

Critérios Específicos de Avaliação

Disciplinas: Educação Física (2º ciclo, 3º ciclo e Secundário)

Ano Letivo de 2019/2020

Domínios de avaliação específicas da Educação Física

- Área das Atividades Físicas (matérias)
- Área da Aptidão Física
- Área dos Conhecimentos

Considera-se que cada aluno pode situar-se, em relação a cada matéria, num dos seguintes níveis: **Não atinge o Nível Introdução (NI)**; **Atinge Parte do Nível I (PI)**; **Nível Introdução (I)**; **Atinge Parte do Nível E (PE)**; **Nível Elementar (E)**; **Atinge Parte do Nível A (PA)**; e, **Nível Avançado (A)**.

Estes níveis resultam do grau de cumprimento dos objetivos traduzidos pelas competências ao nível das **atitudes e valores, conhecimentos e capacidades**.

Para as presentes normas, um aluno é considerado no nível introdução ou elementar quando está apto a aprender um nível mais exigente do programa, respetivamente o elementar ou o avançado.

Exceções:

- A atribuição da classificação do nível de desempenho (I, E ou A) poderá ser considerado parte do nível (PI, PE ou PA), caso este corresponda aos conteúdos programáticos e objetivos definidos para esse ano.
- Na subárea da Dança, a atribuição do nível de classificação ao aluno corresponde às danças definidas para esse ano.

NORMAS PARA A ATRIBUIÇÃO DE CLASSIFICAÇÃO

5º Ano

São selecionadas as **3** matérias onde o aluno revelou melhores níveis de desempenho. Sendo obrigatoriamente considerados **3 Subáreas diferentes**.

Expressão Qualitativa	Classificação	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas
Insuficiente	1/2	O aluno Não se encontra APTO	O aluno NÃO REVELA	2NI
Suficiente	3	O aluno encontra-se nos parâmetros definidos pela ZSAF (zona saudável de aptidão física)	O aluno relaciona e aplica na sua prática os conceitos subjacentes aos temas propostos	3I
Bom	4			4I
Muito Bom	5			5I

Nota: Em casos excepcionais poderá considerar-se a atribuição do nível 3 a um aluno que não revele no Domínio dos Conhecimentos ou não se encontre apto no Domínio da Aptidão Física.

6º Ano

São selecionadas as **4** matérias onde o aluno revelou melhores níveis de desempenho. Sendo obrigatoriamente consideradas **3 Subárea diferentes**.

Expressão Qualitativa	Classificação	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas
Insuficiente	2	O aluno Não se encontra APTO	O aluno Não REVELA	3NI
Suficiente	3	O aluno encontra-se nos parâmetros definidos pela ZSAF (zona saudável de aptidão física)	O aluno relaciona e aplica na sua prática os conceitos subjacentes aos temas propostos	4I
Bom	4			5I
Muito Bom	5			6I

Nota: Em casos excepcionais poderá considerar-se a atribuição do nível 3 a um aluno que não revele no Domínio dos Conhecimentos ou não se encontre apto no Domínio da Aptidão Física.

Perfil do aluno – 2º ciclo

Domínios/Conteúdos	Competências demonstradas	Instrumentos de avaliação
<p>Área das Atividades Físicas</p>	<p>O aluno deve ser capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo: a) Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; b) Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s); c) Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); d) Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma; e) Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; f) Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; g) Combinando com os companheiros decisões e tarefas de grupo com equidade e respeito pelas exigências e possibilidades individuais. h) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outras. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Protocolo de Avaliação; ➤ Atividades diferenciadas; ➤ Questões de aula ➤ Observação direta ➤ Grelha de registo de observação em sala de aula do trabalho individual / grupo ➤ Análises de auto e heteroavaliação

<p style="text-align: center;">Área da Aptidão Física</p>	<p>➤ O aluno deve ser capaz de:</p> <p>a) Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i>[®], para a sua idade e sexo;</p> <p>b) Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica.</p>	<p>➤ Protocolo do Fitescolas</p> <p>➤ Atividades diferenciadas;</p> <p>➤ Questões em aula</p> <p>➤ Observação direta</p> <p>➤ Grelha de registo de observação em sala de aula do trabalho individual / grupo</p> <p>➤ Análises de auto e heteroavaliação</p>
<p style="text-align: center;">Área dos Conhecimentos</p>	<p>➤ O aluno deve se capaz de:</p> <p>a) Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>b) Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>c) Identificar e interpretar fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações.</p> <p>d) Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança.</p>	<p>➤ Trabalho de grupo / Individual e/ou prova escrita individual</p> <p>➤ Apresentação do(s) trabalho(s)</p> <p>➤ Questões em aula</p>

7º Ano

São selecionadas as 5 matérias onde o aluno revelou melhores níveis de desempenho.
Sendo obrigatoriamente consideradas:

- 1 Matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos (JDC)
- 1 Matéria da Subárea Ginástica
- 3 Matérias de 3 das restantes Subáreas

Expressão Qualitativa	Classificação	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas
Insuficiente	2	O aluno Não se encontra APTO	O aluno Não REVELA	4NI
Suficiente	3	O aluno encontra-se nos parâmetros definidos pela ZSAF (zona saudável de aptidão física)	O aluno relaciona e aplica na sua prática os conceitos subjacentes aos temas propostos	5I
Bom	4			2I+3E
Muito Bom	5			5E

Nota: Em casos excecionais poderá considerar-se a atribuição do nível 3 a um aluno que não revele no Domínio dos Conhecimentos ou não se encontre apto no Domínio da Aptidão Física.

8º Ano

São selecionadas as 6 matérias onde o aluno revelou melhores níveis de desempenho.
Sendo obrigatoriamente consideradas:

- 1 Matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos (JDC)
- 1 Matéria da Subárea da Ginástica
- 4 Matérias de 4 das restantes Subáreas

Expressão Qualitativa	Classificação	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas
Insuficiente	2	O aluno Não se encontra APTO	O aluno Não REVELA	5NI
Suficiente	3	O aluno encontra-se nos parâmetros definidos pela ZSAF (zona saudável de aptidão física)	O aluno identifica, relaciona e aplica na sua prática os conceitos subjacentes aos temas propostos	6I
Bom	4			3I + 3E
Muito Bom	5			6E

Nota: Em casos excecionais poderá considerar-se a atribuição do nível 3 a um aluno que não revele no Domínio dos Conhecimentos ou não se encontre apto no Domínio da Aptidão Física.

9º Ano

São selecionadas as **6** matérias onde o aluno revelou melhores níveis de desempenho.
Sendo obrigatoriamente consideradas:

- **2 Matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos (JDC)**
- **1 Matéria da Subárea da Ginástica**
- **1 Matéria da Subárea da Dança ou Atletismo**
- **2 Matérias de 2 das restantes Subáreas**

Expressão Qualitativa	Classificação	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas
Insuficiente	2	O aluno Não se encontra APTO	O aluno Não REVELA	6NI
Suficiente	3	O aluno encontra-se nos parâmetros definidos pela ZSAF (zona saudável de aptidão física)	O aluno identifica, interpreta e relaciona e aplica na sua prática os conceitos subjacentes aos temas propostos	5 I + 1 E
Bom	4			2 I + 3E + 1PA
Muito Bom	5			3 E + 3 PA

Nota: Em casos excecionais poderá considerar-se a atribuição do nível 3 a um aluno que não revele no Domínio dos Conhecimentos ou não se encontre apto no Domínio da Aptidão Física.

Perfil do aluno – 3º Ciclo

Domínios/Conteúdos	Competências demonstradas	Instrumentos de avaliação
Área das Atividades Físicas	<p>O aluno deve ser capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo:<ul style="list-style-type: none">a) Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários;b) Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s);c) Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s);d) Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma;e) Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade;f) Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes;g) Combinando com os companheiros decisões e tarefas de grupo com equidade e respeito pelas exigências e possibilidades individuais;h) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outras.	<ul style="list-style-type: none">➤ Protocolo de Avaliação;➤ Atividades diferenciadas;➤ Questões de aula➤ Observação direta➤ Grelha de registo de observação em sala de aula do trabalho individual / grupo➤ Análises de auto e heteroavaliação

<p style="text-align: center;">Área da Aptidão Física</p>	<p>➤ O aluno deve ser capaz de:</p> <p>a) Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i>®, para a sua idade e sexo;</p> <p>b) Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica.</p>	<p>➤ Protocolo do Fitescolas</p> <p>➤ Atividades diferenciadas;</p> <p>➤ Questões em aula</p> <p>➤ Observação direta</p> <p>➤ Grelha de registo de observação em sala de aula do trabalho individual / grupo</p> <p>➤ Análises de auto e heteroavaliação</p>
<p style="text-align: center;">Área dos Conhecimentos</p>	<p>➤ O aluno deve se capaz de:</p> <p>a) Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente;</p> <p>b) Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades;</p> <p>c) Identificar e interpretar fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações;</p> <p>d) Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança;</p> <p>e) Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar.</p>	<p>➤ Trabalho de grupo / Individual e/ou prova escrita individual</p> <p>➤ Apresentação do(s) trabalho(s)</p> <p>➤ Questões em aula</p>

10º/11º/12º Anos

Matérias a lecionar nos 10º, 11º e 12º anos: Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol, Ginástica de Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Acrobática, Atletismo, Dança, Badminton e outras.

Para o 10º ano - São selecionadas as 6 matérias onde o aluno revelou melhores níveis de desempenho. Sendo obrigatoriamente consideradas:

- **2 Matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos (JDC)**
- **1 Matéria da Subárea da Ginástica**
- **1 Matéria da Subárea da Dança**
- **2 Matérias de 2 das restantes Subáreas**

Para 11º e 12º ano – Regime de opções (6 matérias)

- **2 Matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos (JDC)**
- **1 Matéria da Subárea da Ginástica ou Atletismo**
- **1 Matéria da Subárea da Dança**
- **2 Matérias de 2 das restantes Subáreas**

Expressão Qualitativa	Class.	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas		
				10º	11º	12º
Muito Insuficiente	1 a 5	O aluno Não se encontra APTO	O aluno Não REVELA	5I	6I	5I + 1E
Insuficiente	6			6I	5I + 1E	4I + 2E
	7					
	8					
Suficiente	9	O aluno encontra-se nos parâmetros definidos pela ZSAF (zona saudável de aptidão física)	O aluno conhece, interpreta e analisa criticamente, relaciona e aplica na sua prática os conceitos subjacentes aos temas propostos	5I + 1E	4I + 2E	3I + 3E
	10					
	11					
	12					
Bom	13	2I + 3E + 1A	1I + 3E + 2A	3E + 3A		
	14					
	15					
Muito Bom	16	3E + 3A	2E + 4A	1E + 5A		
	17					
	18					
	19					
	20					

Nota: Em casos excecionais poderá considerar-se a atribuição da classificação de 10 a um aluno que não revele no Domínio dos Conhecimentos ou não se encontre apto no Domínio da Aptidão Física.

Perfil do aluno – Secundário

Domínios/Conteúdos	Competências demonstradas	Instrumentos de avaliação
Área das Atividades Físicas	<p>O aluno deve ser capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo:a) Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários;b) Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s);c) Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s);d) Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma;e) Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade;f) Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes;g) Combinando com os companheiros decisões e tarefas de grupo com equidade e respeito pelas exigências e possibilidades individuais;h) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outras.	<ul style="list-style-type: none">➤ Protocolo de Avaliação;➤ Atividades diferenciadas;➤ Questões de aula➤ Observação direta➤ Grelha de registo de observação em sala de aula do trabalho individual / grupo➤ Análises de auto e heteroavaliação

<p style="text-align: center;">Área da Aptidão Física</p>	<p>➤ O aluno deve ser capaz de:</p> <p>a) Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i>[®], para a sua idade e sexo;</p> <p>b) Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica.</p>	<p>➤ Protocolo do Fitescolas</p> <p>➤ Atividades diferenciadas;</p> <p>➤ Questões em aula</p> <p>➤ Observação direta</p> <p>➤ Grelha de registo de observação em sala de aula do trabalho individual / grupo</p> <p>➤ Análises de auto e heteroavaliação</p>
<p style="text-align: center;">Área dos Conhecimentos</p>	<p>➤ O aluno deve se capaz de:</p> <p>a) Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente;</p> <p>b) Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades;</p> <p>c) Identificar e interpretar fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações;</p> <p>d) Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança;</p> <p>e) onhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar;</p> <p>f) Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou</p>	<p>➤ Trabalho de grupo / Individual e/ou prova escrita individual</p> <p>➤ Apresentação do(s) trabalho(s)</p> <p>➤ Questões em aula</p>

	<p>manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino;</p> <p>g) Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões” (Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência vs. Espírito Desportivo; Corrupção vs. Verdade Desportiva).</p>	
--	---	--

No final de cada ciclo será realizada uma prova de aferição por grupo de professores da disciplina, através de observação direta das situações definidas no protocolo de avaliação. As observações serão registadas em documento próprio, aferindo todo o trabalho realizado ao longo do ciclo e contribuindo para a nota final do aluno.

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE AVALIAÇÃO - ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO PERMANENTE

2º / 3º CICLO E SECUNDÁRIO

A avaliação dos alunos com atestado médico permanente ou de longa duração realiza-se cumprindo os mesmos princípios mencionados anteriormente, tendo estes alunos que cumprir o mesmo percurso curricular dos restantes. Exclui-se desta avaliação a prestação de provas da Domínio da Aptidão Física.

Contudo, e porque estão privados legalmente de prestar provas práticas relativas às matérias, da mesma forma que os demais colegas, estabelece-se um regime especial de avaliação que visa permitir ao professor e ao aluno um controlo permanente da sua aprendizagem e balizar os conteúdos, estabelecendo objetivos a atingir no final de cada período para cada nível de aprendizagem, ou seja, os Níveis Introdução, Elementar e Avançado.

1. ÁREA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS (matérias)

NÍVEIS	OBJETIVOS
INTRODUÇÃO	Conhece as principais regras definidas pelo professor e aplica-as como árbitro ou juiz. Explicita e executa corretamente as principais regras de segurança. Identifica corretamente as principais características e objetivos das matérias abordadas. Coopera com os companheiros e com o professor incentivando e apoiando as suas ações, ajudando e corrigindo no sentido de favorecer a melhoria das suas prestações.
ELEMENTAR	Identifica corretamente os principais gestos técnicos ou técnicas da matéria e também dos materiais e equipamentos utilizados.

AVANÇADO	Elabora corretamente propostas de abordagem aos conteúdos programáticos e apresenta a informação à turma.
-----------------	---

Para cada matéria o aluno encontrará um estado de cumprimento dos objetivos que se traduzirá em níveis de desenvolvimento, ou seja, não cumpre o Nível Introdução (NI), Introdução (I), Elementar (E) ou Avançado

2. ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

O aluno identifica os testes e o seu protocolo, focando os seus objetivos e formas de desenvolvimento.

3. ÁREA DOS CONHECIMENTOS

Nesta Área cumprem-se os pressupostos já definidos para os alunos sem atestado médico.

Departamento de Educação Física
Aprovados em CP de 06 de novembro de 2019