Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física" e na "Interpretação e Participação nas Estruturas e Fenómenos Sociais Extraescolares, no seio dos quais se realizam as Atividades Físicas".

A avaliação na disciplina de Educação Física toma como referência, por um lado, a organização dos objetivos em cada uma das áreas de desenvolvimento e, por outro lado, a organização das "Normas de Referência para o Sucesso" que os documentos curriculares (aprendizagens essenciais, programas) definem como condição mínima e essencial para os alunos poderem ser considerados com sucesso no final do ensino secundário. A avaliação em cada uma das áreas não pode deixar de ter como principais critérios gerais a **Participação** nas diversas atividades em que os alunos deverão estar envolvidos, e a **qualidade do desempenho** com que realizam as diferentes tarefas.

Os alunos são avaliados em todas as matérias que integram o seu currículo.

A classificação final considera os níveis atingidos nos dois melhores desportos coletivos, na ginástica, na dança e em duas outras modalidades (nataação, badminton, etc).

A área da Aptidão Física determina que o aluno seja considerado APTO, se se encontrar na zona saudável da aptidão física nos testes (ZSAF).

Ao encontrar-se na ZSAF em 6 testes, a classificação do aluno deverá ser valorizada, considerando a proposta de classificação do aluno para a área das Atividades Físicas; ao encontrar-se fora da ZSAF num teste de aptidão aeróbia e em dois testes de aptidão muscular (um da categoria força abdominal e resistência e outro das restantes categorias) a nota do aluno deverá ser ajustada. Os testes deverão ser aplicados duas vezes por ano.

Relativamente à área dos Conhecimentos, os alunos terão que realizar, um trabalho de grupo anual (entrega do trabalho no 1º semestre e apresentação do trabalho no 2º semestre). Segundo o critério do professor e em regime opcional, poderá ainda ser realizado: um trabalho individual sobre a capacidade motora de referência, e elaboração de respostas a questões de aula, executadas através de pesquisa (ver **Bloco dos Conhecimentos**). A nota atribuída ao aluno será Apto ou Não Apto, assinalando-se a classificação atribuída, considerando a média das várias classificações.

Na área das Atividades Físicas, considera-se que cada aluno pode situar-se em relação a cada matéria num dos seguintes níveis: não cumpre nível introdutório (NI/PI); cumpre o nível introdutório (I); cumpre o nível elementar (E); cumpre o nível avançado (A).

De todas as matérias em que o aluno foi avaliado, seleciona-se um conjunto de referência para o sucesso, considerando as matérias que integram a composição do currículo, de acordo com as condições apresentadas nos documentos curriculares (aprendizagens essenciais, programas).

Como já foi referido, consideram-se três grandes áreas de avaliação específicas da EF: Atividades Físicas (AF) - o aluno nas matérias selecionadas, de acordo com as normas (das Aprendizagens Essenciais e Programas Nacionais de Educação Física), evidencia competências de três níveis I e três níveis E para o final de ciclo (**Ver tabelas de níveis**); Aptidão Física (APF) - o aluno encontra-se na zona saudável da aptidão física; Conhecimentos (C) - o aluno revela os conhecimentos definidos.

A proposta de classificação nas Atividades Físicas é encontrada pela combinação de níveis I, E e A (**Ver tabelas de níveis**), podendo esta considerar ainda parte do nível introdução, parte do nível elementar e parte do nível avançado. Realce-se que para ao aluno ser atribuído nível E ou A é condição que este cumpra todos os objetivos previstos no nível. A proposta de classificação pode oscilar entre o valor superior do intervalo anterior, o valor inferior do intervalo superior ou oscilar dentro do intervalo considerando o desempenho do aluno no Bloco dos Conhecimentos (garantindo que realiza as tarefas), no Bloco do Aptidão Física, a sua pontualidade e participação efetiva na prática da Educação Física. A classificação poderá ser valorizada, caso estes aspetos sejam positivos, dentro do intervalo. A classificação poderá ser ajustada até ao máximo de três valores no caso destes quatro ou de alguns destes aspetos serem negativos.

A não realização de uma matéria prática obrigatória, por razões injustificadas, determina a atribuição da menção NI (Não atinge o nível Introdutório). Neste caso o aluno não atinge sucesso na disciplina (10 valores).

Para os alunos que apresentam limitações, é obrigatória a apresentação de Atestado Médico, sendo garantida a possibilidade de completar ou adequar o currículo. Para estes alunos, será concebido um plano, que deverá ser dado a conhecer ao aluno e ao Encarregado de Educação (ver **“Avaliação dos alunos com Atestado Médico”**). Tal como se encontra estabelecido pela lei, a frequência das aulas é obrigatória, bem como a referência, em Atestado Médico, das contra-indicações da atividade física, que deverão ser explicitadas de forma clara.

*O Grupo de Educação Física, para além das Conferências Curriculares, realiza uma reunião por período, por ano de escolaridade/curso, de preparação da avaliação do período escolar, onde são analisadas situações não previstas.*

**ANEXOS**  
**BLOCO DOS CONHECIMENTOS**

ANO	TEMA	OPERACIONALIZAÇÃO
10º	<p><b>1. PROCESSOS DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO CONDIÇÃO FÍSICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptidão física / saúde/estilo de vida saudável</li> <li>• Capacidades motoras</li> <li>• Saúde (fatores de risco)</li> <li>• Processos de controlo do esforço</li> <li>• O corpo humano, a composição corporal, a alimentação o repouso</li> <li>• A higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente</li> <li>• Resistência</li> <li>• Suporte Básico de Vida</li> </ul> <p><b>2. INTERPRETAÇÃO E PARTICIPAÇÃO NAS ESTRUTURAS E FENÓMENOS SOCIAIS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividade física ao longo do tempo</li> <li>• Características que lhe conferem a dimensão cultural</li> <li>• Desporto e Educação Física (valor formativo)</li> <li>• Fenómenos associados a limitações da prática de atividades físicas, da aptidão física e da saúde (sedentarismo, a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização)</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><u>Trabalho de Grupo:</u></p> <p>1º Semestre – Trabalho Escrito 2º Semestre - Apresentação</p> <p style="text-align: center;">Opcional</p> <p><u>Questão de aula</u> Elaboração de respostas a questões de aula, colocadas pelo professor, realizando pesquisa</p>
11º	<p><b>1. PROCESSOS DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO CONDIÇÃO FÍSICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melhoria da aptidão física</li> <li>• Métodos e meios de treino</li> <li>• Força</li> </ul> <p><b>2. INTERPRETAÇÃO E PARTICIPAÇÃO NAS ESTRUTURAS E FENÓMENOS SOCIAIS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desporto / Fenómeno Social (profissões associadas; jogos olímpicos; instituições desportivas)</li> <li>• O papel das atividades físicas na evolução do homem e da sociedade (na educação, no trabalho e no lazer)</li> </ul>	<p><u>Trabalho individual</u> sobre as capacidades motoras (ao critério do Professor):</p> <p>- Resistência no 10º ano, - Força no 11º ano, - Flexibilidade no 12º ano</p>
12º	<p><b>1. PROCESSOS DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO CONDIÇÃO FÍSICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treino das capacidades motoras (aplica as orientações metodológica do treino das capacidades motoras; carga de treino e seus princípios)</li> <li>• Flexibilidade</li> </ul> <p><b>2. INTERPRETAÇÃO E PARTICIPAÇÃO NAS ESTRUTURAS E FENÓMENOS SOCIAIS</b></p> <p>Ética desportiva (especialização precoce; doping; violência; corrupção)</p>	

**ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS**

<b>NÍVEIS</b>	<b>INTERVALO DE CLASSIFICAÇÃO</b>	<b>10º ANO (2 JDC)</b>	<b>11º ANO (2 JDC)</b>	<b>12º ANO (2 JDC)</b>
<b>1</b>	0-5			
<b>2</b>	6-9	3I 4I, 5I, 6I	4I 5I, 5I+1E, 6I	5I 6I, 5I+1E, 4I+2E
<b>3</b>	10-13	5I + 1E 4I+2E	4I+2E 3I+3E	3I+3E 2I+4E, 4I+2A
<b>4</b>	14-17	3I+3E 2I+4E 4I+2 A	2I+4E 1I+5E 4I+2A 1I+4E+1 A 2I+3E+1 A 1I+3E+2 A 2I+2E+2 A 6E	1I+5E 6E 1I+4E+1 A 1I+3E+2 A 5E+1A
<b>5</b>	18-19	1I+5E 1I+4E+1A 2I+2E+2 A 1I+3E+2 A 6E	5E+1A	4E+2 A
<b>6</b>	20	5E+1 A 4E+2 A 3E+3A	4E+2A	3E+3A

Nota: (2 JDC) – 2 desportos coletivos

Níveis de referência em destaque. Apesar de existirem mais combinações, apresentam-se alguns exemplos. As situações atípicas são analisadas em reunião de grupo.

## AVALIAÇÃO DOS ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

O plano de avaliação deve ser do conhecimento do aluno e do Encarregado de Educação.

Nos Cursos Científico - Humanísticos o aluno deve realizar:

- Um teste por semestre (2 testes - 20%);
- Um trabalho de grupo anual (trabalho: 1º semestre; apresentação: 2º semestre), e prova escrita individual sobre o conteúdo dos trabalhos de grupo, a realizar no 2º semestre - (20%);
- Um trabalho individual, por semestre, sobre a capacidade motora de referência e outro tema a definir, com apresentação (20%);
- Resposta a questões colocadas pelo Professor (três no 1º semestre, e três no 2º semestre / em trabalho autónomo), elaboradas num caderno de diário (20%);
- A arbitragem/ajuizamento de uma modalidade, por semestre (20%).