

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

3º CICLO

Este documento foi elaborado considerando a legislação em vigor, nomeadamente 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 áreas específicas (A - Atividades Físicas; B - Aptidão Física e C - Conhecimentos).

- **Atividades Físicas**

No domínio das Atividades Físicas em conformidade com as normas de referência para o sucesso de EF considera-se que um aluno cumpre um nível (Introdução, Elementar ou Avançado) quando o seu desempenho representa a totalidade de capacidades e conhecimentos expressas no nível considerado.

É de realçar que um aluno, para atingir determinado nível, tem de cumprir, em todas as matérias, os parâmetros inseridos no domínio das atitudes, por exemplo:

“Nos Jogos desportivos Coletivos o aluno deve:

Cooperar com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.

Aceitar as decisões da arbitragem, identificando os respectivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo.”

Assim, os níveis são:

- «**Introdução**», onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base («fundamentos»);
- «**Elementar**», onde se discriminam as capacidades e conhecimentos constituintes do domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente à modalidade da Cultura Física a que se referem;
- «**Avançado**», onde se estabelece as capacidades, conhecimentos e formas de participação nas atividades típicas da matéria, correspondentes ao nível superior, que poderá ser atingido no quadro da disciplina de Educação Física.

Sempre que um aluno não consiga manifestar todas as capacidades e conhecimentos do nível Introdução, será qualificado de Não Introdução

No atletismo que é constituído por várias disciplinas como corrida, saltos e lançamentos, o nível atribuído ao aluno no Atletismo será o 2º nível inferior das disciplinas que o constituem.

Na ginástica de aparelhos, para o aluno ter um determinado nível nessa matéria, ser-lhe-á atribuído o nível da matéria com melhor nível.

Na dança, constituída por mais do que uma dança, para o aluno ter um determinado nível nessa matéria, ser-lhe-á atribuído o nível da matéria com melhor nível.

SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO

Domínio das Atividades Físicas - Normas de aplicação (do total das matérias leccionadas, são selecionadas no máximo 7 matérias respeitando as condições explícitas na tabela seguinte)

NÍVEL 3 - Atividades Físicas				
Ano de Escolaridade		7º Ano	8º Ano	9º Ano
METAS		3 Níveis Introdução	4 Níveis Introdução	7 Níveis 6 Introdução 1 Elementar
JDC	Futebol	2 Níveis Introdução	1 Nível Introdução	4 Níveis Introdução (sendo 1 dos níveis da ginástica e o outro dos JDC)
	Basquetebol			
	Voleibol			
	Andebol			
GIN	Solo	1 Nível Introdução		
	Aparelhos			
	Acrobática			
ATLETISMO (Corridas, Saltos e Lançamentos)		1 Nível Introdução	2 Níveis Introdução	2 Níveis Introdução 1 Nível Elementar
DANÇA	Sociais			
	Tradicionais			
RAQUETES (Badminton)				
PATINAGEM/OUTRAS				

NÍVEL 4 - Atividades Físicas				
Ano de Escolaridade		7º Ano	8º Ano	9º Ano
METAS		4 Níveis Introdução	5 Níveis Introdução	6 Níveis: 4 Introdução 2 Elementar
JDC	Futebol	2 Níveis Introdução (sendo 1 dos níveis da ginástica e outro dos JDC)	1 Nível Introdução	2 Níveis Introdução 1 Nível Elementar (sendo 1 dos níveis da ginástica e outro dos JDC)
	Basquetebol			
	Voleibol			
	Andebol			
GIN	Solo	1 Nível Introdução		
	Aparelhos			
	Acrobática			
ATLETISMO (Corridas, Saltos e Lançamentos)		2 Níveis Introdução	3 Níveis Introdução	2 Níveis Introdução 1 Nível Elementar
DANÇA	Sociais			
	Tradicionais			
RAQUETES (Badminton)				
PATINAGEM/OUTRAS				

NÍVEL 5 - Atividades Físicas				
Ano de Escolaridade		7º Ano	8º Ano	9º Ano
METAS		5 Níveis Introdução	7 Níveis Introdução	7 Níveis: 5 Introdução 2 Elementar
JDC	Futebol	1 Nível Introdução	3 Níveis Introdução (sendo 1 dos níveis da ginástica e outro dos JDC)	2 Níveis Introdução 1 Nível Elementar (sendo 1 dos níveis da ginástica e outro dos JDC)
	Basquetebol			
	Voleibol			
	Andebol			
GIN	Solo	1 Nível Introdução	3 Níveis Introdução (sendo 1 dos níveis da ginástica e outro dos JDC)	2 Níveis Introdução 1 Nível Elementar (sendo 1 dos níveis da ginástica e outro dos JDC)
	Aparelhos			
	Acrobática			
ATLETISMO (Corridas, Saltos e Lançamentos)		3 Níveis Introdução	1 Nível Introdução	3 Níveis Introdução 1 Nível Elementar
DANÇA	Sociais		1 Nível Introdução	
	Tradicionais		1 Nível Introdução	
RAQUETES (Badminton)			1 Nível Introdução	
PATINAGEM/OUTRAS		1 Nível Introdução		

- **Aptidão Física**

A área de **Aptidão Física** subentende o desenvolvimento das capacidades motoras, condicionais e coordenativas como a Força, a Resistência e a Flexibilidade. Estas são avaliadas tendo como valores de referência, os estipulados para a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do Fitnessgram, tendo em conta a idade, o género do executante e por capacidade motora.

DOMINIO II - Aptidão Física	
7º - 8º Ano	Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF - FitnessGram) nos testes de aptidão aeróbia (vaivém) e no teste de Força e Resistência Abdominal (abdominais).
9º Ano	Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF - FitnessGram) nos testes de aptidão aeróbia (vaivém), Força Abdominal (abdominais) e outro das restantes categorias (Força Superior, Força e Flexibilidade do Tronco e Flexibilidade).

• Conhecimentos

A área de **Conhecimentos** pretende dar a conhecer ao aluno os “processos de elevação e manutenção da Condição Física” e a “interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas”, promovendo a aquisição de hábitos de prática de atividade física regular, de forma autónoma, que possam ser mantidos futuramente.

Nesta área o aluno tem que demonstrar os conhecimentos essenciais definidos para cada ciclo de escolaridade e poderá ser avaliado através de testes, trabalhos escritos individuais ou em grupo, entrevistas, etc...

DOMINIO III - Conhecimentos

De acordo com os objectivos do Programa (PNEF) do 3.º Ciclo.

Avaliação dos alunos dispensados das actividades físicas (permanente ou temporariamente).

- A. Para a dispensa da prática de actividade 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 actividades físicas que estão interditas aos alunos;
 - b. As actividades físicas que são permitidas de forma condicionada;
 - c. As actividades físicas que, por serem benéficas para o aluno, podem ser praticadas sem contra-indicações.
- 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 actividades físicas, deverá definir com o aluno e com o Encarregado de Educação, um Plano Adaptado de Aprendizagem e Avaliação. No **PLANO** deverão ser avaliadas as actividades que o aluno está impossibilitado de praticar e os **INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO** poderão ser:
 - a. Intervenções do aluno na aula:
 - .. fichas curtas /relatórios
 - .. arbitragem
 - .. questionamento oral
 - .. ajudas
 - b. Teste escrito
 - c. Trabalho temático escrito com apresentação oral à turma;
 - d. Portfólio individual anual ou Caderno diário individual

C. O Plano Adaptado de Aprendizagem e Avaliação será entregue ao respectivo Director de Turma.

D. Critérios de Classificação:

Área A - Actividades Físicas	Área B - Aptidão Física	Área C - Conhecimentos
80%	10%	10%

Ponderação dos instrumentos de avaliação referidos no ponto B:

- Qualquer selecção de instrumentos de avaliação terá uma ponderação equitativa.

- Na Área A - Actividades Físicas, é obrigatória a selecção de pelo menos 2 instrumentos de avaliação, sendo um deles: a) intervenções do aluno na aula.