



*Ministério da Educação*

**Escola Secundária José Gomes Ferreira**

## **PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO**

**Inclui:**

- Características da avaliação
- Sistema de Avaliação/Classificação
- Normas de Referência 3º ciclo e Secundário
- Regras para aplicação das Normas de Referência
- Situações de avaliação, critérios e indicadores

# 1. CARACTERÍSTICAS DA AVALIAÇÃO EM EF

“Os processos e os resultados da avaliação devem **contribuir para o aperfeiçoamento do processo de ensino-aprendizagem** e, também, **para apoiar o aluno na procura e alcance do sucesso em EF** no conjunto do currículo escolar e noutras actividades e experiências, escolares e extra-escolares, que marcam a sua educação (repouso, recreação, alimentação, convívio com os colegas e adultos, etc.), directa ou indirectamente, representadas neste programa “ ( *in PNEF*).

## O que é Objecto de Avaliação em EF

- As aprendizagens dos alunos - competências essenciais inscritas no Projecto Curricular da Escola, no Projecto Curricular da Turma e Plano de Turma (EF)

## Quando se realiza a avaliação?

- No início do ano - ver **protocolo de avaliação**
- No início de ciclo e outros momentos a definir - **Provas de Aferição**
- Em momentos pontuais, decididos por cada professor – **Avaliação formativa**
- Em momentos previamente definidos (etapas/ períodos/final do ano) – **Avaliação/Classificação (protocolo avaliação)**
- Final de Ciclo - **Prova Globalizante 9º ano**

## Para que serve?

- Para orientação e regulação do processo ensino-aprendizagem (avaliação formativa)
- Para classificação dos alunos (finais dos períodos/anos /ciclos)

## Áreas de referência da Avaliação em Educação Física

A avaliação tem como referência as competências essenciais nas **3 áreas da EF**:

- **Actividades Físicas**
- **Aptidão Física**
- **Conhecimentos**

## Parâmetros de Avaliação em cada Área da EF

### Actividades Físicas

- Participação/Empenho/Cooperação
- Desempenho motor
- Conhecimentos (regulamento, técnica, tática)

### Conhecimentos (Saúde, Apt. Fís, etc)

- Participação/Empenho/Cooperação
- Conhecimentos

### Aptidão Física

- Participação/Empenho/Cooperação
- Nível das Capacidades Físicas - Resultados bateria Fitnessgram (ZSAF)
- Qualidade/correção na realização dos exercícios

## Situações de avaliação/recolha de informação

As situações de avaliação devem-se aproximar o mais possível das **condições de realização dos objectivos da EF**.

### Área das Actividades Físicas

- Participação/Empenho/Cooperação – observação nas situações de apz/treino, tarefas de preparação e organização da aula (*mais importante na dimensão formativa da avaliação*)
- Competências Motoras – **Situações de jogo** formal ou reduzido, **sequências** gímnicas, **percursos** de patinagem, **coreografias, etc**
- Conhecimentos – **aplicação dos conhecimentos nas situações práticas** (*podem também utilizar-se fichas de trabalho/avaliação, trabalhos em grupo, testes escritos, questionamento, etc*)

### Área dos conhecimentos

- Participação/Empenho e brio na realização das tarefas
- Conhecimentos - fichas de trabalho/avaliação, trabalhos em grupo, teste escritos, questionamento)

### Área da Aptidão Física

- Participação/Empenho – observação ns situações de treino e avaliação
- Desempenho – bateria de testes de **Fitnessgram**; situações/exercícios de treino

## 2. AVALIAÇÃO INICIAL

### 2.1 OBJECTIVOS

A **Avaliação Inicial** é um processo decisivo. Permite-nos orientar e organizar o trabalho com cada uma das turmas, indo ao encontro das necessidades e possibilidades de desenvolvimento dos alunos (PLANO DE TURMA); Possibilita-nos construir compromissos colectivos (PROJECTO EF).

Os **objectivos** do período de Avaliação inicial, situam-se a vários níveis:

a) ***conhecer os alunos em actividade de Educação Física, recolhendo dados que nos permitam orientar o trabalho com a turma***:

- avaliar o nível inicial dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento, no conjunto das matérias da EF; perceber como os alunos aprendem...;
- identificar alunos “críticos” - que revelam dificuldades e necessitam de maior acompanhamento - e matérias “prioritárias” - aquelas em que os alunos se encontram mais distantes dos objectivos definidos;

- identificar as **capacidades motoras** que merecem uma atenção especial (em alunos ou grupo de alunos);
- conhecer o nível de **conhecimentos** apropriados pelos alunos e as características do trabalho nesta área;
- apreciar a dinâmica da turma, o modo de relação dos alunos, recolhendo dados para orientar a formação de grupos;
- recolher dados para definir prioridades de desenvolvimento (objectivos) para a 2ª etapa;
- identificar aspectos críticos no tratamento de cada matéria (questões de segurança, modos de organização, grupos, etc);

b) ***recolher dados para, em conjunto com os restantes colegas do grupo, elaborar o plano plurianual*** e ainda...

- Criar um bom clima de aula, um clima favorável ao ensino e aprendizagem;
- Aprender e/ou consolidar rotinas de organização e normas de funcionamento;
- Apresentar o programa/matérias aos alunos;
- Rever aprendizagens anteriores e consolidar outras.

## **2.2 CONDIÇÕES DE APLICAÇÃO DO PROTOCOLO**

O período de aplicação deste protocolo é de aproximadamente de **5-6 semanas**, para que nos possamos aperceber da forma como os alunos aprendem, do modo como se situam em relação ao programa previsto para o ano de escolaridade e das suas possibilidades de desenvolvimento.

Para que o processo de avaliação inicial, seja válido para os fins pretendidos, é necessário **conhecer muito bem os programas de Educação Física**, pelo menos o nível **Introdução e Elementar** de cada matéria (independentemente do ano em que estão propostos), bem como o programa de desenvolvimento das **capacidades motoras** e de **conhecimentos**.

As opções tomadas em função dos resultados da avaliação inicial não são definitivas e não servem para classificar os alunos... Em qualquer momento podemos ajustar as decisões ao longo do processo ensino-aprendizagem, consoante a evolução dos alunos (não há que ter medo de "enganos").

## **2.3 CARACTERÍSTICAS DAS SITUAÇÕES DE AVALIAÇÃO INICIAL**

*"As situações de avaliação e procedimentos de observação e recolha de dados, deverão considerar os aspectos críticos do percurso de aprendizagem em cada matéria e sintetizar o grau de exigência de cada nível do programa, nos critérios e indicadores de observação acertados entre todos" (PNEF).*

- Devemos entender as situações de avaliação inicial como situações de aprendizagem “normais”, não como teste diagnóstico, pelo que os alunos devem, se possível, estar nessas situações várias vezes ao longo do período de AI;
- Estas situações devem fazer parte das aulas organizadas conforme o estilo pessoal de cada um e, se necessário, conjuntamente com outras que consideremos úteis, pertinentes, etc;
- Devemos, se possível, organizar aulas por áreas, com várias matérias na mesma aula. Podemos repetir aulas, para termos mais tempo de apreciação dos alunos, mais tempo de aprendizagem, aperfeiçoamento e menos tempo de organização;
- Como fazemos normalmente, acompanhamos os alunos nas situações, dando feed-backs e intervindo de acordo com o seu desempenho, tentando que melhorem (ao mesmo tempo, no fim ou em vários momentos ao longo da aula há que registar!).

## **2.4 CARACTERÍSTICAS DA OBSERVAÇÃO/REGISTO**

*“A discussão e acerto sobre o modo de “olhar” para os alunos em actividade, e o sistema de registo escolhido, embora traduzível por todos na mesma linguagem, deverá ser passível de adaptação ao estilo pessoal de cada um e permitir a recolha de todas as informações que cada professor considere úteis para a preparação do seu trabalho” (PNEF).*

O sistema de registo, desde que traduzível por todos na mesma linguagem – nível do programa em que os alunos poderão vir a trabalhar (I,E ou I/E), pode adaptar-se ao estilo pessoal de cada um e deve incluir todas as informações que achemos úteis para organizar o nosso trabalho (plano de turma). Se se achar conveniente poder-se-á fazer duas notações, uma com o diagnóstico (situação actual) e outra com o prognóstico (previsto final do ano/ciclo)

Quanto mais dados conseguirmos recolher, mais fácil será identificar o nível dos objectivos a seleccionar para cada aluno/matéria.

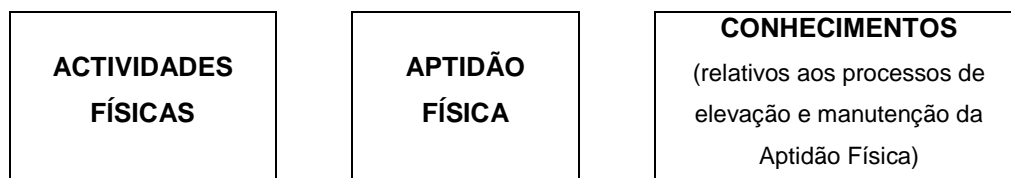
Não é necessário observar de igual modo todos os alunos e fazê-lo em todas as situações – os casos “típicos” destacam-se facilmente... devemos focar a nossa atenção nos alunos em que é mais difícil caracterizar o seu desempenho.

### 3. SISTEMA de CLASSIFICAÇÃO dos ALUNOS

A avaliação/classificação dos alunos nesta área disciplinar no final do ano/ciclo, deve ter como referência fundamental os Objectivos Gerais da EF considerando a legislação em vigor, nomeadamente as **NORMAS DE REFERÊNCIA PARA O SUCESSO EM EF** (ver Orientações Curriculares de Educação Física), as decisões de construção do currículo e respectivas exigências avaliativas ao longo do ciclo, constantes no Projecto de Educação Física e neste protocolo de avaliação.

Este sistema de classificação define o perfil de competências dos alunos a classificar com os níveis 1, 2, 3, 4 e 5, bem como nos patamares classificativos >7; 8-9 valores; 10-14 valores; 15-17 valores e 18-20 valores.

A Avaliação em Educação Física, é contínua, com um carácter essencialmente formativo e tem como referência os **Objectivos Gerais do 3º Ciclo ou Secundário**, organizados em torno de três grandes áreas de demonstração de competências:



O processo avaliativo inclui momentos de avaliação formal das competências esperadas em cada uma destas áreas:

- **Actividades Físicas:** nesta área são avaliadas as competências relativas às matérias de ensino da Educação Física (Futebol, Ginástica, Patinagem, etc), que nos Programas de EF se encontram especificadas em 3 níveis de complexidade crescente: Introdução, Elementar e Avançado. Esta especificação integra competências motoras, participação e conhecimentos relativos a cada uma das matérias (regulamento, técnica, tática, etc). A avaliação dos alunos nesta área permite-nos ajuizar sobre a demonstração das competências dos níveis do programa e apreciar a qualidade do desempenho dos alunos. As situações de prova são as condições de realização dos objectivos que constam nos programas de cada matéria (sequências gímnicas, situações de jogo, percursos em patins, coreografias de dança, etc).
- **Aptidão Física:** nesta área avalia-se o nível de desenvolvimento da Aptidão Física através da aplicação de um conjunto de testes que integram a bateria de testes de Avaliação da Aptidão Física - *FitnessGram*. A interpretação dos resultados é feita com auxílio da tabela de valores de referência para a Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF), organizada por idade/sexo e por capacidade motora. Esta avaliação permite-nos recolher informação sobre se o aluno se encontra dentro ou fora dos limites da Zona

Saudável, nas capacidades mais directamente relacionadas com a Saúde (Resistência, Força, Flexibilidade) e avaliar a Composição Corporal.

É igualmente apreciada a participação e o empenho nas actividades de treino/aprendizagem, bem como a correcção na realização dos exercícios e a autonomia nas tarefas de treino que promovem a elevação/manutenção da Aptidão Física.

- **Conhecimentos:** nesta área são avaliados (através de testes, trabalhos escritos individuais ou em grupo, entrevistas, etc) os conhecimentos relacionados com os processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física numa perspectiva de saúde, que se encontram especificados para cada ano de escolaridade no Plano Plurianual. Os instrumentos de avaliação a utilizar dão indicação clara se os alunos dominam ou não os conhecimentos considerados essenciais para cada ano. Os resultados nesta área, traduzem-se em “revela/não revela” os conhecimentos essenciais, uma vez que a demonstração desses conhecimentos é condição de sucesso na Educação Física.

As orientações estratégicas da avaliação em EF pressupõem um **nível reduzido de exigência à entrada dos ciclos**, 7º ano e 10º ano, estabelecendo a progressão ao longo e até ao final dos ciclos de modo a respeitar as condições de sucesso na EF estabelecidas no Programa Nacional de EF. **As classificações intermédias (períodos lectivos) são da responsabilidade do professor da turma** de acordo com o plano da turma, garantindo coerência à avaliação contínua e considerando as Referências avaliativas estipuladas para o final de cada ano/ciclo.

No final do 9º ano de escolaridade os alunos realizam uma **Prova Globalizante de Educação Física**, cujos resultados são integrados no processo de avaliação em EF e utilizados ainda para aferir o trabalho dos professores de EF.

### **3.1. Normas de Referência para a Avaliação (3º ciclo)**

A classificação final dos alunos é atribuída considerando as **Normas de Referência para o Sucesso** definidas na legislação em vigor e pelo Grupo de EF para cada ano de escolaridade, nas três áreas de avaliação. Nos anos intermédios (7º e 8º ano) são fixadas metas/condições de aproximação às Normas de Referência para o Sucesso, do final de ciclo (**ver quadro em anexo**)

Para a **classificação na Educação Física**, de todas as matérias em que o aluno foi avaliado na área das Actividades Físicas, selecciona-se um conjunto que servirá de referência para o seu sucesso, conforme as condições estabelecidas para atribuição de cada nível, das seguintes categorias:

<b>Categorias</b>		<b>Matérias</b>
Categoria A	<b>Jogos Desp. Colectivos</b>	Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol
Categoria B	<b>Ginástica</b>	Acrobática, Solo, Aparelhos (Trave, Barra Mini-trampolim, Saltos Boque/Plinto)
Categoria C	<b>Atletismo</b>	Atletismo (Saltos, Corridas, Lançamentos)
Categoria D	<b>Patinagem</b>	Patinagem Artística;
Categoria E	<b>Dança</b>	Tradicionais, Sociais,
Categoria F	<b>Raquetas</b>	Badminton;
Categoria G	<b>Outras</b>	Orientação, Luta

Foram definidas as **condições de sucesso e de classificação dos alunos na EF, nos três anos de escolaridade, que se apresentam no quadro seguinte, no entanto** admite-se a possibilidade do aluno ser classificado com níveis 3, 4 ou 5, no final e cada ano de escolaridade, com outra combinação de níveis I ou E que representem um nível de competência global semelhante, respeitando o espírito das Normas de Referência em vigor (ex: no 7º ano pode atribuir-se o nível 4 com pelo menos 3 níveis I e 1 E, de 3 categorias diferentes).

Os **alunos com características especiais**, serão sinalizados e analisados caso a caso em conselho de docentes de EF, admitindo-se a possibilidade de se proceder a adaptações curriculares e das normas de avaliação. Os Casos Especiais de avaliação devem ser remetidos para o GEF, para serem analisados em conjunto;

Admitem-se **adaptações das normas de referência** no caso de alunos com IMC maior que o normal, portadores de deficiência e/ou com necessidades educativas especiais, nomeadamente, a aplicação de testes alternativos da bateria de testes do fitnessgram, para alunos fora da ZSAF. (ex, na capacidade aeróbica: marcha e milha em alternativa ao Vai-Vem)

Para avaliação de alunos sujeitos a **Planos Educativos Especiais na EF** são definidas normas adaptadas, tendo como referência todas as áreas de avaliação da EF, de acordo com os objectivos que os alunos possam cumprir definidos após diagnóstico clínico e avaliação inicial.

	7º ANO			8º ANO			9º ANO **			
	<u>Actividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>	<u>Actividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>	<u>Actividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>	
Nível 1	Falta de Assiduidade Não cumpre tarefas - Recusa em participar			Falta de Assiduidade Não cumpre tarefas - Recusa em participar			Falta de Assiduidade Não cumpre tarefas - Recusa em participar			
Nível 2	2 ou 3 Níveis Introdução	Flexibilidade - um teste na ZSAF Força Superior- (60% da ZSAF-Masc; 40% ZSAF-Fem) Outra CF (Força Média ou CA) na ZSAF	O aluno demonstra os conhecimentos inscritos a <b>bold</b> no Plano Plurianual EF: <b>I. O organismo em esforço</b>	3 ou 4 Níveis Introdução	Flexibilidade - um teste na ZSAF Força Superior (80% da ZSAF- Masc; 60% ZSAF- Fem) C. Aeróbia – ZSAF e Força Média ZSAF	O aluno demonstra os conhecimentos inscritos a <b>bold</b> no Plano Plurianual EF: <b>II. Aptidão Física</b>	Combinações abaixo do definido para nível 3			
Nível 3	4 Níveis Introdução (2cat, um JDC)			5 Níveis Introdução (4 cat, um JDC)			3 Níveis Introd. e 1 Elementar (3 cat, um JDC)	8 Níveis Introdução (6cat+AEN) 5 Níveis Introd e 1 Elementar (5cat, 1GIN e 1JDC) 4 Níveis Introd. e 2 Elementar (4cat, 1GIN e 1JDC)		
Nível 4	5 Níveis Introdução (3 cat, um JDC) 3 Níveis Introd. e 1 Elementar (3 cat, um JDC)			4 Níveis Introdução e 1 Elementar (4 cat, 1GIN e 1JDC)			5 Níveis Introdução e 2 Elementar (5cat, 1GIN e 1JDC)	Todas as CF na ZSAF (um teste de cada capacidade)		
Nível 5	6 Níveis Introdução (4 cat, 1JDC) 4 Níveis Introdução e 1 Elementar (4 cat, 1JDC)			5 Níveis Introdução e 1 Elementar (6 cat, 1GIN e 1JDC) 4 Níveis Introdução e 2 Elementar (5 cat, 1GIN e 1JDC)			5 Níveis Introd. e 3 Elementar (5cat, 1GIN e 1JDC) 6 Níveis Introd. e 2 Elementar (6cat, 1GIN e 1JDC)			
							O aluno demonstra os conhecimentos inscritos a <b>bold</b> no Plano Plurianual EF: <b>III. Aptidão Física e Saúde</b>			

**Legenda:** ZSAF = Zona Saudável de Aptidão Física Cat = Categoria GIN = Ginástica JDC = Jogos Desportivos Colectivos  
Admite-se a possibilidade do aluno ser classificado com níveis 3, 4 ou 5 com outra combinação de níveis I ou E que representem um nível de competência global semelhante, respeitando o espírito das Normas de Referência em vigor ( ex: no 7º ano pode atribuir-se o nível 4 com pelo menos 3 níveis Introdução e 1 Elementar, de 3 categorias diferentes)

\*\* No 9º ano de escolaridade os alunos realizam uma **Prova Globalizante de Educação Física** que integra o processo de avaliação contínua.

### 3.1.1. **REGRAS PARA APLICAÇÃO DAS NORMAS (3º ciclo)**

Para aplicação das Normas de Referência, consideram-se todas as matérias, que compõem o currículo dos alunos, incluindo a Orientação e os Jogos Tradicionais, com as adaptações que constam do plano plurianual;

A confirmação das competências específicas dos Níveis Introdução /Elementar faz-se nas situações e qualidades especificados nos PNEF em cada nível, com os seguintes **ajustamentos e explicitações**:

#### **ÁREA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS**

##### **Jogos Desportivos Colectivos**

No 7º ano de escolaridade, o **Jogo de Bola ao Fundo e a Rabia do Futebol** mantem-se? (em conjunto) equivalem a um Nível Introdução;

Para obter Introdução no 7º e 8º ano a Voleibol, podem conseguir com 2+2 Voleibol sem serviço. No 9º ano inclui-se serviço por baixo para fácil recepção

Para todo o 3º ciclo a parte do nível Elementar do Andebol e Basquetebol (definidas no plano plurianual) são consideradas, para efeitos da aplicação das normas, **nível Elementar**.

##### **Ginástica**

O aluno confirma nível Introdução ou Elementar em cada uma das Ginásticas (Aparelhos, Solo ou Acrobática). Para aplicação das normas de sucesso, os alunos podem "ir buscar" **até dois níveis nas ginásticas**.

##### **Ginástica Solo**

Nível Introdução: Sequência pino com ajuda com ou sem enrolamento à frente, cambalhota à frente, cambalhota à retaguarda (pode ser com pernas afastadas), posição de flexibilidade e avião.

Nível Elementar: Pino com enrolamento à frente sem ajuda (define a posição de pino antes de enrolar), cambalhota à frente saltada ou com pernas afastadas e estendidas, roda, cambalhota à retaguarda com pernas unidas e estendidas, posição de flexibilidade, um equilíbrio.

**Ginástica de Aparelhos** – Os alunos só obtém o nível quando demonstram as habilidades características desse nível nos seguintes aparelhos: plinto/boque e mini-trampolim.

**Nível Introdução:**

*Plinto/Boque* - Salto eixo no boque e entre-mãos no plinto transversal, cambalhota em cima do plinto; (4 caixas + cabeça plinto);

*Mini-Trampolim* - Salto em extensão/vela, engrupado e meia pirueta (define as figuras após a impulsão e fase nítida de voo)

**Nível Elementar**

*Plinto/Boque:* Salto eixo no plinto longitudinal e transversal; entre-mãos no plinto transversal,(4 caixas + cabeça plinto).

*Mini-Trampolim* - Salto carpa, uma volta e  $\frac{3}{4}$  de mortal à frente para o plano elevado (define as figuras após a impulsão e fase nítida de voo)

**Dança**

**No 7º ano** considera-se que o aluno cumpre o **nível Introdução** quando dança, em harmonia com o par e de acordo com o ritmo da música **três coreografias, de dois tipos de dança** (Tradicionais e Sociais). Ver quadro Plano plurianual.

No **8º e 9º anos** considera-se **nível Introdução** igual ao do especificado para o 7º ano e o **nível Elementar** corresponde ao programa do ano para cada um dos tipos de Dança.

**Patinagem**

Considera-se o nível Introdução no 3º ciclo, sem exigência da realização da meia-volta;

**Atletismo** – São consideradas as seguintes adaptações face às limitações de recursos da escola:

Nível Introdução: Salto altura de tesoura, percurso de obstáculos; **lançamento de peso de lado 3Kg** fazemos?

Nível Elementar: Salto altura em Fosbury Flop, Corrida de barreiras; lançamento de peso com dois apoios. **Nota:** *a definir distâncias e alturas mínimas*

**APTIDÃO FÍSICA-**

As extensões de braços, na aplicação das Normas de Referência, consideram-se correctas desde que o aluno mantenha o corpo em prancha, mesmo afastando os cotovelos do tronco (c/ peitorais);

**CONHECIMENTOS** – o tipo de instrumentos de avaliação são da responsabilidade do professor, para além dos definidos pelo grupo (provas globalizantes, de aferição, etc). Nos **testes escritos** o professor tem que registar quantitativamente a classificação obtida pelo aluno de acordo com o definido nos critérios gerais de avaliação. (a decidir critérios e forma de classificação nesta área)

### 3.2. Normas de Referência para a Avaliação (Secundário)

Para a classificação dos alunos na Educação Física no Ensino Secundário (0 a 20 valores), definiram-se “patamares de classificação” (<7; 8-9 valores; 10-14 valores; 15-17 valores; 18-20 valores) que representam perfis de competência distintos, no final de cada ano de escolaridade, considerando as **Normas de Referência para o Sucesso** do Programa Nacional de EF e condições de avaliação definidas pelo Grupo de EF, que se apresentam no quadro anexo.

Considerando a Educação Física uma disciplina eminentemente prática e a área das Actividades Físicas uma forte componente do seu currículo, o que determina o patamar de classificação dos alunos **é a qualidade do seu desempenho na área das Actividades Físicas, desde que os alunos respeitem as Normas de Referência para o Sucesso em todas as áreas da avaliação.**

No **10º ano**, na área das Actividades Físicas, selecciona-se (das matérias em que foi avaliado) um conjunto de matérias que servirá de referência para o seu sucesso, conforme as condições estabelecidas em cada patamar de classificação e as seguintes categorias:

	<b>Categorias</b>	<b>Matérias</b>
Categoria A	<b>Jogos Desportivos Colectivos</b>	Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol
Categoria B	<b>Ginástica</b>	Acrobática, Solo, Aparelhos (Trave, Barra Mini-Trampolim, Saltos (Boque/Plinto)
Categoria C	<b>Atletismo</b>	Atletismo (Saltos, Corridas, Lançamentos)
Categoria D	<b>Patinagem</b>	Patinagem Artística; Hóquei em Patins
Categoria E	<b>Dança</b>	Tradicionais, Sociais, Aeróbica
Categoria F	<b>Raquetas</b>	Badminton; Ténis de Mesa
Categoria G	<b>Outras</b>	Orientação, Escalada (..)

No **11º/12º anos**, na área das Actividades Físicas, os alunos são avaliados e classificados nas 6 matérias escolhidas, uma vez que o seu currículo admite um **regime de opções** condicionadas (2 Jogos Desportivos Colectivos, Ginástica ou Atletismo, Dança, Actividades de Exploração da Natureza e outra matéria à escolha de entre Raquetas / Patinagem ou D. Combate)

As classificações intermédias (períodos lectivos) são da responsabilidade do professor, de acordo com o plano da turma, garantindo a coerência própria da avaliação contínua, considerando as Normas de Referência para o Sucesso estipuladas para o final do ano/ciclo e o nível de desempenho dos alunos nas três áreas de avaliação referidas.

Foram definidas as seguintes condições de sucesso dos alunos na EF, nos três anos de escolaridade:

	10º ANO				11º ANO				12º ANO		
	<u>Actividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>		<u>Actividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>		<u>Actividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>
<b>= &lt; 7 valores</b>	Menos de nível Introdução e Elementar em 3 Categorias	Não cumpre o definido como sucesso		<b>= &lt; 7 valores</b>	Menos do que o definido para patamar 8/9 (4 I )	Não cumpre o definido como sucesso		Menos do que o definido para patamar 8/9 (4 I e 1E)	Não cumpre o definido como sucesso		
<b>8 - 9 valores</b>	Nível Introdução ou Elementar em 3 Categorias	<i>Flexibilidade - 1 teste na ZSAF + Força Superior- (60% da ZSAF-Masc; 40% ZSAF-Fem) + Força Média ou Capacidade Aeróbica) na ZSAF</i>	<i>O aluno demonstra os conhecimentos inscritos a <b>bold</b> no Plano Plurianual EF: III. Aptidão Física e Saúde</i>	<b>8 - 9 valores</b>	4 Níveis Introdução	<i>Flexibilidade -1 teste na ZSAF + Força Superior (80% da ZSAF- Masc; 60% ZSAF- Fem) + C. Aeróbia – ZSAF + Força Média - ZSAF</i>	<i>O aluno demonstra os conhecimentos inscritos a <b>bold</b> no Plano Plurianual EF</i>	4 Níveis Introdução e 1 Elementar	<i>Todas as capacidades Motoras na ZSAF</i>	<i>O aluno demonstra os conhecimentos inscritos a <b>bold</b> no Plano Plurianual EF</i>	
<b>10 - 14 valores</b>	4 níveis Introdução e 1 Elementar (4 cat, 1 JDC e 1 GIN) 6 Níveis Introdução (5 cat, 1 JDC e 1 GIN)			<b>10 valores</b>	5 Níveis Introdução e 1 Elementar			4 Níveis Introdução e 2 Elementar			
<b>15 - 17 valores</b>	4 Níveis Introdução e 2 Elementar (5 cat, 1 JDC e 1 GIN)			<b>11 - 14 valores</b>	4 Níveis Introdução e 2 Elementar			3 Níveis Introdução e 3 Elementar			
<b>18-20 valores</b>	4 Níveis Introdução e 3 Elementar (5 cat, 1 JDC e 1 GIN)			<b>15 a 17 valores</b>	3 Níveis Introdução e 3 Elementar			2 Níveis Introdução e 4 Elementar			
				<b>18-20 valores</b>	2 Níveis Introdução e 4 Elementar			1 Nível Introdução e 5 Elementar			

Cat. = categorias; JDC – Jogos Desportivos Colectivos; GIN – Ginástica; ZSAF – Zona Saudável Aptidão Física

\*\* Anualmente são decididas pelo GEF provas de aferição de competências dos alunos, nos anos e matérias definidas pelo GEF

### 3.2.1. REGRAS PARA APLICAÇÃO DAS NORMAS DE REFERÊNCIA (SECUNDÁRIO)

- Para a classificação dos alunos, tendo em conta as três áreas de avaliação (actividades físicas, aptidão física e conhecimentos), existem **5 patamares de classificação**, considerando o patamar **critério ou de referência** para o sucesso aquele que se situa entre 10 e 14 valores:
  - 1 a 7 valores
  - 8 a 9 valores
  - 10 a 14 valores - Sucesso em EF
  - 15 a 17 valores
  - 18 a 20 valores
- Na área das actividades Físicas, as matérias que são objecto de avaliação são as que integram o currículo dos alunos. No caso do regime de opções se o aluno tiver competências de nível superior numa matéria que não faz parte do currículo da turma, poderá ser considerada para a classificação desse alunos desde que se proporcionem ao longo do ano situações de aprendizagem/demonstração dessas competências.
- O critério definido para que um aluno transite para o patamar seguinte é o cumprimento de mais um nível Elementar (ou Avançado) nas matérias que dizem respeito às **Actividades Físicas**. Significa que um aluno só passa para um patamar superior quando revela melhor desempenho na área das actividades físicas.
- A qualidade do desempenho dos alunos na **Aptidão Física**, nos **Conhecimentos** e nas **Actividades Físicas**, e a **participação** dos alunos nas diferentes áreas é o critério (subjectivo, da responsabilidade do professor) definido para discriminar os alunos dentro do mesmo patamar. Assim, o professor pondera a **qualidade de desempenho dos alunos, a sua progressão, a qualidade do trabalho na área dos conhecimentos e a qualidade da participação no trabalho** relacionado com a Aptidão Física (ver se é assim);
- **O perfil do aluno no topo dos patamares (11-14 ) e (15-17 )** corresponde a um aluno com atitudes positivas, com qualidade no desempenho nas actividades físicas, sucesso na Aptidão Física e Conhecimentos; também se podem considerar no topo de patamar os alunos que, apesar de não demonstrarem grande qualidade no desempenho das actividades físicas, revelaram grande progressão nesta área e na aptidão física e são alunos Bons ou Muito Bons na área dos conhecimentos.
- No **1º período** a classificação é definida pelo professor em função do plano de turma, considerando as prioridades definidas, o momento do aluno em relação aos objectivos finais e a

estratégia do professor para com a turma / alunos. Poderão ou não ser consideradas os desempenhos nas 3 áreas de referência da avaliação.

- No **2º período** o princípio para a atribuição da classificação é idêntico ao do 1º período, embora se aproxime substancialmente dos objectivos finais, devendo o professor ponderar essencialmente os níveis de desempenho nas várias matérias. Devem ser considerados obrigatoriamente os desempenhos nas 3 áreas de referência.
- Nas 6 matérias de opção do 11º e 12º anos, o nível mínimo a atingir é o nível Introdução. **Não atingir o nível Introdução** a qualquer matéria, implica o insucesso a EF.
- Para atribuição da classificação de "**18-20 valores**" o aluno deve demonstrar competências de nível "**Bom**" ou "**Muito Bom**" na área de conhecimentos e demonstrar qualidade na execução e participação na área da Aptidão Física que tem que estar dentro da Zona Saudável.

Caso excepcionais de avaliação/aplicação das normas:

- no caso de incumprimento das normas na **Aptidão Física**, os alunos que seriam classificados nos patamares superiores a 14 baixam para o limite inferior do patamar imediatamente abaixo; No patamar 10-14 os alunos só poderão ser classificados, no máximo, com 10 valores;
- **Na área dos conhecimentos**, aplica-se o mesmo princípio descrito no ponto anterior.
- Para avaliação de alunos sujeitos a Planos Educativos Especiais na EF são definidas normas adaptadas, tendo como referência todas as áreas de avaliação da EF, de acordo com os objectivos que os alunos possam cumprir definidos após diagnóstico clínico e avaliação inicial.

## **ÁREA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS**

Para aplicação das Normas de avaliação, considera-se que o Nível Introdução /Elementar é o especificado nos PNEF com as **seguintes explicitações e ajustamentos constantes nos pontos relativos ao 3º ciclo, para o 10º ano e as seguintes para o 11º e 12º anos:**

### ***JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS***

- A parte do nível Elementar do Andebol e Basquetebol (definidas em anexo ao plano plurianual) são consideradas, para efeitos da aplicação das normas, **nível Elementar**

### ***GINÁSTICA***

#### ***Ginástica Solo***

Nível Introdução: Sequência pino com ajuda com ou sem enrolamento à frente, cambalhota à frente, cambalhota à retaguarda (pode ser com pernas afastadas), posição de flexibilidade e avião.

Nível Elementar: Pino com enrolamento à frente sem ajuda (define a posição de pino antes de enrolar), cambalhota à frente saltada ou com pernas afastadas e estendidas, cambalhota à retaguarda com pernas unidas e estendidas, posição de flexibilidade, um equilíbrio e roda.

**Ginástica de Aparelhos** – Os alunos só obtém o nível quando demonstram as habilidades características de cada nível em três aparelhos – obrigatoriamente plinto/boque e mini-trampolim e também o que consta do programa de mais um aparelho à escolha: trave ou barra)

Nível Introdução:

*Plinto/Boque* - Salto eixo no boque e entre-mãos no plinto transversal, cambalhota em cima do plinto; (4 caixas + cabeça plinto);

*Mini-Trampolim* - Salto em extensão/vela, engrupado e meia pirueta (define as figuras após a impulsão e fase nítida de voo); O programa excepto saltos com saída dorsal

*Trave ou Barra* – o que consta no programa

Nível Elementar

*Plinto/Boque*: Salto eixo no plinto longitudinal e transversal; entre-mãos no plinto transversal,(4 caixas + cabeça plinto).

*Mini-Trampolim* - Salto carpa, uma volta e  $\frac{3}{4}$  de mortal à frente par o plano elevado (define as figuras após a impulsão e fase nítida de voo); O programa excepto saltos com saída dorsal

*Trave ou Barra* – o que consta no programa

**Ginástica Acrobática** – No 10º ano o programa considera-se cumprido com a realização das figuras constantes no programa de cada nível, isoladamente. No regime de opções devem obrigatoriamente incluir habilidades gímnicas nas composições/coreografias (Programa a definir pelo Fernando Oliveira proposta) ;

## **PATINAGEM**

No 10º ano o **nível Introdução** é cumprido sem exigência da meia-volta: Nos restantes, considera-se o programa completo no nível I e nível E

## **RAQUETAS**

O aluno para ser classificado com **nível Introdução** apenas tem que demonstrar esse nível **numa das matérias**; para ser certificado o nível Elementar tem que conseguir o nível Elementar em pelo menos uma delas e o nível Introdução na outra.

## **Badminton**

Nível Introdução: Em cooperação, faz batimentos compridos, a maioria em "clear" (avança perna do lado contrário, bate o volante com cotovelo levantado, sem ser à frente da cara/corpo), inicia por baixo;

Nível Elementar: Em 1x1, joga em oposição, mostrando intencionalidade nos batimentos, procurando colocar o volante no campo adversário, fora do alcance do adversário, vaiando lateralmente e em profundidade.

**DANÇA** – No 10º ano o currículo e avaliação é igual ao 9º ano, nos 11º e 12º anos são considerados os programas de cada uma das matérias (Sociais Tradicionais e Aeróbica)

## **ATLETISMO**

(necessário definir distâncias!!!)

Nível Introdução:

- Salto de Tesoura – 90cm raparigas e 110cm rapazes (alturas a testar);
- Percurso de obstáculos de comprimentos e larguras diferentes mantendo a fluidez da corrida;
- Lançamento do peso de lado (empurra o peso, não atira...)

Nível Elementar:

- Salto em altura Fosbury – 100 cm- raparigas e 120cm rapazes (alturas a testar);
- Corrida de barreiras sem paragens –  $\frac{3}{4}$  barreiras distantes 7 a 8m com  $\frac{3}{4}$  apoios entre as barreiras (ataque da barreira com a mesma perna);
- Lançamento de peso com dois apoios

## **ACTIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA**

É considerada a ÁREA com Orientação e Escalada; O aluno para ser classificado com nível Introdução apenas tem que demonstrar esse nível numa das matérias; para ser certificado o nível Elementar tem que conseguir o nível Elementar em pelo menos uma delas e o nível Introdução na outra.

No 10º ano, a Orientação é considerada uma matéria e atribuído o nível de acordo com as competências de nível I ou E

Nível Introdução na Escalada corresponde a subir meia parede, sem ser içado(a), e saber fazer o nó de "oito"; ( só se usa GRI\_GRI no 12º ano...)

## **ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO –**

Para avaliação de alunos sujeitos a Planos Educativos Especiais na EF são definidas normas adaptadas, tendo como referência todas as áreas de avaliação da EF, de acordo com os objectivos que os alunos possam cumprir definidos após diagnóstico clínico e avaliação inicial.

## **ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA**

As extensões de braços, na aplicação das Normas de Referência, consideram-se correctas desde que o aluno mantenha o corpo em prancha, mesmo afastando os cotovelos do tronco (c/ peitorais);

No 10º ano apesar de ser alternativa a ZSAF na Força Média e na Capacidade Aeróbica recomenda-se que os alunos cumpram pelo menos 80% do resultado exigido para a capacidade aeróbica;

Admitem-se adaptações das normas de referência no caso de alunos com IMC superior ao normal.

## **ÁREA DOS CONHECIMENTOS – (A rever de acordo com decisões de GEF),**

- Os resultados nesta área, traduzem-se em “revela/não revela” os conhecimentos essenciais, uma vez que a demonstração desses conhecimentos é condição de sucesso na Educação Física. (? A rever?! Contraditório com a ideia de qu alunos MB têm que ter B ou MB nesta área)

## 5. SITUAÇÕES DE AVALIAÇÃO/ CRITÉRIOS E INDICADORES DE OBSERVAÇÃO

### JOGOS

#### Bola ao Fundo

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>JOGO 4X4</b></p> <p><i>Jogo, campo inteiro de dimensões reduzidas</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desmarcação</li> <li>• Passe e recepção em segurança</li> <li>• Finalização quando tem situação</li> <li>• Acompanhamento do seu adversário directo</li> </ul>	<p><b><u>Indicadores nível de jogo</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Jogo linha a linha (sem percas de bola e com muitas finalizações)</li> <li>☺ circulação de bola por vários jogadores</li> <li>☺ Não aglomeração em torno da bola; jogo “esclarecido”</li> </ul> <p><b><u>Indicadores da prestação individual</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Não perde a bola, orienta-se para a linha de fundo</li> <li>☺ Após passe, desmarca-se</li> <li>☺ Abre linhas de passe, procurando espaços vazios</li> <li>☺ Na defesa está perto do seu atacante</li> </ul>

#### Rabia de Futebol

<b>SITUAÇÃO DE PROVA</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>JOGO RABIA 4X 1</b></p>	<p>Jogo Rabia (4x 1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☺ controlar a bola, passar com direcção, e apoio ao colega com bola quando em situação de linha de 1º passe;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>sem percas de bola significativas</i></li> <li>☺ <i>muitos passes sem serem interceptados</i></li> </ul>

# Jogos Desportivos Colectivos

## FUTEBOL

### NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE PROVA</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>JOGO</b> <b>4X 4</b> <b>C/ GUARDA REDES</b> <i>Jogo, em espaço amplo</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Age de acordo com as regras básicas do jogo:</li> <li>• Controlo da bola (recepção e passe seguro)</li> <li>• Desmarca-se criando linhas de passe,</li> <li>• Opta pelas acções mais oportunas: remata, passa ou progride com bola.</li> <li>• Na defesa, acompanha adversário (sem pressão)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>Jogo contínuo de baliza a baliza (sem percas de bola e com desmarcações constantes )</i></li> <li>☺ <i>Muitas situações de finalização</i></li> </ul>

### NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE PROVA</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>JOGO</b> <b>5X5</b> <b>C/ GUARDA REDES</b> <i>Jogo, em espaço amplo, com GR</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Age de acordo com as regras do jogo:</li> <li>• Recepção, controlo e enquadramento</li> <li>• Desmarcação de ruptura e de apoio</li> <li>• Aclaramento</li> <li>• Opta pelas acções mais oportunas: remata, passa ou progride com bola.</li> <li>• Marcação individual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>Jogo esclarecido de baliza a baliza, com leitura do jogo ocupando todo o espaço de jogo e manutenção da posse de bola</i></li> <li>☺ <i>Linhas de passe à frente e atrás (de apoio)</i></li> <li>☺ <i>Situações de 1x1</i></li> <li>☺ <i>Marcação individual</i></li> </ul>

## BASQUETEBOL

### NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE PROVA</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><i>JOGO 3x3</i> <i>Campo reduzido</i> <i>(15x12)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Joga de acordo com regras básicas (início e recomeço do jogo, "passos", "dribles" e faltas pessoais"</li> <li>• Após recepção enquadramento</li> <li>• Domina os "quandos" do drible, passe e lançamento</li> <li>• Finalização em Lançamento na passada ou parado conforme a situação</li> <li>• Desmarcação ofensiva.</li> <li>• Na defesa, acompanha adversário</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>Jogo de "costa a costa", com segurança no passe e recepção</i></li> <li>☺ <i>Muitas situações de finalização em lançamento na passada</i></li> <li>☺ <i>Procura de espaços vazios à distância de passe</i></li> <li>☺ <i>Tenta acompanhar o seu adversário e o cesto</i></li> </ul>

## NÍVEL ELEMENTAR

SITUAÇÃO DE PROVA	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
<b>JOGO 5X5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Joga de acordo com regras do jogo</li> <li>TDA c/ respeito corredores do campo</li> <li>Ataque organizado com reposição do equilíbrio ofensivo</li> <li>Após passe- corte para o cesto</li> <li>Aclaramento ao drible e se não conseguir abrir linhas de passe</li> <li>Participação nos ressaltos ofensivo e defensivo</li> <li>Atitude defensiva com pressão e acompanhamento do adversário directo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>Pressão defensiva sobre o jogador com e sem bola</i></li> <li>☺ <i>Muitas situações de 1x1</i></li> <li>☺ <i>Ataque organizado (5 abertos) com reposição equilíbrio</i></li> <li>☺ <i>Bola no corredor central na transição, com progressão rápida</i></li> </ul>

## VOLEIBOL

### NÍVEL INTRODUÇÃO

SITUAÇÃO DE PROVA	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
<b>Jogo 2+2 (s/ serviço)</b>  <b>Jogo 2+2 (c/ serviço - 9º ano)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desloca-se e posiciona-se para dar continuidade ao jogo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- passe 2 mãos por cima para bolas altas e antebraços em extensão para bolas baixas</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>Há sequência de jogo, a bola anda no ar</i></li> <li>☺ <i>Tentam dar 3 toques, dois no mínimo</i></li> <li>☺ <i>Maior parte dos toques por cima, colocando a bola jogável</i></li> </ul>

### NÍVEL ELEMENTAR

SITUAÇÃO DE PROVA	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
<b>JOGO 4X4</b>	<p><b>Recebe a bola colocando-a no passador</b></p> <p><b>O passador faz passe alto para finalização</b></p> <p><b>Finaliza em passe colocado ou remate em apoio</b></p> <p><b>Serve por baixo ou por cima</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ <i>Intencionalidade nas acções (defesa/ataque)</i></li> <li>☺ <i>Serve com intenção de colocar em zona difícil</i></li> <li>☺ <i>Jogo com 3 toques -Recepção para o passador</i></li> <li>☺ <i>Finalização ao 3º toque (passe colocado ou remate apoio)</i></li> <li>☺ <i>Movimentação ajustando-se às acções dos companheiros e adversários</i></li> </ul>

# ANDEBOL

## NÍVEL INTRODUÇÃO

SITUAÇÃO DE PROVA	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
JOGO 5x5 C/ Guarda redes campo reduzido	<ul style="list-style-type: none"> <li>Joga de acordo com regras básicas (início e recomeço do jogo, "passos", "dribles", violações área de baliza e infracções à regra de conduta)</li> <li>Pega da bola e armação do braço</li> <li>Finalização em Remate em salto</li> <li>Desmarcação .</li> <li>Na defesa, acompanha adversário directo</li> </ul>	☺ <i>Jogo de "costa a costa"</i> a. <i>Muitas golos na sequência de remate em salto</i> b. <i>Armação do braço no passe e remate</i> c. <i>Procura recuperação da bola (interceptando)</i>

## NÍVEL ELEMENTAR

SITUAÇÃO DE PROVA	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
JOGO 5x5 OU 7x7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Joga de acordo com regras básicas</li> <li>1X1 em exploração vertical e horizontal</li> <li>Contra-ataque c/ desmarcação e finalização rápida</li> <li>Ataque organizado com compensação ofensiva (trapézio ofensivo)</li> <li>Atitude defensiva clara e marcação de controlo</li> </ul>	☺ <i>Contacto físico (marcação de controlo)</i> ☺ <i>Muitas situações de 1x1</i> ☺ <i>Trapézio ofensivo c/ circulação da bola (largura e profundidade)</i> ☺ <i>Existe contra-ataque</i>

# ATLETISMO

## NÍVEL INTRODUÇÃO

SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
<b>LANÇAMENTO DO PESO</b> <i>3kg (3º ciclo) 5Kg (Sec), de lado, atingindo uma distância mínima de 5m.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Posição do braço</li> <li>* Extensão da perna e braço no lançamento</li> </ul>	☺ Cotovelo afastado ☺ Extensão da perna e braço no lançamento ☺ ultrapassa a distância fixada (5m) ☺ ( empurra o peso, não atira...)

SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	INDICADORES DE OBSERVAÇÃO
<b>SALTO EM ALTURA (tesoura)</b>	Encadeia a corrida com a chamada Define uma fase de voo, ultrapassando a fasquia	☺ Transpõe 90cm raparigas e 110cm rapazes ☺ Chamada com o pé mais afastado ☺ Define uma fase de voo, com perna em extensão

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>CORRIDA COM OBSTÁCULOS</b> Corrida 35m com 4 obstáculos ou barreiras baixas. 1ª barreira colocada a 8 m da partida, 2ª a 15 m, 3ª a 21 m e 4ª a 29 m. <b>Percurso de obstáculos de comprimentos e larguras diferentes</b>	Encadeia a corrida com a passagem dos obstáculos Passagem rasante dos obstáculos Mantendo a fluidez da corrida	☹ Não diminui acentuadamente de velocidade (não faz passinhos) Não salta.

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>LANÇAMENTO DO PESO</b> 3kg (3º ciclo) 5Kg (Sec), com dois apoios - <i>distância?</i>	Posição do braço Extensão da perna e braço no lançamento	☹ Cotovelo afastado ☹ Extensão da perna e braço no lançamento ☹ ultrapassa a distância fixada.(???)

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>SALTO EM ALTURA Fosbury flop</b>	Encadeia a corrida com a chamada forte Rotação do joelho para dentro Define uma fase de voo, ultrapassando a fasquia	☹ Transpõe 100cm- raparigas e 120cm rapazes ☹ Chamada com o pé mais afastado, colocando-se de costas ☹ Define uma fase de voo.

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>CORRIDA DE BARREIRAS</b> barreiras distantes 7 a 8m	Encadeia a corrida com a passagem dos obstáculos Passagem rasante das barreiras, mantendo a fluidez da corrida 3 ou 4 apoios entre as barreiras	☹ Não diminui acentuadamente de velocidade (não faz passinhos) Não salta.

# GINÁSTICA NO SOLO

## NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>SEQUÊNCIA DE HABILIDADES:</b> Subida para pino no espaldar ou pino com ajuda podendo ser seguida de cambalhota à frente Cambalhota à retaguarda normal, Uma posição de flexibilidade Cambalhota à frente Meia-volta e avião	Realiza uma sequência com fluidez e correcção global;	Faz ou não faz: ☺ Pino - alinha segmentos, sobe para vertical ☺ Cambalhota à retaguarda - não coloca joelhos no chão na e sai na direcção da partida, com colocação das mãos ☺ Cambalhota à frente - saída sem ajuda das mãos na direcção da partida, com fluidez ☺ Posições de flexibilidade e ligação - fluidez e correcção global

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>SEQUÊNCIA DE HABILIDADES:</b> Pino seguido de enrolamento à frente Cambalhota à retaguarda com pernas unidas e estendidas Cambalhota à frente com pernas afastadas ou saltada Um elemento de ligação Uma Posição de flexibilidade Roda Meia-volta e avião	Realiza uma sequência com fluidez e correcção global;	Faz ou não faz: ☺ Pino seguido de enrolamento à frente - marca a posição de pino, fluidez no enrolamento (pode haver ligeiro amparo na vertical) ☺ Cambalhota à retaguarda com pernas afastadas e estendidas e engrupadas ☺ Meia-volta + Avião + elementos de ligação + Posição de flexibilidade - fluidez e correcção global ☺ Cambalhota à frente com pernas afastadas - pernas em extensão, fica de pé ☺ Cambalhota saltada - com fase aérea ☺ Roda- bacia sobre a cabeça, apoios alternados e alinhados

**GINÁSTICA DE APARELHOS** - A determinação do nível em que o aluno está apto a trabalhar deverá ser feita para cada aparelho.

## NÍVEL INTRODUÇÃO

### Salto

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<b>SEQUÊNCIA DE HABILIDADES:</b> Salto eixo no boque Salto entre-mãos no plinto transversal No mini-trampolim, salto vela, engrupado e 1/2 pirueta vertical	Executa em segurança, com correcção e equilíbrio;	Faz ou não faz: ☺ Chamada a pés juntos e recepção equilibrada - no salto ao eixo no bock ☺ Chamada a pés juntos e recepção equilibrada, passagem não deixando as mãos atrás - no salto entre mãos ☺ Apoio longe para chamada, controlo da elevação alta e recepção equilibrada - nos saltos de minitrampolim

## TRAVE

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p>SEQUÊNCIA EM EQUILÍBRIO NA TRAVE            BAIXA: <i>marcha à frente, meia-volta, marcha atrás e salto a pés juntos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza equilíbrio e com fluidez . em com</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Realiza sem desequilíbrios nítidos e a olhar em frente</li> </ul>

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p>Salto eixo no plinto longitudinal e no plinto transversal            Salto entre-mãos no plinto transversal            No mini-trampolim, pirueta vertical, carpa de pernas afastadas e <math>\frac{3}{4}</math> mortal à frente</p>	<p>Executa em segurança, com correcção e equilíbrio:</p>	<p>Salta ou não salta o e o plinto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☺ No plinto longitudinal com apoio simultâneo das mãos no terço distal</li> <li>☺ Com recepção equilibrada</li> </ul> <p>Executa os saltos mini-trampolim</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Pré-chamada longe do mini</li> <li>☺ Impulsão no mini ganhando altura</li> <li>☺ Elevação das pernas na carpa/ Pernas unidas na pirueta</li> <li>☺ Recepção equilibrada</li> <li>☺ No <math>\frac{3}{4}</math> mortal: não ajuda o enrolamento com a mãos / tenta acabar em extensão no colchão</li> </ul>

## TRAVE

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p>SEQUÊNCIA NA TRAVE            BAIXA: <i>entrada a um pé, marcha à frente, meia-volta com balanço da perna, marcha atrás, salto a pés juntos e avião</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza em equilíbrio e com fluidez</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Sem desequilíbrios nítidos, e a olhar em frente</li> <li>☺ Marcha em pontas dos pés</li> <li>☺ Salto a pés juntos com flexão dos joelhos</li> </ul>

# GINÁSTICA ACROBÁTICA (a definir de acordo programa)

## NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>Combina três destas figuras????:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. base dorsal e volante em prancha facial - alinhamento dos segmentos.</li> <li>b. base sentado e volante em pino, alinhamento dos segmentos; "desmonte" controlado, braços em elevação superior.</li> <li>c. base c/ joelho no chão e volante em equilíbrio na coxa; a pega simples (de apoio), tronco direito sem afastamentos laterais dos braços. "Desmonte" controlado, com braços em elevação superior.</li> <li>d. "tank"; movimento contínuo, harmonioso e controlado.</li> <li>e. base de joelhos e volante em coluna, monte lateral, primeiro apoio na coxa, braço contrário à entrada, estendido na vertical; base segura-o ao nível do terço superior dos gémeos.</li> </ul> <p><b>TRIOS????</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>A. Dois bases deitados em oposição, seguram volante em prancha dorsal</li> <li>B. Dois bases em posição de afundo, seguram o volante em equilíbrio em pé nas suas coxas</li> <li>C. Dois bases de joelhos sentados sobre os pés, frente a frente, seguram o volante em pino nas suas coxas</li> <li>D. Dois bases com pega cotovelos suportam volante em prancha facial. Após impulso volante efectua um voo</li> </ul> <p>Sem coreografia até ao 10º ano, com coreografia no regime de opções</p>	<p>Executa em segurança, com correcção global e equilíbrio</p>	<p>☺ definem a figura de forma equilibrada</p>

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>Combina ????? destas figuras:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. base dorsal e pernas perpendiculares suporta o volante em prancha facial</li> <li>b. base de pé com joelhos flectidos suporta volante em equilíbrio nas suas coxas</li> <li>c. base em pé, volante realiza equilíbrio de pé nos seus ombros (coluna).</li> <li>d. Com base deitado dorsal, volante apoiado nas mãos do base, realiza pino de ombros (pino praia???)</li> <li>e. base e volante de pé, o volante realiza cambalhota à retaguarda nas costas do base.</li> <li>f.</li> </ul> <p><b>TRIOS????</b></p>	<p>Executa em segurança, com correcção global e equilíbrio</p>	<p>☺ definem a figura de forma equilibrada</p>

# BADMINTON

## NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>SITUAÇÃO DE EXERCÍCIO 1+1</b> Grupos de 2 a uma distância de cerca de 6 metros, num campo com rede, o máximo de batimentos possível, sem perder o volante. Início com batimento por baixo</p>	<p>Desloca-se, mantendo a bola jogável e com trajectórias compridas, utilizando preferencialmente o batimento por cima (clear),</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Desloca-se para efectuar o batimento por cima</li> <li>☺ Arma o braço, elevando o cotovelo e avança a perna do lado contrário</li> <li>☺ Coloca o volante jogável e com trajectória comprida (6m), com batimentos compridos, a maioria em "clear"</li> </ul>

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><b>JOGO 1X1</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desloca-se e posiciona-se para bater o volante, efectuando diversos tipos de batimentos, de forma intencional, para ganhar vantagem ao colega.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Utiliza diversos tipos de batimentos consoante a posição do adversário e a situação de jogo</li> <li>☺ Joga de oposição, com intencionalidade – varia batimentos e trajectórias, de acordo com leitura do jogo</li> <li>☺ Após batimento regressa posição central</li> <li>☺ No serviço diferencia o curto e o comprido</li> </ul>

# PATINAGEM

## NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p>Percurso:            Arranca para a frente, para a esquerda e para a direita, Desliza para a sobre um apoio, flectindo a perna livre: ("Quatro").            Desliza para trás com os patins paralelos, após impulso inicial na parede.            Desliza de "cócoras", elevando-se e baixando-se sem perder o equilíbrio.            Desliza desenhando um encadeamento de círculos ("oitos")            Curva com os pés paralelos, à esquerda e à direita            Trava em "T" após deslize para a frente</p>	<p>Executa em segurança e com correcção um</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ Realiza as habilidades solicitadas, deslizando sem desequilíbrios significativos</li> </ul>

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p>Percurso:</p> <p>Desliza para a frente e para trás sobre um e outro patim, flectindo a perna livre ("Quatro").</p> <p>Desliza para a frente sobre um patim, flectindo a perna portadora,</p> <p>Desliza para trás cruzando uma das pernas à retaguarda,</p> <p>Curva com cruzamento de pernas,</p> <p>Trava em "T" após deslize para a frente,</p> <p>Trava em deslize para trás, apoiando o travão</p> <p>Desliza sobre os dois patins com os calcanhares virados um para o outro e pontas dos pés para fora ("águia")</p> <p>Inverte o sentido do deslize, a partir da posição de "águia"</p> <p>Meia volta ou volta, em deslocamento para a frente ou para trás,</p> <p>Saltos a um e dois pés, sobre obstáculos</p>	<p>Realiza as habilidades solicitadas, deslizando sem desequilíbrios significativos</p>	<p>☺ Realiza as habilidades solicitadas, deslizando sem desequilíbrios significativos</p>

## DANÇA – avaliação inicial (?) a rever

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>	<b>REGISTO</b>
<p><i>Os alunos dançam uma das Danças Tradicionais: <b>Sariquité ou Regadinho</b> e uma das Danças Sociais: <b>Rumba – Quadrada ou Merengue</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza os passos básicos da Dança em harmonia com o par e com a música</li> </ul>	<p>☺ Movimenta-se de acordo com a estrutura rítmica da música e a coreografia da Dança em causa</p>	<p>Sim ☺ / Não ☹</p>

## NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<p><i>Danças Sociais</i></p> <p><u>Rumba Quadrada</u>: em posição fechada e aberta, realiza os seguintes passos/figuras: passo básico, progressivos, volta e contra-volta, volta circular "grande"</p> <p><i>Tradicionais</i></p> <p><u>Sariquité</u>: passo corrido, saltado lateral e rodopios</p>	<p>Executa de acordo com a estrutura rítmica e em harmonia com o par:</p>	<p>☺ Olhar para o par</p> <p>☺ De acordo com a música, variando os tempos</p> <p>☺ Passos correctos, característicos da coreografia</p>

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
<i>Danças Sociais</i> <i>Chá-Chá-Chá</i> : em posição fechada e abertas sem contacto", realiza os seguintes passos/figuras: Passo básico ; Volta à esquerda e à direita; volta por baixo do braço esq e dta;; Apresentação "Promenade. <i>Tradicionais</i> <i>Tacão e Bico</i> : Passo tacão e bico; Passo galope lateral com meia volta; Passo gingão lateral.	Executa de acordo com a estrutura rítmica e em harmonia com o par:	☺ Olhar para o par ☺ De acordo com a música, variando os tempos ☺ Passos correctos, característicos da coreografia

## ORIENTAÇÃO

**AVALIAÇÃO INICIAL** Face às características destas aprendizagens não se justifica a avaliação inicial.

## NÍVEL INTRODUÇÃO

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>
????		

## NÍVEL ELEMENTAR

<b>SITUAÇÃO DE AVALIAÇÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>INDICADORES DE OBSERVAÇÃO</b>

## CONHECIMENTOS

### Avaliação Inicial

Os alunos resolvem uma ficha de avaliação inicial diferente por ano de escolaridade (apenas igual no 9º e 10º ano) com questões relativas às aprendizagens previstas para os anos anteriores.

Aquando da correcção devemos preencher uma ficha que possibilite a identificação das questões menos apreendidas por aluno e turma e ano (ver anexo)

## APTIDÃO FÍSICA

### Avaliação Inicial

Aplicação da bateria do *Fitnessgram*. Especialmente nos anos de início de ciclo (7º e 10º ano) deve proceder-se à avaliação da composição corporal.

Estes testes devem realizar-se nas 2 últimas semanas do período de avaliação inicial.

No final, devemos identificar os alunos que estão fora da zona saudável em cada uma das Capacidades Motoras

As extensões de braços, na aplicação das Normas de Referência para o sucesso (nível 3), consideram-se como tal, desde que o aluno mantenha o corpo em prancha, mesmo afastando os cotovelos do tronco (c/ peitorais);

No 9º ano, como condição de sucesso considera-se que o aluno se encontra em “todas as Capacidades Motoras na Zona Saudável”, se os resultados de pelo menos um teste de cada capacidade se encontrarem dentro desses limites.

### **CLASSIFICAÇÃO ALUNOS COM PLANOS EDUCATIVOS ESPECIAIS E ATESTADOS MÉDICOS???**

### **CONVENÇÃO PARA A NOTAÇÃO NA CERTIFICAÇÃO E NA AVALIAÇÃO INICIAL ?????**

## **6. PROVAS DE AFERIÇÃO/CERTIFICAÇÃO/MONITORIZAÇÃO**

Serão elaboradas e realizadas provas de aferição e de apuramento de resultados cujos objectivos, estrutura e momentos de realização serão definidos em cada ano pelo GEF de acordo com a estratégia de desenvolvimento curricular e de avaliação do grupo.

Objectivos Gerais desta prova:

- Monitorização das aprendizagens dos alunos – acompanhar uma estratégia implementada pelo grupo;
- Certificação de aprendizagens (final 3º ciclo e 12º ano)
- Aferição de critérios de avaliação dentro do grupo

### **6.1. PROVA GLOBALIZANTE EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

A extinta Prova Global de EF deu origem à realização de uma Prova Globalizante de EF que incidirá nas matérias definidas estrategicamente, habitualmente, entre as seguintes:

JDC (Voleibol ou Basquetebol);  
Ginástica no Solo ou Aparelhos;  
Badminton;  
Patinagem  
Dança

# **Ano lectivo 2011/2012**

**7º ano** – Fim do período de avaliação inicial – 17 a 21 de Outubro;

**Matérias:** *Ginástica no Solo; JDC – Invasão – Bola ao Fundo*

**8º ano** -- a meio do 2º período – 13 a 17 de Fevereiro

**Matérias:** *Andebol/ Basquetebol*

**9º ano** – final 9º ano – 21 a 25 de Maio

**Matérias:**

**12º ano** – Final do 2º período - 12 a 16 Março

**Matérias:** *a definir*

## **OPERACIONALIZAÇÃO:**

Júri de 2 ou 3 elementos;