



AGRUPAMENTO  
DE ESCOLAS DA  
BEMPOSTA

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES  
DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

# CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**2º e 3º CICLOS**

**e SECUNDÁRIO (cursos profissionais)**



**Ano Letivo 2018-2019**

## 1. INTRODUÇÃO

Os critérios de avaliação da disciplina de Educação Física, que constam neste documento, cumprem os requisitos explicitados no artº18 da Portaria nº223-A/2018 de 3 agosto e estruturam-se de acordo com os Programas Nacionais de Educação Física (aprovados pelo Despacho nº 124/ME/91 de 31 de julho, publicado no Diário da República, 2ª série, nº 188, de 17 de agosto), nas Normas de Referência para a definição de sucesso em Educação Física, que foram introduzidas nos Programas Nacionais na Revisão Curricular de 2001 e nas Aprendizagens Essenciais (AE) de Educação Física publicadas pelo Ministério da Educação, que têm como objetivo o desenvolvimento das competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PA).

Segundo as orientações do Ministério da Educação “*não há revogação de documentos em vigor, nem a consequente adoção de novos manuais.*”

*As AE são o **Denominador Curricular Comum** para todos os alunos, mas não esgotam o que um aluno deve fazer ao longo do ano letivo. Não são os mínimos a atingir para a aprovação de um aluno, são a base comum de referência.*

*Permitem libertar espaço curricular para que, em cada escola, se possa promover trabalho articulado entre as AE e as outras aprendizagens previstas nos demais documentos curriculares, com aprofundamento de temas, explorações interdisciplinares diversificadas, mobilização de componentes locais do currículo, entre outras opções, no âmbito dos domínios de autonomia curricular.*

*A aprovação do aluno dependerá sempre das aprendizagens realizadas, decorrentes da articulação entre a base comum de referência e o aprofundamento de outros conteúdos e temas, articulação essa, orientada pelas áreas das competências inscritas no PA.”*

Consideram-se, como referência fundamental para o sucesso nesta área disciplinar, nos 2º e 3º ciclos, **três áreas de avaliação específicas da Educação Física**, que representam a extensão da Educação Física: **ATIVIDADES FÍSICAS, APTIDÃO FÍSICA e CONHECIMENTOS.**

Deste modo, a operacionalização da avaliação tem como **referência**:

Na **ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS**, a especificação de cada matéria do programa em três níveis – **Introdução (I), Elementar (E) e Avançado (A)**. Considera-se que um aluno cumpre um nível (I, E ou A) quando o seu desempenho, conhecimentos e atitudes representam a totalidade do nível considerado.

Especificação do nível das matérias:

**1. Nível Introdução (I)**

Incluem-se as habilidades técnicas, conhecimentos e atitudes que representam a aptidão específica ou preparação de base (fundamentos).

**2. Nível Elementar (E)**

Onde se discriminam os conteúdos constituintes do domínio das matérias nos seus elementos principais, relativamente à modalidade a que se referem.

Em relação a cada matéria, cada aluno pode situar-se, quanto às competências que evidencia, da seguinte forma:

**PI** - Parte do nível Introdução (Cumpe parte dos requisitos do nível Introdução)

**I** - Nível Introdução (Cumpe a totalidade de requisitos deste nível, está apto a aprender o nível Elementar);

**E** - Nível Elementar (Cumpe a totalidade dos requisitos deste nível, está apto a aprender o nível Avançado);

**Na ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA**

São considerados os valores enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa **FitEscola**, para a idade e género do aluno.

A **ÁREA DOS CONHECIMENTOS** são considerados os objetivos do Programa do 2.º ou 3.º Ciclo, que incidem nos processos de elevação e manutenção da Aptidão Física e na interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as Atividades Físicas.

As **Atitudes e Valores** não são estruturadas numa área de avaliação. Estão integradas indissociavelmente nas áreas já referidas, e os seus efeitos são indispensáveis para determinar o grau de sucesso (ou insucesso) dos alunos.

## 1. OPERACIONALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO

**ÁREA DAS ATIVIDADE FÍSICAS**, esta é avaliada tendo em consideração as **subáreas específicas**:

### **No 2º Ciclo**

SubÁrea - JOGOS (5º ano)

SubÁrea - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (matérias: andebol, basquetebol, voleibol e futebol)

SubÁrea - GINÁSTICA (matérias: ginástica de solo, ginástica de aparelhos e rítmica)

SubÁrea - ATLETISMO (matérias: corridas, saltos, lançamentos)

SubÁrea - PATINAGEM \*

SubÁrea - ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (matérias: danças, danças sociais, danças tradicionais)

SubÁrea - OUTRAS (matérias: raquetes, orientação, natação, unihoquei, entre outras)

### **No 3º Ciclo**

SubÁrea - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (matérias: andebol, basquetebol, voleibol e futebol)

SubÁrea - GINÁSTICA (matérias: ginástica de solo, ginástica de aparelhos e gin. acrobática)

SubÁrea - ATLETISMO (matérias: corridas, saltos, lançamentos)

SubÁrea - PATINAGEM \*

SubÁrea - ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (matérias: danças sociais, danças tradicionais, aeróbica)

SubÁrea - OUTRAS (matérias: raquetes, orientação, natação, surf e vela)

\* a Subárea/matéria PATINAGEM, em virtude da falta de materiais específicos não será abordada, sendo substituída por uma matéria da subárea OUTRAS.

### **Regras na seleção de matérias por ano:**

Serão escolhidas as matérias do aluno por subárea, onde este revelou melhores níveis de interpretação de acordo com o conjunto de possibilidades:

2ºCiclo:

3ºCiclo:

1. Subárea JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria para o 7º ano e 8º ano e duas matérias para o 9º ano);
2. SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria);

3. SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (três matérias para o 7º ano, quatro matérias para o 8º ano e 9º ano).

### 2º CICLO

O aluno desenvolve as aprendizagens essenciais:

1. Em **3 matérias** de parte do **nível INTRODUÇÃO** no 5º ano de escolaridade
2. Em **2 matérias** de parte **nível INTRODUÇÃO** mais **uma matéria de nível INTRODUÇÃO** no 6º ano de escolaridade

### 3º CICLO

O aluno desenvolve as aprendizagens essenciais:

1. Em **3 matérias** de **nível INTRODUÇÃO** no 7º ano de escolaridade
2. Em **4 matérias** de **nível INTRODUÇÃO** no 8º ano de escolaridade
3. Em **4 matérias** de **nível INTRODUÇÃO** no 9º ano de escolaridade

#### Nota:

Para os níveis INTRODUÇÃO em cinco matérias de diferentes subáreas devem observar-se as seguintes condições:

- 1 - O ATLETISMO constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria.
- 2 – Nas subáreas JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA, PATINAGEM e ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.
- 3 - Nas OUTRAS poderá ser considerada uma matéria dos JOGOS DE RAQUETAS, a Natação, uma matéria da subárea de ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA ou uma matéria da subárea dos DESPORTOS DE COMBATE.

### ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

O aluno desenvolve as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FitEscola, para a sua idade e género.

São considerados os seguintes **testes do FitEscola**: vaivém/milha; abdominais; flexões de braços; impulsão horizontal, impulsão vertical, flexibilidade dos membros inferiores e flexibilidade de ombros.

Pretende-se que o aluno consiga atingir os valores de referência (**Zona Saudável da Aptidão Física**), para a sua idade/género em pelo menos **2 testes de aptidões diferentes**, a saber: aptidão aeróbia / força (aptidão muscular) / flexibilidade (aptidão muscular).

O aluno empenha-se nas situações de treino ou de avaliação e aceita as indicações do professor para a melhoria dos aspetos associados à sua condição física

## ÁREA DOS CONHECIMENTOS

Os alunos serão avaliados através de questionamento, da realização de trabalho individual e/ou de grupo.

Nas aulas ou partes de aula dedicadas à aprendizagem dos conhecimentos, o aluno revela atenção e interesse. Realiza as propostas de trabalho de uma forma ativa, interessada e responsável.

**5º ano** – Identificar as capacidades físicas de acordo com o esforço realizado.

**6º ano** - Identificar as capacidades físicas de acordo com o esforço realizado, interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.

**7º ano** - Relacionar Aptidão Física e Saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.

Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos.

**8º ano** - Relacionar Aptidão Física e Saúde e identificar os factores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.

Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.

**9º ano** - Relacionar Aptidão Física e Saúde e identificar os factores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afectividade e a qualidade do meio ambiente.

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.

#### 4. QUADRO SÍNTESE DA AVALIAÇÃO (2º e 3º CICLOS)

ATIVIDADES FÍSICAS							APTIDÃO FÍSICA	CONHECIMENTOS	
	5º	6º	7º	8º	9º	Do 5º ao 9º ano	Do 5º ao 9º ano		
<b>1</b>	O aluno não atinge o sucesso em nenhuma das três áreas de avaliação específica da Educação Física;								
<b>2</b>	O aluno não atinge o sucesso em UMA das 3 áreas de avaliação específica da Educação Física.								
<b>3</b>	<p>1. Aceita as decisões de arbitragem e trata com cordialidade e respeito os colegas de equipa e adversários;</p> <p>2. Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens (êxito pessoal e do grupo) e garantindo a segurança na realização das mesmas;</p> <p>3. Colabora na preparação, arrumação, preservação do diverso material utilizado e cumpre as regras em vigor no regulamento da disciplina (equipamento, pontualidade e higiene);</p>	3 PI	2 PI + 1 I	3 I	4 I	4 I	APTO	REVELA	
<b>4</b>		4 PI	2 PI + 2 I	5 I	6 I	5 I + 1 E			
<b>5</b>		3 PI + 1 I	4 I	6 I	4 I + 2 E	3 I + 3 E			

A avaliação das Áreas de Aptidão Física e dos Conhecimentos, será através da menção, apto e revela, respetivamente. Os alunos que não conseguirem apresentar estas menções, serão alvo de adoção/adaptação e ajustamento de medidas e estratégias pedagógicas ao longo do ano com vista ao sucesso.

## 4. PERFIS DE APRENDIZAGEM

**No final do 6º ano (2º ciclo), o aluno deverá cumprir, em cada área, o seguinte:**

### ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

2 partes do nível Introdução + 2 níveis Introdução

### ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

2 testes de aptidão física **de aptidões diferentes** dentro da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FitEscola)

### ÁREA DOS CONHECIMENTOS

Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.

Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.

**No final do 9º ano (3º ciclo), o aluno deverá cumprir, em cada domínio, o seguinte:**

### ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

4 Níveis Introdução

### ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

2 testes de aptidão física **de aptidões diferentes** dentro da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FitEscola).

### ÁREA DOS CONHECIMENTOS

Relacionar Aptidão Física e Saúde e identificar os factores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afectividade e a qualidade do meio ambiente.

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.



## 1. CURSOS PROFISSIONAIS

### CrITÉrios de AvaliaÇão

Área	Módulos	Descritores	
Conhecimentos sobre Desenvolvimento da Condição Física e Contextos onde se realizam as Atividades Físicas	ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE I, II, III	Ficha de avaliação sumativa	

Área	Módulos	Descritores	Classificação
Atividades Físicas	Jogos Desportivos Coletivos I,II,III Ginástica I,II,III Dança I,II,III Atletismo/Raquetas/Patinagem I,II Atividades de exploração da natureza	Nível Introdução	10 a 13 valores
		Nível Elementar	14 a 17 valores
		Nível Avançado	18 a 20 valores

Área	Módulo	Descritores	Classificação
Desenvolvimento das Capacidades condicionais e coordenativas	Aptidão Física	Aplicação de testes referenciados ao critério (FitEscola - referência ZSAF) e de testes referenciados à norma, de acordo com o programa da disciplina	<b>2 Testes – 10 a 12 Valores</b>
			<b>3 Testes – 13 a 15 Valores</b>
			<b>4 Testes – 16 a 18 Valores</b>
			<b>5 Testes – 19 a 20 Valores</b>

## 2. SITUAÇÕES ESPECIAIS

Em qualquer situação, o aluno deverá apresentar-se com equipamento adequado à aula de Educação Física, para utilizar o material e o espaço da aula, caso contrário ser-lhe-á marcada falta de material, de acordo com o Regulamento da Disciplina.

### **Alunos com Atestado Médico Permanente**

Com base no relatório médico que explicita muito claramente:

1. As atividades físicas que estão interditas ao aluno;
2. As atividades que são permitidas de um modo condicionado;
3. As atividades físicas que, por serem benéficas para o aluno, podem ser praticadas sem contra-indicação.

O aluno cumpre as **adaptações curriculares** do plano individual proposto pelo seu professor e revisto em Departamento de Expressões.

### **Alunos com Atestado Médico Temporário**

Os alunos que apresentem um documento temporário de índole médica, identificado e assinado por um profissional da área, terão sucesso em Educação Física se cumprirem na **totalidade** as seguintes competências (pode ser retirada qualquer das seguintes competências no caso de o aluno, devido à sua impossibilidade psico-motora, não puder executar):

1. O aluno é considerado **Apto** na área de Conhecimentos (igual para todos os alunos).
2. O aluno cumpre a totalidade dos trabalhos propostos pelo professor.
3. O aluno, nas matérias da categoria de Ginástica, coopera com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros.
4. Colabora na preparação, arrumação e preservação do material.
5. O aluno conhece o objetivo das matérias e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas regras, referentes ao nível Introdução dos Programas Nacionais de Educação Física, (p.ex. arbitragem, ajuizamento)