

**CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - EDUCAÇÃO FÍSICA**

2023-2024

Este documento foi elaborado considerando a legislação em vigor, nomeadamente as Aprendizagens Essenciais e as Normas de Referência para o sucesso em Educação Física que perfilham de uma concepção de Educação Física (EF) **pedagogicamente orientada** para promover o desenvolvimento eclético e multilateral do aluno em três domínios específicos, Atividades Físicas; Aptidão Física e Conhecimentos.

ÁREA	Subáreas	Matérias	Descritores de Desempenho	Perfil dos alunos
ATIVIDADES FÍSICAS/ATIVIDADES FÍSICAS	Jogos Desportivos Coletivos	Andebol	Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos, 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.	Conhecedor/ Sabedor/ Culto/ Informado
		Basquetebol		
		Futsal		
		Voleibol		
		Corfebol*		
	Ginástica	Solo	Compor e realizar na ginástica as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e de outros aparelhos (bock, plinto e minitrampolim) em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	Criativo/ Expressivo
		Aparelhos		
		Acrobática		
	Atividades Rítmicas Expressivas	Danças Sociais	Apreciar e realizar sequências de elementos técnicos elementares da Dança em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	Questionador/ Comunicador/ Crítico/ analítico Criativo/ Expressivo
		Danças Tradicionais		
Atletismo	Atletismo	Realizar e analisar, do Atletismo, saltos, lançamentos e corridas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.	Questionador/ Comunicador/ Crítico/ Analítico/ Respeitador da diferença	
Patinagem	Patinagem	Utilizar adequadamente os patins, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnicas elementares.	Questionador/ Comunicador/ Crítico/ Analítico	
Raquetas	Raquetas	Badminton	Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares dos jogos de raquetas, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, como jogador.	Questionador/ Comunicador/ Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador/ Respeitador da diferença
		Ténis de mesa		
Outras	Outras*	Desportos de Combate	Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança e aplicando as regras,	Questionador/ Comunicador/ Crítico/ Analítico/ Respeitador da diferença
		Jogos Tradicionais	Praticar e conhecer Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.	Questionador/ Comunicador/ Crítico
		Orientação	Realizar Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.	Questionador/ Comunicador/ Crítico

\*Alternativo

No domínio Atividades Físicas considera-se que um aluno cumpre o nível (Introdução, Elementar ou Avançado) quando o seu desempenho representa a totalidade de capacidades e conhecimentos expressas no nível considerado. O aluno cumpre parte de um nível quando o seu desempenho representa pelo menos metade das capacidades e conhecimentos expressas nesse nível.

São seleccionadas as **6 melhores Matérias** de cada aluno:

10º Ano		
2	Jogos Desportivos Coletivos	Os 2 melhores
1	Ginástica	A melhor
1	Dança	A melhor
2	Atletismo; Raquetas; Patinagem; Outras	Os 2 melhores

11º e 12º Ano		
2	Jogos Desportivos Coletivos	Os 2 melhores
1	Ginástica/Atletismo	A melhor
1	Dança	A melhor
2	Raquetas; Patinagem; Outras*; Ginástica/Atletismo (a pior)	Os 2 melhores

Outras\* - Lecionadas em função das condições materiais da escola

10º ANO				11º Ano				12º Ano			
Σ	Valores	Act Física (Níveis)	Ap Física	Σ	Valores	Act Física (Níveis)	Ap Física	Σ	Valores	Act Física (Níveis)	Ap Física
12	20	6E	4 ZSAF	13	20	5E+1A	4 ZSAF	14	20	4E+2A	4 ZSAF
	19				19				19		
11	18	1I+5E	4 ZSAF	12	18	6E	4 ZSAF	13	18	5E+1A	4 ZSAF
	17				17				17		
10	16	2I+4E	4 ZSAF	11	16	1I+5E	4 ZSAF	12	16	6E	4 ZSAF
	15				15				15		
9	14	3I+3E	3 ZSAF	10	14	2I+4E	3 ZSAF	11	14	1I+5E	3 ZSAF
	13				13				13		
8	12	4I+2E	2 ZSAF	9	12	3I+3E	2 ZSAF	10	12	2I+4E	2 ZSAF
	11				11				11		
7	10	5I+1E	2 ZSAF	8	10	4I+2E	2 ZSAF	9	10	3I+3E	2 ZSAF
	9				9				9		
6	8	6I	1 ZSAF	7	8	5I+1E	1 ZSAF	8	8	4I+2E	1 ZSAF
	7				7				7		
4	6	4I	1 ZSAF	5	6	6I	1 ZSAF	5	6	5I+1E	1 ZSAF
	5				5				5		
	4	3I	1 ZSAF		4	4I	1 ZSAF		4	6I	1 ZSAF

Para determinar o somatório num conjunto de níveis diferentes aos da tabela, aplica-se o seguinte: NI=0; PI=0,5; I=1; PE=1,5; E=2; PA=2,5; A=3.

Para um aluno estar num determinado intervalo de classificação, (4a5), (6a7), (8a9), (10a11), (12a13), (14a15), (16a17), (18a19) e (20) tem que cumprir obrigatoriamente o conjunto de níveis exigidos, ou qualquer combinação de níveis cujo somatório (Σ) seja igual.

**Aptidão Física:** Quando um aluno cumpre os níveis exigidos para um determinado intervalo mas **não alcança o nº de testes da ZSAF** aí exigidos.

**Conhecimentos:** Quando um aluno obtém a classificação de Muito Bom, nesta área, acresce um valor à classificação final. Quando obtém a classificação de Insuficiente desce um valor relativamente à classificação final.

## Alunos dispensados permanente ou temporariamente das atividades físicas

A. Para a dispensa da prática de atividade física, na aula de Educação Física (em parte ou na totalidade), deverá ser apresentada Declaração Médica (nos termos da legislação em vigor) que inclua:

- a. As atividades físicas que estão interditas aos alunos;
- b. As atividades físicas que são permitidas de forma condicionada;
- c. As atividades físicas que, por serem benéficas para o aluno, podem ser praticadas sem contraindicações.

B. O professor, tendo em conta a tipologia de cada turma, e o caso particular do aluno com dispensa de parte ou da totalidade das atividades físicas, deverá definir um Plano Adaptado de Aprendizagem e Avaliação. No PLANO deverão ser avaliadas as atividades que o aluno está impossibilitado de prática física.

	ÁREA	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PERFIL DOS ALUNOS	AVALIAÇÃO	
				Instrumentos de Avaliação	PONDERAÇÃO
<b>DOMÍNIOS</b>	<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b>	<p>Conhece o objetivo dos jogos desportivos coletivos e individuais e principais regras.</p> <p>- Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco, associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança.</p>	<p>Conhecedor/ Sabedor/ Culto; Informado/ Questionador/ Comunicador/ Crítico; analítico/ Investigador/ Sistematizador Respeitador da Diferença/ Investigador/ Sistematizador Criativo/Expressivo</p>	<p><b>a.</b> Intervenções do aluno na aula:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fichas curtas</li> <li>- Relatórios</li> <li>- Questionamento oral</li> <li>- Arbitragem</li> <li>- Ajudas</li> </ul>	<p>- Qualquer seleção de instrumentos de avaliação terá uma ponderação equitativa.</p> <p>(é obrigatória a seleção de pelo <u>menos 2 instrumentos de avaliação</u>, sendo um deles: <b>a)</b> intervenções do aluno na aula)</p>
	<b>APTIDÃO FÍSICA</b>	<p>O aluno deve ficar capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável.</li> <li>- Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da Condição Física e metodologia do desenvolvimento das capacidades motoras de uma forma autónoma no seu quotidiano e seu enquadramento na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo.</li> </ul>	<p>Cuidador de si e do outro</p>	<p><b>b.</b> Teste escrito</p> <p><b>c.</b> Trabalho temático escrito com apresentação oral à turma;</p>	
	<b>CONHECIMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável.</li> <li>- 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.</li> </ul>		<p><b>d.</b> Portfólio individual ou Caderno diário individual anual.</p>	